



*Pratiques Avancées de Yoga*  
*AYP-Advanced Yoga Practices*

Newsletter No. 27

*All self-inquiry teachings have one thing in common – they seek to dissolve the identification of awareness with objects of perception, including all thoughts, feelings and objects of the world. The goal of self-inquiry is to eliminate the bondage of "me and mine," as fabricated by the mind.*

*We all come at different stages of readiness to undertake this unwinding of the ego, as it has been called. In truth, it will not make any sense at all to most of us, until we have tasted the peace of inner silence within us. Then we know there is something more to us than the many props we have used to create our identity in the world – the identity that we all know will end as the body decays and dies. As soon as we have glimpsed the eternal within ourselves, it is a whole new ball game. There is something more than the limited and ever-grasping ego. To know it we must make a journey that encompasses heart, mind and body. Nothing less will do. (Yogani-lesson 327)*

Tous les enseignements sur la recherche du Soi ont une chose en commun : dissoudre l'identification de la conscience avec les objets de la perception, y compris les pensées, les émotions et les objets du monde. Le but est d'éliminer l'esclavage du « moi et du mien » fabriqué par le mental.

Quant à savoir si nous sommes prêts à nous défaire de notre égo, nous en sommes tous à des stades différents. En fait, pour la plus grande partie d'entre nous cela n'aura aucun sens tant que nous n'aurons pas goûté à la paix du silence intérieur. Alors nous saurons qu'il y a pour nous quelque chose de plus que toutes les béquilles dont nous nous sommes servis pour nous créer une identité en ce monde, identité que nous savons devoir finir quand le corps décline et meurt. Dès que nous avons eu un aperçu de l'éternité qui est en nous, c'est un jeu complètement nouveau

qui commence. Il y a quelque chose de plus que l'égo limité et perpétuellement avide. Pour le savoir, nous devons faire un voyage mettant en jeu le cœur, le mental et le corps. Rien ne se fera à moins.

Genève, le 3 octobre 2013

Bonjour à tous,

Les leçons 327 à 329 viennent d'être mises en ligne.

Après plusieurs mois où je me suis consacré à la traduction du livre sur le tantra qui devrait paraître, si tout va bien, début novembre 2013, j'ai repris la traduction des leçons.

Les leçons mises en ligne ce jour continuent l'étude de la recherche du Soi, de la non-dualité.

Pour bien les comprendre, il faut rappeler que Yogani fait une distinction fondamentale entre ce qu'il appelle une recherche relationnelle et une recherche non relationnelle.

La recherche non relationnelle est celle faite d'une façon purement intellectuelle en restant au niveau du mental, recherche qui reste stérile dans la mesure où ce que l'on recherche n'appartient pas au domaine du mental. La recherche relationnelle est celle faite à partir du silence intérieur, du témoin qui prend place progressivement à mesure que l'on avance dans la méditation, du témoin qui est là de toute éternité et qui se révèle peu à peu quand le mental se tait.

La leçon 328 sur les maîtres qui cueillent les fruits mûrs me fait penser à toutes ces histoires du folklore zen où un moine va voir son maître, reçoit un coup de bâton ou se voit donner un kôan complètement incompréhensible et obtient sur le champ l'illumination. Ces histoires nous laissent perplexes, car elles oublient souvent de mentionner que le moine a déjà passé 20, 30 ans ou plus en méditation. Le maître n'a plus eu qu'à donner un petit coup de pouce pour faire tomber le fruit !

Bonne lecture

Didier