



Lalaji Maharaj

Babuji Maharaj parlait tant de Lalaji que j'ai eu un regret : celui d'avoir coexisté avec Lalaji Maharaj les cinq dernières années de sa vie, sans jamais avoir pu le voir. Après tout, les gens pourraient sourire ou rire car qu'est ce qu'un enfant de cinq ans aurait pu faire avec le grand Maître ? Mais si je l'avais vu, et s'il m'avait tout simplement regardé, cela aurait fait une grande différence. Je veux dire, je dis ceci avec tout le respect que je dois à Babuji Maharaj ou à ce qu'il m'a conféré, parce que Babuji le louait et montrait son amour pour lui de tant de manières, que j'ai senti ceci comme perte spirituelle certaine dans ma propre vie. Par la suite, naturellement, peut-être Lalaji Maharaj de lui-même, dans sa grâce, a compensé ceci en m'apparaisant dans certaines expériences (j'en ai parlé dans mes livres) à une ou deux occasions, et Babuji était si heureux qu'il a dit, "Dekko (regarde), aujourd'hui tu as eu le *darshan* de Lalaji."

La première fois, je marchais dans un tunnel, et à l'autre bout du tunnel il y avait un point lumineux. Pendant que j'avais presque à la vitesse de la lumière, le point lumineux s'élargissait et devenait la sortie, et je sortais. Et il y avait une énorme

boule de cristal. Et en elle j'ai vu d'abord Babuji Maharaj, puis Lalaji Maharaj dans un cadre d'or, le visage, non pas un cadre comme le cadre d'un tableau, mais comme s'il était en or mais souriait dans sa pose habituelle, une pose sereine. Babuji se transforma en Lalaji, et finalement Lalaji se transforma en



Sahaj Bandish
© Sri Ram Chandra Mission

moi. Non pas comme un reflet dans un miroir avec mon oreille droite apparaissant comme mon oreille gauche, pas cela, mais c'est comme si j'y étais moi-même. Plus tard Babuji me dit : "c'est le secret de la spiritualité, qui fait que quand tu Le cherches, tu te trouve toi-même." Par conséquent, cela s'appelle la révélation Divine, et aussi révélation de soi.

La réalisation divine est la réalisation de soi, parce que le soi, avec un grand "S" est notre soi véritable. Et l'autre soi, auquel je me réfère comme étant moi-même, est l'individu brut et le soi temporel, fait de matière, de l'esprit, laissant l'âme à part, ce qui signifie que l'être humain normal vit sans que l'âme n'intervienne dans sa vie. L'âme agit comme un témoin silencieux, et comme le *Purusha Sukta* des Vedas le dit: Il est éternellement là sous forme d'une minuscule flamme atomique, et Il doit être réveillé dans notre vie. Autrement il passe de vie en vie comme notre compagnon éternel. C'est pourquoi Dieu s'appelle également le compagnon éternel. Mais il est un compagnon qui est endormi – *sushupta*. Aussi la spiritualité et particulièrement le premier sitting du Maître quand il

touche et éveille cela, alors ceci devient, ce Soi intérieur, le Soi supérieur s'éveille et prend les rênes, comme cela était avant, pourvu que nous soyons disposés à les lui remettre.

Parthasarathi Rajagopalachari - le 31 Octobre 2006 (He the Hookah and I) pp 39-40.

Ainsi parle :

Lalaji

- *O, Sadhu ! la forme unique envahit tout,
Aucune différence n'existe entre une goutte et l'autre :
La mer et la goutte ne font qu'un ;
La mer se trouve dans la goutte,
et la mer est elle-même la goutte ;
Telle est la vérité.*

*Derrière la goutte s'étend la mer ;
La mer supporte la goutte.
Permettre à la goutte de réaliser l'océan
Constitue la Réalité.*

Babuji

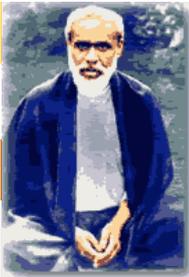
- *Pour un abhyasi la seule chose importante est de chercher son but à l'intérieur de lui-même.*

Chariji

- *Est spirituel seulement celui qui cherche la conscience Ultime ou la conscience Divine en lui, et s'efforce d'unir sa conscience individuelle personnelle à cette conscience Ultime. C'est ça la spiritualité .*

SOMMAIRE

Lalaji Maharaja	1
Ainsi parle	1
En souvenir de Lalaji	2
Formation du caractère	2
Jeunes regards	3
Messages du monde lumineux	4
Réflexions du jour	4



En souvenir de Lalaji

MON MAITRE

Les grands hommes ne naissent pas par hasard, mais arrivent à l'époque ou ils sont le plus nécessaires, font leur travail et s'en vont (telle est la loi naturelle). L'Inde, qui a toujours été le foyer de la spiritualité, tâtonnait dans le noir et avait totalement oublié l'antique système du Yoga. Un solide matérialisme avait pris la place d'une spiritualité subtile. Les sombres nuages de l'ignorance rodaient partout. La Transmission Yogique était devenue tout à fait étrangère aux Hindous. A ce stade ou la spiritualité chancelait sans espoir, il fallait d'urgence une grande Personnalité pour redresser les choses et permettre l'évolution de l'humanité.

C'est à ce moment que la force de la Nature se manifesta sous la forme humaine du Samarth Guru Mahatma Shri Ram Chandrajī Maharaj, à Farrukhabad (U.P.). Ce génie spirituel est né le jour de Basant Panchami, le 2 février 1873, dans une respec-

table famille Kayastha. Son enfance fut influencée par sa mère, une dame à l'esprit noble et simple, qui consacrait la plus grande partie de son temps à la dévotion et au culte. C'est grâce à cette influence qu'il reçut l'inspiration dès son plus jeune âge.

Un jour, alors qu'il jouait avec ses camarades, une force Divine fit naître en lui le sentiment qu'il n'était pas venu au monde pour faire ce à quoi il se livrait présentement. Il devait se réaliser et se préparer pour la grande tâche future. Son âme était éveillée et il s'y employa avec tout le sérieux nécessaire. Il atteignit la perfection en 7 mois seulement, ce qui est vraiment sans précédent. Puis il consacra toute sa vie à la cause spirituelle.

Il était l'incarnation de la modération, de la tolérance et de la dévotion, complètement dépourvu d'égoïsme. Avec lui vint l'aube d'une ère nouvelle d'entraînement Yogique par le moyen de la Transmission, dont il fut le Maître. Il pouvait amener un homme à la perfection en un clin d'œil. C'est lui qui

a rendu possible l'atteinte de la perfection en une seule vie, même en menant une vie de chef de famille. Il avait coutume de dire que les soucis et les chagrins de la vie de chef de famille sont des pénitences et des sacrifices propices à une évolution spirituelle. Il a beaucoup simplifié la technique d'entraînement spirituel et l'a adaptée aux nécessités de l'époque. Parmi ses innombrables recherches dans le domaine spirituel, l'un figure dans ce livre sous le titre de Région Centrale.

Disposant de cette envergure et de cette compétence spirituelle, il consacra tous les instants de sa vie à l'élévation de l'humanité, et après avoir servi le plus grand nombre pendant environ 36 ans, il quitta sa forme matérielle à l'âge de 58 ans le 14 août 1931. Il fut vraiment un prodige de la Nature. Le travail qu'il fit durant sa vie est inconcevable. La postérité reconnaitra ses mérites le moment venu.

Ram Chandra : Le Sahaj Marg, une nouvelle tradition spirituelle, pp. 93-94.

La formation du caractère comme base d'une vie spirituelle

Séminaire sous-régional de Douala, 24-29 décembre 2008

Au cours du dernier séminaire de Douala des discussions de groupe ont eu lieu le 26

et 27 Décembre 2008, sur la devise qui nous a été donnée par le Maître. En fait le principal objectif de ces discussions de groupe était de nous aider à nous référer plus à notre cœur et non à notre mental, notamment en matière de sujets touchant à la spiritualité. En effet dès le début du séminaire, quelques frères étaient surpris de ne pas voir les discussions avoir lieu dès le premier jour. Nous avons dû leur expliquer qu'il fallait laisser le Maître mettre en place la condition appropriée pour nous permettre d'aborder correctement ce thème.

Nous avons donc programmé les discussions de groupe les 26 et 27 Décembre. Le numéro d'Echos d'Afrique du mois de Décembre 2008, était utilisé comme document de référence. Ce numéro avait été préparé pour nous aider à réfléchir sur le thème du séminaire à travers les enseignements de nos Maîtres, présentés sur les pages 1 à 4. Les textes à lire étaient: 'Le caractère est pur amour'; 'Ainsi parle' (en page 1); le 'Message de Babuji du Mardi 28

Novembre 2000' (en page 2); 'cultiver la bonté du cœur' (en page 3) et le Message de Babuji en page 4 ainsi que les Réflexions du jour. Les participants se sont scindés en 5 groupes de 5 à 8 personnes, avec les instructions suivantes:



- Lisez ces textes et relevez ce qui vous aura marqué, inspiré, touché le plus au cœur;
- Selon vous, pourquoi la formation du caractère est-elle importante pour l'évolution spirituelle?
- Avez-vous appris un aspect de la formation du caractère que vous ne connaissiez pas auparavant?
- Qu'est-ce que votre lecture vous aura

inspiré quant à la manière d'améliorer, de modifier votre propre caractère?

Quelques conclusions essentielles de ces travaux en groupe peuvent être résumées comme suit:

La formation du caractère est importante pour l'évolution spirituelle de l'abhyasi car elle permet d'acquérir les valeurs humaines d'amitié, de fraternité et d'amour, qui sont indispensables à l'évolution spirituelle. Les participants ont indiqué qu'ils ont appris des lectures et des discussions quelques aspects de la formation de caractère qu'ils ne connaissaient pas auparavant. Comme ils l'ont souligné, pour «grandir spirituellement, il faut nous atteler à l'amélioration du caractère, développer la bonté du cœur, cela demande de gros efforts. Nous devons coopérer avec le Maître, cultiver les valeurs qu'il nous recommande et surtout les mettre en pratique.» Ils ont poursuivi en notant que:

- L'aspect le plus important c'est notre propre engagement, nous ne devons pas nous mentir à nous-mêmes. Avant d'agir nous devons nous référer à notre cœur, siège du Divin et source de la réalité.
- L'effort personnel compte dans la transformation du caractère, et ce travail sur soi est nécessaire pour que l'amour du

La formation du caractère comme base d'une vie spirituelle (Suite)

Maître s'installe définitivement dans nos cœurs.

- Plus on travaille sur soi et plus on se rapproche du Maître.
- L'amour rend plus fort, il aide à construire et à évoluer.
- Le Maître travaille sur nous, mais c'est à nous de modifier nos façons d'être.
- Notre propre caractère peut être amélioré ou modifié en «faisant régulièrement notre pratique, avec joie et passion; en cultivant la bonté du cœur par la méditation; en développant la fraternité, et en faisant correctement la prière universelle de 21 heures., en s'abandonnant au Maître qui est important pour que se réalise notre transformation, qui nous permet d'aimer le Maître et tout ce qu'il aime, cela nous aide aussi à cultiver la bonté.»
- Nous devons développer «l'amour pour tous, avec les bénédictions de nôtre Maître.» tout en «mettant en pratique les dix maximes.»

En guise de conclusion, les participants ont rappelé que "Quand la goutte se perd dans l'océan, elle se transforme elle-même en océan." Si nous suivons le Maître aveuglément, avec obéissance, nous nous perdons en lui et là nous devenons comme



lui ce qui est notre but.»

Les discussions de groupe de travail ont été reconnues comme des processus efficaces d'enrichissement réciproque dans lesquels les frères et les sœurs ont partagé entre eux

leurs inspirations sur les aspects de la formation du caractère auxquels la plupart d'entre eux n'avaient même pas pensés auparavant. Au cours de telles discussions, le risque principal est généralement que les sessions ne se transforment en débats intellectuels. Mais ce que nous avons constaté, à notre grand émerveillement, c'est un processus en trois étapes :

- Une première période où les participants ont posé des questions répétées sur l'approche et exprimé des doutes sur son efficacité;
- Lecture du matériel recommandé en mettant en évidence les messages essentiels et les mots-clés;
- Échanges entre les membres des groupes dans lesquels ils sont graduellement et imperceptiblement passés d'une analyse intellectuelle des textes proposés à une compréhension inspirée de la relation entre le caractère, le travail constant, l'amour, l'abandon et la foi dans le Maître.

JN & MMK

Jeunes Regards

Mon premier séminaire

J'ai eu la chance de découvrir le Sahaj Marg en 2003 par le biais de papa Michel et maman Jeanne. Au début, je trouvais le système bizarre, mes parents étaient devenus aussi abhyasis et au bout d'un certain temps, après avoir vu une photo de Babuji, je voulais aussi être introduite, l'image de Babuji dégageait quelque chose que je ne saurais décrire! J'étais encore mineure à l'époque, j'avais 16 ans, je devais attendre d'être majeure. J'attendais avec beaucoup d'impatience. En attendant, mon père me parlait très souvent de Master et il m'invitait à lire la documentation du Sahaj Marg. Nous vivions à l'époque en Côte d'Ivoire, et nous sommes allés ensuite au Burkina-Faso.

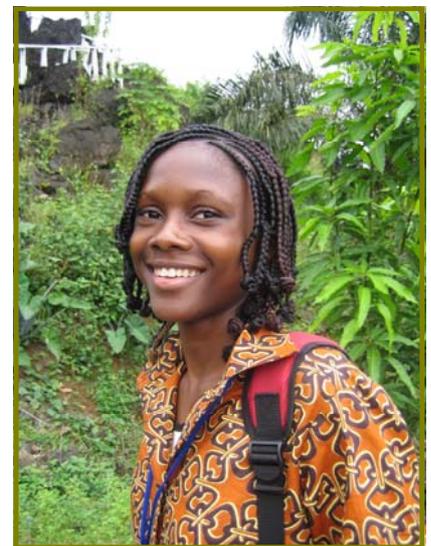
En 2008, de retour à Brazzaville, le désir d'être introduite au Sahaj Marg se faisait de plus en plus insistant, j'en parlais à papa Michel qui m'orienta vers un précepteur à Brazzaville. Après une autre période d'attente, le 16 mars 2008 enfin, je fus introduite et je ne peux décrire la joie qui m'habite depuis. Avant, j'étais très plaintive et nerveuse, mais aujourd'hui grâce à la 5ème et la 7ème maxime (qui constituent pour moi le secret d'une vie joyeuse) et aux méditations, je suis plus positive et je me lamente plus, bien au

contraire, je dis merci pour toutes les épreuves que je dois affronter pour évoluer, grandir. Bien sûr, il m'arrive de m'énervier, mais maintenant, c'est une colère superficielle et passagère. Je ne garde plus rancune. La méditation m'aide beaucoup dans ce sens, aussi je m'abstiens de nuire à autrui car j'ai pris conscience que dans tout ce qui est en face de moi, il y a Master. Je m'épanouis dans la méditation qui m'apaise et me permet de ressentir Sa présence.

Il y a certainement d'autres aspects que je ne remarque pas, mais je sais que Master nous aime tous et, Il travaille pour ce qu'il y a de meilleur pour nous.

C'est une grande chance pour moi de L'avoir connu si jeune et je suis consciente que je fais partie de la relève de la Mission, aussi, je demande l'énergie nécessaire pour accomplir ma part de responsabilité car je crois que nous devons nous y mettre avec le cœur.

Ce séminaire de Douala a été pour moi une telle grâce, c'était la première fois de mon existence que je prenais part à un séminaire. Sur place, j'ai compris que c'est une occasion pendant laquelle on développe encore plus l'amour à travers le partage, la tolérance, et la communion. Ce n'est pas facile de gérer les gens, mais nos



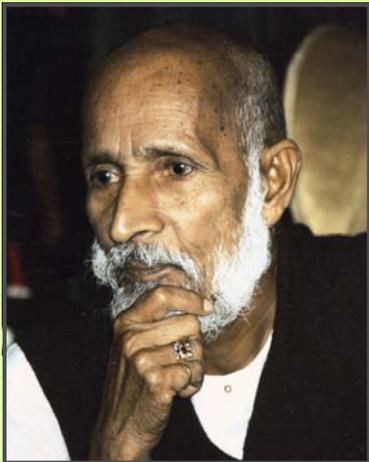
frères et sœurs du Cameroun se sont efforcés de donner le meilleur d'eux-mêmes. J'espère seulement que tout un chacun saura profiter de toutes les grâces obtenues durant ce séminaire en plus de celles que Master nous donne tout le temps, avec tant d'amour.

Puisse Master nous guider constamment dans Sa lumière.

Germaine Biampondou (21 ans) – Brazzaville (Congo)

Messages du Monde Lumineux

Samedi 23 octobre 2004 – 10 h



« LES MÉANDRES de l'esprit sont infiniment variés et riches. Le jour où l'homme parviendra à s'y projeter de façon consciente sera déterminant pour son évolution. Il pourra alors se situer véritablement et régler sa vie en fonction des impératifs qu'il jugera bon. Une ouverture conséquente lui sera offerte, lui permettant de progresser dans la mesure de ses aspirations. Voilà des perspectives d'avenir qui devraient inciter nos frères à se préparer, en vue de cet avènement.

« Il ne s'agit pas ici de formules creuses, sans vrai fondement ; ces temps viendront, la réalité du monde actuel est loin de le laisser supposer et pourtant, il se prépare dans le secret et deviendra effectif après quelques mutations d'importance. L'humanité ne peut rester confinée dans son marasme actuel, les excès et les souffrances en tous genres qu'il engendre ne peuvent s'éterniser.

« A ce point, il n'est pas constructif dans le bon sens, parce qu'exagéré dans ses manifestations, débordant le cadre karmique. Une prise de conscience générale devrait se produire pour mieux resituer les impératifs d'une vie, dans le respect de soi et des autres. Cet aspect semble avoir perdu son sens, tant l'agressivité se manifeste à tout moment, sans retenue.

« Nos frères sont engagés dans une voie libératrice, les préparant à ces changements. Notre Mission a vu le jour dans cette perspective. Nous ne sommes pas les seuls à œuvrer dans ce sens ; cette transformation sera d'importance et elle se fera. Ainsi est-ce programmé ! »

Babuji

*Réflexions du jour***Le Sahaj Marg**

Le Sahaj Marg n'est rien d'autre qu'une grande tradition offerte par une grande lignée de Gourous - qui vous est offerte afin que vous deveniez ce que vous devriez devenir; pas ce que vous voulez devenir.

Source : P. Rajagopalachari - Heart Speak 2004, Vol. 2, page 167

Deux ennemis

Selon les Shastras [anciens livres de sagesse], les deux principaux ennemis de la vie

humaine sont supposés être l'ignorance et la paresse. Car par ignorance, nous passons à côté du bien; dans l'ignorance des conséquences, nous acceptons le mal. Par paresse, nous ne sommes pas capables de nous changer nous-mêmes.

Source : P. Rajagopalachari - Heart Speak 2004, Vol. 2, page 111 (La victoire intérieure, Kolkata, 22/10/04)

Le silence

Babuji a dit que le silence est le langage de

Dieu.

Source : P. Rajagopalachari - Heart Speak 2004, Vol. 2, page 168

Le silence

"Dans quel langage prier, O Seigneur?" Babuji vous dit de vous asseoir dans le silence et de garder cette question à l'esprit, dans le calme absolu; et dans ce calme absolu, vous recevrez la réponse.

Source : P. Rajagopalachari - Heart Speak 2004, Vol. 2, page 168

**Ont contribué à ce numéro:**

Conception et mise en page MMK, JN

Rédaction:

JN: Jeanne Nanitelamio

MMK: Michel Mouyelo-Katoula

Traductions: JN & MMK

Page 2: JN—Jeanne Nanitelamio et MMK—Michel Mouyelo-Katoula

Page 3: Germaine Reine Biampandou (Brazzaville, Congo)

Pour toute communication destinée à Echos d'Afrique et de l'Océan Indien veuillez écrire à: echosdaf@yahoo.com

Abonnement en ligne:

http://www.srcm.org/lists/africa/echos_list.jsp