



NOUVELLES DES CHEMINS DE SHANTI POUR UN PRINTEMPS HORS NORMES

Chers amis de Chemins de Shanti,

Toute l'équipe de Chemins de Shanti vous espère en bonne santé et sereins dans cette période de confinement.

Vous vous en doutez, nos programmes sont bouleversés et les rendez-vous d'avril-mai avec le père Kumeran et Michaël Higburger sont annulés. Pour l'instant il est encore trop tôt pour vous informer des sessions avec Svāmi Atmānanda et Fabrice Blée en juin. Nous vous tiendrons au courant. Pas d'annonce de nouvelles rencontres donc, mais vous trouverez, dans cette lettre des nouvelles de l'association et des messages de nos amis indiens, des éléments de réflexion, de pratique méditative, de lecture... Beaucoup de chose finalement, partant de l'idée que vous aurez du temps pour les découvrir et que la rencontre sera plus intérieure...

Nous resterons bien sûr disponibles pour répondre à vos questions.

Toute l'équipe vous souhaite de vivre la sérénité.

Carole, Christine, Claire, Hélène, Jacqueline, Nicole.



- 1- Le mot de Jacqueline, la présidente
- 2- Des nouvelles de l'association
- 3- Messages de sagesse inter-tradition pour trouver du sens dans cette période hors normes.
- 4- Des outils concrets pour mieux passer le cap

1. Le mot de Jacqueline, la présidente

Chers amis,

En ce moment nous sommes presque tous contraints de rester chez nous et d'éviter tout contact... C'est soudain et radical !

Aussitôt ont fleuri, sur internet, de multiples invitations à soutenir notre sādhana, notre pratique spirituelle : méditations, conférences, vidéos... Cette abondance m'a laissée perplexe, non que je la pense inutile ou déplacée. C'est plutôt l'extrême rapidité de ces propositions qui m'a interpellée. Des initiatives m'ont paru précipitées, comme une réponse alors qu'il n'y avait pas encore de question, comme un désir de remplir un manque qui ne s'était pas encore ouvert, comme la peur d'un vide qui ne s'était pas encore creusé. Et m'est revenue cette pensée de Blaise Pascal : « *Tout le malheur des hommes vient d'une seule chose, qui est de ne savoir pas demeurer en repos dans une chambre.* »

Et si, justement, nous avons en ce moment la possibilité d'expérimenter la sobriété dans nos actes, nos paroles, nos pensées, l'occasion d'arrêter une course effrénée, de prendre le temps... Si nous avons enfin l'opportunité de tester notre indépendance, de découvrir les trésors cachés en nous et de les mettre au jour ; sans en être vraiment conscients, nous sommes riches de toute notre expérience de vie et notre initiative à l'indépendance peut nous conduire à nous ouvrir à ce que nous sommes. Et si nous étions invités à faire taire le brouhaha des voix extérieures pour laisser jaillir notre chant intérieur, à vaincre la sensation de manque, la peur d'un vide, et invités à saisir la grâce d'ouvrir notre âme à l'essentiel...

Aussi, pour un temps, pouvons-nous laisser en veilleuse nos multiples connexions pour nous glisser dans la voie du moins, du peu, du rien. Là est un chemin vers les profondeurs, vers le secret, pour aller jusqu'au "cœur du cœur" où tout est plénitude.

Mais si, dans cette quête, arrive un moment où nous perdons pied, retrouvons les paroles et les messages de ceux qui nous guident et nous offrent leur force et leur tendresse pour nous aider à passer un cap difficile.

Alors, nous pourrions vivre le paradoxe d'une liberté physique restreinte et d'une liberté intérieure infinie et percevrons la douceur de la caresse du souffle de Dieu.

Jacqueline Danigo

2. Des nouvelles de l'association

a) Ouverture du nouveau site des Chemins de Shanti... aujourd'hui !

L'association renouvelle son site internet grâce à notre amie Brigitte Passot. Nous avons tenté de le rendre, plus, simple, plus clair, plus accessible. En espérant qu'il vous intéresse et vous plaise.

Courrez le visiter des maintenant !... cheminsdeshanti.fr

b) Groupes Shantivanam : de la nourriture pour méditer



Les groupes Shantivanam offrent l'opportunité de méditer ensemble tout au long de l'année pour approfondir notre vie intérieure. Ils s'inspirent essentiellement du chemin spirituel ouvert par Henri Le Saux dans l'esprit de l'ashram hindou chrétien Shantivanam. En période de confinement, les groupes de méditation pourraient très bien évoluer vers des formes plus immatérielles.

Vous trouverez dans ce document très complet, préparé par Carole, un canevas pour la méditation, des mantras, des textes, des suggestions de lectures et de films pour enrichir votre pratique en groupe, ou en solitaire et aider ceux qui le souhaitent à créer de nouveaux groupes.

[Lire le document](#)

c) Voyage en Inde du Sud et nouvelles de nos amis Indiens

Nous venons d'effectuer un beau voyage en Inde du Sud... grâce à un groupe formidable ! De belles rencontres, de beaux moments partagés, une belle communion, nous ont portés tout au long de notre périple et qui nous portent encore. De la montagne sacrée Arunachala à Shantivanam, puis jusqu'au Kerala dans un ashram de yoga. L'Inde nous a révélé de nombreux aspect de sa culture et de sa spiritualité. Nous sommes rentrés juste avant que tout ne se complique...



[Cliquer ici pour ouvrir le diaporama](#)

Pour illustrer cette expérience vécue, quelques témoignages... [Cliquez ici](#)



- **Des nouvelles de S. Kumar et du GRRC...**

S. Kumar le directeur du Centre de Rééducation Gandhien rencontre de très grosses difficultés financières. Il vient d'interrompre la production de spiruline, qui restait la dernière activité source de revenus. Il fera son possible pour continuer d'accueillir le groupe d'une petite vingtaine d'enfants handicapés et de rémunérer les éducateurs qui s'occupent d'eux, sans savoir comment il va s'y prendre. Grâce à la vente de livres nous avons remis 700 € à Kumar et Christophe Morin, un de nos ami voyageurs, a réussi à collecter une somme d'argent importante ici en France. Nous attendons les directives de Kumar, pour les lui verser. Il reste malgré tout confiant, belle leçon de courage et d'humanité.



- **Des nouvelles de Shantivanam :** l'ashram vient de fêter ses 70 ans et se porte vraiment bien. Repeint de frais, planté de fleurs, aménagé avec soin, l'ashram vibre d'une belle énergie spirituelle et communautaire. L'harmonie est revenue et se ressent. Père Dorathick poursuit le beau travail de frère John Martin pour faire rayonner l'ashram dans sa vocation première, réunir la croix et le Om : « Être *un lieu unique où deux traditions, orientale et occidentale, se rassemblent pour vivre une spiritualité commune dans l'expérience même de la prière et de la contemplation.* »

Le message de père Dorathick pour les 70 ans de Shantivanam : [Cliquez ici](#)



- **Des nouvelles de frère John Martin :**

Frère John Martin lui aussi va bien. Nous avons eu le bonheur de l'écouter tous les jours à Shantivanam. Il nous a accueillis dans son nouvel ermitage à Jyotivanam, l'ex-ashram de Sœur Stefany (qui va très bien aussi !) Nous avons là encore été stupéfaits du travail accompli en un an. La végétation est belle, verdoyante, tout est joliment repeint, vivant, un portail et une allée sont en cours d'aménagement... si bien que la présence de l'autoroute s'estompe presque complètement ! Frère John Martin est heureux d'être à la fois proche de Shantivanam, qu'il rejoint facilement pour les célébrations et pour dispenser son enseignement, et d'être un peu en recul de la communauté pour son travail d'écriture et de transmission.

d) Revenons en France : la session de Joël et Marie Léa a été un succès !



Première et peut être unique session de cette saison, la rencontre ayant pour thème la méditation, animée par Joël et Marie Léa a été un succès.

Joël a partagé sa riche expérience de la méditation ; avec lui nous avons pu, le temps d'un week-end, explorer de nombreuses formes de pratique afin de permettre à chacun-e de commencer ou de renouveler sa pratique de méditation. Sa grande connaissance de la spiritualité de l'Inde et ses rencontres variées avec des maîtres et des yogis ont fait de ses interventions des moments très stimulants, intellectuellement et spirituellement !

Marie-Léa quant à elle nous transmis, avec beaucoup de simplicité et générosité, la méthode de méditation *Vipassana* de son maître, dans la tradition des moines de la forêt en Thaïlande. Alternant entre méditation assise et méditation marchée, chaque pratique a été un moment précieux pour explorer notre intériorité.

Enfin ce fut une session providentielle puisqu'elle a pu se tenir juste avant le début du confinement ! Donnant ainsi à ses participants des clés pour positiver et vivre cette période comme un appel à la pratique intérieure et méditative...

e) Appel aux transcripteurs, aux nouvelles idées et aux aides techniques

Transcriptions



Dans ces temps de confinement peut-être avez-vous un peu de temps pour vous lancer dans une transcription. Transcrire est une grande et belle aventure ! C'est une façon magnifique d'écouter et d'intégrer les enseignements et les propos que ceux que nous avons rencontrés nous ont offerts. C'est aussi un merveilleux moyen de partage et de service (*seva*).

-Au cours de nos voyages en Inde, nous avons enregistré de nombreux entretiens. Beaucoup ont été transcrits qui ont donné lieu aux deux livres que vous connaissez, *Rencontres au Bord du Gange* et *Rencontres des Spiritualités en Inde du Sud*. Certains

autres enregistrements ont été réalisés en France lors de sessions.

- Si vous désirez, vous aussi, tenter l'expérience d'une transcription, contactez Jacqueline : elle vous communiquera une liste d'enregistrements parmi lesquels vous pourrez choisir celui que vous aimeriez transcrire et vous donnera quelques conseils pour débiter. Ce n'est pas difficile, cela demande un peu de temps.

jacqueline.chemins@orange.fr



Boîte à idées et demande d'aide technique

Nous cherchons dans ce temps exceptionnel à réinventer notre vie. Les mesures de protection (surtout pour les autres) nous propulsent dans un espace de silence et de solitude. Nous vous proposons de le mettre à profit et de nous faire partager vos expériences, vos réflexions, et pourquoi pas des petites vidéos. Nous pourrions les publier ultérieurement sur le site ou dans la News letter, nous y réfléchirons. Faites-nous part de vos idées, pas de censure et ne bridez pas votre imagination ; nous pouvons aussi rire, cela nous fera du bien... Envoyer vos « œuvres » ou contactez-nous

au secrétariat des Chemins de Shanti.

De plus, la situation que nous vivons actuellement nous amène à réfléchir à de nouvelles pistes pour continuer à vous proposer de beaux enseignements et garder l'inspiration : satsang en ligne, diffusion d'enregistrement audio, chaîne Youtube... qui demande une certaine technicité numérique. Nous avons besoin d'aide dans ce domaine.

Contactez- nous par le secrétariat : secretariat@cheminsdeshanti.fr

3. Messages de sagesse inter-tradition et pistes de réflexion pour trouver du sens dans cette période hors normes.

Le mot de Michaël Highburger, Ashram de Ramana, Tiru



« J'espère que vous allez tous bien en cette période difficile. Il me semble qu'en ce moment nous devons, chacun, préserver le calme en nous pour pouvoir être une force de paix pour ceux qui sont dans la tourmente. Nous pouvons être dans cette situation délicate de devoir reconforter les autres avant de pouvoir prendre soin de nous. J'ai trouvé cela si difficile que j'ai dû faire une liste de points à surveiller dans ma vie quotidienne, mais aussi j'ai évalué la façon dont je peux utiliser les appareils numériques.

J'ai relevé sept points qui m'aident à rester sur la bonne voie. Vous pouvez vérifier si certains peuvent être utiles pour vous... »

[Lire la suite](#)

Le message de Kumeran



O MariAmman, autrefois quand la maladie et la famine ravageaient la terre, vous êtes apparue avec la grâce divine de nous guérir et de nous sauver. Mère ayez pitié du monde. Nous avons profané la terre et nous avons abusé de vos dons. Nous avons collectivement causé notre propre souffrance. Comme des enfants prodiges en ces temps de lutte nous courons vers vous et prenons refuge auprès de vous.

Ayez pitié de nous, O Mère.

Et quand ce temps de souffrance sera passé, aidez-nous à nous rappeler de marcher doucement et respectueusement sur la terre qui est votre corps.

OM shri MariAmman Deviye Namah

Père Dorathick, prier de Shantivanam :



Lors de notre dernier voyage, nous avons mieux fait connaissance avec père Dorathick, prier de Shantivanam, qui rayonne d'une belle profondeur mystique, contemplative et d'une grande douceur. Elevé aussi dans la tradition du Yoga, il l'enseigne à l'ashram. Nous espérons que nous aurons la possibilité de l'inviter un jour en France. Voici la prière qu'il a envoyée à la communauté des amis de Shantivanam le 21 mars 2020.

Prière pour tous ceux qui sont touchés par le Coronavirus, [Cliquez ici](#)



Frère Tommaso, petit frère de l'Évangile de Charles de Foucault, responsable de la communauté de Bétania en Italie du Nord. Témoigne de ce que le virus apporte, au-delà de la souffrance, le don de l'incertitude.

Le don de l'incertitude : émerveillement et silence, [cliquez ici](#)



Un Enseignement de frère John Martin sur la Virginité :

Dans ce moment de grande perturbation où tout ce qui est sombre peut ternir nos journées, nous avons pensé que cet entretien de frère John Martin pouvait être une belle source d'inspiration pour nous permettre de vivre la « *naissance d'une nouvelle conscience ... car c'est de cette façon que nous pouvons amener la paix et l'unité dans le monde* ».

[LA VIRGINITÉ ou la naissance d'une nouvelle conscience](#)

Le message surprenant des indiens de la Sierra Nevada en Colombie : Calixto Suarez, représentant de la communauté Arhuacos (Message transmis au cours d'une réunion Zoom le 28 mars 2020)



Je remercie celui qui a inventé ce système de communication (Zoom) ... qui nous permet de parler d'endroits si éloignés... un remerciement envers moi-même aussi et en chacun de nous, nous remercions pour cette existence physique...

Nous remercions également notre langue, qui nous permet de parler entre nous et de remercier... Remercier la parole, la voix et remercier aussi tous les humains de la Terre, sans exception... Remercier particulièrement toutes les énergies féminines car elles nous ont permis d'arriver dans ce monde si merveilleux...

Il y a donc beaucoup de remerciements à exprimer dans cette vie... nous sommes vraiment bénis si nous apprenons à remercier. Nous sommes venus dans ce monde pour remercier la Vie et l'Humain...

[Lire la suite](#)

4- Pratiques et ressources pour mieux passer le cap



**Pratique de méditation de Joël Striff deux fois 10 minutes pour changer sa vie. [Cliquez ici](#)
Principes et pratique de yoga : [cliquez ici](#)**



Conseil de lecture : Effondrement et Révolution –de William Clavier, *Ed. Le Passeur*.

La crise socio-écologique planétaire que nous vivons, inédite dans sa forme et par son ampleur, est aussi une crise spirituelle. Plus précisément, elle provoque une prise de conscience sur le sens à donner à nos existences, nous obligeant à revisiter les fondements mêmes de nos modes de vie et de pensée.



Un enseignement de Jean Yves Leloup (enregistré fin 2019) où il nous invite faire de cette période, une occasion de ressourcement et de retournement.

["La conscience exercée ou méditer : un art de vivre et d'aimer par temps de catastrophes"](#)



Nous avons apprécié le **Vidéo Satsang avec Swamini Amritajyoti Prana, de l'ashram d'Amma : Défis et opportunités** (21 mars).

Arnaud Desjardins disait « *tout ce qui vient à vous vient comme un défi et/ou une opportunité.* » <https://www.etw-france.org/enseignement-de-swamini-amrita-jyoti-prana-du-21-mars/>



Terminons cette riche et longue lettre, reflet du foisonnement de cette période confinée, par la note espiègle de notre ami l'ermite. Notons que les ermites et les contemplatifs ont assumé un confinement volontaire à vie... Ils sont plus que jamais reliés à nous...

O grotte bénie :

*Une grotte, comme un monastère, est un lieu public.
– « Que font-ils ces moines derrière leurs murs, et ces carmélites
derrière leurs grilles ? »*

*Qui pense ainsi révèle l'indigence de sa profondeur. Il est un être
plein d'ennui et d'un vide dans lequel il n'a pas trouvé la plénitude
dont parle Lao-Tseu. Lui qui dit que le vide n'est intéressant que
par la plénitude qu'on y découvre. Que fait le moine, que fait la
carmélite (ou l'ermite) ? Ils se disponibilisent...*

Extrait de « Une bouffée d'ermite », ED. La Table Ronde

Voilà, chers amis des Chemins de Shanti, ce que nous désirions vous offrir pour
vous accompagner dans ces moments particuliers. Nous espérons que vous y
trouverez ce qui vous permettra de garder, au long des jours, votre force intérieure.
Que le monde reste beau, que vos âmes restent ouvertes.

Prenons soin de nous et de tout ce qui est vivant autour de nous,
et tous ensemble, restons unis dans la paix.

Les Chemins de Shanti,

OM Shanti

