

Un voyage en Inde du Nord... Mais quel voyage !



Découvrir le Divin en Soi

Oct-Nov 2017



*« **L'incomplétude**, le sentiment qu'il nous manque quelque chose est à la racine de notre existence.... Ce sentiment d'incomplétude vient du fait que la conscience infinie, que nous sommes, s'est identifiée au corps et au mental, limités. Ce manque nous donne le désir ardent de Dieu, de revenir à la source. »*

Rencontre de **Swami Amritarupananda**, Ashram Sivananda- Rishikesh

Notre groupe exceptionnel :

(De G à D et de Ht en Bas)

Claudine, Julie, Frédéric,
Nicole, Françoise, Annie,
Julie, Frédéric, Carole,
Nicole, Swami Amrita,
Claire, Sylvie, sans oublier
Elisabeth (ci-dessous), qui
prenait la photo !





Rencontre de Vivek

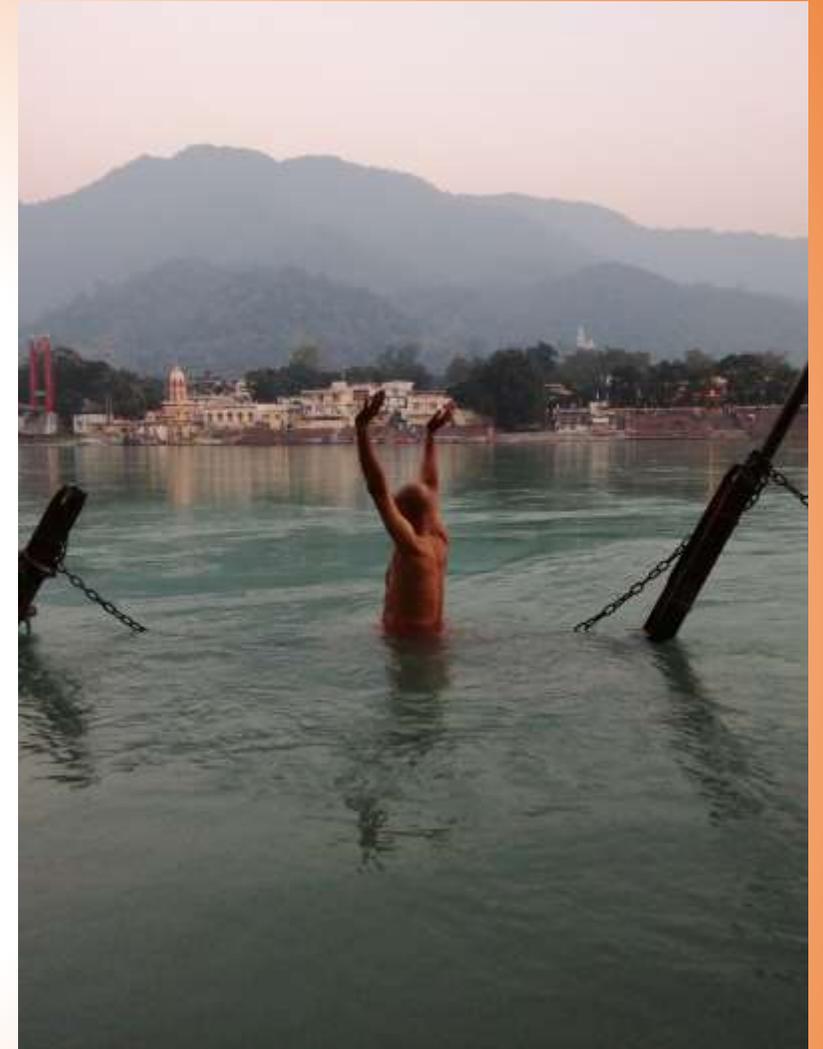
qui nous parle du yoga et de
l'ayurveda...

*« Quoique vous fassiez, vous pouvez être
un yogui, à condition d'être souple, honnête,
d'y mettre tout votre cœur et d'être
complètement à ce que vous faites ».*

Rencontre de **Nanima**, ermite, qui s'occupe des cancéreux en fin de vie.

« La seule façon d'aider l'autre et d'alléger l'apparente souffrance du monde, c'est de méditer et de s'unir soi-même à Dieu. Reconnaître notre vraie nature qui est Amour, Compassion, Connaissance, Perfection, est le seul moyen d'aider véritablement.. Si notre mental est perturbé, nos efforts pour aider ne seront pas profitables à celui qui se trouve dans les turbulences. Essayez de faire de votre mieux mais sans perdre la méditation de vue, sinon vous n'aurez pas assez de force. Essayer d'atteindre au moins un niveau où le mental est paisible. Si tu es en paix, tu pourras comprendre la souffrance de ton prochain, et y répondre de manière appropriée. Tu pourras partager ta paix. »





Rencontre de **Vinod**

*« Quand on interrompt le flot des pensées,
la conscience peut émerger. »*



« La vérité est une,
les chemins sont nombreux »

Rencontre de **Swami Atmananda** dans son Ashram

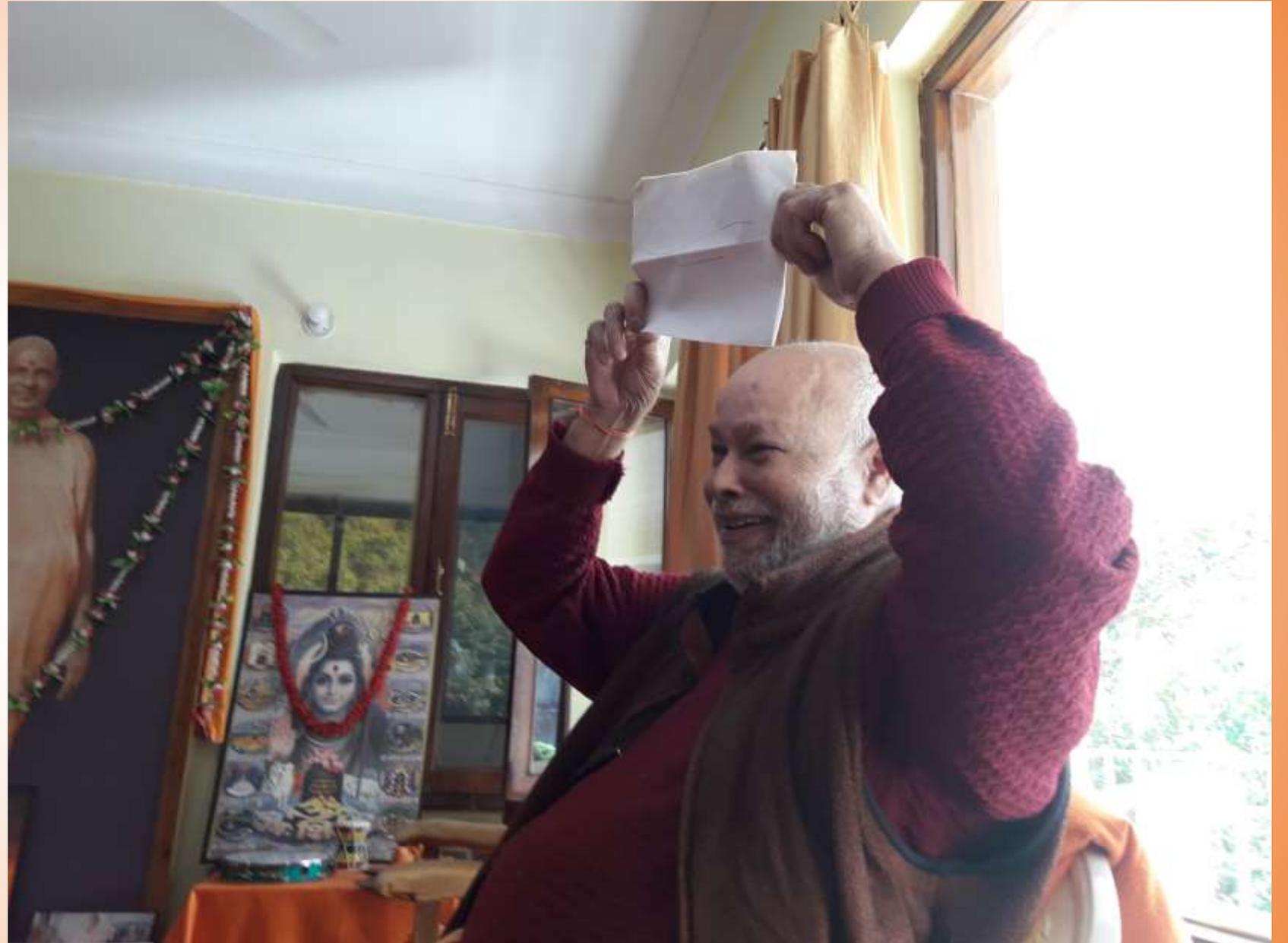


Il a commenté le Viveka-Cudamani, *Le plus beau fleuron de la discrimination, de Ādi Śaṅkara (VIII^{ème} siècle)*

« *Le monde entier et toutes les créatures sont réellement Brahman, et demeurer en ce Brahman indivisible est en soi-même la Délivrance (moksha). Cela est l'essence et la conclusion de tous les Védas. Brahman est un sans second. Il n'y a rien d'autre que Brahman.* » Verset 478 :

Ashram Sivananda,
à
Ganeshpuri près
d'Uttarkashi

Dirigé par notre cher
Swami
Premananda



Il nous accueille comme à la maison :

« Que Dieu soit présent en chacun de vous !

Je vous accueille ici dans votre propre maison.

Nous sommes de la même famille, mais on l'a oublié !

Nous ne nous reconnaissons plus, à cause d'une très longue séparation !

Nous appartenons à la grande famille des humains, mais nous avons créé des différences entre nous, et nous nous sommes identifiés comme étant séparés les uns des autres.

Le cœur de cette planète est notre maison à tous. Et, avec une petite extension, tout le système solaire est notre maison ! Toutes les planètes, les étoiles, les galaxies, sont chez nous.

Mais à cause de notre petit mental étreint, nous nous sommes réduits et enfermés à l'intérieur d'un tout petit corps ! On s'est différencié les uns des autres et l'on ne se reconnaît plus !

Vous n'avez qu'une seule maison, qu'une seule religion, qui est l'amour et la coopération entre tous. C'est l'essentiel. Alors bienvenu chez vous !



Campagne autour de l'ashram



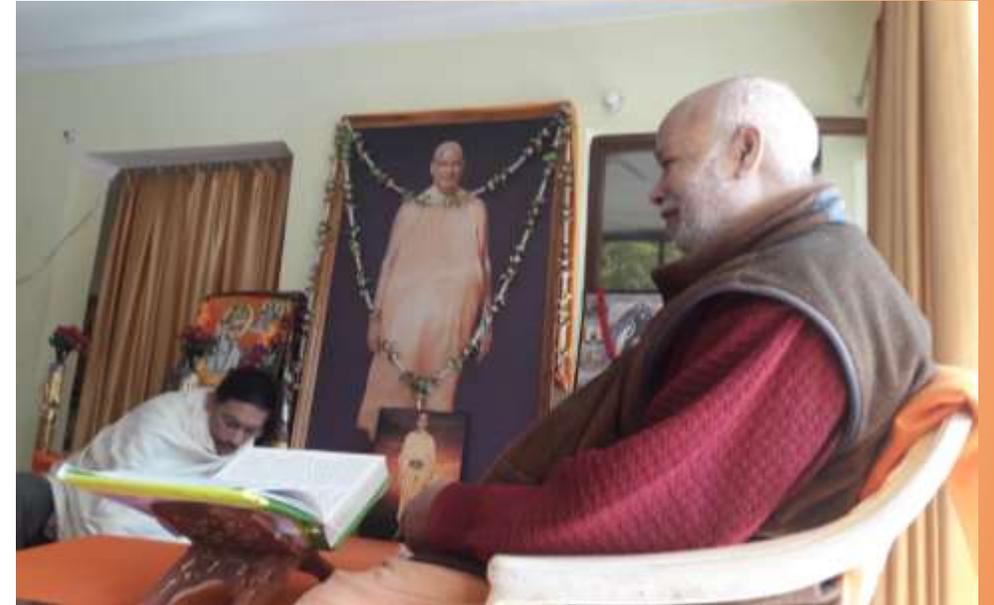


Le prêtre de l'ashram offre
ses prières au Gange



Julie aussi !

Satsang à l'ashram Sivananda...
autour du sage, qui commente
les Ecritures saintes.



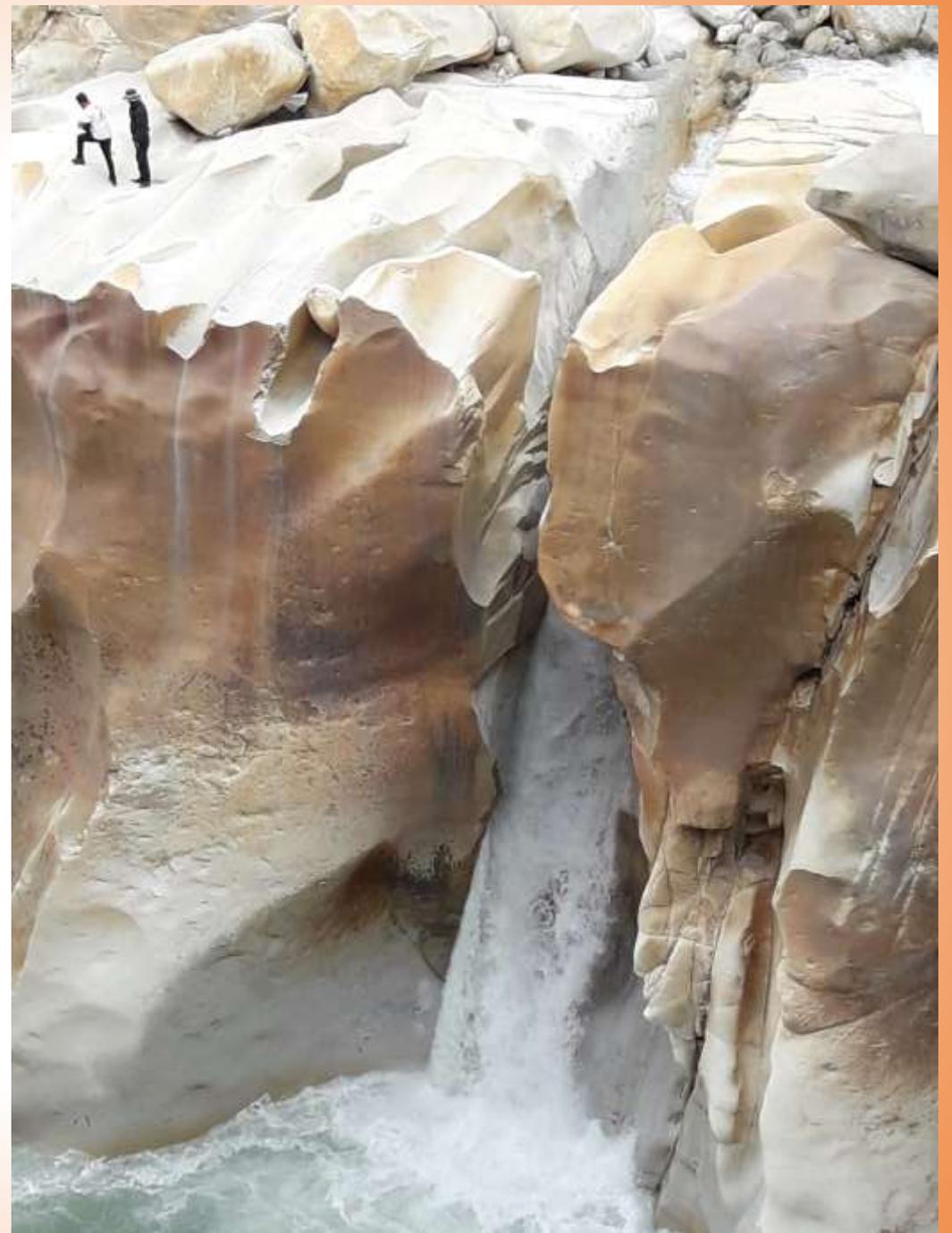
Toujours joyeux, et joueur,
libre comme un enfant !





Bain merveilleux
dans les Sources
chaudes de
Ganganani
qui nous prépare
au froid de
Gangotri

Temple de Ganga et cascade à Gangotri



« Vous allez aller à la source du Gange. Au-delà, il n'est pas possible d'aller. En venant dans ce monde, nous avons aussi une source, d'où nous venons, et où nous retournons. Notre source, c'est Dieu. Nous ne pouvons l'appréhender par nos sens, qui sont tournés vers l'extérieur. Le seul moyen d'aller profondément à l'intérieur pour trouver la source, c'est la méditation, le yoga, le japa...

Quand on voit toute cette beauté à l'extérieur, il doit y avoir un créateur. Le pouvoir créateur, c'est ce qu'on appelle Dieu... Il y a quelque chose qui contrôle la vie à l'intérieur et qui crée toute cette beauté à l'extérieur. Ce pouvoir est à découvrir, en vous ! »



Rencontre de **Swami Ragananda**
à Gangotri, qui nous parle de la
beauté

En marche vers
Gaumuck, la source
du Gange...

14 km sur un merveilleux
chemin, dans la vallée
enchanteresse,
mystérieusement
imprégnée par les
vibrations de Ganga





Rencontre d'un Yogui qui est resté
10 ans à Tapovan, isolé à plus de 4000m d'alt. Il
nous recommande de méditer les yeux ouvert :
« A Gaumuck, tout est là, sous nos yeux ».







Beauté et grandeur de Terra Mama









Le camp où nous
allons passer la nuit,
à 3800 m d'altitude...
(-5°)



Frédéric,
notre yogui,
heureux !



- Le cuisinier prépare le repas...



Les indiens qui nous accompagnent
préparent un bon feu



Et la nuit a
passé...

Petit déjeuner,
frisquet



Le lendemain,
nous repartons
vers la source
du Gange,
Gaumuck





*« Il y a deux choses ici, le monde extérieur, que vous pouvez voir, mais les vibrations de ceux qui ont accompli leur sadhana ici, vous ne pouvez pas les voir, mais peu à peu, vous allez vous les sentir !
L'Himalaya a sa propre vibration. »*

Sw. Ragananda.



Comment Ganga est descendue sur la terre d'après les Purana :

« Un sort avait été jeté au fils d'un roi. Pour s'en débarrasser, le roi médita et Dieu lui apparut lui demandant de prier Ganga, qui se trouvait au Paradis.

- Si Ganga descend sur terre, le sort sera dissout.

Le roi pria donc Ganga, mais celle-ci refusa.

- Les hommes sont impurs, si je descend dans ce monde, ils me souilleront.

Alors Dieu, sous la forme de Brahman, répondit à Ganga :

- Ne t'inquiètes pas, 100 hommes impurs peuvent te souiller par leurs péchés, mais si un seul sage se baigne en toi, tu seras purifiée.

C'est ainsi que Ganga accepta de descendre sur terre...

Et désormais, lorsqu'on se prosterne devant Ganga, quoi qu'on lui demande, elle l'accomplit...

Ganga est considérée comme une Mère. Elle ne se fâche jamais après ses enfants. Elle les nettoie quand ils sont sales, elle les change et ne leur en veut jamais...

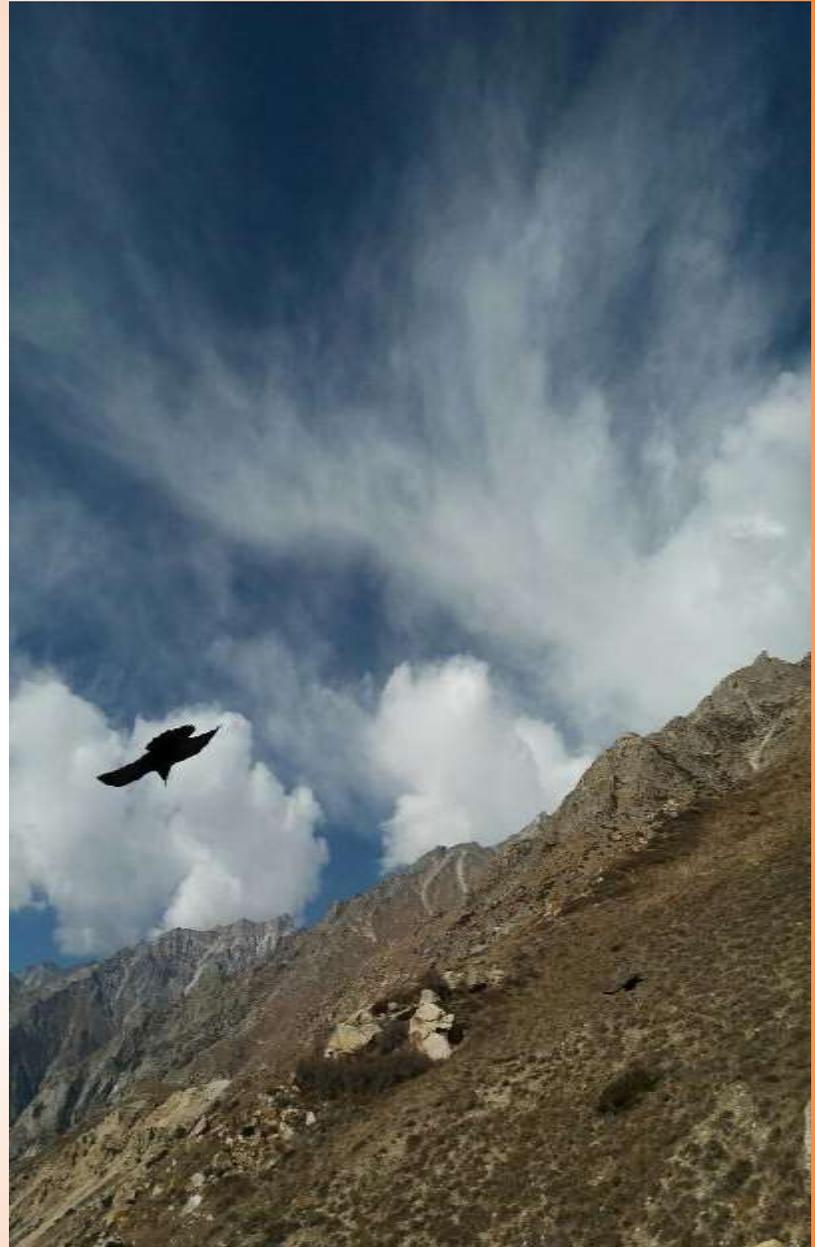
Voilà comment Ganga est arrivée sur Terre. »

(Histoire racontée par Sw. Ragananda)

Annie et Frédéric, intrépides et inspirés,
se sont baignés dans le Gange !
Expérience de purification !!









Victoire !!
Nous avons
réussi,
ensemble !

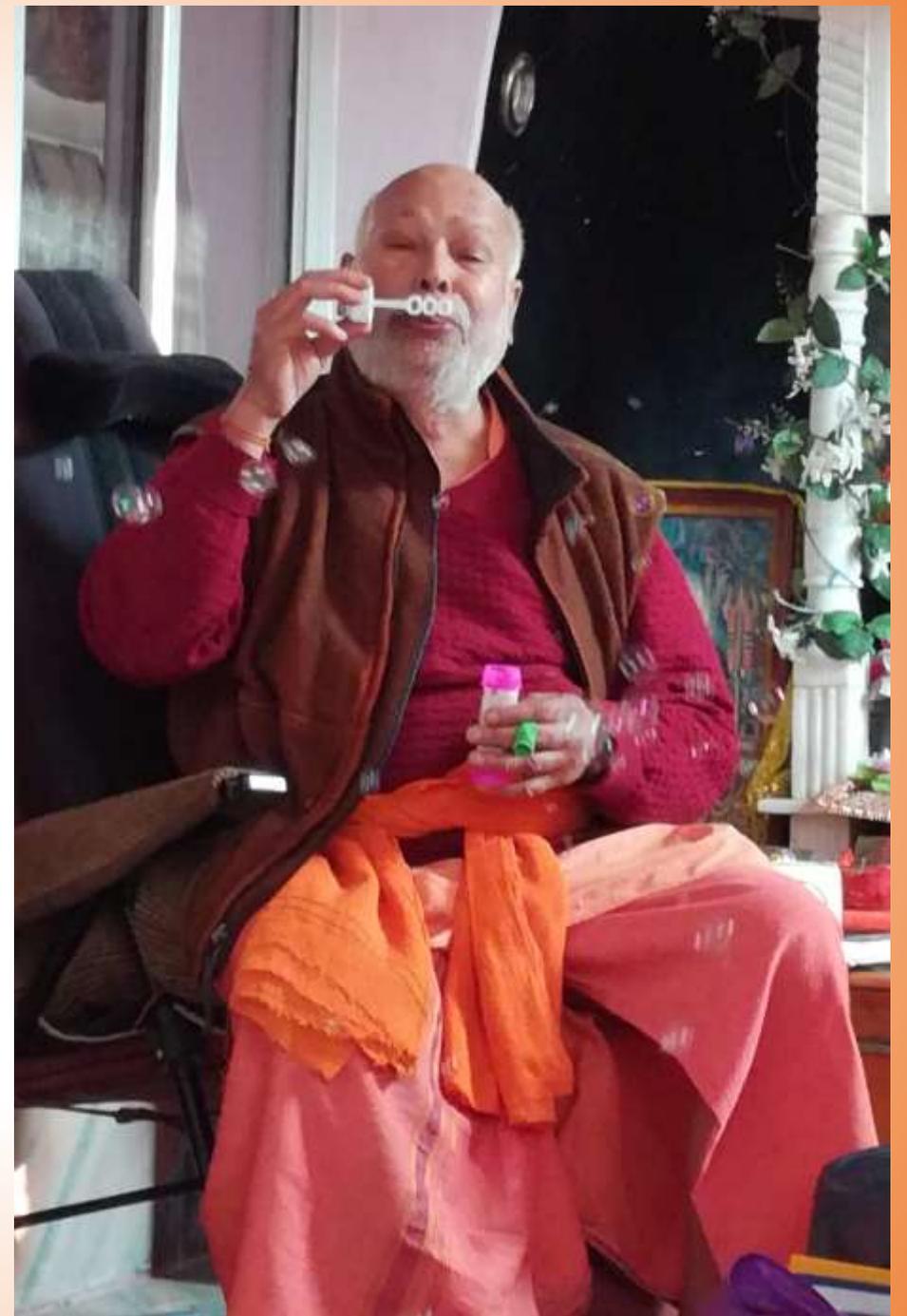
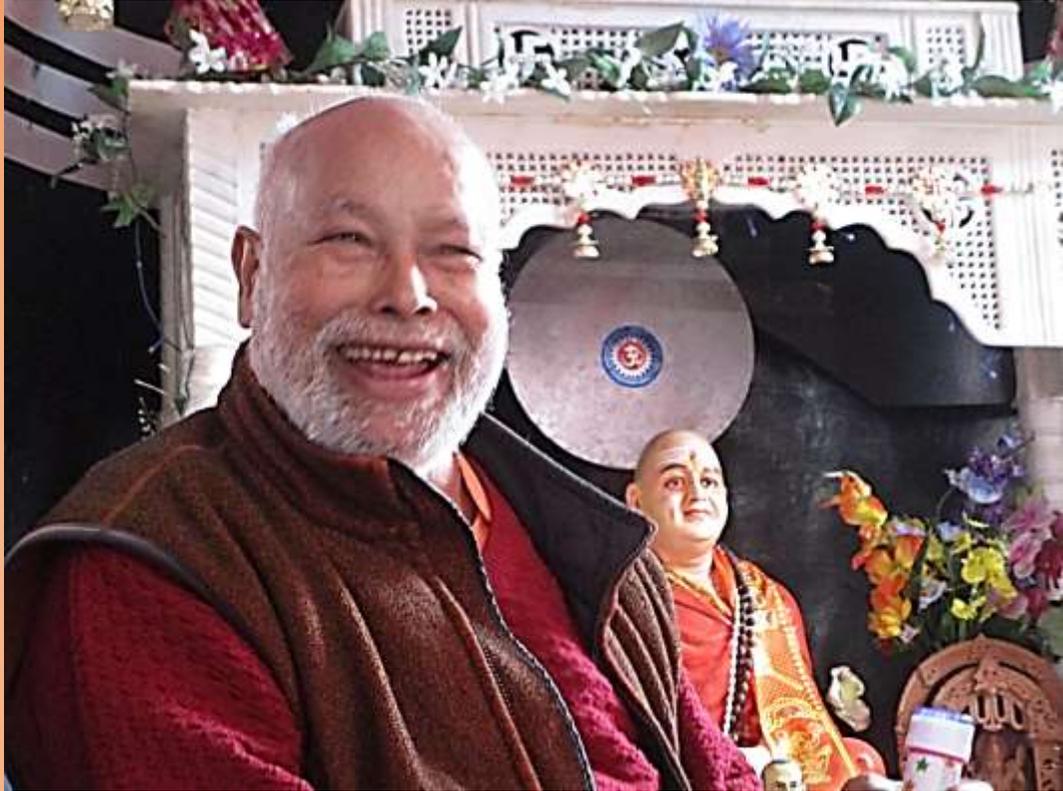
Notre
détermination,
notre soif spirituelle
l'ont emporté sur
toutes les difficultés,
nos peurs et
résistances !!
Merveille !
Jaya jaya !



Jaipal qui a organisé le trek et son fils Vishnu,
notre accompagnateur

Retour à l'ashram de Swami
Premanandaji, nous retrouvons
Vianay, et toutes les personnes de
l'ashram, tous exemplaires pour le
dévouement et leur gentillesse.





Notre cher swamiji, que nous allons quitter à regret.

« Le monde est comme ces bulles de savon, impermanentes et illusoire... »







Retour à
Rishikesh,
dans la plaine

Rencontre de Pierre Reygniers et Annick Moulsma

Pierre a passé une cinquantaine d'année auprès des personnes touchées par la lèpre. La communauté vieillit... Mais la production de très beau tissage artisanal KKM se poursuit.

Annick, des Amis de KKM aide à le vendre en France







Phool Chatti
ashram,
nous rencontrons un
témoins du passage
d'Henri Le Saux et de
Marc Chaduc son
disciple dans les
années 70.



Surinder, professeur de yoga



Notre petit
groupe, bien
acclimaté !



Nous participons au nettoyage d'une décharge dans un quartier de Rishikesh, avec les volontaires de **Clean Himalaya**. Au centre, le manager d'un grand hôtel. Sa motivation, servir Dieu, servir la Terre...



Rencontre de Tureeya Mataji

« En répétant le nom de Dieu, vous entrez dans l'aura du nom divin. Il y a comme une communion avec tous ceux qui formulent ces prières. C'est une façon très simple de se souvenir du Divin. »



Comment méditer ?

«La chose la plus importante, c'est d'être complètement immobile. Pour y parvenir, installez vous dans une position stable et, très doucement, sans à-coup, respirez profondément avec le diaphragme. En faisant cela, peu à peu, votre attention se concentre sur le souffle. Et vous commencez à entrer plus profondément dans le centre de votre être.

Continuez à suivre la respiration, sans interruptions...

Quand un moment de tranquillité s'installe, amenez votre attention sur la conscience du nom Divin, celui que vous voulez : Jésus, Maranatha, Père... Cela vous ramène au centre de l'être...

Laisser la respiration et le nom aller ensemble...

Vous entrez dans l'état méditatif. Restez là, tranquille. L'immobilité arrivera d'elle-même...

Restez-là, aussi longtemps que possible. Si vous êtes distrait, revenez au Nom, très consciemment. Revenez au silence intérieur.

Permettez au Divin de prendre possession de vous...

C'est la seule chose à faire. Vous avez préparé le terrain. Ensuite, c'est le Divin qui prend les choses en main. Laissez-le faire ce qu'il à a faire ! »

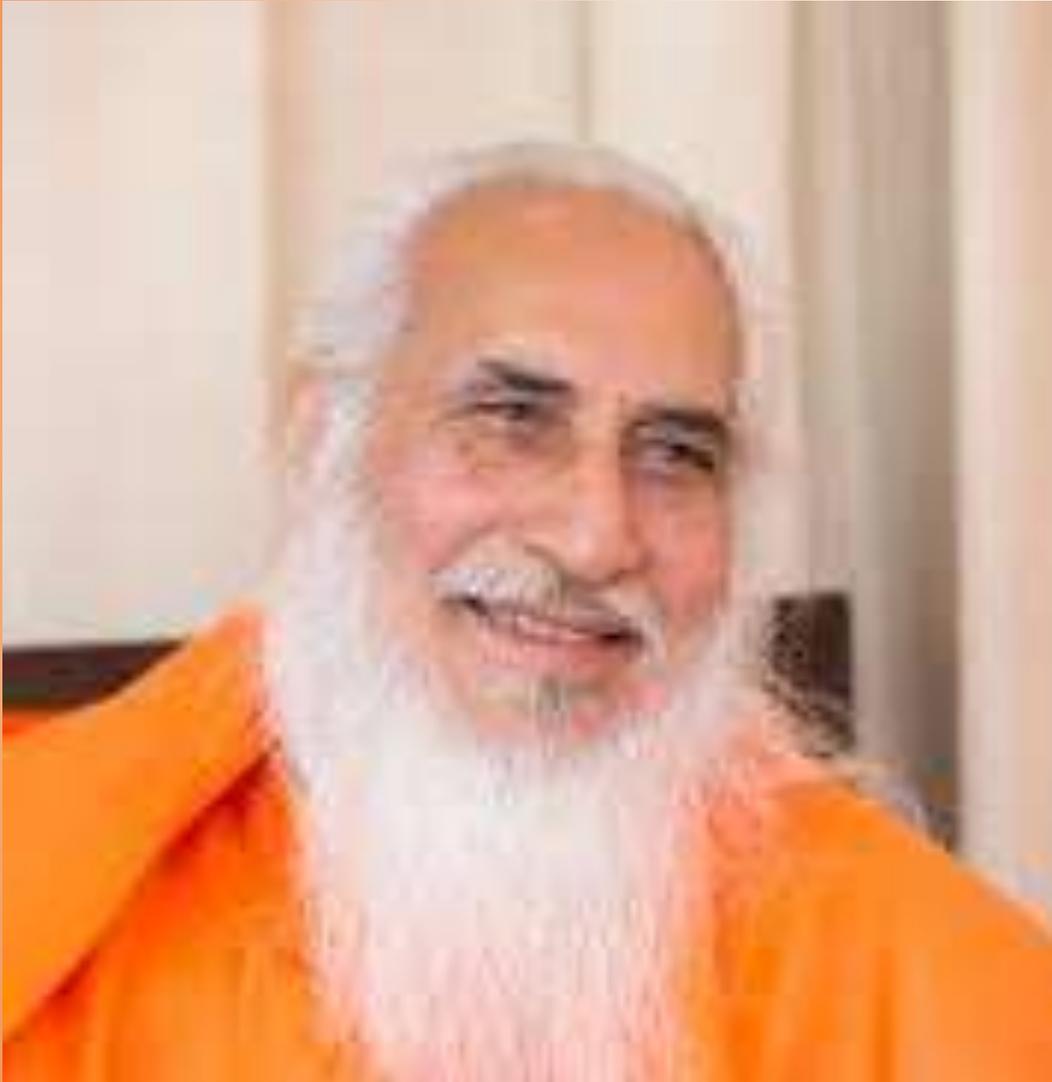
(Tureeya Mataji)





**Sharma et
Veena,**
nos hôtes à
l'ashram de
Rishikesh

Rencontre de Chandra Swami dans son ashram



Chandra swami s'est mis à reparler après une pratique de 33 ans de silence. Nous avons eu la grâce de l'écouter :

« Le désir d'être important, rechercher la renommée, la reconnaissance, est très difficile à surmonter. C'est le désir le plus subtil et pour le dépasser, nos efforts seuls ne suffisent pas, il faut prier Dieu et faire des efforts. Les deux sont importants.

Tous les hommes sans exception cherchent la Joie, la Félicité. Les gens mondains cherchent de la mauvaise façon, au mauvais endroit, le chercheur spirituel cherche en Dieu et dans le Soi réel. »

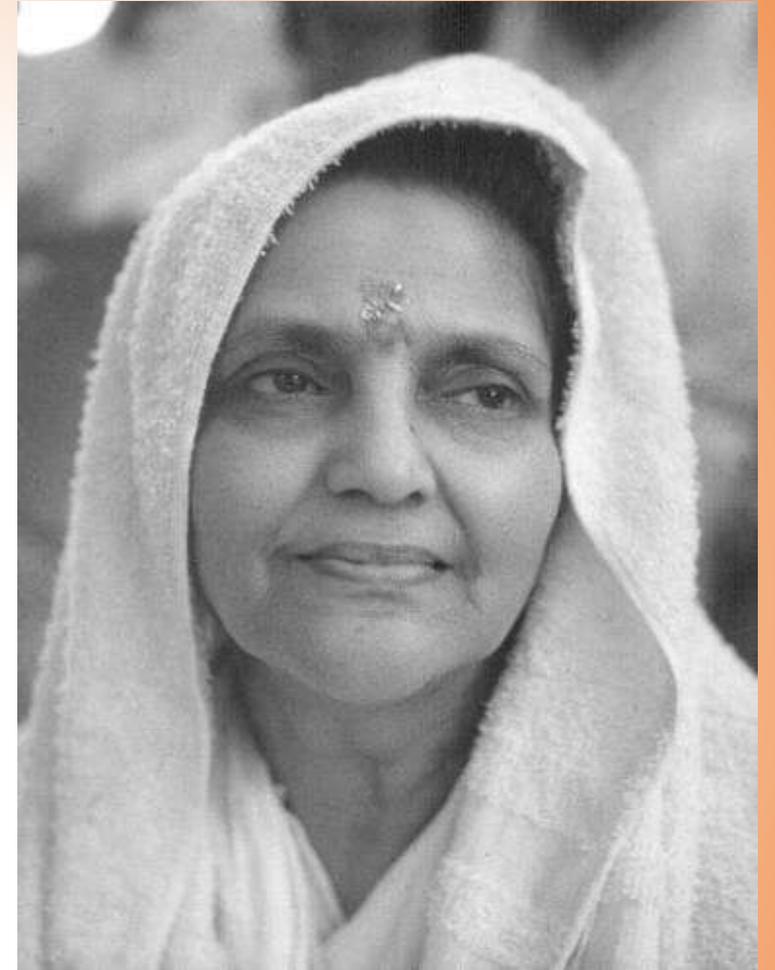
Chandra Swami

Kankhal, temple de Sati



L'Ashram de Ma Ananda Mayee

Le matin le temple de l'ashram raisonne des très beaux chants de louanges à Ma, la Mère Divine





Grand Arati à Haridwar

Rencontre de Pushp Raj

« Si vous voulez trouver un diamant, spirituel, il va falloir plonger profondément, traverser la boue et la poussière, trouver la pierre, nettoyer sa gangue. Tout cela, c'est le travail de la sadhana : adopter des pensées, des comportements et des pratiques spirituelles, méditer, se rendre auprès de maîtres, visiter des lieux saints... »





Il a été très proche
du grand yogi **Swami
Vijayananda** :

Pratiquez la méditation sincèrement et vous réaliserez Sa grâce infinie.

Dieu demande de la sincérité, de la véracité et de l'amour.

Les épanchements verbaux à l'extérieur, ne le touchent pas ».

Swami Vijayananda

Rencontre de Dr Partap Chauhan au Jiva Institute à Faridhabad

Il nous introduit brillamment à
l'ayurveda :

*« En sanscrit, santé se dit **Svastha**,
qui signifie : **être situé dans le Soi**.
Pour être véritablement en bonne
santé, nous dit l'ayurveda, il faut :
l'équilibre des Doshas, des tissus et
de tout le métabolisme (la
digestion et l'élimination des
déchets). Il faut aussi l'équilibre du
mental et de tous les sens, et, le
plus important, une âme
heureuse... » Vaste programme !*



Delhi, plus polluée que jamais



A wide, rocky riverbed with a fast-flowing stream in a mountain valley. The river is filled with large, dark grey rocks, and the water is white with foam as it flows over them. The valley is flanked by steep, rocky mountainsides. In the distance, several sharp, snow-capped mountain peaks rise against a clear blue sky. A few small figures of people can be seen on the left bank of the river in the foreground.

Mais pour finir en beauté

« Revenez et revenez encore, profitez de cette beauté qui n'est pas seulement à l'extérieur mais qui est aussi à l'intérieur. »
Sw. Ragananda.