



Nouvelles du Maître 2

Séminaire latino-américain
en Inde 5

Les activités dans les centres
d'Amérique latine

Brésil 12

Chili 12

Guyane Française 13

Martinique 14

Calendrier des événements 15



Soyez Toujours Aimant

Extraits du discours prononcé par notre Maître lors du Basant Panchami, le 15 Février 2013, Manapakkam, Chennai

“L'ego est la barrière la plus pénible et quasi impossible à surmonter tout au long de notre chemin spirituel.

Alors méfiez-vous de l'utilisation de votre ego; méfiez-vous de faire étalage de votre éducation ou de votre dominance; méfiez-vous d'être méchant avec les autres, peu généreux pour les autres. Donner autant que vous le pouvez, non seulement des choses matérielles, mais votre cœur.

Ne dites jamais un mot méchant. Jamais! Soyez toujours aimant. Parce que ce n'est pas vous qui aimez, c'est Son amour qui coule à travers votre cœur. Et si vous ne lui permettez pas de couler à travers votre cœur, vous vous condamnez à une vie sans amour, une vie sans amour. C'est comme un fleuve qui n'a pas d'eau. Quelle est son utilité? Un lit de rivière asséché n'est d'aucune utilité. Si vous pouvez voir le lit de la rivière, alors où est l'eau?

Ainsi, quand il y a l'ego, il n'y a pas d'amour mais ce qu'on appelle une concentration totale sur vous-même, égoïste, auto-dominant, puissant, haineux, jamais en mesure de montrer votre cœur aux autres. Par conséquent, les gens disent c'est un homme sans cœur, ou c'est une personne sans cœur. Et une personne sans cœur ne va nulle part. Une rivière à sec ne va nulle



part, c'est l'eau de la rivière qui va quelque part – à l'océan.

Donc, je le répète encore une fois, méfiez-vous! Méfiez-vous de ne pas aimer. Cela ne signifie pas que vous aimez votre femme ou vos enfants ou votre famille, cela veut dire, aimer tout le monde sans différence. Comme la rivière coule - l'eau est à la disposition du roi au mendiant.

Je ne sais pas comment on peut faire l'amour. Dieu est amour. Il ne fait pas l'amour, Il est. Quand nous permettons à l'amour de couler à travers nous, nous aussi devenons amour – il n'y a plus d'identité, plus de différenciation de forme, de couleur, de race. Comme nous le disons dans le Sahaj Marg, il n'y a pas de distinction de couleur, de race, de caste, de sexe, rien. Nous commençons au tout début avec ce concept que nous sommes tous un, et en développant la capacité d'ouvrir nos cœurs jusqu'à ce qu'ils deviennent comme un torrent, nous pouvons progressivement nous développer et devenir en quelque sorte comme la divinité d'où tout découle.

La seule loi de la vie est la suivante: laisser l'amour couler à travers vous vers tout le monde.

Il s'agit de notre voyage – celui d'un cœur de pierre que vous ne pouvez même pas briser à la dynamite vers un cœur tendre humain qui permet de tout traverser.

Ainsi, c'est notre destination et aujourd'hui, qui semble être un jour spécialement béni, je prie pour vous tous afin que vous atteigniez cette destination.”

Nouvelles du Maître

Source : Echos d'Inde – 18 Mars 2013

Pendant le mois de janvier, le Maître est resté à Gayatri, selon son habitude normale.

Du 22 janvier au 5 février, le Maître est allé à Trichy, Thanjavur et Villupuram.

Il est arrivé à Trichy le 22 janvier, a conduit le satsangh du 23 et a conversé avec les précepteurs sur la manière de donner des sittings. Le 26, après le satsangh, il a fait un discours sur la fraternité, en insistant sur l'importance d'une vie harmonieuse et de l'urgence de donner la priorité au temps consacré à la méditation.

Le Maître est parti pour l'ashram de Thanjavur le 30 janvier. Après avoir conduit le satsangh, pendant approximativement 50 minutes, il a fait un discours en tamil, disant que sa maladie actuelle nous avait accordé la bénédiction de recevoir tous les jours un message de Babuji Maharaj (Whispers from the brighter

world), dont ont bénéficié tous ceux qui les lisent.

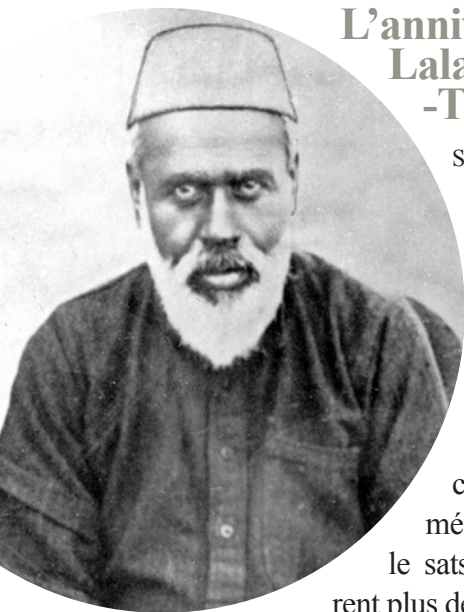
« Dieu nous donne un don, accompagné de quelques problèmes. C'est notre travail de dépasser ces problèmes en utilisant nos dons. C'est une caractéristique de l'esprit évolué de ne pas penser avec anticipation; il agit exactement dans le moment présent. Seul un esprit éduqué intellectuellement pense avec anticipation, planifie, etc. » (Chariji)

Glimpses

Sahaj Sandesh No: 2013.15, 19 Mars 2013

Le dernier épisode de «Glimpses» qui couvre les diverses activités du mois de février à Manapakkam peut maintenant être consulté sur le site web de la mission en cliquant sur le lien ci-dessous.

<http://www.sahajmarg.org/glimpses>



L'anniversaire de Lalaji Maharaj -Trichy

Samedi 2 Février 2013

Le jour de l'anniversaire de Lalaji Maharaj notre Maître vint à l'ashram conduire le satsangh. Il salua tout le monde sur le chemin, de l'entrée principale jusqu'au hall de méditation et donna ensuite le satsangh, auquel participèrent plus de 1000 abhyasis.

Notre Maître célébra ensuite deux mariages, un nouveau message des Whispers fut lu par notre Frère. P.R.Krishna. Il parla de la langue dans laquelle le message fut reçu, notre Maître dit que le message peut être reçu par chacun dans la mesure où il s'accorde sur cette fréquence et que le message reçu, le sera dans le langage du coeur. Le message soulignait l'importance de ces occasions spéciales, les anniversaires de nos Maîtres, et de l'effet qu'elles ont sur les abhyasis.

Le dimanche 3 février, notre Maître donna un court satsangh et comme il était un peu fatigué, il dit qu'il ne serait pas en mesure de donner un discours.

Suite à cela, son état de santé s'affaiblit et notre Maître décida de devenir à Chennai un jour plus tôt. Notre Maître quitta Trichy par la route à 11 heures, le mardi 5 février et il s'arrêta à Villupuram en cours de route.

Basant Panchami

Babuji Mémorial Ashram – Manapakkam - Chennai

Vendredi 15 Février 2013

Le Maître semblait assez faible et fatigué le matin, mais s'est réveillé tôt. Il a conduit le Satsangh le matin à l'ashram après quoi il a commencé à pleuvoir d'averse. Le Maître a fait un discours rappelant à chacun le jour propice et le but de la descente de Lalaji Maharaj sur la terre. Il a dit que lorsque le Satsangh a commencé on ne savait pas qu'il allait pleuvoir, mais il l'a fait. La pluie est la bienvenue, car elle propice à cette occasion.



Messages Du Monde Lumineux – Cinquième Révélation

Sahaj Sandesh No: 2013.13 Jeudi, 14 Mars 2013

“Chers Sœurs et Frères

As Comme vous le savez, « Les Messages du Monde Lumineux » Une Cinquième Révélation sortira le 30 Avril 2013 lors des célébrations de l'anniversaire de la naissance du Vénéré Babuji Maharaj à Tiruppūr. Une pré-réservation pour cette publication très spéciale a déjà commencé et comme il reste très peu de temps, de maintenant et la date de sortie, il est demandé que les abhyasis réservent à l'avance leurs copies le plus tôt possible afin de s'assurer qu'ils les reçoivent à temps.”

Célébration de l'anniversaire de Babuji Maharaj

Célébration à Tiruppūr, Inde – du 29 Avril au 1er Mai 2013



Towards Infinity

Chennai, Monday, 18 February 2013
10:32:34 AM

Dear brothers and sisters,

I invite you to participate in my Beloved Master's Birth Anniversary Celebration, to receive His blessings on the auspicious occasion. The celebration will be held at Tiruppur and will commence on the 29th of April and end on the 1st of May.

With Love and Master's Blessings.

P. Rajagopalachari

“Chers frères et sœurs,

Je vous invite à participer à la célébration de l'anniversaire de naissance de mon Maître Bien-aimé afin de recevoir ses bénédictions au cours de cette occasion propice. La célébration aura lieu à Tiruppūr et se déroulera du 29 Avril au 1er Mai.”

Avec l'amour et les bénédictions du Maître,
P. Rajagopalachari

Se Préparer pour le Bhandara

Sahaj Sandesh No: 2013.12 Samedi, 9 March 2013

Selon les propres mots de notre Maître Révéré “Un Bhandara c’est comme prendre un bain dans les eaux les plus fraîches d’un Sarovar (lac), cela rend possible un renouveau spirituel pour l’abhyasi qui s’y baigne, voire s’y noie, si cela s’avère possible.”

Prenons le temps de nous préparer pour nous offrir à notre Bien-Aimé Babuji Maharaj. Le plus beau cadeau d’anniversaire c’est un cœur rempli de bonne volonté, ouvert et aimant qui est impatient de recevoir ce qu’Il veut nous donner dans Son immense amour. Les célébrations sont pour nous une opportunité divine de recevoir la « Manna » (nourriture spirituelle d’en haut) et de nous plonger dans ce Sarovar très spécial.

Nous préparer spirituellement

Pour obtenir tout le bénéfice spirituel de ces fêtes, nous devons nous préparer des mois à l’avance et augmenter l’intensité de notre sadhana pour assister au bhandara avec ferveur.

- Faisons notre pratique individuelle d’une manière disciplinée.
- Soyons régulier par rapport aux sittings individuels et aux Satsangh du dimanche.
- Réfléchissons sur le but d’un bhandara, en se souvenant que l’ashram est un lieu où notre progrès spirituel est soutenu par un environnement qui a été spécialement créée pour promouvoir notre croissance spirituelle, un lieu pour le rajeunissement du Soi réel.



Séminaire de l'Amérique Latine

Babuji Memorial Ashram – Manapakkam – Chennai – India. 09/02 a 17/03/2013

« Amour et Abandon »



1 50 abhyasis d'Amérique Latine et 750 abhyasis de l'Ex URSS se sont réunis au Babuji Memorial Ashram, à Manapakkam – Chennai – Inde.

Bien que participant à différentes activités, le travail de raffinement semblait se passer indépendamment, à un niveau individuel. L'amour du Maître recouvrait tout l'Ashram.

On demanda aux abhyasis de faire une introspection sur la vision du Maître et comment mener sa vie en accord avec cette vision.

Les participants ont beaucoup reçu des discours intéressants et inspirants des frères Kamlesh Patel, A.P. Durai, C. Rajagopalan, P.R. Krishna, Bill Waycott, Samir Singh et N.S. Nagaraja. Les discours portaient sur des sujets variés : Amour et Abandon, Principes Divins, La Vie est Service, L'Esprit du Sahaj Marg et Le Sahaj Marg dans ma vie.

Les participants des deux régions différentes se sont très vite connectés et cela a donné naissance à quelques projets culturels communs. La jeunesse des deux continents ont enregistré une chanson pour le Maître et la lui ont présenté.

Le 9 Février - Premier jour du séminaire, le Maître

vint à l'Ashram et pris le temps de vérifier les réajustements de son cottage. Malheureusement, la poussière affecta sa santé. Puis, il a invité les abhyasis au Dortoir A et a donné un court Satsangh, s'est excusé et est immédiatement parti pour Gayathri, sa maison au centre de Chennai.

Une fois le Maître parti, frère Kamlesh a parlé au groupe, en mettant l'accent sur les bénéfices de l'introspection, il a dit : « L'intérieur nous apprend comment mieux se comporter. Profitez de cette atmosphère privilégiée, crée dans l'Ashram pendant le séminaire. Tout est meilleur, plus intense et profond pendant un séminaire. Pratiquez, profitez au maximum de l'atmosphère de l'Ashram. Ne perdez pas la connexion, restez connectés en permanence, même lorsque vous êtes simplement en train de marcher dans l'Ashram. Une façon de rester connecté est de se rappeler un moment où vous vous êtes sentis profondément connecté et essayez de vous tenir fermement dans ce souvenir, cette condition. Ceci est un exercice facile pendant un séminaire. J'espère que le Maître nous permet d'obtenir cette condition et de la ramener à la maison avec nous. S'il vous plaît, essayez ! »

Dimanche 10 Février - A 9h00, le Satsangh fut

conduit par frère Kamlesh Patel. Après le Satsangh, il a célébré plusieurs mariages et bénis les couples tout justes mariés. A 10h30, tous les participants furent invités à aller au Dortoir A, où un discours fut donné par frère Kamlesh.

Chaque jour, le group participait à 3 Satsangh (6h30, 9h00 et 17h00). A 10h30, il y avait un discours, donné en anglais au Dortoir A, qui durait environ 1 heure et demi. Pour les abhyasis de l'Amérique Latine qui ne comprenaient pas l'anglais, à 14h ce même discours était traduit en 3 langues : Français, Espagnol et Portugais.

Les repas étaient toujours servis à la même heure : 7h30 petit-déjeuner, 12h30 déjeuner et 19h30 dîner. La cafétéria était ouverte toute la journée de 6h30 à 20h30. A 21h, les abhyasis faisaient la prière Universelle individuellement. A 21h30, la cloche sonnait, annonçant qu'à 22h, les lumières de l'Ashram s'éteindraient. La cloche sonnait de nouveau à 5h, afin que les abhyasis puissent faire leur méditation du matin et se préparer pour le premier Satsangh à 6h30.

L'Ashram était ouvert seulement pour les participants du séminaire (Latino-Américains et Russes), et pour les participants du séminaire ISTP, soit environ 1000 abhyasis en tout. Cependant, les dimanches et durant la célébration du Basant (15 et 16 Février), les portes de l'Ashram étaient ouvertes pour tous les abhyasis de visite.

Le dernier jour – 17 Février – Le Maitre a conduit le Satsangh, puis a invité tous les participants pour le déjeuner. C'était un cadeau spécial de sa part. Un programme culturel court fut présenté au Maitre. Il s'agissait d'une danse folklorique Russe et d'une chanson d'un mélange de différentes langues. Le Maitre a de nouveau partagé sa sagesse en disant que l'Univers est un début sans fin. Il a inspiré tout le monde en citant des Murmures récents du Monde Lumineux qui disaient qu'il y a quelques abhyasis du Sahaj Marg qui avaient déjà atteint l'Ultime durant cette durée de vie. Cela a amené l'espoir que chacun d'entre nous a une chance, une opportunité et un guide pour atteindre ce dernier (l'Ultime), tout en développant l'Amour et l'Abandon comme étant les qualités spirituelles principales.



Séminaire avec le Maitre - Du 8 au 18 Février 2013

Danielle Balin, Guadeloupe

“Le 2 février 2013 je quittais la Guadeloupe avec un cœur plein d'impatience à l'idée de retrouver mon Maitre, mes frères et l'atmosphère de l'ashram. J'arrivais le 5 février, sans attente autre que d'avoir la capacité de vivre pleinement ce moment, cette opportunité spirituelle. Les journées étaient rythmées de 3 méditations par jours et de discours.

Le 9 février de retour de son voyage le maître nous rendais visite à l'ashram et guidais la méditation de 9H. Après ce Satsangh je me sentais remplie de cette présence sans émotion aucune mais avec le sentiment d'avoir vu notre maitre la veille.

Nous débutions le séjour avec le programme de démonstration de la facilitation avec de grands mo-

ments d'introspection de partage et d'écoute. Les discours de nos frères Kamlesh, Durai, Krisna et Jacky nous éclairaient. Les 5 jours qui suivent le séminaire étaient pour moi une succession de temps d'expérimentations, d'exploration, d'auto apprentissage et d'intériorisation.

Comme nous invitait à le faire notre frère Kamlesh, j'ai pu expérimenter le ressenti de l'atmosphère de l'ashram. L'approcher au plus près le sentir et le garder à l'intérieur en étant présente à l'ashram, en méditant, en échangeant des sittings.

Après une des méditations une pensée m'apparut : tu es bien à ta place ! Seuls, la pratique, l'expérimentation et un désir ardent t'emmèneront au plus haut.”



Seminaire Latino Americain

Louisianne Mafoula

“**M**on voyage en Inde fut un merveilleux cadeau. Grâce à ma préceptrice, et je la remercie. Participer au Séminaire latino américain à Manapakkam m’a rempli de joie. Cerise sur le gâteau, pour mon anniversaire et mes sept ans au Sahaj Marg je me trouve auprès de mon Maître pour la première fois.

Arrivée à l’Ashram à 4h30 du matin le 5 février, nous dûmes patienter avant de regagner le dortoir. Notre sœur, Martine, déjà sur les lieux nous offrîmes donc un tchaï, très bien venue. Je respire l’air de l’Inde. Etrange, je me sens chez moi, je suis à la maison. Ce séjour fût riche en découverte. D’abord, l’atmosphère de l’ashram : subtil et agréable, à tel point que l’on ne voudrait pas quitter les lieux. Ensuite, Chose surprenante et agréable, ma méditation était meilleure. Je plongeais à chacune d’elle et j’étais tout le temps légère. Mon mental était calme et j’appréciais. Je goûtais à la paix et à la sérénité de la demeure de mon Maître. Vraiment ce lieu est chargé et il vous envahit totalement.

Nous eûmes dès notre arrivée trois jours de formation à la facilitation. Intense et intéressante à la fois. J’en suis ressortie enrichie de principes à utiliser pour faire mieux connaître la méthode Sahaj Marg mais aussi dans ma vie de tous les jours. Tout de suite après, le séminaire. Le temps s’écoulait entre les Satsanghs, sittings, réunions avec le chef de zone

(femme de tête et de cœur, plein d’humour), discours, pratique personnelle, repas. Des journées bien remplies dans tous les sens du terme. Nous avons pu participer à de petits travaux domestiques, tels le balayage et le rangement du hall de médiation, la fabrication du pain. Tout cela dans la joie.

Malheureusement, le cottage de Master étant en pleine rénovation il séjournait chez lui à Gayathri durant notre séjour. Certains frères ont même participé aux travaux. Sa première visite m’a rempli de joie et d’émotion. Malgré sa fatigue il était là. Il mena un Satsangh. Ce fut subtil. Il nous fit don de sa présence la veille de notre départ. Suite au sitting de groupe donné par notre révérend maître nous avons pu lui offrir nos présents. J’ai pu l’approcher. Seulement, rien, le vide total. Plus d’émotion, rien. Il était content de



savoir que la Martinique était présente, cela se lisait sur son visage et dans le ton de sa voix quand il s’est adressé à nous. J’ai eu l’impression qu’il occupait non seulement l’espace où nous nous trouvions mais qu’il allait bien au-delà. C’est comme s’il était ici et au-delà de notre dimension en même temps. Il rayonnait. C’est un sentiment que je garde encore en moi, même aujourd’hui. Ce ressenti m’a beaucoup marqué. Notre frère Kamlesh présent lui aussi m’a frappé par la force tranquille et la grande sérénité qui émanait de lui.

Nous eûmes le bonheur d’entendre les discours de nos frères, Kamlesh, Krisna, Jacquie Barrouch et d’autres. Tous, aussi riches d’enseignements les uns que les autres. Tout cela prodigué avec humour et amour. J’ai été épaté par le fait qu’ils n’avaient aucun support papier et pourtant pas d’hésitation malgré la longueur des discours. Tout venait naturellement, sincèrement. Ils parlaient avec des mots simples qui interpelaient et allaient droit au cœur comme s’ils savaient ce dont vous aviez besoin sur le moment. Ce fut mon ressenti en tout cas.

Je ne saurais dire, tout a été merveilleux, même les moments difficiles vécus là bas ont été merveilleux. J’y ai découvert aussi des frères et sœurs plein d’attention. Malheureusement, il a fallu repartir. Un mélange de joie de retrouver les miens et de regret de quitter un tel lieu. La beauté, l’atmosphère, je me répète, qui y règne en font un univers exceptionnel.

Depuis une grande joie habite mon cœur et je ferai tout ce qu’il faut pour qu’elle y reste. J’y travaille et pour le moment ça marche. Par sa grâce cela sera. Un grand merci à tous mes frères et sœurs qui eut aussi à leur manière ont participé à ce voyage que je n’oublierai jamais.

Ma gratitude à Master pour ce cadeau qu’il m’a laissé, là, au creux de mon cœur.”



“Sans l'humilité, nous ne pouvons pas même respirer l'air de la spiritualité.” – Kamlesh Patel

“Gardez le Maître dans votre cœur, c'est l'endroit le plus sûr pour lui.

Passez du temps avec les précepteurs et les abhyasis” – Master

Le Sahaj Marg est le chemin du cœur. Nous ne pouvons pas le comprendre avec l'intellect. Il s'agit de sentiments et pas de pensées!

Ika Nakamura - 14/02/2013 - 14:00

- Pourquoi suis-je ici en Inde?
- Qu'est-ce que je cherche dans le Sahaj Marg?
- Quel est pour moi le but de la vie humaine?

“Il est important de passer du temps à réfléchir à ces questions, à s'observer et à y répondre de tout notre cœur. Le Maître dans son discours récent du nouvel an indiqua que le but de la vie humaine est l'évolution. Et notre évolution dépend de deux choses: notre pratique quotidienne et notre travail sur nous-même, sur notre caractère. Le Maître nous a promis que si nous effectuons notre part minuscule, il se charge de notre progrès spirituel. En modelant notre caractère, nous essayons de développer les qualités humaines et spirituelles dont les Maîtres ont parlées qui sont, pour moi, toutes englobées dans nos Dix Maximes.

Bien qu'une pratique mécanique est mieux que pas de pratique du tout, la pratique réelle requiert le cœur. Le Maître dit que nous devons mettre notre cœur dans tout ce que nous faisons. Si nous voyons notre méditation du matin comme notre réunion privée avec notre Bien-Aimé, alors l'amour sera naturellement là. Dans le cleaning du soir, nous nettoyons notre cœur pour être en mesure de le recevoir. La prière-méditation au moment du coucher, si elle est faite sincèrement, dans l'attitude d'abandon, agit comme un interrupteur qui nous relie avec le Maître, et le flux de la transmission commence. La prière prononcée une fois le matin donne le ton à notre méditation et nous rappelle notre objectif. Babuji parle à propos de l'importance d'avoir notre objectif bien en vue, car il donne sens et un but à notre méditation. Il la rend dynamique.

A propos de notre voyage au le Sahaj Marg

Notre frère Kamlesh déclara que le progrès est turbulence.

Lorsque le mouvement entre les points se déroule dans notre cheminement spirituel ou Yatra, nous nous sentons parfois très inconfortables. Notre frère Kamlesh compare ce changement dans la condition

spirituelle à un déménagement dans une autre ville, où tout est familier et inconnu. Ainsi, il faut du temps pour nous adapter à la nouvelle situation ou au nouveau lieu. Lorsque le mouvement se produit, nous n'avons généralement pas envie de méditer et c'est alors que de nombreux abhyasis quittent la mission. Pour moi, c'était libérateur de savoir que lorsque nous sommes confrontés à cette résistance intérieure, cela signifie en fait que nous progressons et cette connaissance nous encourage certainement à continuer.

Notre frère Kamlesh dit que c'est utile pour les abhyasis de passer du temps les uns avec les autres. Soutenons-nous mutuellement lorsque que nous nous apercevons que quelqu'un passe par une phase difficile, passons du temps ensemble avec les familles, participons à des séminaires, etc. Il raconta son expérience quand il vivait aux États-Unis, quand les abhyasis se rassemblaient dans la maison de quelqu'un pour le week-end avec leur familles, ils cuisinaient ensemble, prenaient des sittings, des Satsanghs, regardaient des vidéos du Maître et passaient un bon moment.

J'ai découvert que la voie spirituelle est remplie de douleurs. Le Maître mentionne que la douleur et le plaisir sont les deux faces d'une même médaille. Nous ne pouvons pas avoir l'un sans l'autre. Dans le Sahaj Marg, si nous sommes des abhyasis sérieux, nous essayons d'atteindre le but dans cette vie même, ce qui signifie terminer notre banque de samskaras accumulés dans les nombreuses vies antérieures dans celle-ci. D'où la nécessité d'accepter la douleur, parce que tout ce que nous subissons aujourd'hui est le résultat de ce que nous avons créé nous-mêmes dans le passé, de nos samskaras. Le Maître dit dans le livre Révélation de la personnalité: « Ainsi, vous voyez, nous devons accepter la douleur, donnez-lui un gros bisou, écrasons la comme ça [geste d'étreinte avec les bras] et jetez-la. Donc, vous voyez, la douleur est quelque chose qui se termine rapidement. »

Nous sommes vraiment très chanceux d'avoir un Maître



comme le nôtre qui nous permet d'atteindre l'objectif en une seule vie parce qu'il nettoie la plupart de nos samskaras, ne laissant que ceux qui sont nécessaires de subir en termes d'apprentissage.

Ika mentionne également d'autres points importants donnés par notre frère. Kamlesh:

- L'importance de se fixer un temps pour la méditation et également d'avoir une place à part pour celle-ci (cela peut être seulement un coin dans notre chambre).
- A la fin de notre méditation / Satsangh, observons notre condition, essayons de l'identifier et de devenir un avec lui. Le Maître nous donne des dons spirituels au cours de chaque méditation, et la seule façon de les assimiler et de les conserver est de méditer sur notre condition, puis d'écrire dans le journal. Nous donnons ensuite la suggestion que cette

condition reste avec nous et se développe au cours de la journée. Rester en contact avec cette condition c'est en fait pratiquer le souvenir constant.

- L'importance de travailler sur notre ego et de finalement développer la condition d'insignifiance. Le Maître a dit que sans humilité, il n'y a pas de spiritualité.
- L'harmonie au dessus de tout. Il est plus important pour un groupe d'abhyasis de prendre la mauvaise décision mais d'être en harmonie plutôt que de prendre la bonne décision et d'avoir de la discorde au sein du groupe.

Nous sommes tous sur le même chemin, sur le même bateau, et tout ce que je peux faire pour aider l'un d'entre vous lorsque vous êtes en Inde je le ferai, je suis là pour ça."

Réunion des jeunes des pays de la CEI et de l'Amérique Latine

Juan Villacrés - Venezuela

Lors du séminaire organisé pour les pays de la CEI et de l'Amérique Latine à l'ashram de Manapakkam, les jeunes de ces deux régions se réunirent. Cette réunion se déroula en deux jours, avec une durée d'une heure chaque jour et elle fut remplie de joie. La réunion de la première journée présenta le Réseau des jeunes dans le monde et expliqua aux jeunes abhyasis les "webinars" organisés dans le passé. Après cela, les jeunes de chaque pays de ces deux régions se présentèrent. Un jeune abhyasi du Brésil, Chili et Venezuela parla de la jeunesse du Sahaj Marg dans leur pays. Puis ce fut le tour des pays de la CEI et les jeunes abhyasis de l'Ukraine commencèrent à partager au sujet de leurs activités pour les jeunes abhyasis dans leur pays. La réunion se termina sur la sonnerie de la cloche. Il était temps de manger!

La prochaine réunion eut lieu le lendemain et nous continuèrent à parler avec les autres pays de la région de la CEI au sujet des jeunes et de leurs activités respectives.

Après cette activité nous nous réunirent en groupes de 10 et un jeune abhyasi d'Amérique Latine se trouvait dans chaque groupe afin que nous puissions avoir un feed-back entre les régions. Beaucoup de choses furent partagées et de nombreux jeunes abhyasis se sentaient motivés à la fin.

Cela s'est également produit avec les jeunes abhyasis d'Amérique Latine! Et maintenant nous travaillons sur un

séminaire pour la jeunesse latino! Nous allons avoir des réunions dans les mois à venir pour que créer ce séminaire. Un autre événement se prépare, c'est le prochain "webinar" organisé (en anglais) par les pays de la CEI ce 30 Mars à travers le monde! Si vous n'êtes pas encore inscrit, vous pouvez-vous inscrire à l'adresse suivante:

<https://docs.google.com/spreadsheet/viewform?formkey=dE8wRmdCR2txVkNlcXAiNmNCX2d3UHc6MA#gid=0>

Au cours des derniers jours du séminaire, nous tournèrent un clip pour le Maître. Ce fut une activité supplémentaire pour les jeunes et aussi un acte de gratitude pour tout l'amour que nous reçurent lors de ce séminaire. Cela nous unit beaucoup et ce fut une expérience vraiment agréable parce que nous eûmes l'aide de beaucoup de gens comme par exemple, l'équipe des médias et un frère issu des pays de la CEI qui enregistra avec sa caméra professionnelle. Il y avait une équipe de jeunes abhyasis qui travaillaient sur cette vidéo et la présence des jeunes prêts à chanter et à être présent à l'enregistrement de l'audio et de la vidéo fut très important.

D'un point de vue personnel, ce qui fut incroyable, fut de voir comment vous pouvez établir une fraternité réelle avec des personnes que vous n'avez jamais rencontrées. Tout ce que je peux dire, c'est que la raison derrière cela est peut-être l'Amour que vous respirez dans l'atmosphère de cet ashram."

Programme International des Boursiers

Le Maître a été très occupé à faire les préfets. En plus du séminaire, se tenait aussi le programme d'entraînement des boursiers qui a engendré 36 préfets que le Maître devait faire en moins de deux semaines. Il donnait des sittings pour préfets à 3 personnes par jour ce qui a provoqué un drainage de ses forces.

Le Programme d'Entrainement des Facilitateurs

L'Equipe du Centre de São Paulo, Brésil



Un programme de formation des Facilitateurs a eu lieu à l'Ashram de Babuji Maharaj, à Manakkam, Chennai, en Inde, du 5 au 7 Février. Les abhyasis venus de différents pays d'Amérique latine ont participé à ce programme.

L'objectif immédiat de ce programme était de permettre aux participants d'organiser des entraînements sur le système du Sahaj Marg portant sur la méthode proposée par la Shri Ram Chandra Mission, ce qui signifie que, par le Maître lui-même.

L'objectif principal était donc de développer le langage de l'amour dans les cœurs des participants; car sans amour, aucun travail ne peut fournir des résultats qui mènent vers le Suprême.

Les Facilitateurs sont donc maintenant en mesure d'organiser des entraînements en profondeur pour les abhyasis sur des sujets tels que la méditation, le nettoyage, la prière et le journal. D'autres sujets sont en cours de préparation par la Mission.

D'autres événements peuvent aussi être traités tels que les «portes ouvertes» pour les prospects qui sont

intéressés à apprendre le système du Sahaj Marg. D'une manière générale, l'idée de facilitation signifie que personne ne détient la vérité. C'est dans le cœur de chaque personne et, par conséquent, tout le monde devrait avoir la possibilité d'exprimer son point de vue, dans un respect mutuel, sachant quand parler et quand écouter, et ne portant aucun jugement. L'animateur est juste comme n'importe quel autre participant du groupe, et devrait encourager le travail, d'une manière affectueuse, afin que chacun puisse grandir et évoluer.

Lors des activités, il y avait des moments de lecture, d'introspection, de travail par petits groupes, de lecture des discours du Maître, de recentrage à chaque fois que les participants sortaient du sujet, des pauses café et des exercices physiques.

Au cours du programme, chaque participant a joué le rôle de facilitateur pour exercer la pratique.

Pour nous tous, c'était une bonne opportunité d'apprendre à appliquer le principe d'équilibrer les deux ailes: l'approche du contenu spiritual combinée avec la haute technologie.



Une Expérience de Travail a Babuji Mémorial Ashram

Mayu Soban Tanaka. Sao Paulo, Brésil



“J’ai eu la chance de participer à l’enregistrement du livre audio *Réalité à l’Aube*, au cours de notre séminaire latino-américain à Chennai.

Au début je me sentais un peu triste de rater les discours et aussi par peur de ne pas pouvoir participer seulement au séminaire. Ce n’est qu’au fur et à mesure que je faisais le travail que j’ai compris comment cela a été bénéfique. En dehors de ça, je pense que le simple fait de lire plusieurs fois le livre écrit par notre bien-aimé Maître Babuji Maharaj, qui forme la base de tout ce que nous cherchons, ne m’a pas fait raté quelques discours car je n’ai pas perdu leur contenu.

L’équipe de travail était petite et nous avons eu de très bons rapports ce qui nous a permis de surmonter le manque d’expérience ainsi que les difficultés et de persévérer pour atteindre le meilleur résultat possible. Silvia a fait la voix-off, Gerald a pris soin de la partie technique sur l’ordinateur et j’ai vérifié la prononciation pour voir si le texte parlé était bien ce qui est écrit sur le livre. Nous avons eu l’aide de frère Mono, qui travaille dans le département vidéo de l’ashram, il est très efficace, sympathique et coopératif et il nous a donné tout le soutien dont nous avions besoin. Martín, le fils de Silvia,

est resté tout le temps avec nous et nous a aussi aidés.

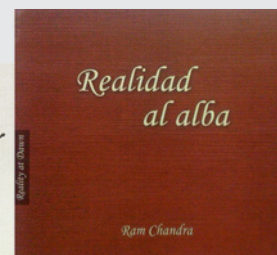
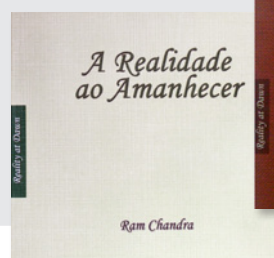
Lorsque j’ai su combien de temps il nous fallait pour terminer le travail, je me suis inquiétée et j’ai pensé que nous ne le pourrions pas. Nous avons travaillé intensément tôt les matins et pendant les nuits durant quatre jours. J’étais très fatiguée et j’ai accompli la partie la plus facile, imaginez comment se sentaient les autres. Lorsqu’on a terminé l’étape d’enregistrement, nous avons eu l’aide de Zé Luis, Jade et Isabel pour la révision afin d’avoir un peu de repos avant de repartir pour le Brésil.

Je peux dire que j’ai beaucoup appris de cette expérience. J’ai acquis, d’une certaine façon, plus de calme et de sécurité pour en utiliser dans mon propre travail qui me donne des moments de pression avec des délais urgents. Avant j’étais très anxieuse dans ce genre de situations, un peu impatiente et stressée envers mes collègues. Ces derniers jours, j’ai vécu au travail une situation comme ça, et j’ai été surprise de voir comment j’ai réussi à rester calme avec une très bonne humeur même en travaillant tard et avec un échéancier serré.

Je me sens très heureuse et comblée. Comme notre chère Silvia dit: "Le travail a été fait de cœur à cœur!"

Le Livre Audio « *Réalité à l’Aube* »

Nous avons la joie d’annoncer la sortie du livre audio « *La Réalité à l’Aube* », de Babuji Maharaj, en espagnole et en portugais, au Babuji Memorial Ashram, Chennai, Inde..





Activités des Centres de L'Amérique Latine

Brésil

Porto Alegre - RS and Rio de Janeiro - RJ

Du 24 Février au 10 Mars 2013, les Centres de Porto Alegre et de Rio de Janeiro ont eu une activité après le Satsangh ou les abhyasis présents ont partagé leurs expériences.

Chili

Séminaire Des pays de La Zone Sud

12, 13, 14 Avril de 2013

Seminario de Meditación

Tema "Volar con dos Alas"
 Así como un pájaro necesita dos alas para volar, los seres humanos necesitan dos alas de la existencia, la espiritual y la material, para llevar una vida natural y armoniosa

E-mail: srcmchile@gmail.com

Contacto: Carolina Celis García

Duración: Desde las 18:30 hrs del Viernes 12 hasta las 14:00 hrs del Domingo 14 de Abril 2013

PICARQUÍN - VI REGIÓN

CONFIRMAR ASISTENCIA

SHRI RAM CHANDRA MISSION CHILE



Au cours du Séminaire latino-américain de 2013 à Chennai, dans laquelle certains d'entre nous ont eu le privilège d'être avec le Maître, il a été décidé qu'en Avril de cette année, nous aurions un séminaire au Chili avec tous les pays de la Zone Sud.

La place est déjà réservée et nous avons une belle invitation. Nous aimerions avoir la participation d'un grand nombre d'abhyasis venant des pays voisins et de l'étranger pour ce séminaire. Nous vous attendons tous avec nos cœurs ouverts.

Le coût du séminaire sera de 40.000 pesos chiliens (soit \$US80.00) comprenant 2 nuits d'hébergement et les repas pendant le séminaire. Vous pouvez payer à votre arrivée.

Prière de confirmer votre participation et nous faire savoir si vous avez des exigences supplémentaires. Prière d'envoyer votre mail à srcmchile@gmail.com, Victoria Fernandez qui est notre secrétaire.

Affectueusement
 Le Comité de Coordination



Activités des Centres de L'Amérique Latine

Guyane Française

Un Séminaire en Guyane – « Voler avec deux ailes »

Martine Bayard, Saint Martin du Maroni

“Alors qu'en Inde se déroulait le séminaire Latino-Américain sur le thème « Voler avec deux ailes », en Guyane, au site dit « Angoulême » en plein cœur de la forêt tropicale, le centre de Saint Laurent du Maroni proposait du 8 au 10 février un séminaire sur le même thème. Sur un territoire si vaste où il n'est pas toujours aisé de se réunir, ce moment privilégié a permis aux abhyasis de se rencontrer.

Aux nouveau abhyasis, il a été donné de faire l'expérience d'un laps de temps entièrement consacré à la pratique, à la réflexion ainsi qu'aux échanges autour du thème donné. Ces moments furent très appréciés par tous, riches et joyeux tant sur le plan humain que spirituel.

Abhyasi: Je suis vraiment ravie de ce séminaire que nous avons fait.

Abhyasi: Cette rencontre m'a fortifiée dans ma recherche spirituelle et stimulée pour de futurs projets de séjour auprès du Maître.

Nous sommes arrivés à au lieu dit "Angoulême" le vendredi vers 16 H30. Le temps était à la pluie. Nous avons commencé à travailler sur le thème des 2 ailes, en l'occurrence l'aile matérielle, puisqu'il a fallu faire plusieurs allers et retours sur une colline bien pointue pour acheminer les bagages jusqu'au carbet situé au bord du fleuve la Mana. Découverte du site, des espaces de logement, cleaning personnel et méditation de groupe ont été les premières actions de ce soir là. Après le repas et la prière de 9 heures, les abhyasis ont convenu de se coucher tôt car la nécessité de ce réveiller à 4h30 obligeait à la prudence...

Le deuxième jour après la méditation personnelle, la méditation de groupe a été donnée par le précepteur avant le petit déjeuner. Nathalie est arrivée de Kourou juste avant de visionner, selon le planning établi (vers 9 H 30), le film de 10 minutes sur la préparation d'un grand séminaire en Inde (Tiruppūr). Moments délicieux pour ceux qui ont connu ces préparatifs, ils ont

été téléportés durant des "jours de célébrations" pendant ces quelques instants. Après quelques lectures choisies de textes sur "les 2 ailes", un échange a suivi.

Le repas préparé en groupe et partagé a mis tout le monde en forme pour une ballade en forêt. Cette forêt équatoriale si majestueuse et si vivante jusque dans ses manifestations les plus extrêmes dimensions (des plus grandes (les arbres font parfois plus de 60 mètres de haut) aux plus microscopiques (les pou d'agouti dont les piqures nous démangent encore ce matin...)).

Au retour de la ballade, il était temps de faire le cleaning personnel. La méditation de groupe a suivi.

Puis le partage de ressentis sur le thème "Volez avec 2 ailes" a continué pendant qu'une Abhyasi préparait dans l'espace cuisine, la soupe au pistou, qui devait cuire une heure. La fluidité de l'échange était préservé et tous avons pu voir un diaporama à propos des bienfaits de "la prière de 9 heures". Ainsi après le bon repas partagé avec entrain et gaité, "la prière universelle de 9 heures" a été faite avec un élan de ferveur soutenue.

Le lendemain matin l'organisation matérielle est resté inchangée. Cette fois l'échange s'est fait autour de cinq lettres du "Monde Lumineux" qui avaient été choisis pour le thème "le Souvenir Constant". Le souvenir constant est un élément essentiel pour que le vol reste un vol stable et équilibré.

Durant l'envol l'oiseau doit déplacer avec beaucoup d'énergie les 2 ailes, après l'envol il recherche un équilibre en utilisant les éléments à sa portée les courants d'air. De même l'Abhyasi traversera les aléas de la vie selon un vol stable et équilibré en adoptant le "Souvenir Constant" comme outil pour son voyage (Yatra).

Après le bilan de ces 3 jours et pour prolonger cette « communion » si agréable, le jeu de la Mission, "YATRA", joué un laps de temps avant de quitter cet espace accueillant, nous a fait constater de la nécessité de progresser dans la connaissance du Chemin que nous avons choisi.”

Activités des Centres de L'Amérique Latine

Martinique

CR Journée Régionale “Le Changement”

Patricia Plus et Cécile Caufour, Martinique



“La dernière journée régionale de cette année a eu lieu le 2 Décembre 2012 sur le thème du changement, l'intitulé était “Pray for change, Be the change”. Nous étions 12 abhyasis rassemblés ce jour là dans un lieu très agréable dans la campagne de Trinité chez Sylviane. Nous avons commencé la journée par un Satsangh, suivi d'un DVD “Love, Compassion and Mercy” tiré du set “Formation du caractère” puis “Pray for change”.

Pour faciliter le travail de partage, nous étions en 2 petits groupes de discussions. Quelques questions ont été proposées afin que chacun puisse trouver les réponses intérieures sur:

- Réévaluez vous vous même
- Comment simplifier vos vies ?
- Comment accepter le changement et le mettre en place ?

Ce thème a permis de mettre en lumière qu'il n'est pas évident de changer et encore moins avec des attentes ce qui nous a amené à la maxime 11.

Le changement amène un déséquilibre qui nous semble difficile à vivre, il est cependant permanent dans nos vies, et par la pratique et la prise de conscience ceci peut se faire dans l'acceptation et tout en douceur avec la grâce du Maître.

Cette journée nous a offert l'opportunité d'ouvrir notre cœur, et de le laisser s'exprimer en toute liberté. La voie du Sahaj Marg est la voie du changement, à nous de la pratiquer.

Nous pouvions ressentir les 2 groupes réunis dans la joie et l'Amour pour aller vers notre Maître. Ce qui nous a amené à parler de notre voyage en février 2013 et être ouvert au changement.”



Calendrier des événements 2013

Avril			
7	Martinique	Grounding in the Practice (Cleaning)	martine-calka@wanadoo.fr
12 - 14	Chili - Picarquín	Seminaire Internationale	srcmchile@gmail.com
26	Haiti	Seminaire National	judithrj@yahoo.com>
27	Jamaïque	Grounding in the Practice	unselfishlove2010@gmail.com
28	Jamaïque	Grounding in the Practice	unselfishlove2010@gmail.com
29 - 30	Jamaïque, Guyane	Celebration de l'Anniversaire de Babuji	unselfishlove2010@gmail.com; m25.bayard@orange.fr
30	Bresil – tous les centres	Celebration de l'Anniversaire de Babuji	srcm@gmail.com

May			
5	Martinique	Grounding in the Practice (Meditation)	martine-calka@wanadoo.fr
3 - 5	Bresil - Tremembé	Seminaire National	srcm@gmail.com
10	Haiti	Grounding in the Practice	judithrj@yahoo.com
12	Haiti	Reunion des Precepteurs	judithrj@yahoo.com
15	Jamaica	Journee de la Famille	unselfishlove2010@gmail.com
15	Jamaica	Porte Ouverte	unselfishlove2010@gmail.com

Juin			
2	Martinique	Grounding in the Practice/Meditation	martine-calka@wanadoo.fr
5	Jamaïque	Journee de l'Environnement	unselfishlove2010@gmail.com
8 - 10	Colombie	Seminaire National	banisurapu@gmail.com
21	Jamaïque	Open House	unselfishlove2010@gmail.com
21	Haiti	Seminaire National	judithrj@yahoo.com
22 - 23	Bresil- S.José dos campos	Reunion des Precepteurs	srcm@gmail.com

Juillet			
5 - 7	Mexique	Seminaire National	banisurapu@gmail.com
19 - 24	Bresil – Garopaba-SC	Seminaire National	srcm@gmail.com
24	Martinique, Haiti, Jamaïque	Celebrations de l'Anniversaire du Maître	judithrj@yahoo.com; martine-calka@wanadoo.fr; unselfishlove2010@gmail.com

Annnonce

Nous demandons à tous les abhyasis qui ont des articles portant sur leurs expériences sur la voie spirituelle du Sahaj Marg, de nous les faire parvenir à l'adresse e-mail: leatorres@casadalea.com.br. Le partage de nos expériences communes démontrent souvent un acte d'amour et peuvent aider d'autres sœurs et frères.

Nous tenons à préciser que notre Echos de L'Amérique Latine est un Bulletin trimestriel publié en Mars, Juin, Septembre et Décembre, et atteint tous les abhyasis partout dans le monde. Il est publié en quatre langues (espagnol, français, anglais et portugais), et distribué à tous les abhyasis en Amérique Latine et les Caraïbes. Il peut également être consulté dans les quatre langues dans le site de la Mission: www.sahajmarg.org.

© 2011 Shri Ram Chandra Mission ("SRCM"). Tous droits réservés. "Shri Ram Chandra Mission", "SahajMarg", "SRCM", "Constant Remembrance" et l'emblème de la Mission sont des marques déposées de la Shri Ram Chandra Mission. Cette lettre est exclusivement réservée aux membres de la SRCM. Les points de vue exprimés dans les divers articles proviennent de volontaires et ne sont pas nécessairement ceux de la SRCM. Vous la recevez car vous avez demandé de recevoir les informations par email de la SRCM ou SMSF. Pour vos observations, suggestions et articles, merci d'envoyer un email leatorres@casadalea.com.br Pour vous désabonner, merci de contacter le secrétaire de votre pays.