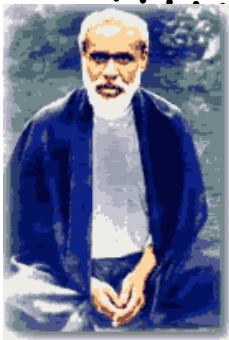


*Anniversaire de LALAJI MAHARAJ - 2 Février 2007*



Je veux attirer l'attention des abhyasis sur quelque chose. Trop de gens sont entrés dans la Mission en regardant les abhyasis qui leur sont apparentés, qui sont leurs amis. Et y étant entrés, un trop grand nombre a quitté la Mission parce qu'ils continuent de regarder les abhyasis en se disant, "c'est tout ce que le Sahaj Marg produit."

Récemment j'ai eu une expérience qui a renforcé l'idée que dans le Sahaj Marg nous ne devrions fixer notre attention que sur deux choses - soi-même et son but, le but étant le Maître selon notre système. Regardez-vous, regardez vers Lui, [...] – Regardez vers Lui pour voir ce que vous devez devenir et avancer sur le sentier. Car si vous regardez autour, vous trouvez, par exemple, aujourd'hui qu'il y a 600 à 700 personnes ici. Chacun peut être à un niveau différent de développement. Chacun a son propre modèle de comportement, ses propres problèmes culturels, ses propres aspects. Chacun a été conditionné par la famille, les amis, par l'éducation, la culture, la nationalité - tant de choses. [...] Aussi comment pouvez-vous juger le Sahaj Marg par l'effet qu'il produit ? C'est impossible. C'est d'autant plus impossible, que vous ne savez pas ce qu'est vraiment leur état d'évolution en regardant ces choses superficielles. Une personne

**Ne regardez que Lui**

peut avoir un très bon comportement, être très polie, très cultivée, et peut être totalement pourrie à l'intérieur, comme une pomme pourrie. Au contraire, une personne qui n'a pas un bon comportement, qui est grossier dans son langage – peut avoir, à l'intérieur, des qualités dignes



d'un saint, que nous ne pouvons pas voir. Ainsi, si vous voulez juger le Sahaj Marg, vous devez pouvoir examiner l'intérieur, le cœur des abhyasis, où vous découvrirez la véritable indication de ce que le Sahaj Marg peut faire. Mais pour développer une telle capacité, vous devriez avoir été un abhyasi durant peut-être cinquante ans, dans certains cas. Il n'est pas facile de développer la vision permettant de regarder dans le cœur de son prochain. Même des époux, après cinquante ans de mariage, n'ont pas cette capacité. Même les amis de toute une vie n'ont pas cette capacité. [...] Vous savez, par exem-

ple, vous pouvez être des amis de trente ans, et un jour, votre ami fait ou dit quelque chose qui peut vous révéler une noblesse de caractère que vous n'auriez jamais pu soupçonner avant. A l'opposé, il ou elle peut faire quelque chose qui vous choquera en tant que révélation de ce qui était à l'intérieur. Je dis ceci parce que trop de gens ont, je le répète, quitté le Sahaj Marg parce qu'ils disent, "mon frère était là," "mon oncle y était," "ma chachi [ tante ] y est," - "ils n'ont pas changé du tout." Nous ne sommes pas ici dans le Sahaj Marg pour voir ce que le Sahaj Marg peut faire pour d'autres. Nous sommes ici pour voir ce qu'il peut faire pour nous. [...] Vous regardez dans le miroir pour voir votre propre visage.

Ainsi le Maître doit être utilisé comme un indice de ce que nous devons devenir, et vous devez regarder en vous-même et voir ce que le Sahaj Marg fait pour vous. Alors nous continuerons sur le chemin, nous irons sereinement, ignorant tout le reste. [...]

Ainsi, je vous exhorte tous à ne pas regarder ici et là. Faites comme le cheval... dans le temps, [...] les voitures attelées avaient des chevaux portant des ceillères [...] dans le Sahaj Marg, nous devrions tous adopter ces ceillères - être avec tout le monde mais ne regarder que Lui.

Merci.

*Extraits d'un discours de Shri Parthasarathi Rajagopalachari le 29 janvier, 2004, Anand, Gujarat*

**Ainsi parle :**

**Lalaji**

• *La connaissance est sans aucun doute lumière, mais elle n'est pas une fin en soi, elle est simplement le moyen d'arriver à ses fins. Nous n'allumons pas une lampe la nuit pour le plaisir de la lampe mais pour effectuer un travail sous sa lumière, ce qui en est la finalité ou le but. Ainsi notre connaissance vise également un but mais elle n'est pas un but en soi.*

**Babuji**

• *Durant toute ma vie spirituelle, je ne pouvais pas, même un instant, imaginer que le vaste trésor spirituel possédé par mon Maître n'était d'aucune manière le mien, tout comme un enfant pense toujours à la richesse de son père comme étant la sienne.*

**Chariji**

• *Le Maître est un objet de possession dont un vrai abhyasi ne peut jamais être dépossédé. Le vrai Maître est autre chose que le Maître physique que nous percevons. Cet Etre Réel est indestructible et éternel. Une fois que nous le possédons, nous ne pouvons jamais le perdre. C'est à nous de l'attacher à nous si étroitement que nous ne pouvons jamais être séparés de lui, de toute éternité.*

**Sommaire**

Ne regarder que Lui...	1
Ainsi parle...	1
À l'Île Maurice...	2
Dites-moi, Maître	3
Tiruppur	3
Lalaji	4

## Le Sahaj Marg à l'Île Maurice — 1995-2007

### Les débuts

En janvier 1995 je lus un article sur la pratique du Sahaj Marg dans le magazine international de yoga de Janvier-Février 1995 et j'écrivis une lettre datée du 21 janvier 1995 à Master. Master me répondit me donnant des instructions sur la façon dont je pouvais commencer la méditation. Je commençai la méditation en février 1995 et commençai à sentir de grands changements positifs. Comme demandé par Master, je lui envoyai ma photo. Le 26 mai 1995, frère Gilles Payet, un précepteur de l'île de la Réunion vint à l'île Maurice pour introduire les personnes intéressées au Sahaj Marg. Moi-même et 5 autres personnes, y compris mon épouse Neena eûmes les 3 sittings d'introduction. Mon épouse et moi avons continué la pratique du Sahaj Marg, et en Août/Septembre 1995, un ardent désir de visiter Masterji à Madras et d'être avec Lui pour notre élévation spirituelle a surgi dans nos cœurs. J'envoyai un fax à Masterji le 29 septembre 1995, et chose étonnante, j'eus, le même jour de Lui une réponse à mon fax : *"Merci pour votre affectueux message. Je suis heureux que vous souhaitiez passer quelques jours à l'ashram de Manapakkam à Madras. Je serai disponible entre le 3 et le 15 Novembre. Vous êtes chaleureusement les bienvenus."*

*Avec amour et bénédictions du Maître."*

Le 7 novembre 1995, mon épouse et moi-même sommes allées à Madras. A l'arrivée à la maison de Master à Gayatri, on nous a dirigés à "Glenmore" où le Maître donnait un Satsangh. À la fin du satsangh, Master

fut informé de notre arrivée de l'île Maurice. Master nous accueillit immédiatement et nous invita à le rejoindre dans son bureau. On nous offrit une tasse de thé et des noix et le Maître nous donna ensuite un sitting. C'était vraiment incroyable d'être devant le Maître. C'était notre chance qui nous avait amenés aux pieds sacrés de notre Maître Bien-aimé. Après le sitting, à notre surprise, Master nous informa qu'il allait nous préparer pour devenir précepteurs. J'ai accepté la proposition de Master, mais mon épouse était réticente et elle a dit qu'elle était une nouvelle abhyasi depuis tout juste 5 mois. Master lui dit : *vous n'avez pas à vous inquiéter, je ferai tout le travail.* Nous avons été faits précepteurs le 13 Novembre 1995 à Glenmore.

### La visite de Master

Le 21 février 1997, l'île Maurice a eu la bénédiction d'avoir la visite de Masterji qui est resté trois jours sur notre île. Environ 15 abhyasis de l'île de la Réunion étaient venus participer au séminaire de 3 jours. Un groupe d'abhyasis et précepteurs de l'Inde et d'Europe était également venu avec Masterji. Sœur Najma Karmally de Madagascar était également venue. À l'époque, il y avait environ 16 abhyasis à l'île Maurice. À partir de février 1997, nous avons commencé la méditation de groupe le dimanche, chez nos voisins, à savoir la famille Seepargauth. Les sittings individuels étaient donnés dans notre maison et aussi chez notre voisin.

### Croissance

Le 2 février 1998, la Shri Ram Chandra

Mission était officiellement enregistrée à l'île Maurice comme association. Toutes les donations à la Mission sont autorisées et sont déductibles d'impôt. À la demande de Master, des précepteurs sont venus à l'île Maurice pour animer des séminaires spirituels en février et juillet 1998 et en Janvier 1999 et octobre/novembre 1999. De plus en plus d'abhyasis participaient aux méditations de groupe et la maison de notre voisin s'avérait trop petite pour les accueillir tous. Avec les bénédictions du Maître, un hall de méditation, une cuisine, une chambre pour Masterji, et également 2 chambres prévues initialement pour recevoir les hôtes venant de l'étranger furent construits au-dessus de notre maison. Le petit ashram fut inauguré le 29 octobre 1999.

### Situation actuelle

Il y a un centre à l'île Maurice et 3 précepteurs pour environ 62 abhyasis qui sont principalement de la communauté hindoue; il y a peu de chrétiens et une sœur musulmane. Le Sahaj Marg se répand principalement de bouche à oreille et par la distribution de dépliants et de brochures. Le besoin de précepteurs est réel ; la disponibilité des précepteurs actuels est limitée à cause du nombre d'abhyasis. Les méditations de groupe ont lieu le dimanche à 9 heures 30 du matin au siège du centre. Les sittings individuels sont donnés seulement au centre, hebdomadairement et tous les quinze jours.

SGM



### Contacts

#### Centre

6 Mgr Liston Avenue,  
La Louise, Quatre Bornes.

#### Précepteurs

**S. Gowtum and S. Mala Motah**

Tél: + 230 424 5671

Mail: srcm.gowtum@intnet.mu  
sgmotah.mgi@intnet.mu

**G. Reddy Luthmoodoo**

La Louise, Quatre Bornes

Tél.: + 230 425 3591

# Tell me, Master

« Tell me master » (Dites-moi, Maître) est un livre publié par notre Mission en 2006. Dans ce livre, comme indiqué sur la quatrième de couverture Master : « répond à des questions que des enfants lui ont posées au cours de sessions qu'il a tenues spécialement pour eux. D'autres questions ont été ajoutées, et Master y a également répondu avec bienveillance, pour réaliser ce livre. Il est merveilleux que les enfants posent souvent les questions essentielles. Et quant aux réponses de Master, elles sont si simples et si profondes que les adultes et les enfants gagneront à les lire et à les relire. »

Le livre traite des thèmes suivants : Dieu, le monde, le but de la vie, la Mission, la méditation, le cleaning, la prière, le journal, les samskaras, la peur, le Maître, mon Maître et moi, et le futur.

Sous chaque thème, 2 à 5 questions sont posées auxquelles Master a répondu d'une façon simple, limpide et éclairante.

## Q : Qui a inventé le système de méditation du Sahaj Marg ?

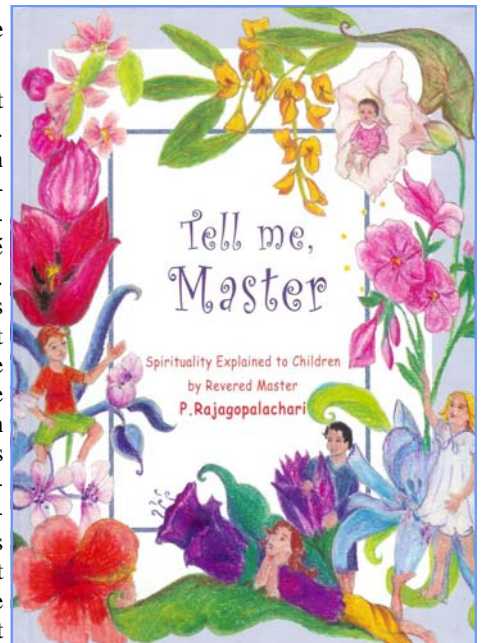
R : Nous ne pouvons pas dire qui l'a inventé parce que quand Lalaji Maharaj l'a redécouvert, il a constaté que c'était déjà là, il y a environ cinq mille ans, pendant la période du Roi Dasharath, qui était le père du seigneur Rama. Et combien de temps était-il là avant cela, personne ne peut le dire. Ainsi cela n'a pas été inventé – mais a été seulement découvert par notre Grand Maître.

## Q : Pourquoi méditons-nous sur le cœur ?

R : Il y a trois réponses... La première est que le cœur est la station de pompage. Quand nous le purifions, la purification s'étend à tout le système physique. La seconde raison est que, dans toutes les religions, vous trouverez que Dieu est supposé résider dans le cœur et non dans la tête. Aussi nous plaçons la lumière Divine dans le cœur, nous présumons qu'elle est là, et nous méditons. Cela permet à la divine présence de grandir en nous. Et la troisième raison est que nous connaissons toujours un être humain par son cœur. Et je ne veux pas dire le cœur physique. Le cœur est le symbole d'un être humain, de l'existence humaine. C'est pourquoi on décrit les gens comme ayant « un cœur dur », ou « ayant un cœur d'or » ou « ayant un cœur de pierre ». Et finalement, une autre raison est que le cœur est la source de toute la sagesse, et la source de l'intuition et finalement de la révélation.

## Q : Le prochain Maître pourra-t-il être une femme ?

R : Non, ça doit toujours être un homme parce que le travail d'un Maître ne traite pas seulement de l'amour. Il doit également pouvoir détruire. Ce qu'une femme ne peut pas faire, parce que le cœur d'une femme est seulement capable d'aimer. Leurs cœurs peuvent travailler seulement d'une manière créatrice. Ils ne peuvent pas détruire, et le Maître doit être capable d'aimer aussi bien que détruire. Pour cette raison, ce doit être un homme. Cela ne signifie pas que les femmes ne peuvent pas devenir comme leur Maître.



C'est comme cela dans la nature. C'est pourquoi c'était toujours les hommes qui allaient guerroyer et tuer. De nos jours naturellement, il y a beaucoup de femmes qui deviennent des soldats, mais il n'en serait pas ainsi si nous suivions la nature. Le Maître doit être capable de détruire l'opacité que les gens ont à l'intérieur: le mal, la haine, la bêtise et l'ignorance.

## Q : Y aura-t-il toujours un Maître vivant ?

R : Nous l'espérons, mais nous ne pouvons pas en être sûrs – car pour chaque famille il y a une fin, quand la famille cesse d'exister. De même, une lignée de Maîtres existera aussi longtemps que cela sera nécessaire, et alors cela se terminera.

## Prêts pour les célébrations du 24 juillet 2007 Notre représentation à Tiruppur

Notre région sera représentée à Tiruppur, à la soirée organisée pour l'anniversaire de notre Maître. Ce sera l'occasion d'exprimer la richesse de la diversité culturelle de la région et son sens de la dévotion. Lors de la soirée culturelle, il est prévu qu'une plage de 30 minutes soit réservée à la région Afrique et Océan Indien. Nous pouvons concevoir notre spectacle en trois séquences où seront déclinées les particularités des pays du continent, de Madagascar, de la Réunion et de l'Île Maurice. Chaque séquence sera exprimée dans une langue de la région, dans un esprit de dévotion et d'amour. Pour que tout puisse être structuré dans un spectacle unique, il est demandé à chaque centre:

- D'indiquer parmi les frères et sœurs se rendant à Tiruppur, ceux qui souhaitent participer au spectacle, en tant que chanteur, danseur, poète, conteur, ou joueur d'un instrument de musique, etc. ;
- De faire une proposition de spectacle typique du pays, autant que faire se peut. Il peut s'agir d'une danse, d'un poème, d'une saynète, d'un chant, dans les langues locales. Une traduction en anglais ou en français devra être communiquée.

Les propositions sont attendues avant le 28 février 2007.

## Shri Ram Chandra de Fatehgarh — Lalaji... 1873-1931

Né le 2 février 1873, Shri Ram Chandra de Fatehgarh, affectueusement appelé Lalaji, fut le premier Maître de la Shri Ram Chandra Mission. Son père était inspecteur des impôts et sa mère une femme pieuse qui mourut quand Lalaji n'était âgé que de sept ans, laissant en lui l'impression d'une foi forte. Dès l'enfance, Lalaji avait une inclination vers Dieu et il montrait également un profond amour et une aptitude pour la musique. Après la mort de sa mère, il fut élevé par une autre dame avec qui il eut toute sa vie une relation d'affection et de respect.

Peu de temps après le mariage de Lalaji, son père mourut. En un bref laps de temps, il perdit aussi son grand frère adoptif ainsi que tout ce qui restait de la propriété héréditaire de sa famille. Acceptant ces malheurs avec grâce et courage, il alla travailler pour un des associés de son père à Fatehgarh.

Lalaji a redécouvert et affiné l'ancienne méthode de pranahuti du raja yoga, par lequel l'énergie divine est transmise par le Maître dans le cœur de l'aspirant afin d'accélérer son développement spirituel. Ainsi, le but spirituel le plus élevé, réservé auparavant aux ascètes et à ceux qui renonçaient au monde, a été mis à la portée de tous.

Le 14 Août, 1931 Lalaji transitait, laissant Babuji continuer son œuvre pour l'élévation spirituelle de l'humanité.

### Lalaji Maharaj a dit :

« Dieu s'est caché dans vos cœurs et vous a exposés. Cachez-vous et exposez Dieu ! »

\*\*\*

« L'ignorant compte les feuilles, les fleurs, etc., et mange, ou peut même ne pas manger le fruit, tandis que l'homme sage est intéressé à manger le fruit seulement, sans prêter attention à ces détails. »

\*\*\*

« Je voudrais dire à tout le monde – plutôt en le martelant – que chaque chercheur devrait essayer de modeler sa condition morale. On ne devrait prononcer aucun mot désagréable aux autres, ni poser un acte qui puisse leur déplaire. Tout en gardant ces deux choses à l'esprit, on devrait veiller à s'imposer cette conduite. C'est le principe de base. Je suis un amoureux de la moralité plutôt que de la spiritualité. »

\*\*\*

« Un Maître devrait traiter tout le monde avec égalité. Son amour devrait se déverser de façon uniforme sur tous sans la moindre différence. Il ne devrait d'aucune manière se considérer comme supérieur aux abhyasis. Seul l'amour fait tout. »

\*\*\*

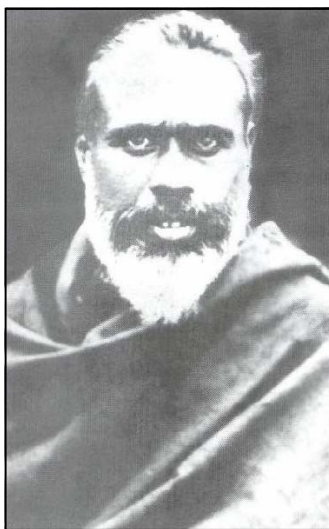
« On peut dire que la foi est raffermie quand le lien avec Dieu est établi si fer-

mement qu'il n'est pas rompu même si l'on essayait de le faire. On devrait se sentir incapable de le faire. On devrait s'efforcer de développer une telle foi. »

\*\*\*

« Même les croyants ne pensent à rien d'autre qu'au monde des corps et de désirs. Leur paradis n'est rien d'autre que le plaisir des sens avec des fées et des esclaves. »

\*\*\*



nes choses que même les adultes ne peuvent pas comprendre après beaucoup d'effort. De même, la vision divine s'avère exister même chez les simples gens du village, hommes ou femmes. »

\*\*\*

« La méchanceté abîme le cœur et le rend lourd et impie, ce qui occasionne du chagrin. En outre, la personne à qui elle est infligée souffre sans aucun doute. Mais un courant de douleur s'écoule de son cœur et rend triste la personne infligeant le chagrin. Pour prendre un exemple, si votre voisin est affligé - et malheureux, vous ne pouvez pas échapper à l'influence de sa douleur. Cette douleur est comme une fumée de carburant toxique, pour ainsi dire. Brûlez-la dans n'importe quelle maison et son amertume se répand dans les maisons avoisinantes. »

\*\*\*

« Si vous êtes vertueux, les personnes qui vous entourent en bénéficieront obligatoirement et elles seront heureuses. Ce monde peut être comparé à notre corps. Si un organe (une partie) est malade, tout le corps est affecté. Ainsi les personnes bonnes se tiennent-elles toujours à l'écart du péché et entreprennent-elles l'action juste. Ceci est une vérité simple. »

« Les enfants comprennent si bien certain-



#### Ont contribué à ce numéro:

Conception et mise en page:  
MMK, JN

#### Rédaction:

JN - Jeanne NANITELAMIO et MMK:  
Michel MOUYELO-KATOULA

Page 2: Sahaj Marg in Mauritius  
by S. Gowtum Motah



#### Page 3: JN & MMK

Pour toute communication veuillez écrire à Echos d'Afrique et de l'Océan Indien: echosdaf@yahoo.com  
Fax: (1) 309 41 81 655; Fax: (32) 27 06 23 70

