



## Répondez à l'appel du cœur

Chers frères et sœurs,  
Les années vont et viennent, et je me demande combien d'entre nous avancent avec le temps, devant le temps. Vous savez qu'il y a un proverbe qui dit que le temps et la marée n'attendent personne. [...]

Quand nous voyageons en voiture et regardons

les bornes kilométriques sur le côté de la route, chaque fois que nous dépassons une borne nous savons que nous nous rapprochons de notre destination. Pour nous, chaque jour, chaque matin au réveil, devrait être une nouvelle borne dans notre progrès spirituel. Je me demande combien d'entre nous ont réellement conscience, se rendent compte, qu'au fur et à mesure que le temps passe, nous avons de moins en moins de temps devant nous. [...]

Avons-nous conscience qu'à chaque sitting que nous prenons, quand nous fermons les yeux, nous sommes quelque chose, quand nous ouvrons les yeux, nous devrions avoir avancé? Je crains que ce sens de l'urgence ne manque chez presque tous les abhyasis. Nous avons tendance à accorder plus d'attention à notre progrès matériel, à notre santé, à nos revenus et

à tant d'autres choses qui font partie de notre vie matérielle, de la vie humaine : nos amours, nos haines, nos aspirations. [...]



Je suis heureux de vous souhaiter à tous une heureuse nouvelle année, mais une heureuse nouvelle année ne suffit pas. Au lieu de chercher le bonheur - j'hésite à le dire - nous devrions voir le nombre de problèmes que nous avons surmontés et le nombre de problèmes qu'il nous reste encore à surmonter car, au bout du compte, la vie spirituelle n'est pas censée être une vie heureuse. Elle est censée être une vie où l'on progresse. [...]

Ce corps n'est qu'un véhicule pour l'âme. Le corps nous est donné uniquement pour que nous puissions avancer dans cette vie, de notre naissance à notre mort, et, par la suite, nous n'en avons plus besoin. C'est comme la voiture, le train ou l'avion qui nous amènent d'ici à là et que nous abandonnons ensuite. Mais la spiritualité dit, la littérature yoguïque dit, la littérature métapsychique dit

que nous revenons encore et encore car, au lieu d'être comme le passager d'un train qui monte au début et descend à la fin, nous ressemblons plutôt aux chauffeurs et aux chefs de train qui montent et descendent tout le temps. [...]

Je sais qu'une partie de vous -même a ce désir ardent ou du moins ce désir. Il s'amplifie peut-être, quand vous venez ici et sentez, vous savez, qu'il y a quelque chose dans tout cela après tout, parce que c'est cela qui vous fait revenir et vous donne envie de rester ici à faire face à tous les problèmes de la vie : manque de logement, manque d'installations. Mais une fois le portail franchi, nous replongeons dans cette vie-là.

Donc, chers frères et sœurs, nous devons accorder plus d'attention à l'appel du cœur, l'appel de cette voix qui vient de l'intérieur. Si cela est nécessaire, fermez vos oreilles au monde extérieur. Fermez vos yeux, n'écoutez pas. Grâce aux cinq sens que Dieu nous a donnés, nous devons tourner notre attention de l'extérieur vers l'intérieur. Sans ce changement radical, la spiritualité reste un sujet dont nous parlons, dont nous discutons, pour lequel nous nous formons, mais dont nous ne tenons pas compte, ce qui fait que nous restons là

### Ainsi parle:

#### Lalaji

- *Le cœur est généralement noyé ou absorbé dans les activités du corps grossier, perdant la connaissance de sa propre réalité.*

#### Babuji

- *Quand le désir insatiable est créé (puisse Dieu le vouloir ainsi !) la réalisation du but devient une question de temps.*

#### Chariji

- *Une fois que vous avez décidé que votre cœur dit que vous devez méditer et aller vers votre destination spirituelle, ignorer cet appel intérieur est un suicide spirituel.*

où nous sommes.

Comme de coutume, je prie pour vous tous. Puisse chaque jour vous voir sur une marche différente sur l'échelle de la spiritualité, vous élevant de plus en plus, sans jamais redescendre ni regarder en arrière. Puissent mes Maîtres vous accorder tout ce qui est bien.

Merci.

*Parthasarathi Rajagopalachari - 1<sup>er</sup> Janvier 2010, Chennai Inde*

## Sommaire

Répondez à l'appel du cœur	1
Ainsi parle	1
Témoignages individuels	2
Expériences personnelles	3-5
Messages du monde lumineux	6
Réflexions du jour	6

## Séminaire sous-régional de Douala : Témoignages individuels

Par la grâce de notre Maître et pour la deuxième année consécutive, nous avons eu un séminaire sous-régional à Douala et Bafoussam, du 23 au 28 décembre 2009, où nous avons vibré dans Son souvenir, Sa présence tangible et Sa grâce. Il n'est pas toujours aisé d'essayer d'exprimer avec des mots de telles expériences; nous tenterons de le faire néanmoins à travers les différents témoignages publiés ici. C'est à travers ceux-ci que nous allons revivre et partager ces précieux moments.

Ce séminaire qui s'est déroulé à Douala et à Bafoussam a été riche d'enseignements, il nous a permis de toucher pratiquement du doigt le travail du Maître. En effet l'année précédente nous étions une quarantaine, cette année nous étions plus d'une soixantaine, l'augmentation du nombre de participants résultant d'un accroissement du nombre d'abhyasis à Douala, mais surtout à la naissance du centre de Bafoussam à l'Ouest Cameroun qui en l'espace d'un an a enregistré l'introduction de plus d'une quinzaine d'abhyasis.

Le travail du Maître était aussi perceptible à travers les changements d'attitudes des frères et sœurs qui d'une année à l'autre étaient plus intériorisés et qui ont de leur propre vécu ce séminaire en étant plus centrés sur leur Maître et en ont ressenti plus profondément les effets. Les séances de questions-réponses nous ont aussi surpris par la profondeur et la consistance des questions posées et des échanges.

Nous avons passé les deux premiers jours du séminaire (23 et 24 décembre) à Douala. Si la ville de Douala était déjà familière à la plupart des participants, le voyage et le séjour (25 et 26 décembre) à Bafoussam ont été marquants à plus d'un titre. Nous avons vécu ce voyage et ce séjour portés par Lui. Cette région de l'Ouest Cameroun avec ces beaux paysages montagneux, la célèbre falaise de Dschang, cette riche région agricole avec ses routes bordées de champs de caféiers, d'ananas et d'autres cultures vivrières a été le décor idéal pour une méditation en symbiose avec la nature. A l'arrivée à Bafoussam, la joie et l'émotion étaient palpables lors des méditations de groupe dans le petit appartement abritant le centre, qui pour la circonstance était plein de frères et sœurs heureux de communier dans l'amour et sous les regards de leurs Maîtres.

Lors du séjour à Bafoussam, nous avons eu aussi l'occasion d'aller à Fouban et de

visiter le palais du sultan de Fouban ainsi que son musée chargé d'histoire. Cette incursion dans un passé et un présent riches de traditions, a fait revenir en nous ces paroles du Maître tirées d'un message qu'il a donné à l'inauguration du CREST à Bangalore en



2006: «[...] Les personnes à qui ont été assignées les sujets contre lesquels ils se sont rebellés, ont cherché de plus en plus profond dans leurs propres racines, et ont proposé des évaluations étonnantes de ce qu'étaient leurs passés, des traditions dont ils étaient issus, des cultures dont ils provenaient, et des beautés de ces passés — relégués dans le subconscient comme la fondation d'une maison, non visible mais soutenant tout. Ce serait une grave et désastreuse erreur de reléguer le passé dans l'oubli. Nous devons nous rappeler que ce sont les racines de l'arbre qui maintiennent l'arbre dans toute sa gloire, sa manifestation...»

C'est en ayant présent cela à l'esprit que s'est effectué le voyage de retour à Bafoussam puis Douala, heureuse grâce au Sahaj-Marg d'avoir parcouru le chemin nous ayant mené vers Leur lumière.

JN & MMK



**C'EST VRAI, LE MAITRE NOUS SUIT... ..**

Je n'avais pas pu participer au séminaire organisé à Douala en décembre 2008. Cette fois-ci, j'avais pris la ferme résolution d'être présent à celui organisé du 23 au 29 décembre 2009.

Un départ incertain...

J'avais un billet électronique avec comme date de départ le 25 décembre 2009, alors que je devais voyager le 21 décembre 2009 à 9 heures 25. Ce même jour je me rendis à l'Agence de la Compagnie aérienne pour exposer mon problème. La dame qui m'a reçu me laissait entendre qu'il m'était impossible de voyager car j'étais déjà réservé pour le 25. Si je devais changer, au cas où cela était possible, je devais payer des pénalités. En entendant cela j'ai failli céder à la panique, car, cela impliquait que j'allais rater mon séminaire.

A cet instant, je dis du fond du cœur: « Maître, je remets mon départ entre tes mains; c'est à Toi de décider si je dois participer ou non au séminaire. Merci!». Sans inquiétude, sans peur, je me suis tu en m'écartant un peu du comptoir. Soudain, la dame m'a demandé mon billet pour changer la date y figurant. En vain! Elle a alors pris son téléphone pour appeler le responsable de l'enregistrement des passagers à l'aéroport. J'ai juste entendu: « Chef, j'ai un client ici qui doit voyager aujourd'hui sur Douala, mais sur son billet la date de départ marquée est le 25». Après un petit silence, elle poursuivit, « Chef, il faut l'aider.» Quelques minutes plus tard, elle écrivait quelque chose sur le dos de mon billet en me disant d'aller vite à l'aéroport voir son Chef.

A l'aéroport, de longues files de passagers attendaient pour faire leurs enregistrements. Je fus rapidement interpellé par un inconnu: « Vous avez l'air pressé, monsieur; je peux vous aider? » Je me dis qu'il s'agissait certainement encore d'un de ces emmerdeurs qui cherchent à vous soutirer de l'argent. Malgré cela, je lui montrai le dos de mon billet. Il me demanda de le suivre en se faufilant à travers les nombreux gros sacs de voyage et leurs propriétaires, jusqu'au comptoir du responsable. Dès que ce dernier vit mon billet, sans commentaires, il m'enregistra et me remit la carte d'accès à bord en disant: « Vous avez de la chance. Bon voyage. » Je lui répondis: « Merci! » La grâce du Maître m'avait suivi depuis la méditation du matin jusqu'à l'aéroport en passant par l'agence de voyage. Je compris ainsi le sens pratique du lâcher-prise et du souvenir constant qui nous permettent d'être en compagnie permanente avec notre Maître.

Depuis mon départ de Brazzaville jusqu'à la fin du séminaire, j'ai compris réellement que notre Maître suit ses abhyasis.

Merci Maître.

Marcel Mbaloula  
Brazzaville - Congo

## Expériences personnelles


**Brazzaville -  
Pointe-Noire -  
Douala : Un départ mouvementé...**

Le lundi 21 décembre, après ma brève méditation matinale, et avoir bouclé ma valise, ma sœur et moi partions pour l'aéroport. Pour les formalités et l'enregistrement la file était longue devant nous. Nous attendions toujours, et tout en observant ce qui se passait autour de moi, je gardais ma condition ; soudain un monsieur me demanda d'aller déposer mon passeport et mon billet à l'avant car l'avion embarquait déjà!!! Le chargé d'enregistrement était un jeune homme très hautain et cupide qui voulait un pot de vin mais voyant que je restais indifférente à ses attentes, il chercha à nous intimider en disant : « vous prenez le prochain vol. » J'étais très sereine et comme ça dépassait mes compétences je laissai Master s'en charger. Au bout d'une quinzaine de minutes il prit enfin nos billets et passeports ; l'avion partait dans cinq minutes, il nous confia à son collègue et ce dernier pour gagner du temps nous installa à l'arrière d'une des belles voitures de l'Aviation Civile en nous rappelant de faire nos formalités une fois à Pointe-Noire. C'était comme dans un film, du jamais vu pour moi. Nous étions les derniers passagers et tous nous dévorait du regard !

On en avait pour 45 mn de vol jusqu'à Pointe-Noire; j'en profitais pour remplir ma fiche de police histoire de gagner du temps. Je restais centrée et par moment je faisais de petites méditations. A Pointe-Noire, nous avons changé d'avion ce qui n'était pas prévu, je compris très vite que c'était l'occasion en or que nous donnait Master afin qu'on en profite pour faire signer nos passeports et déposer nos fiches de police. Escorté par un agent nous fîmes les formalités d'usage avant d'entreprendre un vol d'1 heure 20 mn à destination de Douala. Je restais centrée et là aussi je faisais de petites méditations.

Les formalités à Douala ne nous prirent pas trop de temps. Master Lui même nous guidait. Il était 13 heures à notre arrivée. J'étais très contente de revoir le Cameroun pour rencontrer Master!

Germaine Biampondou – Brazzaville Congo


**Séminaire de Douala, mon expérience (extrait de mon journal..)**

En août, je revenais juste de mes vacances interrompues, quand le frère Fidèle Ngouala nous dit qu'une conférence allait se tenir à Douala du 23 au 29 décembre. Je cherchais vraiment une telle occasion car je voulais sortir de la routine quotidienne du travail et de la vie de famille. Mon cœur désirait ardemment quelque chose de plus élevé et je décidai immé-



Départ pour l'Ouest

diatement de participer au séminaire. Je n'avais pas assisté à un rassemblement spirituel les cinq dernières années.

Par la suite, je me demandais vraiment avec un travail aussi exigeant que le mien où j'allais trouver le temps en décembre pour ce séminaire ? Je devais parler à mon patron de



Groupe de précepteurs

mes vacances interrompues et lui dire que je voulais prendre quelques jours de congé en décembre... il n'émit aucune objection cette fois, je sus qu'à coup sûr le Maître m'ouvrirait la voie. J'ai compris que c'était la raison pour laquelle j'avais été rappelé de mes vacances pour travailler.

J'ai pris l'avion de Pointe-Noire vers Douala

le 21 décembre. Je suis arrivé à Douala à 14h30, des frères abhyasis étaient venus me chercher à l'aéroport; Je commençais à sentir ce lien subtil entre nous, une sorte de tiraillement au niveau du cœur. J'ai souvent cette sensation toutes les fois qu'il y a rassemblement d'abhyasis; J'ai su alors que le Maître remplissait notre cœur de sa grâce. Le séminaire commençait officiellement le 23 décembre, mais la grâce coulait déjà bien avant à l'ashram. Le satsangh de 18h00 était très subtil, j'étais conscient de mon être tout en étant en quelque sorte déconnecté de mon être physique. Le 24 décembre, je n'ai même pas su quand le satsangh du matin avait commencé, j'étais déjà « parti » ; après le satsangh, nous avons été divisés en plusieurs groupes pour commencer à discuter le thème donné par Master pour ce séminaire : « Une vie équilibrée ».

Le 25 décembre, après le satsangh de 7 h 30 du matin nous étions prêts à aller à Bafoussam, nous avons quitté Douala à 10 heures, pour un trajet de 5 heures 30. Le voyage était inspirant, j'étais vraiment centré sur le cœur, je n'avais aucun souci... le calme a prévalu durant le trajet, je regardais ces belles plantations de bananiers, de papayers et de palmiers à huile à perte de vue. Quand le bus s'est arrêté à Bafoussam, j'ai réalisé que c'était Noël et j'étais dans un séminaire spirituel. Le jour a été conclu par un satsangh à 18 h 30 à l'ashram. Le 27 décembre, nous avons eu un satsangh le matin au centre de Bafoussam. Après le petit déjeuner, à 11 heures du matin, nous sommes repartis à Douala ; j'étais presque dans la même condition que le jour de Noël. Nous avons acheté différents fruits en route mais je suis resté tout à fait centré. Le 28 décembre, le satsangh de 7 h 30 était vraiment intense ; J'ai plongé si profondément que j'ai eu l'impression qu'il n'a duré que quelques minutes alors qu'une heure était passé. Nous avons conclu le séminaire après ce satsangh.

... Ces jours bénis continuent toujours, le séminaire était vraiment intense. Être constamment en contact avec son moi intérieur pendant neuf jours et oublier presque tous les soucis de ce monde sont de vraies bénédictions de notre Maître. Le maintien de cette condition équilibrée dans notre vie quotidienne est la vraie quête. Laisser le Maître guider nos pas vers le but est la solution.

Franck Kibangou - Pointe Noire (Congo)

## Expériences personnelles [Suite]

**Un évènement spirituel**

Tout d'abord je remercie mon Maître de m'avoir permis de participer à un séminaire comme celui-ci. Je ne peux

trouver les mots exacts pour Lui exprimer ce que je ressens. Je remercie également la coordination d'avoir suivi de près ce séminaire.

En effet, ma joie est grande. Grande parce que j'ai appris des choses auxquelles je ne pouvais m'attendre. Ce séminaire en question est véritablement un séminaire spirituel au sens plein du terme. Effectivement, à notre arrivée à Douala et à Bafoussam et tout ce qui s'est passé, l'on pouvait remarquer le déroulement d'un évènement spirituel.

En effet à notre arrivée à Douala à minuit, j'étais très surpris de voir quelques-uns de nos frères abhyasis à l'aéroport de Douala à cette heure de la nuit tous heureux et avec un cœur plein d'amour pour nous accueillir ; c'était cela le tout premier enseignement de mon Maître pour moi : la preuve véritable d'amour pour mon Maître vénéré et pour nos frères et sœurs du monde entier.

Le 25 décembre 2009, nous étions en route pour Bafoussam, ville située à 280 km de Douala, tous à bord de deux minis cars. A notre arrivée, juste sur la fameuse falaise de 2800 mètres d'altitude environ et sur 10km - la distance à parcourir pour accéder au sommet - un des deux minis cars tombe en panne à une certaine altitude sur la falaise. Et lorsque la coordination arriva juste pour nous porter assistance, le mini bus retrouve toute sa performance par la grâce du Maître et parvient à aborder cette falaise en toute sécurité. J'ai en effet compris à travers ce évènement l'emblème du Sahaj-Marg le chemin qui nous est frayé par notre vénéré Maître, ce chemin tracé entre les montagnes de difficultés à travers lesquelles l'abhyasi doit passer tout en se souvenant constamment de son Maître.

Puisse le cœur de chacun de nous rester éternellement connecté à Celui de notre vénéré Maître bien aimé. Puisse notre Maître nous bénir et nous couvrir de son manteau de grâce.

*Sanassi Ouattara  
Abidjan - Côte d'Ivoire*

**Un éveil et une prise de conscience...**

Une fois de plus, le séminaire sous-régional s'est tenu au Cameroun. Les abhyasis volontaires ont plongé tête baissée dans le travail ; à partir de ce moment là, la vie courante marquait un temps d'arrêt.



J'ai l'impression qu'on assistait une fois de plus, à un séminaire « équilibré » dans l'organisation et le dévouement des frères et encore plus dans le « don » spirituel du Maître, la connais-

sance à travers les sessions de questions-réponses, la transmission pendant la méditation et un éveil par une prise de conscience. Tout comme les vibrations énergétiques ressenties pendant le travail de volontaire et la méditation, j'ai appris une fois de plus que le Maître travaillait beaucoup pour nous et nous

vus.

Personnellement, j'étais motivé car je voyais l'engagement des frères qui mettaient tout en œuvre pour que le séminaire se déroule très bien et ce fut le cas. C'était magnifique de voir la joie, la gaité sur les visages lors des repas ou pendant les heures d'échanges, et ceci me donne la conviction que le Maître nous garde tous dans son amour infini.

Lors des voyages que nous avons faits à Bafoussam et à Foumban, tout en restant centré vers le but, je pouvais ressentir la présence du Maître et son énergie me permettait de ne pas me disperser malgré la beauté des paysages des régions que nous traversions.

Je remercie le Maître de nous avoir une fois de plus permis de nous retrouver et de partager ensemble ce concentré d'énergie mais aussi d'apprendre beaucoup de choses et de savoir que l'équilibre n'est pas notre but mais il est indispensable pour nous car c'est un instrument à utiliser pour atteindre notre but. Tout en espérant qu'il y ait d'autres séminaires, je ne peux que dire : « merci Master, merci, merci et encore merci, pour tout. »

*Julien Ronald Modjo  
Douala - Cameroun*

**Mon premier séminaire**

La période fixée pour le séminaire de Douala-

Bafoussam coïncidait avec la

période de cours dans mon université; aussi il semblait difficile pour moi de participer au séminaire car les vacances de Noël n'étaient prévues que pour le début du mois de janvier. Malgré cela je pris la

décision de confirmer ma participation au séminaire. J'étais introduite au Sahaj-Marg seulement depuis quelques mois ; et c'était mon premier séminaire, j'étais impatiente de le vivre !

Je n'ai pas été déçue car j'ai pu vivre et comprendre beaucoup de choses. Le jour de la projection de la vidéo film sur le Maître, j'étais très émue de voir le Maître. Pendant les satsangs, j'avais l'impression que je dormais pendant quelques minutes et je ne me souvenais plus de ce qui s'était passé. En quelques jours j'ai pu vivre intensément ma pratique à travers les sittings, satsanghs et les échanges avec les frères et sœurs.

Je suis très heureuse d'avoir participé au séminaire car j'ai appris par exemple comment concilier la vie de tous les jours avec la pratique du Sahaj-Marg, et j'ai rencontré des frères et sœurs très sympathiques.

Aussi, je remercie le Maître d'avoir permis que ce séminaire ait lieu et de nous guider dans nos vies de tous les jours.

*Gaëlle Biampondou - Brazzaville Congo*



avons aussi travaillé sur le plan spirituel et physique pour lui faciliter la tâche.

Tout ce que je peux dire c'est que le Maître a ouvert son chantier pour sauver des âmes. Il a besoin de techniciens et d'ouvriers volontaires. Travaillons avec cœur !

*Emmanuel Engoto Mbeleg  
Douala - Cameroun*

**Dans Sa présence et Son Energie..**

Après le séminaire de l'année précédente, et toutes les merveilles reçues tout au long, je pensais que celui-ci serait pareil, mais ce n'était pas le cas, il était meilleur! Je ne sais pas si c'est mon esprit qui s'est un peu plus ouvert, mais l'évolution était évidente, car dès l'arrivée des frères nous partageons tous un sentiment de joie profonde en revoyant les frères que nous connaissions et ceux que nous n'avions jamais



Une vue de Bafoussam

## Expériences personnelles [Suite et fin]



## Merci...

A l'ouverture de cet événement à Douala, dans le film que nous avons visionné, le Maître nous exhortait à nous débarrasser de nos complexes d'infériorité raciaux. En lui ouvrant notre cœur nous avons compris qu'il nous faut sortir du complexe d'infériorité lié au sexe. C'est pourquoi les sœurs abhyasis du Maître à l'Ouest nous prenons la parole pour faire entendre nos voix.

Loin d'être en concurrence, au Cameroun surtout dans la partie Ouest où la tradition est encore très respectée, nul n'ignore que c'est la femme qui garde le pouvoir du roi ou du chef. C'est pourquoi à votre arrivée à l'ouest, un frère vous a souhaité la bienvenue. A votre départ de Bafoussam une voie féminine voudrait au nom de tous les abhyasis de l'Ouest-Cameroun vous dire au revoir, en suivant simplement la volonté de notre Bien-aimé Maître.

Nous sommes émus par votre présence parmi nous depuis le 22 décembre, par l'amour que vous nous avez témoigné en venant dans l'arrière pays nous visiter et nous combler de votre chaleur. Notre joie est telle qu'il nous manque les mots pour vous l'exprimer.

Pendant ce séminaire, nous avons appris, nous avons été exhortés, guidés, motivés et surtout nous avons senti à travers vous l'amour de notre Maître. Nous souhaitons que de tels événements



Vers le passé

se multiplient à l'avenir pour permettre à notre Vénéré Maître d'accroître son action ici, pour

sauver l'humanité. Nous sommes rassurés que nous sommes dans la meilleure voie, soyez aussi rassurés que la graine de la Shri Ram Chandra Mission à l'Ouest-Cameroun germe considérablement et n'entend pas s'arrêter là.

Merci à tous nos frères et sœurs venus partager avec nous les merveilles que le Maître déverse à cet endroit. Puisse notre Bien-aimé Maître vous maintenir dans l'état de richesse intérieure reçu au cours de ce séminaire.

*Pour les frères et sœurs de Bafoussam – Rapporté par Rachel Boguissogo*

## Le travail du Maître

Le deuxième séminaire régional francophone tenu du 23 au 28 décembre 2009 à Douala et Bafoussam au Cameroun a été pour moi une rencontre pleine d'enseignements et d'espoirs. J'ai pu constater le travail accompli par nos Maîtres depuis le séminaire de décembre 2008. Non seulement le nombre d'abhyasis pratiquant a considérablement augmenté, mais aussi la qualité des échanges et des questions relatives à la pratique et au rapport avec le Maître montre une soif et un désir réels d'approfondir la compréhension de ses enseignements.

Je rentre du Cameroun avec le sentiment d'avoir encore une fois vécu des moments inoubliables dans Sa présence constante et permanente. Le soir de notre arrivée, pendant que nous étions tous rassemblés à l'ashram de Douala pour le dîner, une pluie fine s'est mise à tomber en pleine saison sèche, confirmant la bénédiction du ciel. Cette pluie n'a pas duré longtemps, mais suffisamment pour nous rendre compte en sortant de l'ashram qu'il n'avait plu qu'à l'endroit où nous étions rassemblés. En montant dans la voiture qui nous amenait à l'hôtel, j'éprouvais un grand sentiment de gratitude envers mon Maître pour cette manifestation probante de sa présence parmi nous.

Le lendemain, la matinée consacrée aux settings individuels a permis d'installer une atmosphère de paix, de sérénité, d'attente et de soif véritable dans les cœurs des participants, l'ouverture officielle du séminaire n'étant prévue que dans l'après-midi. Cette ouverture s'est faite par la projection d'un film réalisé à Tiruppur en juillet 2007 par le frère Jean-Armand Nkoma et montrant la rencontre de notre Maître avec le groupe d'abhyasis d'Afrique présents aux célébrations de Son 80ème anniversaire.

La projection de ce film a permis à ceux qui n'y étaient pas de bénéficier des précieux conseils distillés par notre Maître tout au long de la rencontre. J'ai eu quant à moi la nette conviction que ce film avait permis d'amener

le Maître Physique parmi nous, la condition de la salle était imprégnée de sa présence. La séance de questions-réponses ayant suivi la projection du film ne fut interrompue que par



Travail en groupe

les impératifs horaires du satsangh du soir, témoignant l'intérêt des abhyasis pour ce genre d'échanges.

En somme les séminaires se suivent mais ne



Bonne route

se ressemblent pas, car entre-temps, l'œuvre du Maître a pris corps et fait son chemin dans les cœurs, ce qui nous oblige à véritablement nous prendre en charge si nous voulons participer à cette œuvre.

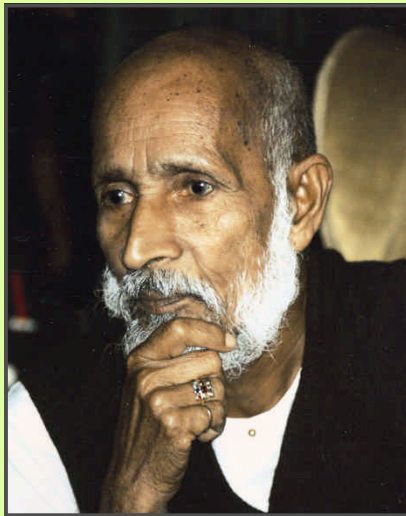
*Jean-Pierre Mboungou Batiako - France*



Une pause

## Messages du monde lumineux

Lundi 27 décembre 2004 – 10 h



« Cette catastrophe émeut ton cœur, mon enfant ; elle est le prélude à des temps plus durs où cette planète ne sera pas épargnée. Que de souffrances pour un pays déjà marqué par la pauvreté, une épreuve suscitant dans le monde bien de la compassion. « L'Inde est un phare spirituel sur cette planète ; il en a toujours été ainsi, et nul, ici-bas, n'y pourra rien changer. Les grands principes divins ne sont pas faciles à comprendre pour l'homme : pourquoi ce pays est-il touché ainsi ? Pourquoi cet homme ou cette femme ont-ils à subir toutes ces épreuves ? Il n'y a pas de réponses satisfaisantes à leur donner, hormis celles déjà connues et difficilement acceptables pour ceux qui souffrent. Puissent tous ces êtres avoir le refuge de la foi, recours suprême en de telles circonstances, et ceux qui sont épargnés, beaucoup de compassion et d'amour à leur donner.

« Devant la puissance divine, l'homme ne peut que s'incliner. Plus elle se manifestera et plus elle l'amènera à s'interroger sur sa petitesse et ce qu'il fait de sa vie, surtout s'il veut ignorer Dieu et mener celle-ci sans y faire référence. Nos frères, sur ce point, possèdent des bases plus solides ; ils suivent un chemin et font au mieux avec leur conscience, en s'en remettant au Maître spirituel conduisant notre Mission. Notre voie

leur donne un éclairage sur des réalités motivant leur démarche. Ils s'investissent et participent de ce fait à un mouvement prenant sa place en ce monde, pour devenir, dans le futur, une force ne passant pas inaperçue.

« Que tous nos frères soient bénis et aidés dans leurs luttes, particulièrement ceux qui aujourd'hui sont durement touchés. »

Babuji

## Reflexions du jour

### Les rassemblements spirituels

Babuji Maharaj appelait ces célébrations des utsav. Utsav est associé entre autres à une atmosphère divine - pas seulement du bonheur, pas seulement de la joie, pas seulement du bogh, pas seulement des sucreries, mais la Divinité qui imprègne toutes les activités courantes. Nous nous asseyons et nous avons une méditation divine; la cuisine doit être faite dans le souvenir du Divin et alors elle devient véritablement du prasad; et dans un ashram

toutes les activités devraient être accomplies dans un état de souvenir constant.

Source : P. Rajagopalachari - Heart Speak 2004, Vol. 2, page 193

### Le point de ramassage

Seul arrive à sa destination celui qui ne quitte pas le train. Je pense donc à ces ashrams comme à une sorte de point où nous nous rassemblons et d'où nous sommes élevés vers notre but. Donc en ce sens c'est un point de ramassage, comme il y a des points de ramassage

des yatris [pèlerins] le long du Gange.

Source : P. Rajagopalachari - Heart Speak 2004, Vol. 2, page 194

### Le but

Ne perdons pas le temps précieux qui nous est donné, nous souvenant que le seul but de la vie humaine est d'évoluer spirituellement en transcendant la condition humaine.

Source : P. Rajagopalachari - Heart Speak 2004, vol. 2, p. 108



### Ont contribué à ce numéro:

Conception et mise en page MMK, JN

### Rédaction:

JN: Jeanne Nanitelamio

MMK: Michel Mouyelo-Katoula

### Traductions: JN & MMK

Page 2-5 — Les noms des auteurs figurent au bas de leurs textes respectifs

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

### Abonnement en ligne:

<http://www.sahajmarg.org/newsletters/africa>