



Message du Nouvel An pour 2009

Chers frères et sœurs, mes compagnons de voyage qui se sont joints à moi dans ce voyage immense et éternel vers le but du Sahaj Marg, vous qui voyagez avec moi dans ce que nous pouvons appeler un train virtuel qui est conduit, disons, par mon Maître divin, Babuji Maharaj aux pieds de qui je suis assis présentement pour vous délivrer ce que je considère comme mon Message de Nouvel An puisque, dans quelques heures, du moins en Inde, l'année 2009 va tranquillement entrer dans nos vies.

En tant qu'abhyasis du Sahaj Marg, nous devons être conscients du fait qu'il ne devrait y avoir qu'un seul but dans nos vies humaines et que ce but est : premièrement la libération, deuxièmement la réalisation et troisièmement et finalement, la fusion complète dans le Divin. C'est possible. [...]

Dans le monde d'aujourd'hui, comme l'a déclaré Babuji, le Sahaj Marg est le chemin le plus facile et le plus rapide pour atteindre le but de la libération. [...]

Tout ce qui nous est nécessaire, chers frères et sœurs, est de mettre notre cœur dans tout cela, de méditer avec le cœur, de méditer sur le cœur, de méditer sur la présence divine dans le cœur, la lumière divine, évitant toute autre ambition, matérielle ou autre, dans la connaissance certaine donnée par Babuji que notre vie matérielle sera à la merci de nos samskaras que nous

avons apportés dans ce monde. [...]

En cette occasion auspiciuse de la Nouvelle Année qui est pour nous un cadeau de notre Maître, car il nous offre, en fait, du temps pour accomplir notre voyage. [...]

En cette occasion, réalisons tous que, quelque soit notre



rôle : travailler dans les comités de la Mission ou dans des positions de direction ou comme précepteurs ou comme abhyasis, nous constituons tous une unité solide qui doit être soudée en une fraternité comme il désire que cela soit. Parmi nous, il n'y a ni supérieurs ni inférieurs. Il n'y a ni seniors, ni juniors parmi nous. Il n'y a pas de bons et de mauvais. [...]

Je connais de nombreux abhyasis qui ont quitté la Mission parce qu'ils ne pouvaient tolérer quelqu'un d'autre. J'en connais d'autres qui ont quitté la Mission parce qu'ils ne pouvaient

tolérer quelque chose dans la direction. Et je sais que nombreux sont ceux qui partent car ils ne peuvent tolérer le rassemblement de couleurs différentes dans nos satsanghs. Nous devons oublier et ôter de notre esprit toutes les différences que nous avons créées du fait de la religion, de la culture, de l'instruction, de la société. Et souvenez-vous que ce qui nous unifie tous dans ce que nous appelons la vie humaine est l'âme qui est en nous et qui est éternellement la même que l'âme de n'importe qui d'autre. Le corps fait des erreurs à cause des samskaras. Le mental fait des erreurs à cause de notions préconçues et de préjugés. L'âme ne fait jamais d'erreurs. [...]

Je vous demande donc instamment à tous de prendre une résolution : *O Maître, aidez-moi à me pardonner à moi-même et ainsi, à travers moi, à pardonner à tous les autres pour tout ce que je pense ou j'imagine qu'ils m'ont fait ou qu'ils ont fait à d'autres, que ce soit pour ou contre, sachant que, ultimement, c'est le Maître divin qui guide le jeu de cette pièce divine que nous appelons l'existence humaine sur terre.*

Et je vous prie, Maître bien-aimé, de nous accorder ce privilège de vous rejoindre dans le Monde plus Lumineux aussi tôt que possible.

Merci.

Enregistré le 31 décembre 2008 à Manapakkam, Chennai, Inde

Ainsi parle :

Lalaji

• *Se libérer des souffrances est la libération. La libération est à la fois permanente et temporaire. Lorsque la libération est telle que l'esclavage de la tristesse n'est jamais ressenti, elle est alors permanente. Est-ce que la servitude est également permanente, si nous devons considérer la libération comme permanente ? Non, ses liens ne sont pas permanents mais temporaires*

Babuji

• *Le but de la vie n'est rien d'autre que la destination que nous devons atteindre. C'est en d'autres termes, la réminiscence de notre patrie ou de l'état premier de notre existence solide actuelle, vers lequel nous devons finalement retourner.*

Chariji

• *Plus de perturbation, plus de tracas, d'avidité, de convoitise, vous savez, tout que vous regardez est merveilleux. Et on dit que tel est l'état lorsque Dieu de l'intérieur de vous regarde Sa propre création, et s'en émerveille.*

SOMMAIRE

Le caractère est pur amour	1
Ainsi parle	1
Quatre leçons majeures	2-3
Messages du Maître	2
Une rencontre des cœurs	3
Jeunes regards	4
Prière au Maître	5
Séminaire en pays de verdure	5
Souvenir constant	6
Douala: un séminaire itinérant	6-7
Messages du monde lumineux	8
Réflexions du jour	8

Séminaire sous-régional de Douala: 4 leçons majeures

Un séminaire Itinérant

Le séminaire de Douala a été en quelque sorte « itinérant ». Il s'est principalement déroulé certes à Douala, mais aussi à Limbé et Buéa au pied du Mont Cameroun où nous avons passé toute la journée du 25 Décembre, et avons pu méditer chez un frère qui avait mis gracieusement sa propriété à notre disposition. Nous nous sommes également transportés à Yaoundé où deux satsanghs ont eu lieu le 27 au soir et le 28 au matin.

Les frères et sœurs venus d'Angola, du Congo, du Gabon et de Côte d'Ivoire étaient à Douala dès le 22

« Décembre. Cela leur a permis de consacrer la journée du 23 décembre à des sittings individuels ponctués d'un satsangh en fin de

se développer partout dans les centres et les régions. Nourris de l'élan insufflé en nous par le Maître à Tiruppur en juillet 2007, soutenus



Messages du Maître

Coïmbatore, Samedi 20 décembre 2008, 6h22.

Cher Michel

[...] S'il te plaît, transmets mon amour à tous, et les prières que j'adresse à mon Maître pour accorder à tous la foi, et pour développer l'amour pour tous sur leur grand continent d'Afrique.

Mon amour à tous.

Avec l'amour et les bénédictions et de mon Maître

Affectueusement,

Parthasarathi

Chennai, mercredi 24 décembre 2008, 9h56

[...] A travers votre présence là-bas, et votre engagement dans le travail de mon Maître, puisse SA lumière descendre sur le peuple d'Afrique, et particulièrement sur nos abhyasis rassemblés là-bas.

Mon amour à tous.

Avec l'amour et les bénédictions et de mon Maître

Affectueusement,

Parthasarathi

journée.

Le 24 décembre 2008, le séminaire à proprement parler a été ouvert par la lecture des messages du Maître, suivie de la lecture du discours spécial du responsable de région, le frère Kamlesh Patel. La matinée a été conclue par un satsangh. Les jours suivants, quel que soit le programme de déplacement prévu, les deux satsanghs ont été maintenus, un le matin à 7 heures 30, le deuxième à 19 heures. Le séminaire a été clôturé par un satsangh le lundi 29 Décembre à 9 heures 30.

Des discussions de groupe ont lieu les 26 et 27 décembre autour de la devise du séminaire, une synthèse de ces discussions sera présentée dans notre prochain numéro. Nous publions dans ce numéro spécial en mots et en images, les premiers échos des frères et sœurs ayant participé à ce séminaire, ainsi que quelques indications sur l'itinéraire parcouru.

Un point de départ

Si cet événement n'est pas historiquement le premier séminaire régional organisé en Afrique, il est à considérer comme le premier rassemblant essentiellement des frères et sœurs des centres d'Afrique francophone, et organisé par un comité sous-régional. Ceci mérite d'autant plus d'être souligné que ce séminaire marque, de l'avis de nombreux frères et sœurs, le point de départ d'une ère de dynamisation de la Mission dans la sous-région. Il démontre que les efforts des abhyasis de la région sont couronnés de succès lorsqu'ils s'inscrivent dans le désir du Maître de voir la dynamique de rassemblement, de partage et communion,

par ses encouragements constants pour l'Afrique, et dynamisés par ses bénédictions sur les initiatives prises dans la région, un petit comité s'est mis en place qui a travaillé des mois durant pour faire converger des abhyasis de plusieurs centres à Douala.

Il était initialement prévu que le frère Kamlesh Patel y participe, mais à quelques jours du séminaire, il a été rappelé de New York d'où il s'apprêtait à prendre un vol pour Paris puis Douala. Notre Maître lui demandait de repartir à Chennai, assurant que le séminaire se déroulerait bien malgré son absence. Le Maître nous en a donné une démonstration éclatante ponctuée par des messages écrits. En outre, le Maître a pris des nouvelles du séminaire tous les jours, par le biais de Kamlesh qui nous appelait tous les jours de l'Inde.

Dès le 20 décembre 2008, le Maître envoyait un premier message de Coïmbatore. Le 24 décembre, Il nous gratifia d'un deuxième message envoyé depuis Chennai. Les frères et sœurs réunis à Douala les ont reçus avec gratitude dans le recueillement qui sied en pareille circonstance. Ces messages ont été affichés dans la salle de méditation comme sources d'inspiration et de dévotion. Le lendemain de la fin du séminaire, le 30 décembre, le Maître a conclu son suivi par un ultime message bref, de remerciement. Il nous remerciait de nous être rassemblés au Cameroun, d'avoir ainsi travaillé. Quelle leçon de Maître qui remercie ceux qui lui doivent une gratitude éternelle !

Ainsi, il nous a suivis sur les plans objectif et spirituel, de notre point de départ jusqu'au

Séminaire sous-régional de Douala: 4 leçons majeures (suite)

Le Maître suivait chaque jour

part dans toutes les circonstances de notre vie. Le dernier jour du séminaire, le Maître nous a exprimé ses bénédictions par Kamlesh, soulignant qu'il n'y avait eu aucune déperdition d'énergie lors de ce séminaire et nous exhortant à tenir désormais deux séminaires par an, une version réduite vers juin-juillet, une version plus étendue vers la fin de l'année.

Tous les frères et sœurs présents se sont engagés à relever ce défi, assurés qu'il a déjà balisé les courants d'efforts que nous devons engager à cet effet. Ils le disent, chacun à leur manière, à travers les témoignages repris tout au long de ce numéro du journal.

Ces témoignages mettent en relief quatre leçons majeures, quatre principes de développement de la Mission en Afrique. La première leçon, c'est le travail en tant qu'il permet à la grâce que le Maître nous accorde

retour. A séminaire itinérant, suivi itinérant, comme celui dont nous bénéficions de sa

4 leçons majeures

frère Jean-Pierre résume cette leçon dans un

généreusement de produire en nous les résultats escomptés. Notre

est déclinée en trois temps par trois jeunes : le frère Jules qui parle de fraternité, le frère Emmanuel qui associe volonté, travail et détachement, et enfin le frère Julien qui conclut par l'universalité de l'amour. La troisième leçon renvoie au souvenir constant que le frère Teston Moïse propose comme méthode de formation du caractère. La quatrième, la dernière et non la moindre, soulignée par notre frère Augusto Kihunga, c'est l'importance, de l'unité, de l'amour et de la disponibilité envers la Mission et le Maître.

Ces témoignages sont

Comme notre propre journal

proposés ici comme on écrit son propre journal, pour fixer un point de son itinéraire avant d'en noter un autre, pour mesurer plus tard, le chemin parcouru. Il en va de chacun comme de tout le groupe. Le groupe réuni

à Douala a parcouru un chemin ensemble dont le frère Mbeleg rappelle les étapes spatiales et temporelles, en attendant la suite du chemin, à Abidjan, Yaïka ou ailleurs.

JN & MMK



Comité d'organisation: Debout de gauche à droite: Michel, Jean-Armand, Jeanne, Jean-Pierre, Mariette, Michel; Accroupie: Thérèse

texte sur la rencontre des cœurs, alors que cette leçon inspire une prière vibrante à la sœur Juliette. La deuxième leçon c'est la jeunesse comme promesse d'avenir. Elle nous

Une Rencontre des cœurs

Le séminaire sous-régional qui s'est tenu à DOUALA au Cameroun du 23 au 29 décembre 2008 m'a permis encore une fois de constater que seul le travail permet une connexion intime avec le Maître.

En effet, c'était mon deuxième voyage en Afrique en l'espace de 6 mois et j'ai réalisé une fois de plus que mon Maître avait balisé le chemin et déjà fait le travail que nous étions venu faire. Les attentes de nos frères abhyasis d'Afrique sont si nombreuses et leur soif si intense que par la Grâce de notre Maître, la transmission était quasi permanente, elle imposait de manière tout à fait naturelle Sa présence parmi nous.

Durant tout le séminaire, pendant les méditations de groupe ou lors des échanges, des déplacements et des repas pris ensemble la présence effective et permanente de Master était ressentie. Il m'a paru évident que quelque chose était en train de se mettre en place

et qu'il ne fallait surtout pas rester en marge et manquer l'occasion d'y participer.

J'étais donc reconnaissant envers mon Maître de me permettre de participer à son travail, en gardant à l'esprit tous les conseils qu'il n'a cessé de prodiguer aux abhyasis d'Afrique lors de rencontres informelles aussi bien en Europe qu'en Inde.

En Afrique, la grande majorité des abhyasis n'ayant pas encore eu la possibilité de le rencontrer physiquement, le Maître a privilégié et développé une relation plus directe avec Lui, la relation de cœur à cœur. Ce séminaire a été pour moi une véritable rencontre de cœurs nourris et abreuvés à la même source. Nous avons tous eu l'impression que nous nous connaissions avant de nous rencontrer. La notion de la grande famille du Sahaj Marg devenait réalité.

Tous les participants au séminaire ont souhaité que ce genre de rencontre soit renouvelé le plus rapidement possible. Nous ne devons

donc pas baisser les bras, notre Maître vient de nous montrer qu'avec sa Grâce tout est possible, c'est à nous de nous prendre en charge car dès que nous aurons pris la décision de faire quelque chose, nous aurons les moyens de le faire. Ce n'est qu'en travaillant que les voiles de l'ignorance tomberont et que les choses se révéleront à nous. A la fin du séminaire, quelques photos du Maître et des documents relatifs à la pratique du Sahaj Marg ont été distribués aux volontaires et j'ai pu constater que la photo du Maître était reçue avec gravité, dévotion et reconnaissance.

Je remercie encore une fois notre Maître de nous avoir montré au cours de ce séminaire que le Sahaj Marg en Afrique est tout à fait à sa place et qu'il ne nous reste plus qu'à travailler à son installation durable.

Merci également à tous frères et sœurs qui ont permis la tenue et la réussite de ce séminaire dans Son Amour.

Jean-Pierre Mboundou Batiako (Paris, France)

Jeunes Regards

Nous avons déjà remarqué ce phénomène l'année dernière à Yaïka et à Abidjan: l'arrivée de jeunes abhyasis. Cette tendance s'est confirmée à Douala où nous avons compté parmi les participants un petit groupe de jeunes.

Parmi eux, Emmanuel le benjamin a 19 ans, et le plus âgé 28 ans. A l'âge où leurs pairs sont plutôt intéressés par ce qu'on appelle les «distractions» de leur âge, les jeunes participants au séminaire de Douala nous ont séduits par leur discipline, leur exigence et le grand sérieux avec lequel ils ont suivi tout le séminaire.

Nous avons remarqué chez eux cette facilité, pour ce qui concerne les enseignements, à aller à l'essentiel. Ainsi que le montrent ces témoignages, ils ont fait montre d'un ressenti et d'une foi dans le Maître que bon nombre «d'anciens» abhyasis gagneraient à suivre! Nous leur consacrons cette page spéciale intitulée: «Jeunes Regards».

JN

A une semaine du séminaire, j'ai commencé à sentir une foi réelle qui me pénétrait en entraînant une ouverture facile du cœur. Dès le

Volonté, travail et détachement

satsangh de lundi, j'ai eu l'impression que je me détachais de mon corps au point d'avoir des vibrations de la plante des pieds jusqu'à la tête. Cet état était constant et récurrent tout au long du séminaire. J'ai cultivé l'amour sans timidité et j'ai constaté ensuite que mon humilité grandissait par ma volonté et grâce au souvenir constant. J'ai appris dans ce séminaire que nous devons avoir la volonté et commencer, et là, le Maître nous aidera et finira le travail. Mais une chose m'a un peu plus appelé à travailler au détachement de tout désir, c'est quand j'ai compris que le Maître avait plus de travail à cause de mes désirs, d'où ce message qui me vient du fond du cœur: «détache-toi au maximum de tes désirs et sens Sa présence en toi.»

Que Master nous garde et nous accompagne dans nos abhyas et le travail sur notre caractère. Merci

Mbeleg Emmanuel (19 ans) – Douala, Cameroun.

L'amour est universel

Durant le séminaire, j'ai ressenti la présence du Maître partout et sur tout. Je sais qu'il a toujours été

là, mais pendant le séminaire, j'avais l'impression que je pouvais le toucher ou le voir. J'ai ressenti la transmission même après les satsanghs ou les sittings, lorsque nous déjeunions ensemble et pendant les séances d'échanges. Tous les mots que prononçaient les frères et sœurs étaient remplis d'enseignements du Maître.

Les activités que nous avons eues pendant le séminaire m'ont fait découvrir que la formation de notre caractère peut nous apporter

Leçons de fraternité

Je n'ai jamais assisté à des rencontres internationales du Sahaj Marg et quand j'ai été informé qu'il y aurait un séminaire à Douala au Cameroun, je me suis dit: «y a-t-il à apprendre encore? Je connais déjà les abhyas que je dois accomplir chaque jour et je n'ai qu'à pratiquer ma sadhana pour évoluer spirituellement!» Lorsque je suis arrivé au Cameroun et que j'ai été accueilli par les frères et sœurs com-



Assise: Germaine; Debout: Eric, Julien, Emmanuel

beaucoup de bienfaits et nous aider à nous rapprocher encore plus du Maître donc de notre but.

Durant cette semaine de séminaire tout ce qui m'est arrivé de bon ou de mauvais (selon la compréhension humaine) n'a fait qu'accentuer l'amour aveugle que j'ai pour le Maître et m'a prouvé encore que le Maître est là et il veille.

Je remercie le Maître de nous avoir donné les moyens pour que le séminaire se déroule bien, mais aussi de nous avoir envoyé des frères et des sœurs qui ont su nous comprendre, nous aider dans la recherche de la connaissance des Maîtres, partager avec nous les enseignements du Maître et surtout qui nous ont montré que l'amour est universel.

Encore merci.

Modjo Julien Ronald (21 ans) – Douala, Cameroun

me si on se connaissait depuis longtemps ce fut ma première leçon: «La fraternité que Master est en train d'établir entre êtres humains existe déjà entre les abhyasis et elle est réelle». J'ai appris la différence entre connaître quelque chose intellectuellement et la connaître intérieurement avec le cœur. Je connaissais la maxime 6 du Sahaj Marg, mais à cette occasion j'ai eu l'occasion de l'intégrer, de la vivre.

Au cours du séminaire, il y a eu différentes activités. Ce qui est remarquable c'est que des activités que nous faisons d'habitude comme discuter, s'alimenter, voyager etc. se déroulaient cette fois-ci avec la condition acquise au cours des satsanghs. Ainsi les activités menées se retrouvaient sanctifiées car Il était là toujours avec nous. J'ai renforcé la pratique du Souvenir Constant à ces occasions et compris qu'on pouvait rester

Jeunes Regards (suite)

connecté à Master dans toutes nos activités quotidiennes. (2e leçon).

Les échanges avec des frères d'horizons divers ont raffermi ma foi en mon Maître ainsi que certains aspects pratiques de la sadhana. Par exemple, mon voisin de chambre m'a suggéré de faire confiance à mon horloge interne située dans le cœur plutôt que d'utiliser un minuteur pour mes méditations si je voulais accroître mon ressenti. (3e leçon)

Je ne peux pas énumérer tous ce que j'ai



appris au cours de ce séminaire parce qu'il y a beaucoup de choses qui relèvent du vécu et ne peuvent donc pas être contées.

Aujourd'hui je suis prêt à participer à tous les séminaires du Sahaj Marg que Master permettra.

Merci Maître pour la bénédiction que Tu m'as accordée de vivre de si près Ton Amour.

Jules Amanya – Abidjan (Côte d'Ivoire)



Prière



Ô Maître,

Toi qui prends soin de moi et de ma famille sans même me connaître physiquement,

Toi qui m'as sortie des religions qui semaient en moi la confusion,

Toi qui m'as permis d'assister à ce séminaire en compagnie de tous mes frères et sœurs,

Toi qui as réveillé l'amour qui dormait en chacun de nous,

Que ta volonté soit faite.

Tu aimes Beaucoup l'Afrique et ses abhyasis te tiennent à cœur, car tu aimes du vrai amour, celui là même qui vient du cœur, la preuve en est que tu as durant ce séminaire tourné ton attention vers nous et tu as régulièrement pris de nos nouvelles. Je t'en suis sincèrement reconnaissante.

Puisse ton Maître t'accorder SA GRÂCE

Dido Juliette – Abidjan (Abidjan, Côte d'Ivoire)

... en pays de verdure (suite)

une discussion approfondie sur les questions intéressant les participants. Les frères et sœurs de différentes régions d'Afrique n'ont pas épargné leurs efforts pour servir la Mission et le Maître. L'énergie positive était très contagieuse et chaque action et chaque mot exprimé étaient une expression de l'amour et du dévouement à la Mission et au Maître. Le développement du caractère, le service à la Mission et au Maître, la discipline et le souvenir constant étaient l'expression commune des participants. C'était de la nourriture pour l'esprit, même lorsque les participants allaient d'un endroit à l'autre. "Gardez la condition s'il vous plaît"... rappelait un des coordonnateurs du séminaire.



Activités de la conférence

Différentes d'activités ont eu lieu pendant le séminaire. Des discours aux sessions de questions-réponses, des excursions spirituelles sous forme de retraite à Buéa et Yaoundé. Les deux voyages se sont déroulés dans une ambiance spirituelle très élevée, la verdure de la forêt, et sa beauté ont favorisé chez tout le monde une condition qui a permis aux participants de sentir facilement la présence du Maître.

Quant à moi, c'est le premier séminaire auquel j'ai participé. Pour moi, c'est une expérience de ma vie qui persistera très longtemps dans mon cœur. Par la grâce de notre Maître, à vous tous qui avez consacré votre temps et énergie en étant disponibles pour le séminaire... Je dois dire, un grand merci! Et laissez le courant de l'énergie positive ouvert pour en faire bénéficier notre prochain.

Augusto Kihunga (Luanda, Angola)

Séminaire en pays de verdure

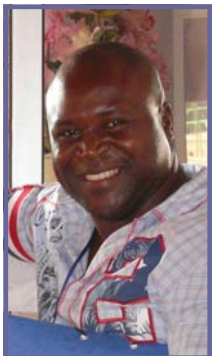
Le séminaire organisé par la sous-région francophone du Sahaj Marg du 23 au 29 décembre 2008, était un exemple d'amour et de disponibilité spirituelle vis-à-vis de la Mission et du Maître en définitive. La devise du séminaire portait sur le développement du caractère ; je crois profondément qu'il a donné l'occasion à tous les participants d'entendre ce que le système avait à leur offrir à ce sujet et ce qu'ils en pensaient.

Unité

Le premier jour du séminaire, l'importance de l'unité et du respect mutuel entre abhyasis était fortement souligné et le travail sur le développement du caractère fortement encouragé chez les participants en tant que pilier du développement spirituel. Des exemples tirés des messages du Maître ont servi de base à



Souvenir constant



Je participe pour la première fois à un séminaire spirituel et j'avoue que selon mon entendement, l'on devait débattre du thème choisi par le Maître par un travail intellectuel de fond, vidant le thème

de son contenu avant d'en faire ressortir le contenu spirituel et de le partager, mais non !

Je découvre avec beaucoup de bonheur qu'un séminaire spirituel est en fait un espace de connexion perpétuelle à Lui, ponctué de divers moments d'activités dans Son souvenir. C'est une expérience extraordinaire, tout le temps, j'ai eu l'impression que partout où l'on pouvait être, statique ou en mouvement, une sorte de voûte céleste de protection nous accompagnait. On se sent gonflé à bloc, un peu comme des privilégiés sur terre et cela raffermait notre foi. Par moments d'ailleurs, j'ai ressenti la transmission du Maître bien avant l'heure prévue pour la méditation. L'on demeure dans une condition telle que l'on accepterait volontiers tout ce qui peut arriver, catalogué comme « bon » ou « mauvais sur le moment.

Sa présence est partout divinement ressentie et l'on se rend compte que si le « caractère est pur amour », alors le « vrai » amour serait certainement de le voir Lui en toutes choses et surtout dans l'autre.

Puisse Sa grâce permettre à tous de puiser dans La Source, de s'élever au point de susciter le réveil et l'élévation de cette humanité en souffrance. »

Teston Moïse Moutakala (Pointe-Noire, Congo)

Un séminaire itinérant

Le 25 Décembre à 9 H 30 après le Satsangh, 37 frères et sœurs se sont embarqués dans un mimi bus et deux autres véhicules en partance pour la région du Sud-Ouest. Ainsi constituée, la caravane part du Centre de méditation de Douala à Bonapriso, elle emprunte l'avenue De Gaulle jusqu'au marché des fleurs avant de longer la nationale n°2 jusqu'au boulevard Leclerc. Le pont sur le Wouri est bientôt traversé, puis le quartier Bonabéri et sa zone industrielle. Quand arrive l'échangeur de Békoko, la caravane a déjà traversé le centre cosmopolite de Douala pour découvrir de vastes étendues agricoles composées essentiellement de palmeraies à huile, de bananeraies et d'hévéa.

Batoko

Premier arrêt à Batoko, où une lave a barré la route principale lors de la dernière éruption volcanique du mont Cameroun de 1998. Cette lave est venue échouer non loin de la mer à moins d'un kilomètre, après avoir parcouru plus de 18 km sans causer la moindre perte en vies humaines. Elle a évité les villages qui pourtant étaient sur son chemin naturel comme si une main invisible l'avait guidée dans sa furie destructrice.

Buéa

À Buéa après le repas, le groupe se rend au domicile d'un frère installé au pied du Mont Cameroun. Il s'ensuivra une belle méditation profonde et douce dans une ambiance toute remplie des divines bénédictions du Maître.

Le cortège reprend la route vers 16 heures pour Douala.



Le 27 décembre à 9 heures, après le Satsangh la même délégation reprend la route de Yaoundé pour y tenir deux satsanghs dans le local du Centre de Yaoundé.

Douala-Mabine-Yaoundé-Douala

En faisant le trajet Douala Yaoundé par la route, on part de la région du Littoral au climat généralement chaud et humide en cette fin décembre, vers la région du Centre plus frais et



moins humide. L'on traverse des villes et villages des plus divers. La ville d'Edéa avec ses industries et son barrage hydro électrique, et des villages à vocation agricole, dont on peut découvrir les produits agricoles exposés à la vente tout au long du trajet. Pêle-mêle, on peut contempler toutes sortes de fruits selon la saison ; les ananas, mangues, papayes, des ignames de toutes sortes, du plantain et des bananes, de l'huile de palme, des légumes de

Un séminaire itinérant (suite)

toutes sortes et la liste est loin d'être exhaustive. Il vient très clairement à l'esprit que les terres donnent avec abondance et que si l'on peut manquer de beaucoup de choses, la nourriture n'en fait pas partie.

Mabine

A environ 220 km en partant de Douala, un petit détour est fait vers le village Mabine, où une petite pause est proposée. Le groupe est reçu dans une somptueuse demeure, au cœur de la forêt équatoriale, au pied du Mont Malabo. La puissance, le calme et la sérénité de la forêt sont très clairement perceptibles et le temps est doux. Trente minutes plus tard, des photos sont prises avant de reprendre la route et de remer-

cier nos généreux hôtes qui nous invitent à revenir quand nous le souhaitons, pour une méditation.

Yaoundé

A l'approche de Yaoundé, le cortège est pris dans les bouchons de la ville aux 7 collines qui déroule toute sa splendeur au regard. Bientôt la caravane arrive à l'hôtel. Le rendez-vous est pris une heure et demie plus tard au hall de l'hôtel pour la méditation de près de 50 minutes est profonde et intense.

La soirée est clôturée par un dîner dans un restaurant. La restauratrice, comme pour faire goûter tout ce que le voyage

nous avait donné à voir tout au long du parcours, a présenté un menu très varié de plats végétariens camerounais.

Retour à Douala le lendemain, 28 Décembre vers 13 h après le Satsangh.

Michel Mbeleg (Douala, Cameroun)



À Buéa



Yaoundé



Pause à Mabine



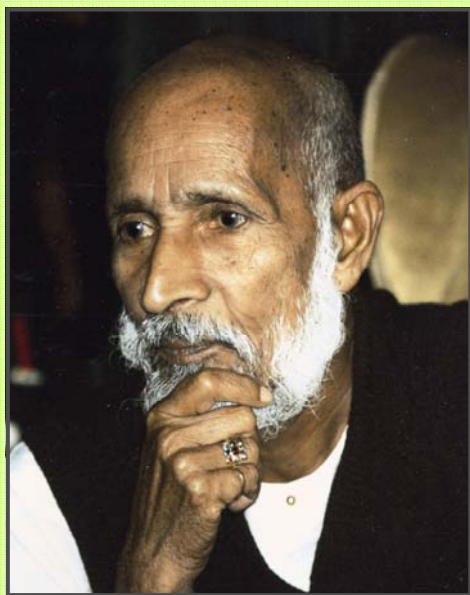
Vers le Mont Cameroun



En route vers Mabine

Messages du Monde Lumineux

Dimanche 18 juillet 2004 – 10 h



« Ouvre ton cœur à l'Infinie Présence, cette énergie unifiant les mondes, au-delà de leurs particularités. Elle est unique, salvatrice, elle harmonise toute la création. Que représente l'homme, dans ce vaste univers où, quoi qu'il en pense, l'infiniment grand et l'infiniment petit se rejoignent ? L'énergie divine anime chaque parcelle de vie, lui laissant toutefois ses réactions propres ; la perfection naissant de son contraire.

« Les lois divines ne peuvent être comprises par les humains ; elles le dépassent complètement, limités qu'ils sont à ce qu'ils voient et à ce qu'ils croient. Tout porte à les induire en erreur, abusés en permanence par des sens omniprésents ; ils construisent des théories correspondant à ce qu'ils croient juste.

« La révélation, en ce qui les concerne, n'est pas pour demain, mais il convient de les préparer à cela, en œuvrant pour leur ôter le bandeau dissimulant ce qui constitue la vérité, dans toute sa manifestation.

« Ils avancent sur le chemin de la connaissance ; beaucoup cherchent avec ardeur et foi, comment ne pas les aider ! Nous essayons de le faire, en mettant à leur disposition des éléments facilitant une prise de conscience, hautement spiritualisée. L'ère nouvelle favorise cette aspiration à s'élever, dans les cœurs assez ouverts et prêts, pour l'ultime ascension. Nos frères avancent dans cette perspective, ils progressent. Nous le constatons particulièrement dans les grands rassemblements où

la vision d'ensemble permet la satisfaction sur ce point.

« Puisseons-nous communiquer l'ardeur, la persévérance à tous nos aspirants, unis dans une foi sans faille ! Que tous soient bénis. »

Babuji

Réflexions du jour

Aspiration

Tout ce que nous faisons ici est de parvenir à détourner le cœur de sa tendance à aller vers le bas, impliquant égoïsme, attachement à la terre, grossièreté, et de le rendre urdhvamukhi, c'est-à-dire regardant vers les approches plus élevées de la vie - plus élevées non pas en terme d'ambition mais en terme d'aspiration - et ouvert pour recevoir ce qui descend d'en haut.

Source : P. Rajagopalachari - Heart Speak 2004, vol. 2, p. 103

Sagesse

Nous devons être sages sans la connaissance. Nous devons être encore plus sages pour utiliser correctement la connaissance.

Source : P. Rajagopalachari - Heart Speak 2004, vol. 2, p. 103

Un coeur d'enfant

Mon Maître, Babuji Maharaj, a insisté sur la nécessité pour les êtres humains de conserver un cœur d'enfant, qui seul peut nous protéger contre l'adversité.

Source : P. Rajagopalachari - Heart Speak 2004, vol. 2, p. 107



Ont contribué à ce numéro:

Conception et mise en page MMK, JN

Rédaction:

JN: Jeanne Nanitelamio;

MMK: Michel Mouyelo-Katoula

Traductions: JN & MMK

Les noms des auteurs de témoignages figurent au bas des articles

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