



Changez Votre monde en Vous Changeant

Ainsi parlent:

Chers frères et sœurs,
C'est toujours pour moi un privilège de rencontrer tant de personnes de différentes régions du monde qui s'intéressent à la spiritualité. Je rencontre des personnes du monde entier depuis, en fait, les soixante dernières années, dans mes voyages et dans mon travail. [...] Et ces trente dernières années, ou quarante presque maintenant, mon Maître m'a permis de me déplacer dans un monde différent. Géographiquement, c'est le même monde : les mêmes problèmes, les mêmes frontières, les mêmes coutumes, l'immigration, vous connaissez - très désagréable, semant la discorde, et très séparatiste, faisant que les humains qui sont déjà conscients de ce qui les sépare des autres êtres humains en soient encore plus conscients. [...] Nous oublions que nous sommes des êtres humains de différentes régions du monde et que nous ne sommes pas vraiment séparés. [...]



Ainsi dans le monde d'aujourd'hui, voyez-vous, notre monde politique, économique, social nous a coupés en morceaux. L'être humain est devenu morcelé et nous luttons donc dans nos vies pour trouver une harmonie qui soit *la nôtre*. Ce n'est pas qu'il n'y a pas harmonie, mais nous l'avons oublié. [...] Nous ne cherchons pas l'équilibre; nous essayons de dominer tout en ce monde. D'abord, nous voulons que les humains soient supérieurs à toutes les autres formes de la vie. Deuxièmement, que cer-

tains humains soient supérieurs à d'autres. Et troisièmement, que certains soient au sommet. [...]

Si vous faites l'erreur de penser que vous êtes d'une race prospère, d'une race plus civilisée, d'une race plus avancée, votre erreur sera la plus grande de l'histoire humaine. Dans le royaume de Dieu il n'y a pas de race supérieure, il n'y a pas de couleur supérieure, il n'y a pas de civilisation supérieure. [...]

Si les gens viennent à la vie spirituelle pour changer seulement le monde (veuillez écouter ceci attentivement), si les gens viennent à la vie spirituelle pour changer seulement le monde, ils n'obtiendront rien. Je vous assure. Si vous venez pour vous changer vous-même, le succès est garanti pourvu que vous vous appliquiez à changer. [...] Quand vous changez, la loi dit, votre monde change. Vous ne

changez pas le *monde*, mais vous changez *votre monde*. [...]

Par conséquent, frères et sœurs, ici dans cette Mission, dans notre pratique de la vie spirituelle, toute la responsabilité de votre bien-être, de votre bonheur, de votre croissance, pour parler franchement, repose entièrement sur vous - sur rien d'autre, ni personne d'autre. Ce n'est pas sur la Mission, ce n'est pas sur les maîtres, ce n'est pas sur ce que nous enseignons ; c'est sur chacun de vous, pour vous-même. Vous vivez par vous-même ; vous travaillez sur vous-même; vous vous développez. [...]

Ainsi est le message de la vie spirituelle. C'est l'occasion que la vie spirituelle vous donne, et c'est également la promesse que la vie spirituelle, la spiritualité vous fait, à savoir, faites d'abord ce que vous devez, nous réalisons qu'il y a des êtres humains avec des tendances animales, manque de compassion, haine, instinct de possession, force, arrogance, orgueil, tout. [...] Et si vous allez à la vie spirituelle, et vous commencez par votre soi intérieur, et enlevez toute la destruction, et la haine et le manque d'amour à l'intérieur, vous trouverez que le monde change.

Tout commence ici [montrant le cœur]. Si vous ne travaillez pas ici [montrant le cœur], vous ne faites rien. [...] C'est ce que la spiritualité offre. C'est ce que la spiritualité donne sans compter à qui le souhaite, avec cette promesse, *faites et réalisez*.

Lalaji

- *Fausse est l'illusion, trompeurs sont les concepts, Il en va de même des affaires du monde. Lorsque l'on reconnaît que tout ceci est faux, Tous les opposés prennent fin.*

Babuji

- *L'amour est vraiment une chose merveilleuse. En développant l'amour véritable les considérations de haut et de bas, grand et petit, vont disparaître, et tout apparaîtrait égal.*

Chariji

- *Quand nous oublions que nous sommes des êtres humains, nous défigurons nous-mêmes notre soi intérieur, nous le coupons en morceaux, le mutilons et nous le sacrifions sur le soi-disant autel de la prospérité économique, la liberté politique, la supériorité d'une nation sur une autre, d'une race sur l'autre, d'une couleur sur l'autre; et nous avons perdu totalement notre humanité.*

J'espère que vous réaliserez tous le sérieux de ce message, réaliserez et comprendrez le sérieux de cette pratique. Ce n'est pas simplement des vacances gratuites en Inde que vous obtiendrez. C'est votre but, c'est votre chance, c'est une opportunité pour vous dans la vie de changer. Et en changeant, vous changez le monde.

Merci.

Message aux participants du programme 2008-2009 de formation du SMSF, le 20 décembre 2008, chez Malampuzha, Inde.

Changez Votre monde	1	SOMMAIRE
Ainsi parlent	1	
Echos d'Afrique du Sud	2	
Un local à Bafoussam	2	
Echos d'Abidjan	3	
Mes échos de Tiruppur	3	
Nouvelles de Ouagadougou	3	
Message du monde lumineux	4	
Réflexions du jour	4	

Échos du séminaire Africain - Johannesburg, Afrique du Sud 20 - 23 août 2009

Par la grâce de notre Bien-aimé Maître, le frère Kamlesh Patel (Chargé de Région) a été autorisé à se rendre en Afrique du Sud en août 2009. Les préparatifs ont commencé immédiatement et ont été caractérisés par une grande fraternité et coopération entre abhyasis. Le séminaire qui a duré quatre jours était ouvert aux abhyasis du continent. Il s'est tenu du 20 au 23 août avec la participation de 175 abhyasis. C'était la première fois que les abhyasis séjournaient à l'ashram dans la nouvelle extension, qui a servi de dortoir pendant le séminaire.



Les matins et les nuits froides n'ont pas ralenti l'activité à l'ashram et presque tous les postes étaient tenus par des jeunes. Les abhyasis de plusieurs pays, notamment, l'Inde, l'Afrique du Sud, le Zimbabwe, le Botswana et l'Iran ont pris part à cette occasion propice.

Une des caractéristiques du séminaire était l'accent mis sur la jeunesse et leur développement. Le message du Maître transmis par le frère Kamlesh selon lequel une nouvelle vie devait être insufflée dans la Mission en Afrique du Sud a semblé porter immédiatement ses fruits. Une réunion a eu lieu avec tous les jeunes, où était soulignée l'importance de la pratique ainsi que celle de la santé spirituelle, mentale et physique pour

être des outils efficaces dans les mains de notre Maître.

Une atmosphère de calme et de sérénité a prévalu après chaque méditation. Il y avait trois satsanghs par jour et chaque abhyasi

célèbre quartier de Soweto a suivi une présentation de deux heures du frère Kamlesh. Ils ont été impressionnés par les explications données et environ 10 d'entre eux ont manifesté un intérêt pour la pratique.

On pouvait sentir la présence du Maître durant tout le séminaire et beaucoup de participants ont dit que l'atmosphère était électriquement chargée. Les méditations étaient subtiles et profondes et les abhyasis ont eu un ressenti différent, comparé aux autres séminaires auxquels ils avaient pris part. Le séjour à l'ashram était une expérience unique

car on pouvait en ressentir l'effet dans l'atmosphère qui a subsisté même après le séminaire. Le frère Kamlesh Patel a exprimé sa joie sincère aux participants. Une nouvelle vie a assurément été insufflée à la Mission en Afrique du Sud et tous les abhyasis qui ont participé ont exprimé leur joie et satisfaction sincères à notre Maître Bien-aimé pour s'être manifesté au cours de ce séminaire qui a été une réussite. Nous restons éternellement reconnaissants à notre Maître Bien-aimé et prions que Son travail porte des fruits selon Ses attentes.

J.M.

était encouragé à prendre au moins deux sittings au cours du séminaire. Tout au long de la journée, les abhyasis semblaient baigner dans un océan de paix, et les causeries habituelles semblaient être absentes. Au cours de la session questions-réponses tenue le jeudi, une approche innovante a été proposée par le frère Kamlesh. Les abhyasis étaient invités à méditer et à réfléchir sur leur question pour avoir une réponse intérieure. Cette méthode s'est avérée excellente, car les réponses à la plupart des questions venaient de l'intérieur.

Une porte ouverte a eu lieu vendredi soir avec une quinzaine de personnes. Cinq personnes ont pris des sittings d'introduction. Un groupe de personnel soignant du

Un local de méditation à Bafoussam, au Cameroun

Après bien des années de turbulences et de difficultés de toutes sortes, la Mission du Cameroun commence à prendre son envol. Après Douala le principal centre, et Yaoundé, c'est maintenant à la ville de Bafoussam dans l'ouest du pays, d'avoir un local où la première méditation a été conduite le dimanche 16 août 2009. En effet, après le séminaire régional tenu au Cameroun, en décembre 2008, et à l'initiative d'un frère installé dans cette localité, un premier séjour de précepteur y a eu lieu en Janvier 2009. Au cours de ce séjour, et des séjours suivants, plusieurs abhyasis ont été introduits. Le nombre grandissant justifiait la nécessité d'un local de méditation et l'augmentation à

2 fois par mois de la fréquence des visites de précepteurs venant de Douala ou Yaoundé.



4 en attente d'introduction au prochain passage d'un précepteur.

Le Maître avait dit dans l'un de ses discours que l'avenir de l'Afrique lui appartient, et pour le servir dans ce sens, nous devons nous montrer volontaires pour Son œuvre et Il comblera nos efforts de succès.

Nous rendons grâce au Maître pour le développement de notre Mission qui démontre si besoin était que travailler dans la conscience du Maître est sans nul doute un gage incontestable de succès, comme il le dit Lui-même.

MBM

2 Bafoussam compte 15 abhyasis réguliers et

Un nouveau centre de méditation à Abidjan

Avec l'amour et les bénédictions de notre Bien-aimé Maître, après cinq mois de flottement, les abhyasis d'Abidjan ont un nouveau centre. Appuyé par la coordonatrice régionale, un petit groupe de frères a sillonné en long et en large, pendant près de 3 semaines, divers quartiers d'Abidjan pour trouver un local correspondant aux critères retenus: facilité d'accès et assez d'espace pour abriter convenablement les activités spirituelles des abhyasis. Le quartier visé principalement était celui de Treichville, un quartier mixte d'habitation et commercial où les locations sont très recherchées. C'est au moment où ils commençaient à perdre espoir que le local a été trouvé, ainsi que le souligne un des frères qui ont participé à la recherche du local:

«Je pense que le Maître nous a frayé un chemin, nous ne pouvons qu'être indéfiniment reconnaissants à l'égard du travail effectué par Lui. Je suis très très heureux pour ce nouveau centre, dire qu'il est tout près de

l'ancien centre, vraiment je n'y croyais pas trop, parce que nous avons cherché à travers tout Treichville sans même avoir l'idée que le centre était à nos pieds. Je pense que mon Maître a eu le dernier mot, il voulait sans



doute notre part de responsabilité afin de nous donner ce cadeau bien emballé. Je pense que ce nouveau centre est pour nous une véritable bénédiction de la part de notre Maître.

Dans une perspective évolutive et positive il est dit que les difficultés préparent les améliorations donc je suis persuadé que ce centre sera pour nous un nouveau départ et une porte sur l'Ashram de la mission en Inde.»

Le premier satsangh au centre s'est tenu le dimanche 23 août. Et à l'occasion, le Maître a adressé ce message: « C'est une bonne nouvelle, amour et bénédictions à tous », consacrant ainsi ce centre de méditation.

Le centre est situé à Treichville, Avenue 13 X Rue 38 en face de la pharmacie Nana Yamouso. Les satsanghs y ont lieu chaque dimanche à 7h30, et en semaine les jeudis à 18 heures.

J.N.M.C.S.O

Echos de Tiruppūr



Ma présence cette année aux célébrations du 83^e anniversaire de notre Maître à Tiruppūr m'a permis de participer à un travail d'équipe sous

Sa bienveillante guidance. En effet, à la demande de quelques frères et sœurs, j'avais volontiers accepté d'être le compagnon de voyage de notre frère Michel MBELEG du centre de Douala au Cameroun dont c'était le premier voyage en Inde, le premier grand séminaire et la première rencontre physique avec le Maître.

Tout en étant conscient du fait que son véritable compagnon de voyage était en fait son Maître, je prenais cette mission comme étant un cadeau que me faisait notre Maître en permettant de participer à son travail. Je demandais à mon Maître de me guider pour que le séjour de notre frère Michel soit le plus bénéfique possible.

J'ai alors encore une fois réalisé que je n'a-

vais pas grand-chose à faire, il fallait seulement que je suive. En effet, le Maître ayant balisé le chemin, tout s'est merveilleusement bien passé selon Sa volonté.

Notre frère Michel était attendu par notre Maître qui lui a ouvert toutes les portes.

La notion de service implique une disponibilité et une écoute permanentes pour être un instrument au service du Maître. Cela veut également dire que si on veut être un instrument performant, il faut revenir aux fondamentaux, c'est-à-dire faire correctement sa pratique quotidienne sans se mentir à soi-même. C'est ce que n'a cessé de nous rappeler notre Maître.

Par sa pratique quotidienne, chacun établit sa propre connexion avec son Maître et les séminaires sont des moments inoubliables dans la mesure où ils permettent de renforcer et de mieux apprécier cette connexion. J'ai donc vécu des moments inoubliables à Tiruppūr, car étant dans le service, je me suis senti porté par mon Maître.

Tout vécu intérieur, aussi intense soit-il, est toujours difficile à traduire par des mots.

Je remercie donc notre Maître ainsi que tous les frères et sœurs qui m'ont permis de vivre ces moments.

J.P.M.B

Nouvelles de Ouagadougou (Burkina-Faso)

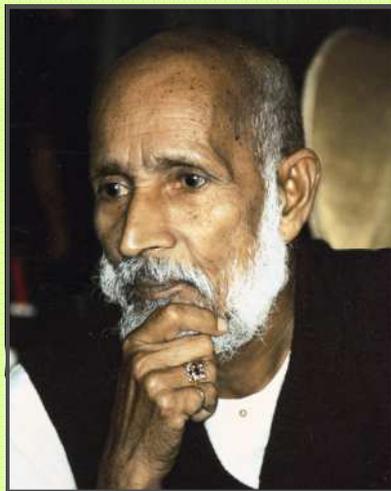
Reçu le 31 Août :

« Hier le frère Siméon et moi sommes venus à Ouagadougou. Nous avons rencontré la sœur Awa ainsi que les autres frères enseignants qui sont à Ouagadougou pour les vacances. Nous avons d'abord eu des sittings avant de clore la journée en fin d'après midi par un satsangh. Par la grâce du Maître, un médecin était intéressé par notre voie et je suis resté pour lui donner ses sittings d'introduction. La grande chance pour moi est que j'ai été affecté dans la région de Ouagadougou. L'affectation s'est faite par tirage au sort, je me dis que c'est l'œuvre du Maître, car en plus de mon travail d'enseignant, j'ai une autre mission à accomplir: faire pousser la graine du Sahaj-Marg à Ouagadougou; je le ferai avec plaisir sous Sa guidance. »

P. O.

Messages du Monde Lumineux

Vendredi 26 janvier 2001 – 10 h



« SI LE NOMBRE de nos aspirants est stationnaire, voire en régression en certains endroits, il n'y a rien d'alarmant à cela. Ne t'ai-je pas dit, il y a quelques années, que le Sahaj Marg devait s'épurer ? Nous voulons des abhyasis vraiment déterminés et non des dilettantes. Une véritable démarche doit se faire à plusieurs niveaux : dans le silence du cœur, par une intériorisation toujours plus grande et le suivi des méditations de groupe et séminaires. Ils ont leur importance et vont de pair avec le travail personnel, à reproduire chaque jour avec régularité. C'est un ensemble grâce auquel l'abhyasi peut mesurer, au fil des années, les changements qui s'opèrent en lui.

« Rencontrer le Maître représente un moment privilégié. Il est souhaitable que cela se produise au moins une fois, davantage étant à chaque fois une bénédiction particulière.

« Le pratiquant sincère, s'il reste bien connecté au Maître, avance même s'il ne peut le rencontrer physiquement. C'est ce qui fait la force de notre voie : une méthode sûre, avec, au sommet, un maître vivant et capable de transmettre une énergie subtile et divine, quelles que soient les distances qui le séparent de nos frères et sœurs.

« Le travail s'accomplit ; il n'y a aucune crainte à avoir à ce sujet. Le système est très au point et efficace; il suffit d'y adhérer totalement. »

Babuji.

Reflexions du jour

Un système universel

Le Sahaj Marg est un système universel précisément parce que nous n'y reconnaissons aucune différence d'aucune sorte qui séparerait les êtres humains.

Source : P. Rajagopalachari - Heart Speak 2004, Vol. 2, page 201

Gagnez ici-bas!

La philosophie du 'aide-toi toi-même', c'est que vous n'obtenez rien que vous ne gagniez ici-bas. Et si c'est possible, vous obtenez encore moins là-bas (dans le monde lumineux) si vous ne le construisez pas ici-même.

Source : P. Rajagopalachari - Heart Speak 2004, Vol. 2, page 21

Séminaire sous-régional

Douala, Cameroun

Avec les bénédictions de notre Maître, un séminaire sous-régional aura lieu du 23 au 29 décembre 2009 à Douala, Cameroun.



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: JM — Jatin Mahida, Afrique du Sud; MBM — Mariette Bissene Moulongo, Cameroun

Page 3: JN— Jeanne Nanitelamio; CM— Camara Mamadou, Cote d'Ivoire; S.O.— Sanassi Ouattara, Cote d'Ivoire; JPMB— Jean-Pierre Mbougou Batiako, France; PO— Patinda Ouedraogo, Burkina Faso

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