

Mois de parution : janvier, mai et septembre
Editions : Française, Allemande, Italienne et Grecque
e-mail : ecole@yogakshemam.net
Rédaction : Sri T.K. Sribhashyam et Gabriel Galéa

Représentants pays :

Allemagne : Mme HEYDE Cornelia (schule@yogakshemam.net)
Belgique : Dr Nancy CARPENTIER (nancy.carpentier@skynet.be)
France : Mme ALTMAN Marie-France (ecole@yogakshemam.net)
Grèce : Mme Stella OUSOUNI (geodel@hol.gr)
Italie : Mme DEBENEDETTI Aurélia (aureliadebe@hotmail.com)
Suisse : Mme Brigitte KHAN (Brigittekhan@campuscomputer.ch)

- ✓ **Yogakshemam Newsletter** est aussi écrit pour vos élèves et vos amis.
- ✓ Aidez-nous à diffuser Yogakshemam Newsletter.
- ✓ Demandez des exemplaires supplémentaires au représentant de votre pays.
- ✓ L'équipe de Yogakshemam Newsletter est bénévole. Pour la réalisation des prochains numéros, votre aide est bienvenue. Contactez votre représentant.

Toute reproduction, même partielle, sans l'autorisation de l'auteur, est interdite.

Ont collaboré à la réalisation de ce numéro : Aurélia DEBENEDETTI, Bénédicte CHAILLET, Brigitte KHAN, Claire SRIBHASHYAM, Cornelia HEYDE, Estelle LEFEBVRE, Gabriel GALEA, George S. DELICARIS, Georges PATERNOSTER, Heike SCHATZ-WATSON, Katerina KOUTSIA, Marie-France et William ALTMAN, Nancy CARPENTIER, Patrice DELFOUR, Stella OUSOUNI, Yannick COHENDET

YOGAKSHEMAM

Newsletter

Bulletin de Yogakshemam (association loi 1901)

Janvier 2009

Edition : France

N° 28

L'enseignement de Sri T. Krishnamacharya au quotidien

Détermination individuelle ou détermination divine

Une question philosophique qui rend perplexe tous les chercheurs sérieux de spiritualité : est-ce que l'homme a une libre détermination ? Quand une personne a la totale responsabilité des situations de sa vie et que tout se résout comme elle le désire elle croit que sa détermination de penser et d'agir est libre. Mais notre vie n'est pas si simple. Même la personne la plus déterminée est tenue de faire face à des situations de doute et de désespoir.

Les tendances cachées dans le mental (*Samskara*) sont responsables de ces sortes de pensées. A cause de son ignorance, la personne s'identifie à son corps et cette identification crée l'idée fausse qu'elle a une détermination indépendante.

L'Être Suprême peut être comparé à l'électricité qui peut allumer beaucoup de lampes. Bien que la brillance de chaque ampoule puisse être différente, elles sont toutes la manifestation de la même électricité. De même, les êtres humains ont différentes capacités suivant l'instrumentalisation de leur personnalité de leur corps-mental-intellect. Quand la personne s'identifie totalement avec le Seigneur, elle sera totalement libérée de son ego, qui est responsable de son sentiment d'individualité.

(Extraits de mes notes, Sri T.K. Sribhashyam)

La page de Srimathi T. Namagiriammal

(épouse de Sri T. Krishnamacharya)

Que la paix soit dans les cieux,
Dans le ciel et sur la terre,
Que la paix soit dans les eaux,
Dans les plantes et tous les arbres
Que la paix soit aux dieux.
Que la paix soit pour tous les hommes
Encore et encore – Que la paix soit pour moi aussi.



Sommaire :

- **Editorial : l'enseignement de Sri T. Krishnamacharya au quotidien**
- **Le Thiruppâvai d'Ândâl (Poème 23) - Sri T.K. Sribhashyam**
- **La naissance et le mariage de Shiva - Conte indien**
- **De père à fils (2) : poème**
- **L'Hindouisme, une démocratie spirituelle - Sri T.K. Sribhashyam**
- **Thirukkural de Thiruvalluvar - J. Narayanaswamy**
- **Pierrette Le Meilleur - Témoignage**
- **Yoga Sutra (7) - Gabriel Galéa**
- **Conviction - Patrice Delfour**
- **La page de Srimathi T. Namagiriammal : Salade de pommes de terre avec amandes grillées**

Salade de pommes de terre avec amandes grillées

Ingrédients

- 1 kilo de pommes de terre rouges coupées en petits cubes d'1 cm.
- 2 cuillères à café de cumin en grains
- ¾ de cuillère à café de sel
- 100g de maïs et 100g de petits pois
- Un peu de gingembre frais selon le goût
- ¾ de tasse d'échalotes hachées
- 50g d'amandes effilées et rôties
- 2 tasses de yaourt
- 1 cuillère à soupe de moutarde de Dijon
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 citron

Préparation

Faire cuire les pommes de terre environ 7 minutes, dans une grande casserole d'eau salée. Pendant ce temps, dans une petite poêle faire griller les graines de cumin en les remuant. Dès qu'elles sont grillées, enlever la poêle du feu. Mettre les pommes de terre dans un saladier. Verser le cumin et le sel, ajouter le maïs, le gingembre en morceaux, les échalotes hachées et les amandes grillées, et mélanger le tout. Puis dans un petit saladier, mélanger le yaourt, la moutarde et l'huile. Ajouter aux pommes de terre et bien mélanger.

La sauce sera liquide si vous faites la salade quand les pommes de terre sont encore chaudes. Mais elle sera absorbée par les pommes de terre après avoir reposé.

Conviction

Séminaire avec Sri T.K. Sribhashyam 17/05/2008 (P.Delfour)

Il ne faut pas confondre amour et dévotion. La dévotion en tant qu'amour envers Dieu, c'est considérer pouvoir être attiré et parfois repoussé vers le divin. Prendre l'amour en Dieu comme de la dévotion, c'est transformer le divin en objet d'expérience, c'est prendre les expériences mondaines en expériences divines. La dévotion est une émotion immuable.

Chaque soutien dans Bhakti est une conviction. La solidité de notre conviction se mesure à sa solidité dans les épreuves que nous traversons. Est-ce que nous continuons notre démarche spirituelle malgré les turbulences de la vie ?

Conviction en Dieu : Toutes nos épreuves découlent de nos vies passées. Nous préparons les prochaines dans la vie présente. Pourtant, nous écartons Dieu quand survient un conflit. Sommes-nous toujours convaincus en plein conflit ?

Conviction au maître : Le maître nous explique comment rester dans la voie malgré les événements de la vie. Le maître nous paraît donc souvent pénible ! Il nous permet de ne jamais perdre le cap malgré toutes les turbulences. Malgré le labyrinthe inévitable de la vie, comment en trouver le centre ? En gardant la conviction dans la méthode du maître ! Or, nous la perdons quand il y a trop de sollicitations (notamment celles de l'entourage qui mettent en doute les paroles du maître). Il faut donc savoir se remettre en question : mettons-nous en doute l'enseignement ? Qu'étais-je avant de le rencontrer ? Que suis-je devenu ?

Conviction aux ancêtres : Si nous recevons un enseignement spirituel aujourd'hui, c'est que nos ancêtres nous ont légué quelque chose. Il y avait une valeur ancestrale en nous. Le souci dans la démarche spirituelle n'est pas tant dans la conviction en Dieu, mais dans le soutien ancestral et familial. Plus nous serons égoïste, plus nous renierons nos parents. Si nous coupons le tronc, nous n'aurons plus de fruit.

Conviction en l'âme : Atma n'est pas le reflet de Paramatma, il n'y a pas de rapport de causalité entre les deux, mais Paramatma est la source de Atma. Eliminer Dieu nous rend tout-puissant. Pour avoir la conviction en l'âme, il faut croire en sa source, avoir la conviction en Dieu. Croire en une source de l'âme, c'est rabaisser l'ego qui n'est plus tout puissant.

Ne pas croire en Dieu, c'est ne pas croire en l'âme, au soutien des ancêtres et aux maîtres. Ne pas croire en Dieu, c'est mettre en avant l'ego. Nous transformons plaisir sensoriel (perception) en plaisir sensuel (recherche de plaisir pour l'ego). Le vrai dévot, lui, sait offrir la beauté des fleurs au Dieu, sans dévoyer ce plaisir avec son ego.

Le Thiruppâvai d' Āndāl

Extraits d'un commentaire exclusif de Sri T. Krishnamacharya

(*Thiruppâvai*, en Tamil, la langue du Tamil Nadu, est une composition poétique qui a le pouvoir d'amener à la dévotion. *Thiruppâvai* est un appel aux femmes à se consacrer à la dévotion.)

Poème 23 :

Tout comme le lion majestueux, pendant la saison des pluies, se tapit quand il dort à l'intérieur d'une grotte et s'éveillant, ouvre ses yeux lançant des flammes, saisissant vigoureusement la chevelure de sa crinière parfumée dressée, la secouant, se lève majestueusement et sort de la grotte avec un rugissement retentissant, puisses-Tu, Seigneur à la teinte enchanteresse des myrtilles, émerger de Ton Temple sacré et venir ici – par Ta vision nous bénissant – et être assis sur Ton trône qui est parfaitement fait pour Toi et que Tu mérites ; puisses-Tu ensuite regarder avec bonté le but et le dessein de notre venue. Ecoute et considère demoiselle !

Commentaire

Dans ce poème Āndal décrit la majestueuse démarche de Krishna. Dans le poème précédent elle a annoncé l'arrivée des Gopis aux pieds de Son lit et fait appel à Lui pour qu'Il Se réveille, les regarde et Se renseigne sur leur mission. Il consent. Ici, elles saluent Sa « démarche de lion » - paisible, tout en étant prêt à détruire Ses ennemis.

Dans ce poème, Āndal révèle le mental du Seigneur : Il pense qu'Il aurait dû Se rapprocher des dévots et répondre à leurs désirs. Elle se réfère à deux incidents : les sages de Dandakaranya (la forêt dans le nord de l'Inde où vivent les ascètes et où les démons prennent plaisir à perturber leur paix) et la situation de Vibhishana (le frère de Ravana). Dans les deux cas, le Seigneur Se sent attristé qu'ils viennent à Lui alors qu'Il aurait dû les approcher et supprimer leurs obstacles. Il est clair que le Seigneur désire toujours chercher les dévots pour détruire leurs obstacles. Quand les dévots eux-mêmes L'approchent, non seulement Il éprouve de la sympathie pour eux, mais Il a une grande compassion envers eux. Le Seigneur devrait aller vers le dévot et le secourir.

Ici Āndal, invoque l'incarnation de Vishnu en tant que Lion. Le Seigneur Vishnu s'est incarné en étant moitié lion moitié homme pour secourir l'enfant dévot Prahlāda et le libérer des griffes démoniaques de son père, Hiranya Kashipu. C'est pourquoi nous avons l'analogie entre le lion et Sri Krishna.

Commentaire de Sri T. Krishnamacharya

Bien que Krishna soit décrit comme un lion redoutable, au moment où Il le décide, Son attitude physique et mentale est celle d'une fleur. Les Gopis avaient l'image de Krishna étendu sur Son lit. Maintenant, elles souhaitent voir Sa démarche élégante quand Il Se dirige vers Son trône.

Le lion est l'expression symbolique de Lakshmi Narasimha (l'incarnation de Vishnu et de son épouse Lakshmi en tant que mi-lion, mi-homme). Il est magnanime et Il demeure comme une seule entité. Les maîtres spirituels sont considérés comme les lions de la nature humaine - car ils chantent la grandeur des Ecritures Sacrées.

Le Créateur est minuscule à la phase du déluge cosmique ou avant la création ; Il est énorme à la phase de création car il sera présent partout et dans tous les êtres créés. Il en est de même de Krishna - un garçon minuscule et néanmoins toujours présent.

Ce poème fait ressortir une autre analogie rare : Krishna est décrit comme ayant la teinte bleue des myrtilles. De la même façon que les myrtilles apaisent les yeux, la présence et les enseignements des maîtres spirituels (comparés aussi aux myrtilles) apaisent notre âme.

La luxure et la colère sont deux émotions de base qui sont les plus grands obstacles d'un dévot. De la même manière que le lion déchire la peau de ses proies, nous devrions nous débarrasser de notre cuirasse de luxure et de colère.

Le lion ne sort pas pendant la saison des pluies. Il reste à l'intérieur de sa grotte. De même, le Seigneur reste à l'intérieur de la grotte de notre cœur quand nous sommes sous la pluie de l'ignorance, de la connaissance fautive, de l'orgueil et des comportements égoïstes. De la même manière que le lion sort quand la pluie cesse, nous prenons conscience de la présence de Dieu dans notre cœur quand nous nous débarrassons de l'ignorance, de la fautive connaissance, de l'orgueil et des comportements égoïstes.

La naissance et le mariage de Shiva

(Contes de l'Inde, publiés par Motilal Banarsidas, Delhi)

Il y a très longtemps, le Dieu Dharma créa, de Sa sueur, la Déesse Shakti (l'énergie). Peu après l'avoir créée, Il alla au bord de la rivière pour méditer. Il resta absorbé dans ses propres pensées pendant quatorze ans jusqu'à ce qu'un hibou vienne le déranger. Le hibou lui rappela sa fille et le persuada d'abandonner sa méditation et de retourner chez lui pour s'occuper d'elle. Naturellement, sa fille était devenue une jeune femme. Quand le Seigneur s'aperçut du changement qui eut lieu en elle, il partit à la recherche d'un époux pour sa fille. Il laissa un pot de miel et un pot de

C'est dans ce contexte culturel qu'il faut situer *Yoga Abhyâsah* pour bien saisir la signification de ce concept mentionné par Patanjali.

Nous pouvons remarquer que nous ne parlons pas en Inde de la « pratique » de la médecine ; la médecine est un devoir plutôt qu'une pratique.

En ce qui concerne la *Bhâgavad Guîta*, l'expression consacrée est *Guîta Patana*, le mot *Patana* signifiant tout simplement « lire ». Mais pour le *Râmâyana*, on utilise la locution *Râmâyana Pârâyana*, car on ne peut pas arrêter la lecture n'importe où, on est tenu d'accomplir une invocation avant et après la lecture, qui doit se faire en principe le matin ; et la lecture rituelle des six premiers livres doit durer six jours, six mois ou six ans.

Pour maintenir en mémoire le *Veda*, la répétition des *Mantra* se fait selon un protocole précis : c'est cette répétition qui porte le nom d'*Abhyâsah*.

Yoga Abhyâsah permet d'empêcher les cinq moyens de connaissance d'influencer l'activité de *Chittha* : la répétition de la règle permet de maintenir le principe donné, en-dehors de tous les moyens pratiques que donne Patanjali. *Abhyâsa* suivi de *Vairagya* permet d'obtenir *Nirodha*. Le même moyen est donné dans la *Bhâgavad Guîta* dans le sixième chant, intitulé le *Sâmkhya-Yoga* : au verset 35, le Seigneur Krishna enseigne à Arjuna qu'*Abhyâsa* et *Vairâgya* permettent de maîtriser le mental. *Abhyâsa* est mentionné en premier lieu aussi bien dans le *Yoga Sutra* que dans la *Bhâgavad Guîta*.

Samâdhi Pâda – Sutra 13

Le Sutra 13 donne la définition d'*Abhyâsa* : *Tatra Sthitau Yatnah Abhyâsah*. *Tatra* signifie « de ces deux moyens », c'est-à-dire *Abhyâsa* et *Vairâgya*. Le mot *Sthiti* est un terme technique utilisé pour désigner le mental. Il signifie textuellement « ce qui reste stable ». Les moyens mentionnés sont mis en œuvre pour acquérir la stabilité du mental. Il s'agit d'une tentative de maintenir le mental à l'état d'inactivité ; cette inactivité est définie par rapport aux moyens de connaissance, c'est-à-dire *Pramâna*, *Viparyaya*...

Nous nous trouvons dans une situation dans laquelle il est presque inscrit dans la nature même de *Chittha* d'être *Vritthi*. L'acquisition de *Sthiti* est appelée *Abhyâsa*. Nous avons cinq moyens de connaissance qui pénètrent de manière ininterrompue dans *Chittha* : *Abhyâsa* vient à contre-courant dans ce flux continu. *Abhyâsa* est contraire aux cinq moyens de connaissance. La tentative d'acquérir un *Chittha* stable est une lutte difficile, c'est ce que sous-entend le mot *Yatnah*, effort. *Abhyâsa* consiste à empêcher les cinq moyens de connaissance d'influencer *Chittha*.

A tout instant, les cinq moyens de connaissance pénètrent dans *Chittha* ; Patanjali donne des indications spécifiques pour qu'*Abhyâsah* ne soit pas perdu.

à suivre...

Une de ses élèves témoigne :

« Les pratiques régulières donnaient à ce lieu une sérénité hors du commun. Pierrette était très fidèle à l'enseignement qu'elle avait reçu. Excellent professeur, c'était un vrai guide spirituel, tant par son exemple de sagesse, de gentillesse, de compassion, d'humilité que par la qualité et la richesse de ses cours. Aujourd'hui encore, nous sommes plusieurs de ses élèves à poursuivre le chemin du yoga et elle est toujours très présente dans nos cœurs et dans nos mémoires. »

Puisse son âme avoir enfin trouvé la félicité et la paix éternelle !

Yoga Sutra (7)

Cet article est le cinquième compte rendu des cours de Yoga Sutra de Patanjali offerts par Sri T.K. Sribhashyam en hommage à son Père Sri T. Krishnamacharya.

Samâdhi Pâda – Sutra 12

Jusqu'à présent, notre étude s'est portée sur les moyens de connaissance qui amènent à des *Vritthi*. Nous remarquons en effet que dans le *Yoga Sutra*, un *Sutra* peut être expliqué par plusieurs *Sutra* qui le suivent. C'est le cas du quatrième *Sutra* du *Samâdhi Pâda*, qui traite des *Vritthi*, et qui est développé dans les sept *Sutra* suivants : comment les différents moyens de connaissance amènent aux *Vritthi*. Ensuite, Patanjali reprend la suite de son propos : le *Sutra* 12 est lié au *Sutra* 2 : comment faire en sorte d'amener le mental (*Chittha*) au-delà des *Vritthi*, à l'état que Patanjali appelle *Nirodha*. Le *Sutra* 12 apporte les moyens d'arriver à *Nirodha* : *Abhyâsa Vairâgyâbhyâm Tan Nirodhah*. *Abhyâsa* et *Vairâgya* sont les deux moyens préconisés par Patanjali pour permettre de s'affranchir des *Vritthi*. Et Patanjali poursuit dans les *Sutra* suivants son explication : les *Sutra* 13 et 14 traitent d'*Abhyâsa* ; pour *Vairâgya*, Patanjali donne une plus longue explication.

Le mot *Abhyâsa* signifie la « pratique » ; il ne s'agit pas ici de la pratique sur le tapis, mais d'une sorte d'apprentissage favorisant la mémorisation. *Abhyâsa* correspond à une discipline mentale.

Par exemple, pour maintenir en mémoire le *Veda*, les étudiants sont censés le répéter : ainsi, l'apprentissage du *Veda* est désigné par le terme *Veda Abhyâsah*.

Pour toute étude, nous sommes obligés de mémoriser certaines choses : *Akshara Abhyâsah* correspond à l'apprentissage des lettres de l'alphabet sanscrit. Le mot *Akshara* qui désigne les lettres signifie « ce qui ne peut pas être détruit (*Kshara*) ».

Nous distinguons également *Gauitha Abhyâsah*, l'apprentissage de l'astronomie.

poison. Pendant son absence, sa fille devint de plus en plus désireuse de la vie. Impatiente, elle but le contenu du pot contenant le poison. Il émana d'elle trois grands dieux : Brahma, Vishnu et Shiva. Bien qu'ils soient nés aveugles, ils réussirent à aller au bord de la rivière pour s'absorber dans la contemplation divine.

En voyant ces trois hommes absorbés ainsi dans la méditation, Dharma voulut les tester. Il descendit la rivière en flottant sous la forme d'un corps à l'odeur putride. Comme le corps transformé de Dharma approcha Brahma, celui-ci perçut cette puanteur. Brahma aspergea cérémonieusement trois fois avec ses mains le corps qu'il chassa vers le bas de la rivière. Puis, le Dieu Dharma flotta devant Vishnu. Vishnu aussi prit conscience de l'odeur nauséabonde et fit donc la même chose que Brahma, il fit descendre le corps en bas de la rivière en prenant trois fois de l'eau dans ses mains. Enfin, le corps arriva devant Shiva. Quand Shiva remarqua cette pestilence, il se dit toutefois à lui-même : « Comment peut-il y avoir déjà l'odeur de la mort quand il n'y a eu aucune naissance ? » Shiva en vint à réaliser que cette odeur ne pouvait être rien d'autre qu'une illusion créée par le grand Seigneur lui-même.

Aussi, au lieu d'envoyer le corps au bas de la rivière, Shiva l'attrapa avec ses deux mains et commença à danser. Il réalisa aussi qu'il avait été le seul des trois à avoir reconnu le Dieu Dharma sous sa forme cachée. Dharma était très content de Shiva et lui accorda le don de la vue. Il lui dit : « Tu étais aveugle des deux yeux. En récompense, je t'accorde maintenant la vue, et je t'accorde un troisième œil. » Shiva était très content. Il se prosterna aux pieds de Dharma et commença à chanter ses louanges. Puis il pria le Dieu pour qu'il accorde aussi la vue à ses deux frères. Dharma expliqua à Shiva qu'une goutte d'eau serait suffisante pour donner la vue à ses deux frères. Alors Shiva les aspergea d'eau et donna à ses deux frères la vision divine.

Les trois frères allèrent ensuite ensemble rendre visite à Shakti afin de lui rendre hommage.

Dharma demanda alors à Brahma de créer le monde. Il chargea Vishnu de le protéger et confia à Shiva aux trois yeux la tâche de sa dissolution.

Dharma se tourna vers Shakti et lui donna comme tâche de donner naissance à toutes les créatures. Mais Shakti lui demanda : « Comment faire pour mettre au monde les créatures sur cette terre ? Je suis née sans parents et je ne possède pas le pouvoir de conception. Oh Maître, que dois-je faire pour exécuter Tes ordres ? » Dharma lui conseilla d'épouser le Seigneur Shiva dans chacune de ses naissances à venir. Shakti accepta. Le fruit de son union avec Shiva fut la naissance de beaucoup de créatures en ce monde. C'est la raison pour laquelle les Hindous considèrent tous les créés comme une forme de Shakti.

De père à fils (2)

Les poètes nous permettent parfois d'appréhender les choses différemment, à travers leur sensibilité. Dans ce poème, inspiré d'un récit recueilli en février 2008, une élève nous livre sa vision d'un enseignement transmis selon la tradition.

Etre
Le réceptacle transparent d'un indicible
enseignement.
Celui de Sri Krishnamacharya
à l'un de ses fils, T.K . Sribhashyam.
Madras
1953-1970

De père en fils
Transmettre au-delà du savoir.
Au-delà de l'écoute
avec constance demander à un enfant de cinq ans
à un adolescent, puis à un adulte
de voir

A fleur de peau
apprendre à intégrer le mouvement
pour toucher
à l'immobilité. A la limite du perceptible
effleurer
le seuil de la connaissance
subliminale.

Thirukkural (proverbes) de Thiruvalluvar

J. Narayanaswamy

<http://www.geocities.com/nvkashraf/kur-fre/Fre01.htm>

131. Puisque la moralité honore tous les hommes, il faut la conserver de préférence à la vie.
132. Examinez, cherchez à connaître, en contenant votre volonté, vous découvrirez à la fin que la moralité est votre seule compagne (pour le ciel). Donc, gardez-la, même au prix des souffrances.
133. La moralité dénote l'homme de race ; l'immoralité place l'homme dans la classe inférieure.
134. Le brahmane, s'il oublie les Védas, peut les réétudier, mais s'il manque à la moralité, il perd sa caste.
135. Pas d'enrichissement pour l'envieux : de même, pas d'élévation pour l'homme sans mœurs.
136. Ceux qui, sachant que dévier des bonnes mœurs crée le péché, ne s'écartent pas de la bonne conduite sont ceux qui ont la force de la volonté.
137. Par les bonnes mœurs, on obtient l'honneur; c'est l'ignominie qui attend ceux qui s'en écartent.
138. Les bonnes mœurs sont les semences de la vertu, les mauvaises causent toujours la douleur.
139. Même quand ils s'oublient, il est impossible aux gens de bonnes mœurs de proférer des paroles blessantes.
140. Ceux qui ne savent pas conformer leur conduite au monde sont des ignorants, bien qu'ils aient beaucoup appris.

à suivre...

Pierrette Le Meilleur

Nous aimerions rendre un hommage particulier à Pierrette Le Meilleur qui nous a quittés le 31 juillet 2006.

Pierrette Le Meilleur s'est beaucoup investie pour perpétuer l'enseignement de Sri Krishnamacharya.

Elle fut non seulement la fondatrice de l'association "Yogakshemam", mais aussi un membre actif du conseil d'administration de la F.I.D.H.Y.

Elle a voulu montrer sa grande gratitude à Sri Sribhashyam en achetant un terrain et en y construisant une maison pour l'Ecole Yogakshemam, offrant aussi aux élèves la possibilité d'organiser des séminaires ou des rencontres.

Nous témoignons de notre attachement profond et sincère à son mari, Jean-Michel, qui était d'un grand soutien durant les week-ends.

Ainsi, quoiqu'il soit tout à fait logique que l'être humain doive satisfaire ses besoins avec les autres parties de la nature, il ne devrait pas se servir de son intelligence, de sa connaissance et de son pouvoir pour exploiter les autres créatures. Ce qui veut dire que nous devons reconstruire et restaurer ce que nous avons utilisé et réduire nos désirs et nos demandes toujours grandissants de ressources. Car nous entravons notre croissance en nous identifiant au Soi Universel, en échouant ainsi à réaliser l'idéal de l'universelle fraternité.

Les Hindous ne prient pas seulement pour la paix et l'harmonie entre les hommes, ou entre l'homme et les autres formes de vie, l'homme et la terre, mais aussi entre la terre et les autres éléments primordiaux du Cosmos. Nous le constatons dans l'invocation suivante qui est récitée soit au début soit à la fin de tous les rites Hindous sacrés, et des cérémonies, pour établir un champ d'énergie paisible dans l'environnement.

Que la paix soit dans les cieux,

Dans le ciel et sur la terre,

Que la paix soit dans les eaux,

Dans les plantes et tous les arbres

Que la paix soit aux dieux.

Que la paix soit pour tous les hommes

Encore et encore – Que la paix soit pour moi aussi.

De cette invocation il est clair que, pour les Hindous, la Terre n'est pas un objet d'exploitation, mais une mère pour l'adoration. Les Hindous appellent la Terre *Bhu Devi* (Déesse Terre). La tradition de vouer un culte à la Terre (*Bhu Puja*) avant de l'utiliser dans un but précis se poursuit encore aujourd'hui. Les Hindous regardent aussi les rivières et les mers comme l'incarnation des éléments primitifs de la nature qui purifient et vitalisent chaque chose qui vient à leur contact.

Les Hindous ont voué un culte aux plantes avec gratitude car elles sont le processus majeur de l'énergie solaire, qui est vital pour l'existence.

La mythologie hindoue, le folklore et la littérature montrent l'affinité de nombreux Dieux et Déeses hindous avec les oiseaux et les animaux qui jouent le rôle de véhicule divin. Le Seigneur Vishnu monte un aigle, le Seigneur Shiva monte un taureau blanc, Nandi, la Déesse Saraswati a pour véhicule le cygne, tandis que Kartikeya monte un paon. L'intérêt est aussi ressenti pour les oiseaux et les animaux dans des cérémonies sociales et religieuses. Par exemple, on enjoint aux propriétaires de maison de faire une offrande obligatoire de nourriture pour les oiseaux et les animaux.

L'hindouisme respecte tous les êtres et les entités comme divins et égaux. Les chants religieux et les prières hindoues aussi traitent la nature avec révérence et désirent vivre avec elle dans la coopération, la paix et l'harmonie.

Que la paix soit pour les lecteurs.

A fleur de terre
accoster
avec un fils
en dépit des modifications du champ visuel
sur les berges
de la permanence et de la claire
vision.

Avec constance
comme un luthier
affûter des instruments.
Une rue claire et un esprit pénétrant
au quotidien
Apprendre à un fils
à assumer
la charge de la clairvoyance.

En appui
sur la ligne d'horizon
un espace de vie circulaire
le disque solaire.

Madras
500 mètres de plage à parcourir
à pied
avant d'atteindre la mer.

A fleur de terre
le lever du disque solaire
rythme
la respiration de la vie familiale.
Pour Sri Krishnamacharya chaque matin
commence à l'aurore.
T.K. Sribhashyam vit tout d'abord avec son père
puis seul
la Réalité Solaire.

à suivre...

L'Hindouisme, une démocratie spirituelle

Sribhashyam

Un des traits fondamentaux distinguant l'Hindouisme des autres religions est l'affirmation d'une divinité dans chaque âme. Chaque âme est potentiellement divine ; le but est d'atteindre la divinité en nous. Dans la tradition hindoue, chaque chose de la nature est divine. De toute manière, l'Hindouisme déclare que tous les objets, dans la nature, sont nés égaux. Cependant *tous les êtres* et *toutes les choses* sont divins, mais seuls les êtres humains sont capables de réaliser ou d'expérimenter leur nature divine. En d'autres termes, l'Hindouisme prône la démocratie spirituelle.

La principale valeur de l'Hindouisme repose sur le fait que toute vie (pas seulement les êtres humains, mais tous les êtres) est une, ce qui veut dire que toute vie vient de la Source Universelle. Les humains ne sont pas là pour dominer ou exploiter la nature, mais pour coopérer avec elle afin d'aider et d'améliorer notre bien être mutuel.

L'Hindouisme, à la différence d'autres grandes religions, n'a pas eu de fondateur et n'a pas les mêmes dogmes qu'imposent les autres religions. Tous les textes sacrés des Hindous sont issus de la sagesse divine révélée à des centaines, sinon à des milliers de sages, appelés *rishis*, durant les millénaires passés de l'histoire de l'Inde. Il n'y a pas eu de doctrine pour être imposée à chacun, et les gens ont la liberté de choisir leur propre forme de culte, avoir leur propre philosophie et pratiquer leur propre voie de dévotion. Cela a conduit à la formation de groupes religieux et philosophiques innombrables dans l'Hindouisme. Mais tous acceptent que leur inspiration ait pour origine les Vedas. De plus, tous ces groupes vivent en paix et en harmonie entre eux.

L'Hindouisme honore et voue un culte à beaucoup de Dieux. Malgré cette acceptation de nombreux Dieux et Déesses, l'Hindouisme n'est pas polythéiste. Comme le Rig Veda, le plus ancien des textes sacrés au monde, le dit : *Dieu est un, les sages Lui donnent des noms variés*. L'Hindouisme a le concept de l'*Ishta Devata*, l'image ou la forme de Dieu choisie. Certains Hindous sont très attirés vers la mythologie attachée à Vishnu et à ses incarnations, tandis que Shiva en attire d'autres. La Déesse aussi a un grand nombre de partisans en Inde. Pour un Hindou, vouer un culte à un dieu ou à une déesse est un choix et une inclination spirituelle.

Même quand la suprême divinité est masculine comme Vishnu ou Shiva, la Déesse est à leur côté comme Lakshmi ou Parvati. Cela pourvoit à une raisonnable égalité spirituelle entre hommes et femmes. Elle est essentielle pour maintenir la démocratie spirituelle.

L'Hindouisme ne condamne pas quelqu'un simplement parce qu'il ou elle est athéiste ou humaniste. Dans la tradition Hindoue, athéistes et humanistes, bien que ne croyant en aucun Dieu, sont considérés avec une

grande estime car leurs actions sont favorables au bien être de l'humanité. De la même façon, les Hindous montrent un grand attachement aux saints et aux grandes personnalités des autres religions. Car ils croient qu'une compagnie sacrée, sans se soucier de ses attaches religieuses, est très utile pour atteindre Dieu.

Il y a deux préoccupations primordiales dans l'Hindouisme : la liberté et la responsabilité. Pendant que certains se lancent dans la liberté de l'âme, d'autres choisissent de rester dans le travail. Les Hindous sont très conscients de leurs dettes karmiques, de l'interconnexion et de l'interdépendance profonde des êtres vivants dans de nombreux niveaux de la réalité. Dharma (les règles religieuses ou morales) définit leur place dans le monde, leur dit et leur montre comment vivre ensemble dans un respect et un support mutuels. Ce principe démocratique est très ancré dans la philosophie du Vedanta, une des écoles philosophiques indienne. La Philosophie est appelée en Sanskrit *Darshana*, ce qui signifie "voir" ou "la perception directe". Contrairement à la philosophie occidentale, qui est une discipline intellectuelle, la philosophie indienne est un exercice de recherche de la vérité, qui ne se limite pas à un raisonnement cartésien, mais de manière plus importante, dépend de la perception directe et de la prise de conscience intuitive.

Le Vedanta, naturellement, est seulement une des six interprétations philosophiques. Les cinq autres sont : Nyaya, Vaisheshika, Mimamsa, Sankhya et Yoga. Mais toutes les six tirent leur autorité des Vedas, et toutes les six sont tant imbriquées qu'il est difficile de les séparer en six compartiments étanches. Les Upanishads décrivent Brahman comme étant la nature inhérente de l'Existence, la Connaissance et le Bonheur absolu. Imaginons aussi que les différentes créatures et nous-mêmes soyons les vagues, certaines sont de petites vagues et d'autres sont grandes. Mais sans se soucier de la hauteur ni de la largeur des vagues, toutes ne sont que de l'eau. En d'autres termes, il y a l'unité derrière la diversité des noms et de la forme, portant différents masques quand il est homme, femme, animal, plante, planète, rivière, montagne, océan, etc...

Contrairement à notre tendance matérialiste, l'Hindouisme révère chaque chose de la nature comme sacrée et donc nous conseille de traiter tous les objets avec respect et ne pas les exploiter.

Il y a une Invocation pour la paix qui précède certains Upanishads :

« *Cela est plénitude,*

La plénitude est tirée de sa plénitude ;

Ce qui subsiste est plénitude. »

Ce chant de paix est important pour plusieurs raisons. En premier lieu, il n'y a aucun Dieu des religions monothéistes qui crée cet univers de rien. En second lieu, tout comme la Réalité Transcendante est plénitude ou parfaite, ce monde est plénitude ou perfection. C'est comme cela que le caractère sacré de chaque chose de ce monde s'impose.