



# LE POUVOIR INCONNU À DIEU

Mes expériences lors de l'éveil de l'énergie Kundalini

**COLONEL T SREENIVASULU**

Copyright ©2017 T Sreenivasulu

Tous droits réservés.

[www.sahajananda-ashram.com](http://www.sahajananda-ashram.com)

## *Dédicace*

Salutations à la femme qui parcourait demi-nue les rues de Srinagar  
il y a sept cents ans dans la vallée du Cachemire de l'Inde !  
Salutations au plus grand génie jamais produit par l'ancienne vallée  
du Shivaïsme ! Salutations au mendiant disparu dont les rites  
funèbres n'ont jamais été exécutés en raison du choc des  
revendications religieuses sur le corps ! Salutations à la quintessence  
de la féminité ! Obéissance à ce grand yogini Lalleshwari ! Ou Lal  
Ded ! Ou Lalla !



**Sa Sainteté Sri Swami Sahajananda Tirtha en 2009 à l'âge de 85 ans**

# Contenu

Salutations de l'auteur
Remerciements
Carte des itinéraires et lieux sous référence
Bénédictions de Sa Sainteté Sri Swāmi Sahajānanda Tīrtha
Introduction
Le yoga en bref
Sidha Mahā Yōga
Quatre chemins vers le système Grand Yōga
Énergie Kundalini
Shakthipāth
Brève histoire de l'ordre secret de Shakthipāth
Kriya
Manifestation structurée de l'énergie
L'éveil de l'énergie Kundalini
Manifestation de la Kriya
L'ascension de l'énergie le long du système céphalo-rachidien
Dynamique de l'énergie
Réactions spéciales dans le système céphalo-rachidien
Interface entre l'énergie et le praticien
La vie comme Kriya
Transformation de l'esprit
Guidage du Gourou lors de la pratique de Yōga
Dernier mot
Glossaire
Āshrams de l'ordre Shakthipāth
Ordre des moines de Shakthipāth

## *Salutations de l'auteur*

Mon illusion est cette Énergie ! Mon intelligence est cette Énergie !  
Mon égoïsme est cette Énergie ! Mon esprit est cette Énergie !  
Mon corps est cette Énergie ! Mon amour est cette Énergie !  
Ma colère est cette Énergie ! Ma fierté est cette Énergie !

Ma luxure est cette Énergie ! Ma cupidité est cette Énergie !  
Mon souffle est cette énergie ! Ma force de vie est cette Énergie !  
Ma vie est cette Énergie ! Mon rêve est cette Énergie !  
Mon sommeil est cette Énergie ! Mon humilité est cette Énergie !

L'espace est cette Énergie ! Le temps est cette Énergie !  
Ma salutation est cette Énergie !

La vérité absolue est cette Énergie !  
La conscience absolue est cette Énergie !  
Le bonheur absolu est cette Énergie !

Mystérieuse est cette Énergie !  
Inépuisable est cette Énergie !

C'est ce qu'on appelle l'Énergie Kundalini!  
Le pouvoir inconnu pour Dieu !

## *Remerciements*

Je serai toujours reconnaissant envers mon ami d'enfance, le Dr. VVSS Chandra Sekharam, et à son épouse Mme V Rajeshwari, dans la résidence desquels j'ai été initié à ce système de yôga !

Je voudrais également remercier mes collègues pratiquants, M. Kamal Kumar, M. Ravi Kumar Kousik et M. Ajay Hamsagar pour avoir édité les premières ébauches de ce livre et pour avoir effectué l'analyse de mon point de vue sur le yôga.

Je n'aurais jamais pu écrire ce livre sans les bénédictions de mon gourou, Sa Sainteté Sri Swami Sahajananda Tirtha ! Sa Sainteté surveillait sans cesse l'écriture de ce livre dès les premières étapes, de sorte que je ne m'éloigne pas du sujet du yôga.

Je suis reconnaissant envers les éditeurs qui ont assuré une édition, une mise en page, un design de couverture et une impression exhaustifs et de haute qualité.

J'aimerais remercier sincèrement la Direction de Intelligence Militaire (Armée indienne) pour m'avoir accordé l'autorisation nécessaire pour publier ce livre.

# Carte des itinéraires et lieux sous référence





## *Bénédictions de Sa Sainteté Sri Swami Sahajananda Tirtha*

Le chemin choisi par un être humain pour rencontrer le créateur est toujours unique à cet individu. Et la grâce de la Divinité Suprême est toujours présente, quel que soit le chemin parcouru.

L'idée de la Divinité est unique et différente pour chaque individu, car la nature de la connaissance terrestre possédée par chaque personne diffère. Permettez-moi d'illustrer avec quelques exemples pour que cette idée soit mieux comprise. Un individu peut adorer la Divinité comme un amant, comme un ami, comme un père, comme une mère, comme un fils, comme une fille, ou dans le cadre des paramètres de toute autre relation humaine terrestre.

L'idée peut également être appliquée à d'autres formes de relations humaines. Par exemple, une personne peut visualiser le Tout-Puissant ou la Divinité comme un ennemi qui doit être vaincu sur un champ de bataille, ou comme un génie militaire qui peut conquérir n'importe quel ennemi très facilement. De même, un individu peut visualiser la Divinité comme l'enseignant parfait qui peut transmettre la Connaissance Absolue. En outre, la Divinité peut également être visualisée dans les paramètres de diverses autres idées telles qu'un pouvoir suprême sans aucune forme ; ou comme un homme extrêmement beau, jeune et puissant ; ou comme la mère ou le père ou le frère miséricordieux. Cette liste

n'est en aucun cas exhaustive.

Il y a des milliards d'êtres humains vivant sur cette planète en ce moment. Des milliards ont disparu et des milliards vont naître. Et parmi ces milliards de personnes, l'idée de la Divinité sera toujours unique à chaque individu. La Divinité Suprême ou le Tout-Puissant déverse sa grâce exactement selon l'émotion ou le tempérament de chaque individu, de sorte que la personne est totalement satisfaite dans le Soi et à tel point que son esprit devient absolument tranquille. Au fur et à mesure que l'esprit devient tranquille, l'esprit qui habite dans le Soi aperçoit sa propre nature divine reflétée dans les eaux tranquilles de l'esprit. C'est l'objectif final de tous les systèmes yôga. Ce qui a lieu après cela est le dernier voyage vers la réalisation du Soi, un voyage ou, tout ensemble avec la Divinité suprême, l'individu doit se sentir concerné. Selon les textes yôga, ce salut final pour un être humain se déroule selon la volonté du Tout-Puissant car il ne reste plus de techniques yôga. Par conséquent, la soumission absolue de soi à Dieu est la seule option.

Le chemin que l'on choisit n'est qu'un moyen pour une fin - et la fin est Dieu. En raison du chemin unique choisi par une personne, les expériences rencontrées par la personne sur cette voie sont également uniques.

Cependant, chaque personne, bien qu'unique dans sa personnalité, présente des traits communs avec ses semblables. En conséquence, certaines expériences sur le chemin vers l'immortalité semblent également être communes.

Sur la base de ces expériences communes, différents systèmes et philosophies yoga qui conviennent à différents types de personnes ont été développés, selon leur tempérament. Par conséquent, un système yôga, une philosophie ou une autre chose n'est qu'un moyen pour atteindre une fin, qui est Dieu !

Le seul but de l'existence humaine est de rejoindre l'esprit ou l'âme individuelle avec l'âme universelle, ou Dieu. Selon les textes yôga, le mécanisme cosmique unique nécessaire n'a été fourni que dans le corps humain.

L'existence du cosmos ou du monde autour d'un être humain est de nature illusoire. C'est comme un film projeté sur un écran. Cette prise de conscience vient à une personne progressivement, après une période prolongée de pratique du yôga, couplée avec les bénédictions d'un professeur auto-réalisé vénérable ou d'un gourou. Ce processus de réalisation de soi peut se produire dans

l'esprit humain. Une fois que la réalisation de soi s'est produite, l'esprit qui habite dans le Soi d'une personne se rend compte de sa nature divine !

En bref, une personne devient capable d'exercer un contrôle surnaturel sur les forces physiques et psychiques qui existent dans le cosmos, si elle le désire. Cependant, comme la nature de l'existence elle-même est illusoire, cette nécessité peut ne pas se produire. En outre, l'individu auto-réalisé ne se considère plus comme une personne ayant une existence distincte de l'âme universelle ou de Dieu.

Il ne reste rien de significatif à faire pour un être humain dans ce monde que de lutter pour la réalisation de soi. Si un être humain a une autre idée de la « vie », ce n'est qu'en raison de son ignorance. Par conséquent, le processus de réalisation de soi est unique dans le sens où il est la seule chose naturelle à atteindre. La Divinité ou le Suprême Tout-Puissant a assuré un moyen de sortir de la nature illusoire de la réalité pour l'être humain en assurant le mécanisme biologique nécessaire à l'intérieur du corps humain. On peut l'appeler mécanisme cosmique ou mécanisme de la volonté Divine.

Cependant, ce changement vers la focalisation sur le monde intérieur ne se produit normalement que lorsqu'on reçoit des coups ou des secousses dans sa vie sous la forme de problèmes mondiaux. En fait, sur la base des actions passées d'une personne, le monde lui-même récompense ou conspire à récompenser la personne en créant des problèmes mondains, afin que ce changement vers la focalisation sur le monde intérieur se produise.

Tout individu qui rêve d'un idéal noble dans la vie pour poursuivre le chemin spirituel, doit subir quelques coups dans sa vie quotidienne. Évidemment, aucun être humain n'aime cette idée désagréable. Tout le monde veut atteindre l'état de réalisation de soi sous les conditions d'une vie facile et heureuse. Si la vie était si heureuse et bienheureuse, qui voudrait la quitter et poursuivre quelque chose d'inconnue ? Pour qu'un individu détourne son attention de sa vie externe et tourne celle-ci vers l'intérieur, il faut que quelque chose se produise extérieurement dans sa vie quotidienne, ce qui l'obligera à le faire. C'est la pilule amère qui doit être avalée par un individu avant que le processus de réconciliation avec la Divinité puisse commencer.

Bénies en effet sont ces âmes qui ont avalé cette goutte d'ambrosie déguisée en pilule amère. Du point de vue terrestre,

quand une personne ne réussit pas dans la vie - que ce soit financièrement ou professionnellement ou de toute autre manière - la personne est traitée par la société comme un échec. En fait, même l'individu perd confiance en soi en raison de sa vie « ratée ». En outre, une personne peut faire face à plusieurs autres problèmes comme la perte de proches et d'êtres chers, la perte des richesses, etc. Tout événement majeur qui se produit dans la vie d'une personne peut être classée comme faisant partie de cette proverbiale pilule amère.

Cependant, à ce moment crucial, si l'accent est mis à l'intérieur, on peut dire que l'individu a réussi à diriger le vent dans la bonne direction. Cela ne signifie pas qu'il ou elle essaie de corriger ses erreurs dans le monde extérieur illusoire en essayant de réussir encore une fois sur le plan financier ou professionnel. Si tel est le cas, la focalisation n'a pas changé du tout ! L'accent doit être mis vers le Divin, qui est présent dans le Soi. Une fois que l'individu est capable de faire la réalisation de soi, il ou elle aura tout le pouvoir d'exercer un contrôle complet sur le phénomène physique et psychique qui existe dans le monde extérieur illusoire. En conséquence, les petits problèmes terrestres qui ont été conçus autrefois comme des pilules amères ne le concerneront plus maintenant. En fait, l'individu sera capable de voir que ces mêmes pilules amères l'ont amené à réaliser quelque chose de bien plus extraordinaire ! Par conséquent, une telle personne qui a réussi à transformer l'échec en un grand succès est vraiment bénie !

Chaque mère, elle aussi, fait face à ce problème en administrant des médicaments à son enfant quand il tombe malade. La pilule doit être enrobée de sucre. Sinon, le bébé créera un chaos pour l'éviter. Avec une pilule enrobée de sucre, le bébé ne sait même pas ce qu'il a consommé : le bébé reste heureux tandis que la maladie est guérie. De même, tout esprit ou âme individuel est affligé d'une maladie connue sous le nom de nescience ou d'ignorance du Soi divin. Cependant, c'est la force primordiale suprême ou la Divinité ou Dieu ou le Tout-Puissant qui sait le mieux administrer la dose de médicament requise à une personne.

L'éveil de l'énergie kundalini entraîne un impact profond sur l'esprit. Il augmente l'équilibre de l'esprit à un degré très élevé chez un praticien de yôga. En outre, cela accroît également la prise de conscience de l'esprit d'une manière très approfondie.

Ce qui arrive à un praticien de yôga après l'éveil de l'énergie

kundalini a été très clairement expliqué par l'auteur. Bien qu'il s'agisse d'un processus très complexe, l'auteur a effectivement réussi à présenter les idées relatives aux réactions qui se produisent dans le corps, l'esprit et aussi dans la vie quotidienne externe. Ces idées ne sont pas une simple théorie, et sont soutenues par ses propres expériences directes.

Ce livre n'est pas un débat académique sur les Écritures, les philosophies et les doctrines. Il est principalement basé sur une expérience directe. D'une façon ou d'une autre, l'auteur a réussi à préciser les réponses à certaines des questions profondes auxquelles l'humanité fait face.

Que les traditions yôga aient été violées ou non en décrivant les expériences personnelles, c'est une affaire privée. Du moins, cela n'a aucun impact négatif sur l'humanité. Par conséquent, il n'y a aucune critique possible à ce sujet. Ce livre a été écrit uniquement d'un point de vue altruiste.

Plusieurs fois, l'auteur m'a renvoyé le manuscrit en raison de craintes inhérentes à la validité de la théorie et de l'authenticité des expériences. Dans ce cas, je voudrais dire une seule chose. La force primordiale suprême en sait plus sur chaque vibration dans le cosmos, car elle est la vibration même.

Permettez-moi de dire encore une fois que ce livre n'est pas destiné au divertissement intellectuel. C'est une vibration de la force primordiale. L'auteur n'a agi que comme moyen par lequel une idée a été exprimée ou manifestée

Il n'y a rien de nouveau en tant que tel écrit par l'auteur dans ce livre. Cependant, ce qui le rend intéressant, c'est la manière dont l'auteur a réussi à présenter des vérités anciennes.

Si j'ai bien compris, l'auteur a écrit ce livre pendant des moments d'inspiration. Étant donné qu'il a été écrit pendant des moments d'inspiration, ce n'est pas l'auteur qui a écrit ce livre. Au contraire, les mots sont la manifestation même de la force primordiale suprême.

Que ce livre coupe les nœuds de l'engouement et brûle le gigantesque tas d'ignorance qui existe dans l'esprit d'un praticien de yôga.

Puisse-t-il apporter le premier rayon de lumière et rester une lueur d'espoir pour l'esprit enthousiaste de tous les lecteurs !

**- Sri Swami Sahajananda Tirtha**

## *Introduction*

Au cours des 2 500 dernières années, l'espèce humaine a connu des changements importants. Dans ce cas, je ne parle pas d'événements historiques liés aux changements socioéconomiques, mais plutôt des différentes réalités auxquelles l'espèce humaine a été confrontée.

Tous les lecteurs doivent savoir que certaines des religions qui existent aujourd'hui n'étaient pas pratiquées avant l'avènement de l'ère chrétienne. De même, de nombreuses religions sont apparues après l'ère chrétienne. Par conséquent, la perspective religieuse de l'espèce humaine dans certaines parties du monde a connu des changements majeurs. En outre, les idées à propos du fait de que la Terre se trouvait au centre de l'univers étaient en vogue à l'époque d'Aristote et de Platon. Plus tard, ces idées ont changé, du temps de Copernic et de Galilée. Une nouvelle idée s'est établie, et les gens ont finalement pris conscience de que la Terre n'était pas au centre de l'univers, et que toutes les planètes tournaient autour du Soleil. De plus, à l'époque de Newton, l'univers était conçu comme un modèle mécanique. A partir du modèle mécanique de l'ère newtonienne, la réalité de l'univers est devenue mathématique par nature, basée sur les théories d'Einstein et aussi sur la théorie de la mécanique quantique. Ainsi, les idées sur notre univers ou la réalité dans laquelle les humains existent n'ont jamais été constantes. C'est la raison pour laquelle ce livre aborde brièvement certaines des questions relatives aux croyances religieuses de l'humanité, aux

attitudes philosophiques, aux percées scientifiques et enfin à la quête de la paix.

En tant que lecteur du 21ème siècle, vous devez être familier avec les différentes religions qui ont existé au long de ces 2 500 dernières années. La plupart des religions qui existent aujourd'hui dans le monde ont eu leur origine pendant cette période. La seule exception à cet égard est probablement l'hindouisme : son origine ne peut être datée, en raison du manque de preuves historiques documentées. Il n'est même pas possible d'estimer quand la pratique de l'hindouisme a commencé.

On peut en dire autant des divers systèmes philosophiques qui ont été développés à la fois dans l'Ouest et dans l'Est. Encore une fois, il est difficile de déterminer quand certains systèmes indiens de philosophie ont été créés, à cause du manque de preuves historiques enregistrées.

L'espèce humaine existe depuis beaucoup plus de 2 500 ans. Bien que nous ne connaissions pas grand-chose sur les millénaires précédant cette période, nous pouvons supposer que diverses civilisations ont existé dans diverses régions de la Terre, au fil du temps. Peut-être, ces civilisations ont suivi des systèmes religieux inconnus ou étaient fondées sur des croyances philosophiques inconnues.

Étant donné que l'histoire enregistrée remonte à seulement 2 500 ans, je me concentrerai uniquement sur cette période, dans un objectif d'illustration générale.

Outre les différents philosophies et systèmes religieux, l'enquête scientifique moderne, elle aussi, doit son origine à cette période. Les différents concepts d'Aristote, de Copernic, de Galilée, de Newton et d'Einstein ont tous été développés pendant cette période.

Enfin, parlons de la paix, qui est une nécessité fondamentale. Je n'ai pas besoin de beaucoup approfondir à ce sujet, compte tenu de la quantité de sang humain qui a été versée au cours des 2 500 dernières années.

Comment juger de la bienveillance d'une religion, d'une philosophie, d'une science ou d'une autre idée, quelle que soit la grandeur de l'être humain, si elle n'apporte pas une paix et un bonheur durables ? Par conséquent, il est logique que toute religion, philosophie ou science, en tant que telle, ait été développée par l'espèce humaine dans la poursuite de la paix, qui

est la véritable nature de l'être humain ou de l'esprit. La distinction entre la religion, la philosophie et la science est aussi superficielle que la conception de la religion par l'espèce humaine.

Les systèmes religieux, les civilisations, les philosophies et les idées scientifiques vont et viennent. Rien ne dure éternellement. C'est à une paix durable que l'être humain a le droit fondamental, et ce livre se concentre uniquement sur cet aspect.

D'une manière ou d'une autre, par tous les moyens, tout le monde devrait viser à plonger dans cet état de paix durable et marcher vers l'immortalité, qui est le havre de paix pour tous les humains.

C'est ce qu'on appelle yôga ! La façon dont il est accompli, voilà le but de ce livre. Permettez-moi maintenant de me concentrer sur le thème principal de mon livre.

Tout le cosmos est imprégné d'énergie. Même la science moderne accepte cette présence omniprésente. Cependant, la définition d'énergie a été comprise par les êtres humains dans les limites étroites de notre intellect et du vocabulaire terrestre. L'existence des humains en isolement, loin de l'énergie omniprésente, n'est pas possible, même dans la perspective de la logique terrestre. Cependant, l'égo des humains ne permet à personne d'accepter cet état de fait. J'ai approfondi sur ce sujet de façon adéquate dans l'un des chapitres.

L'intellect humain lui-même fait partie de cette énergie, qui est présente partout. La science a laissé passer cet aspect crucial, laissant à la philosophie et à la religion le soin de réfléchir. La science ne considère même pas le sujet de la psychologie dans sa portée. Cependant, sa quête d'une grande théorie unifiée contraste fortement avec son approche. Comment un sujet peut-il trouver une théorie unifiée du monde objectif dans un mode autonome lorsque le soi ou le sujet est également une partie intégrante du monde.

Voici l'erreur fondamentale qui s'est produite.

La science s'est déplacée sur un chemin différent et dans les profondeurs inconnues de l'espace et du temps. Elle a été captivée par la théorie des trous noirs et le point de singularité.

La conclusion de la science sur l'origine de l'univers et son destin ultime est généralement la même que celle indiquée dans les anciens textes de yoga.

Permettez-moi d'essayer de l'expliquer en quelques mots.



L'énergie primordiale, issue de l'entité inconnue appelée Dieu ou la Divinité suprême, se manifeste comme le cosmos. On peut parler de cette origine comme du Big Bang ou du début de la création, ou utiliser toute autre terminologie que l'on veut. Je ne suis pas un savant qui a maîtrisé l'art de la logique avec le vocabulaire terrestre. De même, je ne suis pas un scientifique qui possède la connaissance de la précision mathématique et qui peut expliquer le point de singularité. Vivant à l'ère des trous noirs et de la relativité, chacun doit être conscient du fait que même les piliers de la physique théorique moderne ne sont pas cohérents. D'après ma connaissance limitée de la science moderne, la théorie de la relativité et la mécanique quantique se contredisent. Alors, aucun effort de ce genre n'a été fait dans ce livre pour démolir les beaux édifices philosophiques et rationnels de l'univers. Ainsi, je demande le pardon des philosophes et des partisans de la physique théorique si mon humble livre semble être contradictoire de quelque façon que ce soit.

Cependant, tout ce que je souhaite transmettre aux lecteurs, c'est l'idée que l'énergie cosmique ou le cosmos incluent les êtres humains et leur intellect. Un être humain n'existe pas séparément de l'énergie cosmique.

De ce fait, comment l'intellect humain, qui est un produit de l'énergie primordiale dans la forme plus grossière de manifestation, comprend-il la forme la plus fine de cette énergie ? Comme je l'ai développé ultérieurement dans ce livre, cette énergie sous sa forme primordiale est consciente et puissante comme la Divinité Suprême. L'énergie est le Tout-Puissant ou le soi d'une personne. J'ai approfondi sur ce sujet de manière adéquate dans le livre.

Néanmoins, l'intellect humain est la forme la plus immédiate et grossière de l'énergie primordiale, mais est teintée de la couleur de l'égoïsme ou du principe «I-ness». L'idée d'une existence distincte, loin du reste de l'humanité et du Tout-puissant ou de la Divinité, vient de l'ego. L'esprit qui habite dans le corps humain est pris au piège, et trompé en croyant cela par le pouvoir cosmique suprême, qui est responsable de la création de cette illusion cosmique. Je l'ai expliqué de manière détaillée dans l'un des chapitres. Cela dit, l'intellect humain peut être classé comme la première création ou la première chose créée dans ce monde illusoire. Pour cette raison, jusqu'à un certain point, il peut tout comprendre sur le cosmos. En conséquence, un respect adéquat a été accordé à cette forme

grossière de l'énergie primordiale dans les textes yôga. En fait, c'est la forme créatrice de l'énergie primordiale.

Cependant, ce n'est pas Dieu ou le Tout-Puissant !

Par la suite, cette énergie prend la forme grossière suivante et se manifeste comme l'esprit et les cinq sens. Ici, le libre-arbitre est également exercée.

A partir de l'esprit, l'énergie assume diverses formes subtiles de forces de vie. Enfin, ce sont ces forces de vie qui se manifestent comme le corps humain grossier composé de chair, de sang et d'os. J'ai très brièvement développé la manifestation structurée de l'énergie en forme humaine dans l'un des chapitres.

Une fois la création terminée au niveau individuel, la balance de l'énergie dans le corps humain est concentrée et située à mi-chemin entre l'anus et la région génitale. L'énergie continue ensuite à projeter et à soutenir une sorte de monde illusoire sur le psychisme d'une personne à travers le système céphalo-rachidien.

Une création parallèle similaire a lieu au niveau collectif de l'humanité. Je l'ai expliqué dans un des chapitres.

L'énergie d'un individu est en fait un modèle miniature du cosmos. Pour le dire d'une autre manière, une personne doit se rendre compte du soi afin de comprendre la vraie nature de cette énergie. Le soi et l'énergie sont la même chose.

Par conséquent, il n'est pas nécessaire de se concentrer vers l'extérieur dans l'espace profond afin de comprendre l'origine de l'univers. Toutes les forces qui existent dans l'univers existent également dans le soi d'une personne ! Tout de même, pour que ce processus de réalisation de soi se produise, l'esprit lui-même doit devenir l'observateur, l'objet de l'observation, et aussi le laboratoire.

En outre, comme la tâche consistant à comprendre la forme plus fine de l'énergie primordiale n'est techniquement pas possible pour l'intellect humain, la forme primordiale même, doit révéler sa véritable nature à la personne, dans les étapes avancées de la pratique yôga. L'intellect humain n'est qu'une forme d'énergie. C'est en fait l'état le plus grossier de l'énergie primordiale puisqu'il commence à se manifester dans la forme humaine et crée simultanément un monde d'illusion. Par conséquent, l'intellect ne peut pas comprendre la véritable nature de l'énergie primordiale grâce à son propre effort. Lorsque l'esprit est dans un état tranquille, dépourvu de toute modification, l'intellect se rend entièrement sans exercer sa fonction naturelle de discrimination. La

Divinité ou l'énergie suprême dans sa forme primordiale révèle sa nature véritable, qui a jusqu'ici été dans un état d'ignorance et qui est également consacré dans le soi d'une personne. Il ressemble à une gemme qui révèle sa splendeur après la suppression de la saleté.

Ce processus d'auto-réalisation s'appelle yôga.

Pour que ce genre de processus divin débute, un enseignant ou un gourou vénérable lui-même et auto-illuminé doit aider l'individu en manipulant la force primordiale en lui. Ce faisant, il le met en mode inverse, provoquant l'involution ou la destruction de la psyché, ce qui se traduit par la réalisation du soi.

L'énergie primordiale dans son mode destructeur efface complètement l'ego chez une personne, avec toutes ses émotions. Il révèle aussi sa vraie nature. J'ai développé très brièvement la manifestation structurée de l'énergie en forme humaine dans l'un des chapitres, car il n'est pas possible d'entrer dans les subtilités de ce sujet très complexe dans le cadre de ce livre.

Au fur et à mesure que le premier rayon de Connaissance Absolue commence à apparaître chez une personne, la distinction entre religion, philosophie et science commence à se brouiller. Les lois de la physique se dissolvent (ou ne sont plus applicables), tout comme elles le font dans un trou noir au point de singularité. Cela signifie que toutes les lois qui régissent le grand univers physique - en raison de quoi l'esprit infini consacré dans le soi pense que ce n'est qu'un être humain - commencent à perdre leur pouvoir de lier l'esprit. Le même phénomène se déroule généralement dans un trou noir, d'après ma connaissance limitée de la science moderne.

Les diverses lois de la science, qui régissent l'univers, ne s'appliquent plus lorsqu'une étoile ou une galaxie s'effondre jusqu'à un point de singularité dans un trou noir. D'où cette comparaison, qui a été faite en raison du facteur commun de la dégradation des lois de la science. Subséquemment, même les lois du yoga doivent se décomposer pour que la connaissance absolue apparaisse. C'est un état spirituel très élevé dans lequel les puissances surnaturelles cessent de se manifester pour un yôgi. Croyez-moi alors que je mets tout mon cœur sur ce document, l'espèce humaine peut théoriquement ne jamais comprendre le point où les lois de Yôga entrent en crise. C'est lorsque cette rupture survient que la réalisation de soi se produit, et la réalisation de soi ne se produit que par la volonté de la Divinité suprême. Selon les anciens textes

en sanskrit, il y a eu de nombreuses occasions où un yôgi est tombé, même d'un très haut état spirituel, en raison du mauvais usage des pouvoirs surnaturels.

Au fur et à mesure que l'esprit s'installe dans un état de tranquillité dépourvu de toute modification, la personne sent l'esprit s'effondrer vers l'intérieur, tout comme cela se produirait dans un trou noir vers un système d'étoiles ou une galaxie alors qu'il s'effondrait jusqu'à un point de singularité, comme mentionné ci-dessus.

Cependant, il existe un facteur commun dans ces deux cas. Les lois de la science qui régissent l'univers physique ne s'appliquent plus. C'est pour cette raison qu'un yôgi n'est pas lié par les lois de la science !

Alors que le processus d'involution de l'énergie cosmique se produit dans le système céphalo-rachidien d'une personne, elle rencontre de nombreuses réactions. Ces réactions sont à la fois physiques et mentales, et concernent aussi la vie quotidienne externe. Par conséquent, ce n'est pas une simple théorie qui est discutée dans ce livre.

Plutôt, la théorie est discutée en même temps que l'expérience personnelle directe.

Le titre du livre a été choisi à bon escient. Comme illustré dans de nombreux textes sanskrits, même les célestes ou dieux devront naître en tant qu'êtres humains pour leur salut final.

Le genre de littérature présentée dans ce livre est généralement difficile à trouver.

Les expériences personnelles lors de l'éveil de la kundalini ou de l'énergie cosmique ne sont pas censées d'être révélées au public en général, selon les traditions yôga, car elles nuisent au praticien d'un point de vue spirituel.

Cependant, la tradition a été violée purement d'un point de vue altruiste afin que les pratiquants ne se perdent pas au cours de la pratique de yôga, lorsque des réactions inexplicables et irrationnelles se développent dans leurs corps, leurs esprits et leur vie quotidienne.

En outre, j'ai aussi l'intention d'informer le lecteur que des expériences inexplicables et irrationnelles (dans le contexte de la science moderne) se produisent effectivement dans la réalité et ne se limitent pas aux seules écritures, aux spéculations et aux débats académiques.

Ce livre a été écrit principalement pour le bénéfice des praticiens de Sidha Mahā Yôga, un système yôga pratiqué par l'Ordre secrète de Shakthipāth. Tout de même, il sera également d'une grande aide pour ceux qui pratiquent tous les autres systèmes yôga, car l'éveil de l'énergie kundalini est commun dans tous ces systèmes.

Pour cette raison, ce livre peut être lu par toute personne qui pratique tout type de système yôga. Il peut servir de guide de référence pratique. Il peut fournir des réponses à une grande variété de questions relatives au yôga en général.

De même, le livre peut également être lu par des lecteurs non spécialistes puisque le sujet traité est l'essence même de la vie. La bonne inspiration peut modifier radicalement le cours de la vie d'une manière positive !

Un lecteur non spécialiste peut ne pas comprendre complètement le sujet. Cependant, cela pourrait susciter chez lui un peu d'intérêt et l'inciter à se diriger dans la bonne direction. J'ai brièvement inclus quelques chapitres sur le sujet, pour le bénéfice d'un lecteur ordinaire, avant de raconter mes propres expériences.

Si un seul lecteur est suffisamment inspiré pour aller dans la bonne direction, je considérerai que mon effort pour écrire ce livre n'a pas été en vain.

Avec humble obéissance à mon gourou, Sa Sainteté Swami Sahajananda Tīrtha, j'apprécie l'inspiration du lecteur vers la bonne direction dans la poursuite du Divin !

**- Auteur**

## *Le yôga, en bref*

La vérité absolue qui est présente dans le cosmos, ou cet univers visible et au-delà, est la Divinité suprême!

Toute religion a insisté sur cette grande vérité depuis l'aube de la civilisation. Cependant, les religions terrestres semblent différer sur la façon d'exposer cette grande vérité, même si le substrat de chaque religion est la même Divinité. Tout comme un être humain n'est pas biologiquement différent d'un être humain d'une autre race, de la même manière une philosophie, une idée ou une doctrine relative à la Divinité dans le Soi ne peuvent pas être drastiquement différentes de ce que ses semblables expérimentent honnêtement. Au niveau fondamental, il subsiste une unité sous-jacente dans toute les expériences, bien que la perception superficielle de chaque être humain semble différer de celle des autres dans le contexte de sa compréhension de la réalité ou de la divinité.

Même les langues construites par les êtres humains - pour communiquer entre eux - n'ont pas beaucoup de points communs. Il n'est pas étonnant que l'espèce humaine ne montre aucune cohérence dans la compréhension de la religion !

Peut-être la genèse même du conflit entre les religions réside dans la diversité des langues.

La science moderne, en ce qui concerne sa réussite, peut être considérée comme créant une sorte d'unité en ce qui concerne la compréhension de l'univers. Pourtant, cette compréhension

scientifique seule n'a pas été suffisante pour assurer la paix et l'harmonie sur la planète. L'espèce humaine continue à être incapable de comprendre la futilité des combats au nom des religions, et les conflits se poursuivent comme toujours. La fusion entre les religions du monde, les philosophies, les doctrines, les dogmes, et aussi la science peut ne pas être la condition nécessaire à la paix et au bonheur durables.

Alors, quelle est la solution ?

La manifestation directe de la Divinité sur Terre assurerait-elle la promulgation directe de la paix et de l'harmonie sur la planète ?

La Divinité ne s'est-elle pas manifestée à plusieurs reprises dans diverses parties de la planète sous la forme de diverses incarnations divines telles que Rama, Krishna, Bouddha, Jésus, Allah ?

Qu'est-il arrivé par suite de ces incarnations ?

L'espèce humaine est-elle plus heureuse que dans le passé, malgré la présence directe de ces incarnations divines ?

La réponse est non. En fait, elle est devenue encore plus malheureuse.

La Divinité suprême a été divisée en différents noms et formes par les êtres humains au nom de diverses religions.

Il est important de se souvenir que l'esprit infini consacré dans le corps humain et l'esprit qui imprègne le cosmos, ne sont pas distincts l'un de l'autre.

La Divinité ne peut pas être décomposée !

Les différents systèmes religieux qui existent dans le monde d'aujourd'hui, constituent autant de chemins différents menant au même sommet de la montagne : celui de la Divinité suprême.

Par conséquent, on peut dire qu'un système religieux particulier est suprême et qu'il est le seul chemin véritable vers le haut, ou on peut dire que tous les systèmes religieux sont des chemins différents menant vers la même destination.

On peut soutenir que non seulement les deux points de vue sont vrais, mais qu'il n'y a pas non plus de différence entre eux. Ils signifient la même chose.

A ce sujet, les lecteurs pourraient se demander comment quelqu'un qui pratique un système religieux particulier peut affirmer que son chemin est le seul chemin véritable ?

On peut y répondre en utilisant l'analogie suivante.

Pour un grimpeur de montagne, ce qui compte le plus, c'est atteindre le sommet. Étant donné que c'est l'objectif final ce qui

compte (atteindre le sommet de la montagne), les moyens employés ou le chemin choisi pour y arriver se révèlent être le chemin ou le bon chemin en raison du fait qu'il a conduit correctement la personne au sommet de la montagne. Par conséquent, la personne a tout le droit d'affirmer que son chemin est le meilleur ou le seul chemin véritable. Il n'y a rien de mauvais dans cette revendication. La même logique s'applique à toutes les autres personnes qui arrivent au sommet de la montagne par différents chemins.

Tous deux qui se trouvent au sommet de la montagne peuvent affirmer que leur chemin respectif est le bon. C'est en effet une grande vérité proclamée par la personne qui se trouve à une hauteur si élevée. Personne n'est suffisamment capable de questionner un autre pour ce motif.

Cependant, ce n'est pas la même chose quand les gens commencent à dire que leurs chemins respectifs sont les meilleurs, sans avoir atteint l'état de réalisation de soi. Ils ne peuvent pas faire cette affirmation en essayant de grimper sur la même montagne car ils n'ont aucune connaissance directe du sommet. Toutes leurs connaissances proviennent des Écritures. Elle est basée sur ce qui leur a été transmis par leurs systèmes religieux (proclamés par ceux qui avaient atteint le sommet de la montagne plus tôt).

Personne dans ce monde ne peut vraiment soutenir qu'il ou elle appartient à un système religieux particulier simplement parce qu'il ou elle le pratique. De cette façon, n'importe qui peut mettre le vêtement d'un nouveau système religieux en subissant les rituels extérieurs requis pour la conversion religieuse.

De même, personne ne peut réellement affirmer appartenir à une religion particulière en vertu de sa naissance, sous prétexte que leurs parents pratiquent ce système religieux. Si un couple appartenant à différents systèmes religieux devait se marier, comment décideraient-ils quel système religieux imposer à leurs enfants ? Les enfants n'ont-ils pas le droit original et indépendant d'appartenir au système religieux particulier de leur choix ?

Voilà pourquoi l'étiquette d'une religion ne peut pas être vraiment apposée sur une personne en vertu de sa naissance ou de sa pratique religieuse.

Je n'essaie pas de dire qu'il ne faut pas épouser quelqu'un qui pratique un autre système religieux ou qu'il ne faut pas se convertir à un autre système religieux. Tout ce que je veux dire, c'est qu'une



personne ne peut réellement déclarer qu'il ou elle appartient à un système religieux qu'après s'être réalisé par un chemin choisi. Il est important de se concentrer sur l'objectif final et de ne pas se battre pour la suprématie des moyens employés.

Permettez-moi d'assurer au lecteur que la futilité des combats au nom de la religion se réalise bien avant de terminer la première étape vers l'objectif de réalisation de soi.

Le fractionnement de la Divinité au nom de diverses religions semble être un acte conscient de la même Divinité. Peut-être la Divinité s'est-elle manifestée dans différentes régions de la Terre de temps à autre, afin de satisfaire les différents groupes de l'espèce humaine (basés sur des conditions sociales différentes), qui ont également été créés par la Divinité elle-même.

Cependant, les personnes appartenant à chaque religion continuent d'essayer de prouver leur suprématie sur les autres. Par conséquent, nous voyons tellement de conflits au nom de la religion !

Peut-être, certaines parties de l'espèce humaine pourraient affirmer qu'elles sont plus heureuses, et, par conséquent, qu'il n'y a pas besoin de nouvelles idées concernant la Divinité. Ils sont vraiment bénis s'il existe une part de vérité dans leur affirmation.

Dans les temps modernes, le Tout-Puissant ou la Divinité Suprême est commercialisé partout dans le monde. Peu importe qu'il y ait une part de vérité ou non dans les affirmations des gens sur l'expérience directe de la Divinité. Puisque la création elle-même est d'une nature illusoire, la Divinité elle-même est comprise dans le même ton.

Cette dégénérescence si importante a eu lieu à partir des grandes traditions de yôga.

Quelle est la solution ?

La solution réside dans l'esprit humain.

C'est la manifestation de la Divinité dans le Soi.

Vous pouvez appeler cela réalisation du soi, ou expérience directe de la Divinité, ou salut, ou grâce divine, ou une autre chose. Cependant, ce sont des affaires strictement privées.

Bien que l'éclat spirituel d'une personne ait un impact direct (limité) sur le reste de l'humanité, le bénéfique de la réalisation du soi est strictement personnel.

Néanmoins, tout comme une lampe qui peut allumer un million de lampes sans perdre son éclat originel, une personne éclairée

pourrait enflammer une étincelle dans des millions d'esprits. Mais, pour qu'une personne atteigne le salut final, la Divinité doit se manifester seule dans le Soi.

Le mécanisme de manifestation de la Divinité dans le Soi est ce qu'on appelle yôga. Une fois que la Divinité se manifeste au sein d'un être humain, la fusion avec le Tout-Puissant ou la Divinité est simultanément affectée. La réalisation de soi dans une personne qui n'est pas séparée de la Divinité conduit à cet état final.

En outre, tous les textes yôga se concentrent sur le fait que tout être humain est fondamentalement un modèle miniature de la Divinité ou du Tout-Puissant.

Le seul moyen pour une personne d'atteindre la paix et le bonheur durables est à travers la réalisation de soi, car elle leur révèle que leur véritable nature est celle de la Divinité.

Seul un être humain auto-illuminé peut être utile à l'humanité. Bien que la personne ait réussi à enflammer un esprit ou un million d'esprits, une paix et un bonheur durables à toute mesure peuvent être transmis à l'espèce humaine uniquement par un être humain auto-éclairé. Une telle personne peut être appelée un saint, un sage ou un gourou, ou un professeur vénérable, ou par n'importe quel nom que l'on désire. Ce n'est pas le nom qui compte, mais le fait que la personne doit être auto-illuminée.

La première étape fondamentale vers la réalisation de soi pour tout être humain, c'est de faire allumer l'étincelle en eux par un professeur vénérable, qui lui-même est auto-illuminé. Une personne qui est elle-même dans les ténèbres ne peut pas conduire d'autres personnes qui sont également dans l'obscurité.

Après cet allumage initial de l'étincelle chez une personne, la personne concernée doit manifester la Divinité dans le Soi, seule, sans aucune aide extérieure. Puisque la Divinité est consacrée dans le Soi de tous les êtres humains, il n'y a pas besoin d'aide extérieure. Seul l'allumage initial est requis et, bien sûr, la supervision directe jusqu'à un certain point, jusqu'à ce que le bébé apprenne à marcher sans trotteur.

Je vais ensuite approfondir sur cette idée de "trotteur" dans les chapitres ultérieurs.

Le cosmos (qui comprend les êtres humains) est la manifestation la plus grande de l'énergie primordiale de Dieu. On peut dire que le Divin se manifeste comme le cosmos, ou comme cet univers visible et au-delà tout en l'imprégnant simultanément.

En ce qui concerne les êtres humains, la même Divinité est consacrée dans le Soi et se manifeste sous la forme du corps humain. Comme conséquence il existe deux créations parallèles apparentes. L'une est au niveau collectif de l'humanité et l'autre est au niveau individuel.

Je vais ensuite expliquer cela.

Ce n'est que l'énergie cosmique divine ou suprême qui existe, et rien d'autre. De ce fait, l'objectif principal de ce livre est le concept de l'auto-soumission à la Divinité suprême ou la manifestation de la Divinité dans le Soi. C'est la même chose.

La Divinité suprême est cette énergie même, et cette énergie est aussi Dieu.

L'énergie suprême se manifeste comme le cosmos visible et au-delà, et comme la conscience collective de l'humanité. Cependant, cette énergie (après la création de l'espèce humaine, ou après le Divin s'est manifesté sous la forme humaine), est restée dormante, et se situe quelque part au fond du vaste et infini cosmos. Il n'est peut-être pas théoriquement possible de déterminer l'emplacement exact de cette énergie dans le cosmos. L'énergie doit le révéler elle-même. Elle existe sous une forme qui ne peut pas être comprise par l'intellect humain. Pourtant, un yôgi qui en est aux étapes avancées de la pratique yôga est capable de comprendre cette énergie. L'énergie dormante continue à projeter et à soutenir un monde d'illusion en ce qui concerne la conscience collective de l'humanité.

Ainsi, l'énergie primordiale de Dieu, après s'être manifestée en corps humain au niveau individuel, reste en sommeil et est située à la base du système céphalo-rachidien, c'est-à-dire, à mi-chemin entre l'anus et la région génitale. Cependant, il continue de projeter et de soutenir un monde d'illusion dans la psyché de l'individu.

L'énergie (qui s'est manifestée sous la forme du corps humain), lorsqu'elle est manipulée par un professeur vénérable auto-éclairé ou un gourou, se transforme en mode inversé, provoquant ainsi l'involution ou la destruction de la psyché. La création au niveau individuel est défaite pour que la personne devienne illuminée et fusionne avec le Divin.

À ce sujet, le lecteur pourrait se demander s'il est théoriquement possible pour toute l'humanité de réaliser simultanément l'état de réalisation de soi. Selon les anciens textes en sanskrit, la création (au niveau collectif) est défaite par Dieu de temps en temps à la fin

de chaque époque. Ici, j'aimerais informer le lecteur de la nature cyclique de la création. Selon les anciens textes en sanskrit, la création (au niveau collectif de l'espèce humaine) est provoquée de temps à autre par le Tout-Puissant.

Ce que je vais dire sur ce sujet, c'est simplement mon opinion personnelle. Je ne suis pas assez informé pour commenter à propos d'une question de cette ampleur.

Dans le cas d'une personne individuelle, lorsque la création est annulée, elle se traduit par la réalisation du soi de manière très contrôlée. C'est la pratique de yôga associée à la grâce d'un gourou qui aboutit à cet état final. La façon dont la création est annulée au niveau individuel est expliquée en détail dans l'un des chapitres.

Cependant, lorsque la création est détruite au niveau macrocosmique par Dieu, le phénomène de la réalisation de soi collective par l'espèce humaine peut ne pas se produire.

La raison est très simple. Tout d'abord, il se peut qu'il n'y ait pas suffisamment de temps pour que toute l'espèce humaine connaisse la dégradation des lois de la science, puis la rupture des lois de yôga au moment de l'illusion cosmique. (J'ai expliqué ce que je veux dire par la dégradation des lois de la science et du yôga dans un chapitre ultérieur.)

Deuxièmement, la réalisation du soi ne peut se produire que grâce à la volonté de la Divinité. Et la Divinité suprême est quelque chose qui est largement connue pour être de nature mystérieuse.

Je ne peux pas commenter davantage sur ce sujet.

En ce qui concerne l'individu, l'auto-illumination ou la réalisation qu'il/elle n'est autre que la Divinité, aboutit à une connaissance directe de la nature de l'énergie suprême; parce que l'énergie suprême est le «soi» même de l'individu.

Par conséquent, il n'est pas nécessaire que les êtres humains cherchent la source de l'énergie suprême primordiale nulle part ailleurs dans le vaste cosmos. Il est présent dans le Soi. C'est le Soi, tout simplement.

Après avoir été déclenchée, l'énergie primordiale, située à la base de la colonne vertébrale, commence à grimper le long du système céphalo-rachidien. Au fur et à mesure que l'énergie augmente dans la région cérébrale, la personne expérimente le mouvement de cette énergie directement dans le corps.

La science moderne ne peut donner aucune explication rationnelle à ce processus. Une personne doit expérimenter le flux

de cette énergie directement dans leur corps pour le croire.

En outre, le mouvement de l'énergie dans le corps lui-même n'est pas tout ce qui se passe. Tout d'abord, l'énergie ouvre une boîte de Pandore, sous la forme d'une multitude de nerfs dans tout le corps. Ensuite, elle commence à nettoyer l'esprit humain de toutes ses impressions sensorielles, sans effort volontaire de la personne. Une sorte d'interface divine est mise en place entre l'esprit et l'énergie cosmique.

À mesure que l'énergie monte vers la région cérébrale, l'esprit est élevé vers des plates-formes de plus en plus hautes. Au fur et à mesure que le premier rayon de Connaissance Absolue jaillit sur une personne, le bonheur absolu ressenti dans le Soi ne peut être décrit et ne peut pas être expliqué dans les langues terrestres.

Aucune connaissance scientifique - moderne ou ancienne - ne peut donner une explication rationnelle à ce phénomène époustouflant

C'est ce qui se passe lorsque l'énergie kundalini ou l'énergie cosmique est réveillée chez une personne.

C'est ce qu'on appelle yôga, le mécanisme cosmique de fusion avec la Divinité Suprême!

Ce livre porte sur mes expériences personnelles liées au réveil de l'énergie kundalini. J'ai tenté de décrire mes expériences sans aucune réserve. Bien que narrer de telles expériences viole les traditions du système yôga, cela a été fait avec des intentions purement altruistes.

Ici, j'aimerais informer tous les lecteurs non spécialistes, que l'on pense souvent que le yôga ne constate que des postures et des exercices de respiration. Cependant, toutes ces techniques ne sont qu'un moyen de réveiller l'énergie cosmique. La technique elle-même n'est pas tout. En fait, toutes les postures et les exercices de respiration forment un système de yoga indépendant et leur but est entièrement atteint lorsque la kundalini, ou énergie cosmique, est réveillée.

De même, la méditation en tant que telle n'est qu'une technique utilisée pour activer l'énergie cosmique qui sommeille. Une fois que l'énergie est activée, son but peut être entièrement atteint.

D'autres techniques peuvent également être utilisées telles que la dévotion à Dieu, l'accomplissement du devoir dans la vie quotidienne sans attachement aux résultats, etc.

Chaque système yôga contient une technique particulière visant

à activer l'énergie cosmique. Cela s'applique également à toutes les pratiques tantriques. La technique elle-même n'est qu'un moyen. Le yôga en tant que tel ne commence que lorsque l'énergie cosmique est réveillée chez une personne. Ce processus est similaire à un «voyage de retour», qui ne commence que lorsqu'une personne se retourne et commence à marcher.

Yôga signifie union d'une âme individuelle ou humaine avec l'âme universelle suprême appelée Dieu.

Ce processus ne peut pas commencer alors que l'énergie cosmique projette extérieurement un monde d'illusion à travers l'ego, l'intellect, l'esprit et les cinq sens.

Il faut d'abord concentrer l'attention vers l'intérieur; et personne ne peut délibérément faire tout cela par lui-même ou elle-même. Je vais ensuite expliquer cela.

Lors de l'activation de l'énergie cosmique, le voyage de retour, l'involution ou la destruction de la psyché débute et se dissout finalement, dans la source à partir de laquelle la création au niveau individuel a été effectuée.

Cette source s'appelle le Soi d'une personne, ou l'esprit, et est de même nature que celle du Tout-Puissant. Tout comme une étincelle dans un feu.

Ainsi, diverses techniques sont utilisées pour réveiller cette énergie cosmique, sous la forme de différents systèmes yôga indépendants. Après que la kundalini ou l'énergie cosmique est réveillée, tous les systèmes yôga indépendants se fondent en un seul grand chemin !

## *Sidha Mahā Yôga*

C'est le grand chemin ou grand système yôga, qui commence après l'éveil de l'énergie kundalini, appelée Sidha Mahā Yôga.

Tous les systèmes de yoga, les pratiques tantriques, les pratiques religieuses, les philosophies, les doctrines, les dogmes, etc., qui existent dans le monde d'aujourd'hui, doivent essentiellement réveiller l'énergie cosmique qui sommeille à l'intérieur du corps humain. Cela peut se faire directement ou indirectement en utilisant une grande variété de techniques qui, en quelque sorte, activent leur mode de destruction ou involution inverse ! Dans l'un des chapitres, je fais le point sur les diverses catégories de techniques, généralement utilisées dans le but d'éveiller l'énergie cosmique.

C'est le mécanisme cosmique standard à l'intérieur du corps humain, dans le but de se réaliser soi-même. La réalisation de soi ne peut se produire techniquement par aucun autre moyen. En fait, c'est un don de la Divinité suprême à l'espèce humaine. Le processus d'éveil de l'énergie cosmique peut être directement ressenti dans le corps par un être humain. Qu'y a-t-il d'autre pour ceux qui ont encore des doutes quant à la validité de la théorie ?

Pourquoi la destruction ou l'involution est-elle nécessaire ?

Elle est nécessaire parce que la création ou l'évolution de l'être humain doit être défaire par la même énergie cosmique, de sorte que le substrat sous-jacent ou la Divinité, qui est consacrée dans le Soi de tout être humain, puisse être révélée. C'est ce qu'on appelle la réalisation de soi ou le salut.

Je vais ensuite expliquer comment ce processus d'involution ou de destruction de la psyché se produit dans un individu.

Cette force primordiale du cosmos, après s'être manifestée comme un être humain (comme le modèle miniature du cosmos), reste dans une sorte d'état de sommeil à la base du système céphalo-rachidien. Le mot sommeil permet de souligner le fait que la phase de création est déjà terminée. Cependant, l'énergie primordiale n'est jamais tout à fait en sommeil. Cette force continue à projeter un monde d'illusion dans la psyché de l'être humain et la soutient par le biais de l'intelligence, l'égoïsme, l'esprit et les cinq sens.

Après que cette énergie est réveillée par un professeur compétent ou un gourou, elle se déplace dans le sens inverse, détruisant ainsi la psyché du praticien du yôga. La force suprême se dissout finalement de retour à la source, le Tout-Puissant, laissant ainsi l'esprit humain rempli de Connaissance Absolue. La nature du Soi ou de la Divinité est révélée !

Ainsi, la force primordiale qui a créé des êtres humains doit annuler la création, exactement de la même manière et dans l'ordre inverse.

C'est l'essence même de la « vie » telle qu'elle a été exposée de diverses manières dans le monde entier depuis l'Antiquité. Par conséquent, sans cette grâce divine, il n'est pas humainement possible d'atteindre l'état de réalisation du soi uniquement par ses propres efforts.

Une personne peut aller chercher tous les coins du monde, accomplir les pratiques religieuses les plus sévères et du plus haut ordre, faire tout et n'importe quoi; ce sera toujours en vain. Comme j'ai mentionné avant, l'énergie cosmique doit être réveillée d'abord par un professeur vénérable auto-réalisé ou un gourou. Jusqu'alors, tous les efforts ne serviront pratiquement à rien d'autre qu'à la tranquillité d'esprit du praticien.

C'est pourquoi l'auto-soumission absolue vers le Tout-Puissant est généralement une doctrine importante dans tous les systèmes religieux du monde, car c'est le seul moyen d'atteindre la réalisation du soi.

Une fois que cette énergie cosmique est déclenchée chez un être humain, tous les chemins convergeront vers une grande idée de Dieu pour le salut final de l'être humain, conduisant à la réalisation du soi. En un mot, ce que je veux dire, c'est qu'après que l'énergie



kundalini a été réveillée chez une personne, toutes les idées sur la Divinité subiront un changement radical. La distinction entre les religions n'existera plus dans l'esprit.

Vous pouvez appeler cette religion « grande », ou système yôga, ou théorie unifiée.

Toutes les langues terrestres, qui proviennent de l'intellect humain, ont une limite inhérente dans la description des choses, qui ne peut pas être saisie par l'intellect.

Pour cette raison toutes les religions, les philosophies, les doctrines, les systèmes yôga, etc., ne peuvent fournir que des voies ou des techniques différentes pour guider une personne jusqu'à ce que l'énergie cosmique dormante soit réveillée. À partir de ce moment, la perception du Tout-Puissant commence à converger vers une seule grande idée pour tous ! Permettez-moi d'assurer au lecteur que le tissu même de l'esprit sera radicalement modifié à partir de ce point en avant. L'idée même de la Divinité va subir un profond changement. J'ai raconté adéquatement cet aspect dans l'un des chapitres. Pour le dire clairement, un pratiquant de yoga ne comprend même pas ce qui l'a frappé. La transformation requise dans l'esprit se produit en un clin d'œil. La force primordiale commence à propulser la personne vers la réalisation du soi, sans autre effort volontaire.

Dans le cas des pratiquants de Sidha Mahā Yôga, cette force cosmique est activée par la grâce du gourou ou par le vénérable professeur, qui fonctionne déjà comme un moyen de la force primordiale suprême, au profit de l'humanité. Le gourou absorbe cette force en utilisant une technique appelée Shakthipāth ou "descente de l'énergie".

Je vais ensuite expliquer cette technique dans le livre.

Cela dit, ce système yôga n'est pas un système yôga indépendant, comme tous les autres systèmes yôga qui ont leurs propres moyens, et utilisent leurs techniques uniques pour éveiller la kundalini ou l'énergie cosmique dormante. Cependant, tous les chemins des diverses pratiques se manifesteront comme un grand chemin, car la réalisation s'établit dans le fait que tous les chemins finissent par mener à la même Divinité !

Ainsi, la plate-forme même que l'humanité cherche à l'aide de diverses écritures, religions, philosophies, doctrines, systèmes yôga et pratiques traditionnelles, est déjà accordée au praticien de Sidha Mahā Yôga. C'est la raison pour laquelle on l'appelle le grand yôga !

Néanmoins, cette plate-forme spirituelle supérieure, qui a été accordée au praticien directement par la touche de la grâce divine d'un gourou, n'apporte pas la réalisation du soi du jour au lendemain ou même en quelques années. Le bénéfice de Shakthipāth ou descente de l'énergie divine est strictement limité à l'éveil de la kundalini ou de l'énergie cosmique dormante

L'éveil de cette énergie place le praticien sur un parcours qui l'empêche de revenir à un mode de vie basique. C'est peut-être à ce moment-là que le rêve de plusieurs naissances passées se réalise enfin. L'éveil de l'énergie kundalini chez une personne est un phénomène extrêmement rare. En fait, tout le culte de Dieu créé par l'espèce humaine est à cette fin. Tous les systèmes yōga et les pratiques tantriques sont uniquement conçus à cet effet. Sans l'éveil de l'énergie kundalini, rien ne peut arriver techniquement du point de vue spirituel. Habituellement, aucun être humain n'est capable d'atteindre l'éveil ou, pour mieux le dire, de recevoir cette grâce divine en une seule vie. Par conséquent, c'est le rêve ou le dur travail de plusieurs naissances passées qui culmine finalement dans cette grâce divine.

Du point de vue terrestre, on peut dire que rien de spectaculaire ne se produira de manière matérialiste. Cependant, tout a été accordé au praticien du point de vue divin. C'est un mythe parmi l'humanité que chaque fois que l'énergie kundalini est réveillée chez une personne, quelque chose d'extraordinaire doit se produire de façon matérialiste. Chaque lecteur doit se familiariser avec le fait que toute personne qui se rend à l'autel de tout dieu dans ce monde, y mène généreusement suppliant pour plusieurs choses matérialistes. Il est très rare qu'une personne passe devant l'autel de tout dieu cherchant purement la grâce divine du point de vue spirituel. Chaque fois que la Divinité suprême accorde sa grâce, elle est en train de réveiller l'énergie kundalini. La Divinité ne se préoccupe pas des exigences illusoire des humains pour les petites choses.

Tout le monde ne peut pas être initié facilement à ce système de yōga, parce que l'esprit d'une personne peut ne pas être en mesure d'en supporter la force. En outre, la force peut même ne pas fonctionner chez une personne en raison du manque de conditions requises (dans l'esprit). C'est peut-être pour cette raison que l'existence de ce système a été maintenue secrète et publique en même temps, une fois tous les six cent ans, selon les conditions

sociales qui règnent. C'est quelque chose qui est largement considérée parmi la fraternité de l'Ordre de Shaktipāth. Imaginez une situation où tout le monde court vers un guru pour l'initiation dans ce système yōga, quand cela ne peut pas être accordé.

Ici, le lecteur est prié de comprendre mon deuil. Je souhaiterais que ce ne soit pas ainsi. Hélas ! Le libre-arbitre des hommes s'est révélé être une illusion. Ce monde est la création de Dieu. En dehors de l'auto-soumission absolue envers le Tout-Puissant, il n'y a rien d'autre qui puisse être fait pour trouver le salut. Seule la grâce divine peut sauver une personne. Cela peut être mieux compris à travers les exemples suivants.

Un cochon dans un puits rempli de boue ne veut pas en sortir jusqu'à qu'on le pique suffisamment fort !

Une grenouille dans une fosse pense qu'elle a vu le monde entier jusqu'à ce que quelqu'un la jette dans un océan !

De même, les êtres humains existent dans "un trou" ou "un puits" appelé "vie"!

Maintenant, il faut que quelque chose arrive à chacun d'eux pour qu'ils puissent comprendre la Vérité Absolue ! Kundalini ou l'énergie cosmique, la force primordiale suprême, fait exactement cela. La personne en qui cette énergie a été réveillée est entraînée par la force et découvre la Vérité Absolue !

Inexplicable et peut-être irrationnel pour la science moderne, Sidha Mahā Yōga brille comme le soleil, versant de la connaissance et de la paix sur l'humanité.

Laissez le monde entier aller en enfer.

Ne vous inquiétez pas. Vous demeurerez seul dans le cosmos pour toujours. Car votre vraie nature est la Vérité absolue, l'existence absolue et la Bienvenue absolue ! C'est ce que Sidha Mahā Yōga promet à l'humanité.

J'ai faiblement essayé dans ce livre de réaliser la fusion de la science, de la philosophie, de la religion, des systèmes yōga, et de tout le reste !

J'ai ouvert les portes de mon monde intérieur en racontant mes expériences personnelles d'un point de vue altruiste !

J'ai découvert l'humilité, et sans aucune réserve!

## *Quatre chemins vers le système du grand yoga*

Il a été largement proclamé par tous les textes yôga que le grand chemin vers la réalisation du soi peut être classé en quatre chemins préliminaires. Ces chemins ne concernent que les étapes initiales qui ont lieu avant l'éveil de l'énergie Kundalini chez une personne. Ici, le lecteur doit se souvenir d'une chose. Tous les efforts déployés par une personne dans le monde pour adorer Dieu sous quelque forme que ce soit (comme les pratiques yôga, les pratiques typiques ou toute autre pratique) sont uniquement axés sur l'éveil de l'énergie kundalini. Dans la terminologie du yoga, tout cet effort est considéré comme atomique ou très minutieux. L'effort réel commence après que l'énergie Kundalini est réveillée chez une personne. Cependant, il y a un piège. Après que l'énergie Kundalini est activée chez une personne, il ne reste plus rien à faire par cette personne à travers ses efforts. Tout le travail se fait par l'énergie primordiale, en interne. Par conséquent, le réveil de l'énergie kundalini est la première étape du processus de réalisation du soi. De ce fait, tous les efforts précédents peuvent être appelés préliminaires.

Le premier chemin est la reddition complète ou dévotion au Tout-Puissant.

Dans ce chemin, une personne effectue toutes les actions comme offrande au Tout-Puissant. Dans cet état d'esprit, toutes les

impressions sensorielles qui ont été enregistrées dans l'esprit de la personne sont brûlées à un rythme rapide. Ainsi, la personne est amenée à un état d'inconscience, qui est l'objectif final de tous les systèmes yôga !

Ce chemin est généralement considéré comme le moyen le plus rapide de se réaliser soi-même !

Cependant, le lecteur doit garder à l'esprit que le destin se déroule à un rythme rapide en suivant ce chemin, tout en étant sous la protection totale de la Divinité. Par conséquent, cette méthode est également considérée comme très sûre, car on dit qu'un dévot du Seigneur n'est jamais abandonné ou autorisé à dériver du chemin et à tomber.

Cette technique d'auto-reddition dans le but de réalisation de soi est plus adaptée pour les personnes émotives et sensibles par nature.

Le chemin suivant exige la mise au point de toutes les actions - bonnes et mauvaises - dans cette vie terrestre. Cela implique de détruire toutes les impressions sensorielles en éprouvant physiquement les fruits qui en résultent. Permettez-moi de préciser davantage.

Toute impression sensorielle enregistrée dans l'esprit d'une personne agit comme une graine pour la construction ultérieure de leur destinée future. Lorsque cette réaction est expérimentée par la personne sous forme de destinée, même les impressions de cette nouvelle expérience sont enregistrées dans l'esprit. Ces impressions, à leur tour, deviennent encore une cause de la destinée future. Ainsi, la roue de la causalité continue sans cesse dans un cycle sans fin. Cependant, les lecteurs doivent se rappeler qu'une personne exerce un contrôle total, mais seulement avant qu'une action soit exécutée. Une fois qu'une action est effectuée, aucun contrôle ne peut être exercé par rapport à son résultat. En outre, le résultat d'une action ne peut pas être prédit, puisque la personne perd physiquement tout son contrôle. Dans ces conditions, une personne doit détruire toutes les impressions sensorielles de l'esprit. Cela est possible en expérimentant la destinée telle qu'elle se déroule, de sorte que toutes les impressions sensorielles sont épuisées par l'esprit. Néanmoins, en même temps, la personne doit s'assurer que les nouvelles impressions ne sont pas enregistrées dans l'esprit. Encore une fois, cela n'est possible que si la personne devient un témoin muet de son destin qui se déroule sans être

attaché à l'émotion.

J'aimerais donner un petit conseil aux praticiens du yoga à ce sujet. Les impressions fraîchement enregistrées (formées à mesure que la destinée se déroule) sont relativement plus faciles à effacer. Tout dépend du degré d'attachement émotionnel exercé par le praticien tout en connaissant son destin qui se déroule. Un attachement moins important signifie qu'il est plus facile d'effacer les impressions enregistrées et vice versa.

Ce chemin est très délicat. Une personne doit être vigilante tout au long de sa vie terrestre. Ceux qui suivent ce chemin ne devraient, à aucun moment, s'attacher émotionnellement à une action. Sinon, les actions réalisées seront enregistrées dans l'esprit et deviendront la cause de leur destinée future.

Ce chemin prend beaucoup de temps parce que la personne doit complètement finir d'avoir les fruits résultant de toutes les actions passées tout en assurant son non-attachement à l'expérience physique de son destin qui se déroule au même moment.

En revanche, ce chemin est très bénéfique car une personne progresse constamment en éliminant le stock de destinée. Même si la personne dérive ou quitte ce chemin, cela prendra beaucoup de temps, car il faudra beaucoup de temps pour accumuler des impressions sensorielles dans l'esprit. Pendant ce temps, la personne peut prendre conscience de la marche à suivre et peut adopter des mesures correctives.

Le troisième chemin est le chemin de la connaissance.

Cependant, il y a un piège ici. La Divinité ne se manifeste pas par la connaissance terrestre ! Cela signifie qu'une personne doit se rendre compte que toute la connaissance terrestre qui existe est inutile. La personne doit rejeter cet océan de données accumulées. Cependant, une personne doit accumuler ces vastes données avant que la réalisation ne puisse être définie dans la mesure où elle n'a aucune valeur.

Permettez-moi de préciser cela.

Il existe une énorme quantité de littérature disponible dans les différentes langues du monde sur la Divinité suprême. Cependant, du point de vue du yôga, une personne qui maîtrise tout cet océan de connaissance n'est pas différente de celle qui n'a pas encore lu un seul mot de cette vaste littérature. La raison en est très simple : les deux n'ont aucune expérience directe de la Divinité !.

La Divinité doit se manifester à partir du Soi.

La Divinité ne coule pas dans le corps depuis une source externe vers une personne, puisqu'elle est enchâssée dans le même Soi de tous les êtres humains.

Cependant, les saintes Écritures ainsi que d'autres connaissances terrestres jouent un rôle crucial dans l'émergence de la Connaissance Absolue chez une personne, mais d'une manière indirecte.

La déduction systématique et logique à l'intérieur peut conduire une personne à rejeter tout dans ce monde illusoire. Lorsque tout a été rejeté, il ne reste plus rien à penser. Comme l'esprit se calme sans aucune pensée, il agit comme un miroir pour l'esprit consacré dans le Soi. De cette manière, le substrat à l'intérieur du Soi que nous appelons l'esprit ou la Divinité, est révélé. Lorsque cela se produit, c'est comme si on pouvait enfin voir son propre reflet dans un miroir, car la poussière a été essuyée. Dans ce cas, l'esprit est le miroir qui a été nettoyé de toutes ses impressions ou pensées sensorielles.

Ce chemin est plus adapté aux personnes de nature intellectuelle.

La personne qui prend ce chemin doit accumuler une grande quantité de données et simultanément l'annuler par un débat constant (interne) sur la vérité éternelle.

C'est un processus très laborieux, et qui prend beaucoup de temps.

A un moment, l'intellect d'une personne commence à considérer que c'est le suprême Tout-puissant en effet. Comme l'intelligence a réussi à accumuler tant de données sous la forme de diverses écritures et connaissances scientifiques, elle croit à tort qu'elle connaît toute la création. Ici, l'intellect n'est pas très différent d'une grenouille vivant dans une fosse qui pense avoir vu le monde entier, jusqu'à ce qu'elle soit jetée dans l'océan. Cependant, un autre moment vient où l'intellect se rend compte enfin que ce n'est pas la Divinité suprême. D'une manière ou d'une autre, l'intellect atteint un point où il est humilié. Cela semble être un phénomène cosmique. Quelque chose finira par arriver à une personne qui a trop de fierté car elle possède une telle quantité de données. La personne perd sa fierté et devient humiliée d'une manière unique en fonction de son caractère accumulé.

Le dernier chemin est par le contrôle interne de l'esprit. Ce chemin concerne essentiellement la méditation.

Dans ce cas, l'esprit est en quelque sorte entraîné dans un état d'inconscience. Cet état est généralement atteint en utilisant une image, ou un son, ou toute autre chose comme un objet pour lequel l'esprit se concentre, puis en se concentrant sur cet objet. Lentement, l'esprit apprend à rester concentré sur l'objet. Cela est suivi d'une étape dans laquelle l'esprit devient vide et totalement dépourvu de toute modification sous forme de pensées ou d'émotions.

Dans cette étape, l'esprit ne doit plus se concentrer sur l'objet en fin de compte pour maintenir la concentration, ce qui laisse finalement l'esprit dans un état de tranquillité.

Ce chemin est plus adapté aux personnes qui ont un caractère scientifique par nature. Elles recherchent la vérification de la Divinité par l'expérimentation. C'est le genre de personnes qui veulent avoir une expérience directe de la Divinité à chaque étape. Cependant, ce chemin est généralement considéré comme dangereux pour ceux qui pratiquent la méditation sans l'aide d'un enseignant qualifié ou d'un gourou.

Le danger pour ces personnes est que l'énergie kundalini pourrait être activée d'une manière incontrôlable et que le praticien pourrait ne pas pouvoir supporter la force. En conséquence, il ou elle peut être blessé de façon permanente physiquement et mentalement.

Par conséquent, le lecteur doit bien prendre une note du paragraphe ci-dessus, au cas où ils pratiquaient un type de méditation sans surveillance appropriée.

Bien que ce qui suit ne soit pas exactement lié à une pratique ni à une activation de l'énergie kundalini, j'aimerais vous expliquer une expérience nerveuse que j'ai eue avec la force cosmique afin de souligner l'importance de ce que j'ai mentionné dans le paragraphe ci-dessus. Pourtant, cette expérience ne concerne en aucun cas la forme primordiale de l'énergie cosmique. Plutôt, elle appartient à la force de vie dans le corps humain qui se révèle être une version légèrement grossière de la forme primordiale de l'énergie cosmique. J'ai donné une explication détaillée de la manifestation de l'énergie sous diverses formes dans un chapitre ultérieur.

Environ quatre ans avant mon initiation au système Sidha Mahā Yôga, j'ai eu une expérience stupéfiante.

Certains m'ont dit qu'il y avait une dame dans la ville d'Hyderabad qui a initié les gens au « Reiki » - un système oriental



de guérison prāṇa. Je lui ai fixé un rendez-vous pour la procédure d'initiation, et quand le moment est venu, je suis allé chez elle.

Là, j'ai été appelé dans une pièce et on m'a dit de m'asseoir sur une chaise et de fermer les yeux. Le maître Reiki, une dame, était assise à quelques mètres de moi dans une position méditative. Une autre femme qui était l'assistante devait placer sa main sur le sommet de ma tête. Une tentative a été faite pour transférer l'énergie cosmique vers mon corps à travers ce point. On m'avait dit avant cette expérience qu'une personne est clairement capable de sentir le flux d'énergie dans le corps pendant l'initiation au Reiki.

Donc, naturellement, j'avais hâte d'avoir une telle expérience. Après la séance, on m'a interrogé sur mon expérience. J'ai expliqué au maître Reiki que rien ne s'était passé. En m'entendant, elle m'a dit de ne pas encore me prononcer sur le système Reiki et m'a dit de revenir après quatre jours pour un autre essai.

Environ deux jours après cet incident, j'étais couché sur mon lit une nuit et je lisais un livre. Tout à coup, j'ai commencé à ressentir un mouvement tourbillonnant au sommet de ma tête. Mon attention s'est détournée du livre et j'ai commencé à observer mentalement ce phénomène tel qu'il s'est déroulé. Le mouvement tourbillonnant de l'énergie s'est intensifié davantage et a commencé à entrer dans ma tête à travers le sommet de mon crâne.

Par la suite, l'énergie s'est rapidement écoulee vers toutes les parties de mon corps. Je pouvais même sentir l'énergie qui sortait de mes doigts et de mes pieds en l'air. Je pouvais très clairement ressentir cette sensation d'énergie qui sortait des parties de mon corps. Quelques minutes plus tard, le flux d'énergie a commencé à s'intensifier davantage, et j'ai commencé à ressentir une sensation très inconfortable dans ma tête. Après un certain temps, la sensation dans ma tête devint insupportable.

J'ai réussi à me lever d'une certaine façon, et par la suite, le flux d'énergie a ralenti un peu. Cependant, la sensation d'énergie qui coulait dans mon corps ne s'est pas éteinte, et par conséquent, je n'ai pas pu dormir du reste de la nuit. La sensation inconfortable dans ma tête a persisté toute la nuit. Le lendemain, la sensation n'avait toujours pas disparu, et le soir, j'ai décidé de sortir pour faire une promenade.

Je marchais sur une route qui avait beaucoup de circulation. Tout à coup, j'ai commencé à me sentir comme si j'étais sur le point de m'effondrer sur la route. Ma tête a commencé à tourner et

soudainement, j'ai fait une syncope sur cette route très fréquentée. Heureusement, l'étourdissement n'a duré que quelques secondes. J'ai été très effrayé par ce qui s'est passé et j'ai immédiatement commencé à marcher pour retourner à ma chambre.

En rentrant, j'ai commencé à sentir que j'allais retomber à tout moment. D'une certaine manière, j'ai réussi à rentrer dans ma chambre. Cependant, la sensation inconfortable dans ma tête a duré jusqu'à la deuxième nuit aussi, et je n'ai pas pu bien dormir.

Le lendemain matin, je suis allé rencontrer mon maître Reiki et je lui ai dit ce que j'avais ressenti.

Ce qu'elle m'a dit m'a fait froid dans le dos.

Elle m'a dit que lors de ma dernière visite, elle avait échoué à m'initier au Reiki. D'une certaine manière, la technique n'avait pas fonctionné dans mon cas. Le maître Reiki avait pris ce résultat très au sérieux. Elle m'a expliqué qu'après mon départ, elle était tombée aux pieds de la Déesse qu'elle adorait. Elle avait alors prié la déesse de la sauver de cette situation embarrassante. En outre, elle avait essayé continuellement de m'initier au Reiki à distance. Cela veut dire qu'elle essayait de transférer l'énergie prāṇa à distance.

Selon ma connaissance limitée du Reiki, ce genre de chose est techniquement possible. Cependant, je l'ai vraiment ressenti pendant les deux derniers jours.

Je ne discuterai pas davantage de cet épisode et de ses ramifications.

Cependant, pendant de nombreuses années après cet épisode, j'ai senti que mon corps était devenu un réceptacle d'énergie. Cela s'est passé jusqu'à ce que j'ai été initié au système Sidha Mahā Yōga. L'énergie circulait à travers mon corps, dans tous les coins et recoins, sans aucun but. Cela n'a eu aucun effet sur mon esprit. Cela m'irritait parfois. Le pire était que je ne pouvais rien faire. Il n'y avait personne avec qui je puisse parler de ce sujet. Qui croirait mon histoire ? J'ai donc dû vivre avec ce flux anormal d'énergie dans mon corps pendant des années.

C'est pour cette raison que je dois souligner le danger de pratiquer la méditation sans la bonne direction d'un gourou bien qualifié. Il est possible que l'énergie cosmique soit activée de façon incontrôlable.

J'ai raconté l'expérience ci-dessus pour avertir le lecteur qu'ils doivent prendre les mesures de précaution appropriées avant de tenter de manipuler l'énergie cosmique de quelque manière que ce

soit. Cependant, je n'ai pas l'intention d'effrayer le lecteur. En fait, c'est cette énergie cosmique très divine qui, lorsqu'elle est activée dans des conditions contrôlées, conduit une personne vers la réalisation du soi.

Maintenant, permettez-moi de revenir à mon point de départ sur les quatre chemins préliminaires qui ont mené à la grande voie.

Quel que soit le chemin qu'on prenne, l'énergie kundalini s'éveillera à un moment ou à un autre. Cette énergie cosmique est appelée par des noms différents dans les divers systèmes de yoga.

Néanmoins, le point auquel l'énergie kundalini est activée chez une personne est le point auquel tous les chemins se fondent en un seul. Lorsque tous ces différents chemins se fondent, ils deviennent un « grand chemin ». J'ai élaboré sur ce sujet dans l'un des chapitres.

Ce n'est que dans les étapes initiales que les différents chemins, ou les systèmes yôga, ou les techniques, sont utilisés par différents praticiens dans le but d'activer l'énergie cosmique dormante. Une fois que l'énergie est activée chez une personne, le processus divin de l'involution est mis en mouvement.

La personne est mise sur un cours qui leur fait faire un retour à la source, c'est-à-dire la Divinité Suprême, ou Dieu, ou le Tout-Puissant.

Ce qui arrive à une personne dans ces eaux inexplorées en retournant à la source, c'est ce que ce livre entier va expliquer.

## *Énergie Kundalini*

Il existe une grande quantité de littérature disponible dans le monde sur l'énergie kundalini. En fait, l'énergie kundalini possède mille noms selon les textes en sanskrit. Pour cette raison, je ne vais pas entrer dans des détails savants en essayant d'expliquer le sens du mot sanskrit kundalini. Je vais aller au point crucial de ce sujet, sans tourner autour du pot.

Le mot kundalini signifie littéralement le spiralé. C'est l'énergie primordiale du cosmos, ou pour employer d'autres termes, le cosmos est essentiellement la manifestation la plus grossière de cette énergie primordiale.

Cependant, ne pensez pas que toute limite qui contraint cette énergie l'est en raison des calculs scientifiques modernes sur la taille de l'univers.

La nature de cette énergie est incompréhensible et mystérieuse.

On ne peut pas parler de sa quantité ou de sa taille.

La véritable nature de cette énergie est révélée par l'énergie elle-même, et seulement pour les yôgis qui en sont aux étapes avancées du yôga.

Cependant, permettez-moi d'utiliser une phrase et de voir si le lecteur peut comprendre sa signification: "énergie super-intelligente".

Cette énergie est suprême dans le cosmos. Elle est consciente comme un être humain ou le Tout-Puissant. Après tout, c'est l'énergie primordiale ou l'énergie dans son état fondamental.

Ce pouvoir cosmique suprême n'est pas différent du Tout-Puissant. C'est le Tout-puissant même manifesté sous forme d'énergie.

Ainsi, le lecteur est prié d'éliminer toutes les idées de la science moderne de son esprit, car elles ne concernent que la forme physique brute de cette énergie primordiale. De cette façon, les lecteurs pourront bien comprendre ce livre.

La manifestation structurée de l'énergie primordiale dans la forme physique finale est très complexe. Comme je l'ai dit plus tôt, l'énergie elle-même est super intelligente dans ses formes plus fines; dans le sens que c'est une entité qui a une intelligence supérieure à celle de l'intellect humain ordinaire.

Dans sa forme fondamentale, l'énergie est omniprésente et suprême. On croit généralement que la Divinité suprême possède deux attributs selon les anciens textes yôga. L'un est l'aspect statique et l'autre est l'aspect dynamique. L'aspect statique est associé au principe immuable ou éternel, et l'aspect dynamique est associé au cosmos en constante évolution, ou à l'énergie cosmique. Cependant, étant donné que ces aspects sont les deux faces d'une même pièce, ils sont en quelque sorte la même chose. Cette énergie elle-même doit révéler sa nature véritable à un praticien. Cela ne se produit que pour un yôgi qui se trouve dans les étapes avancées du yôga - où l'observateur est l'esprit, le sujet observé est l'esprit, et le laboratoire lui-même est l'esprit.

Cette énergie suprême ou parā shakthi (selon les textes yôga) se manifeste comme l'univers visible à deux niveaux.

Une forme de cette manifestation est au niveau collectif, et l'autre forme est au niveau individuel. Proprement dit, d'une part, l'univers existe tel qu'il est dans la conscience collective de toute l'humanité; mais d'autre part, il existe également différemment au niveau de chaque individu. Cependant, les deux mondes sont imbriqués de telle sorte qu'il semble qu'il n'y ait qu'une seule réalité, ressentie par tous de la même manière.

Permettez-moi de préciser cela.

La réalité telle qu'elle est perçue au niveau individuel est quelque chose qui est vraie seulement pour une personne, en fonction de ce qui a été accumulé dans son esprit sous la forme de diverses impressions sensorielles. Cependant, le monde tel qu'il apparaît à la personne sera le même que celui de ses semblables, en raison d'un grand nombre d'autres traits communs qui concernent la structure

biologique des humains. C'est à cause de cela que tous les mondes individuels semblent se combiner. En outre, cette apparence commune du monde semble être la vraie réalité, et cette croyance est également renforcée par l'expérience collective. Pourtant, en ce qui concerne le contenu de l'esprit, il est unique pour chaque individu. Voilà pourquoi le monde perçu par une personne sera également unique. Je demande au lecteur d'essayer de comprendre cela très attentivement. Une chose qui semble être correcte pour une personne peut ne pas l'être pour une autre personne.

N'est-ce pas une illusion cosmique totale ?

Maintenant, je viens au point de savoir comment les êtres humains sont affectés par la nature illusoire de la réalité. La force primordiale fonctionne de telle manière qu'elle affecte la perception de la réalité par les gens. La force elle-même est celle qui projette et entretient le monde de l'illusion que tous les humains perçoivent comme « la réalité ».

Cependant, ce monde d'illusion se dissout dans une phase latente pendant le sommeil profond, et elle est recrée quand la personne revient à la phase de réveil. En ce qui concerne le « monde collectif », il ne se dissout qu'une fois dans une époque, puis la création recommence à nouveau.

Permettez-moi de préciser cela.

Le monde extérieur est essentiellement une projection du monde intérieur, ou de ce qu'il y a dans l'esprit. Par conséquent, la façon dont une personne éprouve la réalité de façon quotidienne est totalement basée sur les impressions (créées par les sens), tant physiques que mentales, qui ont été enregistrées dans l'esprit de cette personne (que ce soit dans cette vie ou dans d'innombrables vies passées). Les lecteurs sont invités à comprendre que chaque personne a fait l'expérience d'innombrables vies dans le passé et continuera à renaître jusqu'au moment où elle parvient à la réalisation du Soi. Ainsi, l'expérience du monde extérieur est complètement unique à l'individu qui l'éprouve - dans le sens où elle n'est « réelle » que pour cette personne en particulier.

Par exemple, une personne peut rencontrer et interagir avec différentes personnes dans sa vie quotidienne. Toutes les personnes que la personne rencontre ne sont qu'un moyen par lequel la personne connaît son propre monde extérieur individuel. En dehors de cela, le monde extérieur ne peut pas affecter une personne en tant que telle. Ce n'est que la réaction d'une personne

à son environnement, ce qui est vrai, mais pas dans le sens spirituel. Cette réaction est à nouveau basée sur ce qui est dans l'esprit, en fonction de toutes les impressions sensorielles qui ont été enregistrées. Par conséquent, aucune personne dans ce monde ne peut en tenir une autre responsable de ce qui lui arrive. C'est un fait amer que les gens doivent accepter. L'être humain n'est pas conçu autrement. Une personne ne peut pas non plus aider une autre personne (à moins qu'elle ne soit destinée par la Divinité à agir comme un moyen), et personne n'a besoin de l'aide d'une autre personne.

J'espère que le lecteur peut facilement comprendre la nature illusoire du monde extérieur. Il n'y a aucun fondement dans la réalité. La base même de l'existence de la création ou du monde qui nous entoure, réside dans le Soi d'une personne, et elle est projetée à l'infini à travers l'esprit et les cinq sens. Ainsi, le contenu de l'esprit est projeté vers l'extérieur à travers les sens sur l'infini, créant ainsi un monde au niveau individuel.

Quand une personne dérive dans l'état de rêve, un nouveau monde est créé. Lorsque le rêve change, un autre monde est créé. Le monde des rêves est aussi réel que le monde physique externe, tant que le rêve dure. La nature des deux mondes est la même. Cependant, lorsque nous sommes éveillés, nous n'acceptons pas cet état de fait sur le monde des rêves, et nous l'éliminons comme une simple expérience psychique.

Lorsqu'une personne dérive dans l'état de sommeil, le monde extérieur, qui existait soit pendant le réveil, soit pendant le rêve, est complètement dissous. La personne n'a conscience d'aucune existence pendant l'état de sommeil. Pendant l'état de sommeil, le moi d'une personne se dissout complètement. Par conséquent, aucune création distincte (que ce soit sous la forme d'un monde de rêve ou d'un monde physique externe) n'est connue. Il n'y a aucune expérience de « moi » ou d'une identité distincte loin du Tout-puissant.

Quand une personne retourne à l'état d'éveil, le monde extérieur est de nouveau créé. Cependant, il n'y a pas de différence dans le niveau de connaissance de cette personne. Quel que soit le niveau de connaissance de la personne dans l'état de sommeil, il ou elle revient avec le même souvenir du monde extérieur.

De même, lorsqu'une personne dérive dans l'état d'éveil depuis l'état de rêve, elle le fait avec les souvenirs du monde des rêves

gravés dans son esprit. Cependant, le monde des rêves est oublié lentement, tout comme nous oublions tous notre vie quotidienne extérieure ! C'est aussi la raison pour laquelle nous ne nous souvenons pas de nos vies passées. Au fur et à mesure que le temps passe, les souvenirs disparaissent. C'est aussi simple que ça.

C'est donc ce monde illusoire au niveau individuel qui s'appelle « vie » dans les langues terrestres. Ainsi, l'énergie primordiale suprême (qui a émané du Tout-puissant ou de l'esprit dans le Soi d'une personne) est ce qu'on appelle la création, soit au niveau individuel, soit au niveau collectif. Ici, j'aimerais attirer l'attention du lecteur sur un aspect crucial de l'énergie primordiale manifestée dans le cosmos. L'énergie ne se séparera jamais de la source qui est le Tout-Puissant ou Dieu ou l'esprit.

La vie est essentiellement une manifestation de cette énergie (au niveau individuel) sous une forme illusoire - qui se modifie constamment. C'est comme la projection d'un film sur un écran. Cependant, le projecteur, le faisceau et l'écran sont tous une entité représentée par le Tout-Puissant au niveau collectif, et l'esprit ou le Soi au niveau individuel.

En résumé, la force primordiale =, lorsqu'elle est inversée à partir de son mode sommeil par un gourou, se dissout lentement dans la source d'où elle avait commencé à créer le monde. L'individu, après avoir pratiqué le yôga pendant une longue période, commence à entrer dans un état de samādhi ou d'inconscience. La pièce sur l'écran ou la vie (ou la création au niveau individuel) est défaire, laissant le Soi d'une personne avec une Connaissance Absolue.

Cette force est située dans le corps humain, à la base du système céphalo-rachidien, à mi-chemin entre l'anus et la région génitale.

Cette énergie projette un monde d'illusion sur la psyché de l'humanité (au niveau collectif) d'une part, et sur la psyché même de l'être humain individuel d'autre part. Le Tout-Puissant doit voir le Soi comme le « Seigneur de l'Univers », tout comme un être humain pense qu'il ou elle est le Seigneur de son corps. Dieu est également appelé « Seigneur de l'Univers » dans plusieurs textes sanskrits en raison du pouvoir illusoire de l'énergie primordiale suprême. C'est pourquoi cette énergie est également popularisée par les textes sanskrits comme la « grande illusion cosmique ». Ainsi, avec des salutations humbles à cette mère suprême du cosmos, j'ai payé mon obéissance en l'appelant « La puissance inconnue à Dieu



».

Un être humain est fondamentalement un modèle miniature du Tout-Puissant ou du cosmos !

Donc, vous voyez, c'est le jeu cosmique de l'énergie suprême et super-intelligente du Tout-Puissant. Le jeu entier est à nouveau joué par le Tout-Puissant.

C'est pourquoi il est si difficile de comprendre la nature de la Divinité et d'atteindre l'état de réalisation de soi.

Tout d'abord, cette énergie suprême se manifeste par Dieu créant l'univers collectif; puis, Dieu se manifeste sous la forme d'une multitude d'êtres humains; puis, cette énergie suprême du Tout-Puissant crée une multitude de mondes au sein de tous les êtres humains, au niveau individuel. Tous ces différents niveaux de création sont combinés pour apparaître comme s'ils étaient une réalité, ce qui est en fait une illusion complète. Cette énergie suprême crée aussi une multitude de dieux ou de célestes, et les met en charge de certaines régions dans ce vaste et infini cosmos. Enfin, cette énergie cosmique suprême (telle que proclamée dans les textes en sanskrit) se trouve dans un endroit appelé mañi dveepa ou l'îlot des gemmes, entouré par l'océan de bonheur, loin de la myriade de tous ces innombrables systèmes mondiaux très profonds, à l'intérieur du vaste et infini cosmos.

Maintenant, qu'est-ce que vous faites de cela ?

Bien que difficile à comprendre, la réalisation du Soi peut théoriquement se produire à tout moment. La réalisation du Soi se traduit par une connaissance directe de la véritable nature de cette énergie suprême et super intelligente.

Cette énergie est l'espace. Cette énergie est le Temps. Cette énergie est la Force de la vie. Cette énergie est la Vérité Absolue et la Conscience Absolue. Cette énergie est l'Esprit. Cette énergie est le Bonheur Absolu. Cette énergie est l'Intellect. Cette énergie est l'Ego. Cette énergie est l'Amour. Cette énergie est mon humilité. Cette énergie est mon souffle.

Je salue cette énergie !

Cette énergie est de nature mystérieuse. Et enfin, cette énergie est inépuisable. Comme mentionné ci-dessus, l'emplacement précis de cette énergie dans le corps humain est à la base du système céphalo-rachidien, à mi-chemin entre l'anus et la région génitale.

C'est ce qu'on appelle l'énergie kundalini - l'énergie spiralée.

Cette énergie, lorsqu'elle est manipulée par un gourou dans une

personne, passe au mode inversé de destruction de la psyché de la personne, ce qui entraîne la réalisation du Soi. La fusion de l'être humain avec la Divinité se produit, alors que l'énergie monte le long du système céphalo-rachidien de la personne, élevant ainsi l'esprit vers des plates-formes de plus en plus hautes.

La manière dont cette énergie en mode inversé propulse une personne vers l'Immortalité, c'est ce qu'on appelle yôga.

## *Shakthipāth*

Le mot Shakthipāth signifie essentiellement « descente de l'énergie ». C'est essentiellement une technique utilisée par les moines de l'Ordre Shakthipāth pour éveiller l'énergie cosmique qui sommeille dans le corps humain.

Qui peut effectuer la Shakthipāth ?

Et sur qui la Shakthipāth peut-elle être effectuée ?

Que se passe-t-il lorsque la Shakthipāth est effectuée ?

Ce sont les questions que je vais développer brièvement pour le bénéfice du lecteur non spécialiste qui n'est pas familier avec ce sujet.

Un gourou ou un professeur vénérable effectue la Shakthipāth sur une personne sur laquelle il a décidé d'accorder sa grâce.

Cependant, un gourou ne peut pas être obligé de mener la Shakthipāth sur une personne. Car un gourou est la manifestation de la puissance divine suprême dans une forme humaine auto-réalisée. Par conséquent, même si cela se fait, cela ne fonctionnera pas.

Permettez-moi de préciser cela.

Un gourou peut techniquement exister sous forme humaine (bien que son soi soit réalisé), parce qu'il est destiné à être le médium de la Divinité sur terre au profit de l'humanité. Un gourou est essentiellement un cadeau pour l'humanité, fait par la Divinité suprême, pour son salut. Cependant, pour des raisons techniques (du point de vue du yôga), un gourou pourrait encore être sous les

lois du yôga, afin de pouvoir continuer à rester sous forme humaine. Dans telles conditions, quand quelqu'un essaie de contraindre le gourou à effectuer la Shakthipâth, la Divinité suprême ne le sanctionnera pas. En outre, tous les textes yôga sont unanimes et conviennent du fait qu'un vénérable professeur ou un gourou est doté de certains privilèges.

Le lecteur pourrait être surpris quand il lit ce que j'ai à dire sur le sujet des privilèges conférés à un gourou.

Selon tous les textes de yôga, un gourou peut même sauver une personne contre la colère de la Divinité suprême. La Divinité suprême a accordé ce privilège à un gourou depuis des temps immémoriaux.

Cependant, même Dieu, ou le Tout-Puissant ou la Divinité suprême, ne peut sauver personne de la colère du gourou. Encore une fois selon tous les textes de yôga, la Divinité suprême a conféré ce pouvoir au gourou depuis des temps immémoriaux.

Dieu ne peut être trompé parce que son existence absolue est la seule Vérité Absolue dans le cosmos; pas le libre-arbitre humain, gâché par l'égoïsme. Le libre-arbitre divin existe bien sûr, lorsqu'il n'est pas gâché par l'égoïsme. Quand il est gâché par l'égoïsme, il s'avère finalement une simple illusion.

Donc, quand un gourou effectue la Shakthipâth sur une personne, sur laquelle il décide d'accorder sa grâce (ou le Tout-Puissant décide d'accorder sa grâce), le gourou agit réellement comme moyen pour le Tout-Puissant sous forme humaine. Le gourou transfère sa propre énergie à la personne et s'attaque à la force suprême qui sommeille, qui est de nouveau l'être même du Tout-Puissant manifesté sous une forme différente.

Maintenant, la création du Tout-Puissant doit être annulée par le Tout-Puissant lui-même, ou elle-même. On peut se référer à la Divinité suprême dans n'importe quelle terminologie terrestre que l'on veut. Selon certaines religions, le Tout-Puissant est adoré sous la forme d'un homme, comme père ou comme amant. Selon certaines philosophies ou même certaines religions, la Divinité suprême est adorée sous forme féminine, comme mère. Je n'ai aucune idée sur les scientifiques modernes ! Ils pourraient se référer à la Divinité comme énergie sans conscience.

En conséquence, lorsqu'un gourou s'attaque à cette force primordiale afin de la ramener dans le mode inversé, il le fait soit par le toucher soit la vue, soit par un « mantra », soit par le biais de

son propre libre-arbitre. Parfois, le gourou peut utiliser une combinaison de ces techniques, si nécessaire.

Maintenant, je vais aborder la question de savoir sur qui cette technique peut être effectuée.

Tout être humain est-il en mesure de recevoir cette grâce divine ? Oui bien sûr. La religion, la race ou la croyance n'ont aucune importance. Le Tout-Puissant peut accorder sa grâce à n'importe qui, à tout moment. Même la logique terrestre rationnelle simple est suffisante pour s'accorder sur ce fait.

Alors, pourquoi le Tout-Puissant ne donne-t-il pas sa grâce et ne les libère-t-il du cycle de la naissance et de la mort ?

Et surtout, pourquoi le Tout-Puissant le ferait-il ?

Le Tout-Puissant a créé ou s'est manifesté comme être humain en exerçant le libre =-arbitre divin. Qu'en est-il de la question de l'être humain, qui exerce son libre-arbitre terrestre contre la volonté du Tout-Puissant ?

Est-ce qu'il ou elle existe séparément du Tout-Puissant ?

C'est la question fondamentale avec laquelle les êtres humains doivent se réconcilier.

De cette manière, lorsque vous créez un jouet (ou que vous vous manifestez comme jouet) pour votre amusement, et que vous le dotez de tous vos attributs, et que vous établissez un ensemble de lois qui le régissent, le jouet n'a aucun droit fondamental de vous interroger. L'existence même du jouet et vous, est une seule et même chose. Sans vous, il n'y a pas de jouet. Cependant, le jouet a été doté du pouvoir de réaliser sa vraie nature, que nous appelons Réalisation du soi.

C'est ainsi que la Divinité suprême a créé des êtres humains - comme un jouet pour l'amusement divin. Par conséquent, qu'en est-il du jouet ou, dans ce cas, d'un être humain exerçant son libre-arbitre terrestre ?

Le libre-arbitre que possèdent les êtres humains se transforme en Vérité Absolue lorsque l'être humain cesse d'être un être humain mentalement dépourvu de toute trace d'ego ! C'est à ce moment-là que se produit la réalisation du Soi. Le pouvoir du libre-arbitre ne s'accumule pas sous les conditions de l'égoïsme.

Tout être humain est une incarnation du Tout-Puissant. La Divinité est consacrée dans le cœur de chaque être humain. En raison de cela, le libre-arbitre divin essaie de briller dans l'esprit, bien que gâché par l'égoïsme !

C'est le point crucial à comprendre.

Le libre-arbitre est erronément entendu comme étant tout-puissant, et toute l'humanité ne cesse pas d'exercer son libre-arbitre (gâché par l'égoïsme) pour de petits gains terrestres.

Personne ne souhaite ou ne veut même pas vérifier si son existence est de nature Absolue ou illusoire. Personne ne veut même pas sortir du faux sentiment de liberté fourni par l'illusion du libre-arbitre. Le libre-arbitre se constitue définitivement comme la Vérité absolue, mais seulement lorsque l'ego a été retiré de l'équation. Jusqu'à alors, ce n'est qu'une illusion.

Ainsi, un être humain ne peut pas interroger le Tout-Puissant quant à la raison pour laquelle il ne comble pas tout de sa grâce. C'est exactement la raison pour laquelle un gourou ne peut pas être obligé d'effectuer la Shakthipāth !

J'espère que le lecteur comprend ce que j'ai écrit dans les paragraphes ci-dessus.

Il est généralement dit dans les écritures sanskrites que lorsqu'un élève est prêt, le gourou ou le Tout-Puissant apparaît instantanément.

Cela semble être un principe cosmique naturel.

Aucune explication rationnelle terrestre ne peut être proposée à ce sujet. C'est à prendre ou à laisser.

Je ne souhaite pas perdre de temps à débattre d'une discussion établie. Le libre-arbitre des humains, gâché par l'égoïsme, est immédiatement disponible pour être exercé par n'importe qui.

J'aimerais maintenant mettre l'accent sur la construction de la foi chez une personne. Il y a beaucoup de choses que nous considérons comme acquises. Nous considérons que l'eau va épancher notre soif. Nous prenons pour acquis le fait que les aliments élimineront notre faim. Nous prenons pour acquis que le feu nous fournira de la chaleur, et ainsi de suite. Parfois, la foi est construite après vérification expérimentale et parfois due à l'intuition. C'est la foi, indépendamment de sa rationalité ou de son irrationalité, qui est le tissu même de la vie. Il peut y avoir de nombreuses occasions où la foi ne peut pas être vérifiée expérimentalement. Tels que la foi d'un enfant dans sa mère, ou la foi d'un soldat avant d'entrer sur le champ de bataille.

Une personne est généralement considérée comme suffisamment digne de recevoir l'initiation à la Shakthipāth, en fonction de la structure de son esprit. Lorsqu'une personne peut

exercer une foi adéquate par rapport à la Divinité suprême, elle peut être initiée.

Permettez-moi de préciser cela !

Chaque esprit humain est composé d'un mélange de trois qualités, ou Guṇās selon les textes yôga.

Ces trois qualités sont rājas, tāmas et sātvic.

Rājas est de nature dynamique, tāmas est léthargique, et sātvic est l'équilibre.

La création sous toutes ses formes a lieu du fait de la qualité de Rājas; la destruction sous toutes ses formes a lieu du fait de la qualité de Tāmas; et la maintenance ou la subsistance sous toutes ses formes a lieu du fait de la qualité de Sātvic.

Chaque esprit humain est structuré de manière unique, basé sur ces trois qualités de l'Énergie cosmique suprême.

En outre, cette composition change également constamment dans l'esprit d'une personne, qui donne lieu à diverses modifications de l'esprit en termes de pensées et d'émotions.

Lorsque ces trois qualités elles-mêmes sont dans un état d'équilibre chez une personne, la personne surmonte l'emprise contraignante de l'énergie cosmique. Il ou elle entre dans un état de tranquillité ou d'inconscience !

Dans ce cas, au moins théoriquement, la réalisation du Soi devrait se produire.

Chez un être humain ordinaire, cet état d'équilibre se produit à plusieurs reprises dans sa vie quotidienne. Cependant, cela ne dure pas et l'être humain ne reconnaît pas non plus ce que c'est, quand cela se produit. Tout comme une gemme, qu'un homme pauvre ne peut pas reconnaître en voyant pour la première fois, on ne prend pas conscience accidentellement du bénéfice de la réalisation du Soi.

Maintenant, laissez-moi revenir à la composition unique des trois qualités de l'esprit d'une personne.

Grâce à un processus religieux systématique ou à la pratique régulière d'un système de yôga, l'esprit commence lentement à s'installer dans un état d'équilibre. Cependant, il n'y a pas encore de stabilité dans cet état. L'esprit de la personne commence à basculer d'un état à l'autre rapidement, de manière très désordonnée.

Cet état d'esprit désordonné se manifeste également dans les actions réalisées par la personne dans le monde extérieur ou la vie quotidienne.

Le lecteur peut-il imaginer le caractère d'une telle personne ?

Pour chaque bonne action, la personne commettra une action également mauvaise. Ainsi, les mérites et les démérites atteignent un équilibre. Pour chaque péché accumulé, il y a une quantité égale de vertus. En conséquence, cette personne commence à se construire une personnalité de saint-pécheur. Une telle personne, pour le dire d'une autre manière, ne dérive pas trop ni ne prend un chemin ou une mauvaise voie trop sérieusement. D'une façon ou d'une autre, la personne se replace constamment vers un état d'équilibre, bien que celui-ci lui échappe constamment.

Ce genre de personne réussit à rester dans un tel état où elle n'est plus utile à l'amusement divin du Tout-Puissant.

Cette personne commence à bouder comme un enfant.

C'est cette foi boudeuse de la personne sur la Divinité suprême qui est l'ingrédient essentiel requis pour l'initiation par la Shakthipāth.

À ce stade, le gourou ou la Divinité apparaît devant l'aspirant.

L'énergie kundalini est activée chez cette personne, et la création au niveau individuel doit être annulée par la force primordiale, qui l'a initiée en premier lieu.

Maintenant, la question est de savoir comment la Shakthipāth est effectuée.

Elle se fait via quatre méthodes populaires, comme l'a expliqué mon gourou. Elle se fait soit par le toucher, la vue, l'application du libre-arbitre Divin, ou via un mantra. Parfois, si nécessaire, une combinaison de ces techniques peut être utilisée par le gourou.



## *Brève histoire de l'ordre secret de Shakthipāth*

L'Ordre de Shakthipāth existe secrètement en Inde depuis l'Antiquité.

Il est dit dans "Yôga Vāsishtha", une ancienne écriture sanskrite, que Shakthipāth a été effectué sur Lord Sri Rama par son gourou Sage Vasishtha. Lord Sri Rama était le prince d'un ancien royaume en Inde et était accepté par le peuple comme une Incarnation divine. L'Ordre existe depuis un temps inconnu de la majorité de l'humanité. Peut-être existait-il même avant le temps de Lord Sri Rama.

Au fur et à mesure que les lecteurs parcourent ce livre, ils verront peut-être les raisons de ce secret.

On dit généralement que tous les six cents ans, l'Ordre alterne entre opérer en secret et en public.

Le dernier lien connu de ce lignage de moines était un yôgini qui habitait il y a environ sept cent ans dans un village appelé Padmanpura, dans la ville moderne de Srinagar, dans l'État de Jammu-et-Cachemire. Le village fait maintenant partie de la périphérie de la ville. C'est ce qu'on appelle Pampore.

Ce grand yôgini circulait dans la ville avec des vêtements déchirés. Elle a porté les noms de Lal Ded, Laleshwari et Lalla.

Les lecteurs peuvent accéder facilement aux enseignements de cette grand yôgini sur le web. Elle est appelée « Lal Ded » à

l'époque moderne.

Cependant, la connexion de Sa Sainteté à l'Ordre de Shakthipāth n'est connue qu'au sein de la fraternité de l'Ordre.

Ce qui est arrivé à l'Ordre de Shakthipāth pendant les six cent ans qui ont suivi son ère, personne ne le sait. Seule une petite quantité d'informations est disponible sur trois des yōgis ou praticiens du yoga, pendant cette longue période d'intervention : Swami Paramananda, Trailoki Baba et Swami Mukundananda. Je ne peux pas en dire davantage sur ces yogis car il n'y a pas beaucoup d'informations disponibles à propos d'eux.

Ici, je voudrais rappeler au lecteur que j'écris sur les yōgis. Les yōgis ne sont pas des savants religieux. Ils ne sont même pas d'autres saints ou swamis, qui pourraient être à la tête de grandes institutions ou organisations. Ils sont une classe à part. Selon les textes anciens en sanskrit, ils sont encore plus grands que les célestes ou Dieux. Ils sont la manifestation la plus pure de la Divinité sous la forme humaine. Rien ne peut égaler leur éclat spirituel. En fait, ils possèdent de tels pouvoirs surnaturels qu'ils peuvent créer des mondes parallèles ou un autre univers en tant que tel, s'ils le souhaitent. En conséquence, les petits problèmes terrestres ne sont pas importants pour eux. Les lecteurs peuvent maintenant facilement imaginer leur éclat.

L'Ordre de Shakthipāth a pris la vedette ces derniers temps à cause du grand yōgi ou praticien de yōga, Swami Gangadhar Tirtha, qui a vécu dans la ville moderne de Puri dans l'État d'Orissa, il y a plus de cent ans. Il est connu pour avoir initié un seul étudiant au Sidha Mahā Yōga.

Swami Narayan Dev Tirtha était le seul praticien qui a reçu l'initiation dans ce système yōga. Ce yōgi est né dans ce qui est maintenant le Bangladesh. Sa Sainteté a ensuite initié la troisième génération de praticiens (de ce lignage).

Cette troisième génération de praticiens a ensuite initié la quatrième génération, et a également formé le début de leurs propres lignages. J'ai donné un bref arbre de toute la lignée des moines que j'ai pu retracer, et aussi la liste des divers ashrams de cet Ordre (au moins ceux qui pouvaient être tracés) à la fin du livre.

Cependant, puisqu'il n'est pas possible d'écrire sur l'Ordre entier des moines dans ce livre, à partir de maintenant, je me concentrerai sur une lignée particulière : celle d'un yōgi appelé Yogananda, appartenant à la troisième génération. Ce yōgi est né dans un

endroit appelé Junagarh, dans l'état de Gujarat. Sa Sainteté avait initié plusieurs pratiquants au Sidha Mahā Yôga. Cependant, comme il n'est pas possible d'écrire sur toute la lignée des moines sous Sa Sainteté, je me concentrerai davantage sur une lignée particulière : celle d'un yôgi appelé Swami Vishnu Tirtha de la quatrième génération.

Cependant, avant de continuer à décrire cette quatrième génération de moines, j'aimerais dire un mot sur Yogananda, de la troisième génération. Contrairement à ses compagnons de pratique, Sa Sainteté a refusé de porter des vêtements safran et de renoncer à la vie mondaine. Ici, je voudrais m'attarder sur ce mode de vie particulier de manière plus détaillée.

Il existe deux sortes de yôgis.

La majorité d'entre eux renonce généralement à la vie mondaine, porte des vêtements de safran et vit loin de la société dominante, dans des endroits éloignés. Ils se concentrent sur la clarté de leurs pensées, sur toutes les impressions sensorielles, afin de pouvoir atteindre l'état de Samādhi, un état d'inconscience.

Leur ascétisme et leur pratique du yôga génèrent des vibrations puissantes qui influent sur le monde d'une manière très positive. Ces vibrations génèrent la paix et l'harmonie entre l'espèce humaine, le règne animal et aussi dans le système écologique. En un mot, le monde bénéficie de sa pratique yôga d'une manière très subtile et intangible.

Ils ont réussi à quitter le monde extérieur et à se concentrer entièrement sur leur monde interne. Ils ont du mal à attirer leur esprit sur l'état d'inconscience, qui est l'objectif final de tous les systèmes de yoga. Cependant, pendant plusieurs années, ils ont échoué dans cette lutte en raison des attractions de la vie mondaine et de la non-résolution de leur esprit. Pour cette raison, ils ont dû revenir à leur style de vie normal, ce qui entraînait de graves blessures spirituelles.

Pour un yôgi déchu, il n'y a pas de mesure corrective immédiate prescrite et connue, en termes de technique de yoga ou de pratique religieuse. En tenant compte des anciennes écritures sanskrites en tant qu'autorité, qu'elles semblent rationnelles ou irrationnelles, cela prend beaucoup de temps avant qu'un Yôgi déchu puisse revenir à son chemin original de yôga.

Craignant cela, certains yôgis préfèrent rester dans la société en général et pratiquer le yôga. Cela pourrait sembler mentalement

réconfortant, puisqu'il n'y a aucun risque de s'écarter du chemin du yôga.

Cependant, tout dépend de la façon dont on le regarde.

Dans le chemin précédent, le yôgi ne tombe que par la faible résolution de son esprit, du fait de quoi il se retrouve en proie à l'attrait des choses mondaines. Cependant, il ou elle s'est prévalu d'une chance équitable quand il a quitté la vie extérieure terrestre, a enfilé des vêtements de safran et a vécu loin de la société en général. Il aurait dû être plus facile pour lui de progresser dans le yôga.

Dans ce dernier cas, un yôgi refuse de quitter la société en général. Cependant, il a maintenant le plus grand défi à relever - de ne pas être la proie des attractions facilement disponibles. Cependant, le plus grand avantage ici est que le yôgi a encore une chance de réparer tous ses mérites et démérites accumulés dans le passé, en éprouvant physiquement les fruits résultants des actes passés, sans aucune attache émotionnelle envers les actions réalisées.

Dans le premier cas, où le yôgi vivait loin de la société dominante en tant que reclus, il ne pourrait réparer ses actes que grâce à la pratique du yôga. Néanmoins, même dans le cas où le yôgi connaît les fruits résultant de ses actes, physiquement, en vivant au sein de la société dominante, le yôgi est toujours considéré comme pratiquant du yôga. Donc, quand il s'agit de la pratique du yôga, cela ne change rien que le yôgi vive en dehors ou au milieu de la société dominante. C'est l'état d'esprit altéré en permanence qui compte. Les moyens employés ne sont pas importants.

C'est pourquoi, j'ai dit que tout dépend de la façon dont on le regarde.

Les deux méthodes ont leurs propres avantages et inconvénients. Donc, on ne peut pas vraiment dire quelle est la meilleure façon de vivre sa vie.

Peut-être, le destin lui-même décide le mode de vie d'un yôgi.

Ainsi, Yogananda était un yôgi qui avait volontairement choisi de ne pas prendre la voie de l'isolement.

Je vais maintenant me concentrer davantage sur la lignée de Swami Vishnu Tirtha, de la quatrième génération.

Ce yôgi est né dans l'état moderne de Haryana en Inde, dans un endroit appelé Jajjar près de la ville de Bhiwani. Sa Sainteté était un

avocat de profession et a été initiée au chemin de Sidha Mahā Yôga par Yogananda.

Sa Sainteté a développé un ashram existant ou retraite yôga dans la ville moderne de Devas dans l'État du Madhya Pradesh. Cet ashram s'appelle Narayan Kutī Sanyas Ashram.

Sa Sainteté a plus tard établi un ashram de plus sur les rives du Ganga dans la ville moderne de Rishikesh. Cet ashram s'appelle Yoga Shree Peeth.

Sa Sainteté a écrit plusieurs livres sur ce particulier système yôga et peut donc être considéré comme l'un des premiers hommes à populariser le sujet dans l'histoire moderne. Sa Sainteté avait initié plusieurs pratiquants et la fraternité s'est ramifiée à travers le pays. Comme il n'est pas possible d'écrire sur toute la lignée des moines sous Sa Sainteté, je vais maintenant me concentrer davantage sur la lignée d'un autre grand yôgi appelé Swami Shivom Tīrtha de la cinquième génération.

Ce yôgi est né dans la ville de Lahore dans le Pakistan moderne.

Plus tard, Sa Sainteté a contribué à populariser largement le système yôga en créant plusieurs livres en hindi. Les livres ont été traduits en plusieurs langues régionales indiennes.

Sa Sainteté a également été chargée du Narayan Kutī Sanyas Ashramby, par le maître Swami Vishnu Tīrtha.

Sa Sainteté a initié de nombreux pratiquants à ce système yôga et mon propre gourou Swami Sahajananda Tīrtha, qui vit dans la ville de Vijayawada à l'époque moderne d'Andhra Pradesh en Inde, était l'un des pratiquants sous Swami Shivom Tīrtha.

Sa Sainteté appartient à la sixième génération de moines à partir de Swami Gangadhar Tīrtha.

## Kriya

Je vais d'abord essayer d'expliquer le sens de ce mot avant de raconter mes propres expériences. Sinon, les lecteurs qui ne connaissent pas ce genre de système yôga peuvent avoir du mal à comprendre.

Les lecteurs qui connaissent déjà ce type de système de yoga peuvent également trouver cette section utile parce que la kriya ou réaction dans le corps, l'esprit et la vie quotidienne externe se développe de plusieurs façons selon le caractère de la personne.

Pour comprendre pourquoi la kriya dépend du caractère d'une personne, il est important de comprendre d'abord comment le caractère est construit chez une personne.

On dit que chaque être humain fait continuellement l'expérience de cette vie mondaine à travers les sens physiques. En conséquence, les impressions sensorielles sont enregistrées dans l'esprit. Ce sont ces impressions sensorielles teintées par la couleur de l'égoïsme ce que l'on appelle le « karma » dans les systèmes yôga, parce qu'ils construisent le destin futur de la personne, mettant ainsi la roue de la causalité en mouvement. Pour le dire d'une autre manière, on peut dire que le karma constitue une action passée (physique et mentale) d'une personne teintée par la couleur de l'égoïsme. Le karma peut être bon ou mauvais d'un point de vue terrestre. Le karma devient la cause de réactions ultérieures, formant ainsi le destin de la personne.

Ainsi, un ensemble de ces impressions relatives à un sujet

particulier développe une tendance particulière dans l'esprit de cette personne.

Permettez-moi de préciser cela.

Chaque lecteur doit être conscient de la façon dont le lavage de de cerveau est fait. Une série d'impressions sensorielles enregistrées à plusieurs reprises dans l'esprit fait qu'une personne ait tendance à agir d'une certaine manière. Cependant, il ne peut y avoir qu'une tendance à agir à ce stade. Plus tard, la tendance pourrait s'accroître lorsque les impressions sensorielles continuent d'être ancrées dans l'esprit de la personne. C'est la même histoire dans toutes les situations de la vie. Lorsque les impressions sensorielles ne sont pas assez fortes, elles peuvent lentement disparaître de l'esprit.

Comme mentionné ci-dessus, un ensemble de ces tendances développera une habitude chez cette personne appartenant à une catégorie particulière. Cette habitude peut être mentale ou physique.

La somme de toutes les habitudes chez une personne est ce que nous appelons le caractère de cette personne. C'est aussi simple que ça !

C'est ce caractère qui, lorsqu'il est divisé en morceaux, est un sac d'impressions qui a été imprimé sur le psychisme d'une personne.

C'est ce caractère, qu'il appartienne à cette vie ou à des vies passées, qui est la base ou la raison fondamentale pour laquelle un homme ou une femme naît en tant qu'humain, pour subir les conséquences des actions passées.

C'est ce caractère d'une personne qui se traduit en son destin.

C'est ce caractère qui doit être résolu de manière accélérée afin que toutes les impressions sensorielles soient effacées ou effacées de l'esprit d'une personne. Le processus de gravure se manifeste comme kriyas lorsqu'un guru apporte l'allumage requis à une personne en l'initiant au système yoga, soit par le toucher ou la vue, soit par l'application du libre-arbitre divin, soit par un mantra.

Maintenant, comprenons le sens de kriya.

En ce moment, les lecteurs ont déjà deviné ce que je vais écrire ensuite. Cela s'explique automatiquement si les lecteurs ont compris ce que je voulais dire par « caractère » d'une personne.

La signification littérale du mot « kriya » n'a aucune importance. Kriya se rapporte aux réactions qui se produisent dans le corps, l'esprit et dans les événements externes. Ces réactions ont lieu

lorsque la force cosmique primordiale suprême essaie de résoudre le psychisme d'une personne ou de nettoyer l'esprit de toutes les impressions sensorielles d'une manière accélérée. Lorsque cela est atteint, la personne est libre de toutes les impressions (bonnes et mauvaises, qui ont été accumulées dans leur esprit) au fil des années ou des milliers de vies passées.

Tout doit être détruit.

Tout comme le caractère d'une personne a été construit par des impressions sensuelles empilées avec le temps, le même processus doit être annulé afin que l'esprit soit totalement exempt de toute modification. Quand un esprit est élevé à cet état tranquille, l'esprit ancré dans le corps se reflète dans les eaux tranquilles de l'esprit.

La résolution de la psyché humaine propulse une personne vers la dernière étape de la réalisation du soi (bien que ce résultat dépende de la volonté du Tout-Puissant). L'énergie cosmique primordiale suprême qui est consciente et connue, sait mieux comment atteindre cette résolution.

Ainsi, des séquences de réactions sont maintenant déclenchées, le gourou agissant comme moyen pour la force primordiale suprême. Sans cette grâce divine du gourou, la roue de la vie continuera d'autre part dans un cycle d'action et de réaction sans fin, de naissance et de mort, de bonne action et de mauvaise action, ou de bons fruits et de mauvais fruits, ou de bonheur et de malheur, de chaleur et de froid, et même toutes les autres dualités.

Alors, ce qui se passe lorsque la Kriya commence à se manifester dans le corps, l'esprit et la vie quotidienne externe est un mystère pour la science moderne, car cela ne s'explique pas par des moyens rationnels. Par exemple, une personne peut commencer à transpirer malgré le temps frais à l'extérieur, et cela peut se produire sans aucune explication physiologique.

Une autre personne pourrait soudainement commencer à pratiquer certaines postures yôga, qu'elle n'aurait même jamais apprises dans sa vie présente.

Une autre personne pourrait commencer à préférer certains mantras, qu'elle n'avait jamais appris.

Dans certains cas, une personne pourrait commencer à pleurer, à rire, ou même à créer des sons similaires aux animaux.

Dans certains cas, une personne peut commencer à danser, et cela peut aussi prendre une forme particulière de danse qui n'a jamais été apprise.



Dans certains cas, une personne pourrait commencer à se retourner et à rouler sur son siège, ou même rouler sur le sol comme si elle était possédée par un démon inconnu à l'intérieur du corps.

Dans certains cas, la personne peut commencer à chanter dans une langue et mélodie inconnue.

Cette liste n'est pas exhaustive.

Toutes les réactions mentionnées ci-dessus concernent le corps brut et aucun effet secondaire nuisible ne se produit dans la personne, de quelque façon que ce soit. En outre, la personne peut arrêter les kriyas ou les réactions à tout moment en exerçant son libre-arbitre, très facilement. En fait, c'est un don de la Divinité puisque la Divinité est consciente de l'esprit d'un praticien tout le temps. Ici, les lecteurs sont invités à comprendre que la Divinité veillera à ce qu'un praticien de yôga ne subisse aucun dommage pendant que les kriyas se manifestent. Cependant, la manifestation des kriyas peut être arrêtée volontairement par une personne, si nécessaire. Ce contrôle sur les kriyas jusqu'à une certaine mesure a été conféré à un praticien de yôga par la Divinité directement. Parfois, les kriyas peuvent devenir incontrôlables et seul un gourou peut exercer son contrôle sur elles.

Comme je l'ai dit avant, le guru donne un mantra à la personne au moment de l'initiation en plaçant sa main sur le sommet de la tête, ou utilise une combinaison des techniques.

Dans certains cas, la Kriya commence à se manifester immédiatement dans le corps. Par la suite, la personne initiée doit rester avec le gourou pendant trois jours consécutifs afin que la personne soit sous observation directe lorsque la Kriya commence à se manifester. L'intensité du kriya est entièrement sous le contrôle du guru. Le gourou peut soit augmenter l'intensité, soit diminuer l'intensité, soit l'arrêter, soit même retarder sa manifestation.

Après cette période initiale de trois jours, la personne est libre d'aller pratiquer le yôga n'importe où. Donc, quand une personne est assise sur un siège et commence la répétition du mantra, la Kriya commence à se manifester après un certain temps.

Le but de la kriya est de nettoyer l'esprit, d'effacer toutes ses impressions sensorielles accumulées.

Ainsi, en fonction du caractère d'une personne (qui, encore une fois, est une somme totale de toutes les impressions recueillies par la personne), un ensemble particulier de réactions peut commencer

à se manifester.

Cependant, cela ne signifie pas que le même type de réactions se poursuivra pour toujours et aussi pour tous. Le caractère de chaque être humain est unique. Par conséquent, les réactions, qui se manifestent pour effacer son caractère, sont également uniques. Cependant, certains traits communs peuvent être observés chez les êtres humains. Par conséquent, certaines réactions communes pourraient également être observées chez les praticiens.

Une fois le nettoyage de l'esprit terminé, un ensemble différent de réactions peut commencer à se manifester. Mais, la manifestation de la kriya n'a pas lieu de manière compartimentée. Parfois, le nettoyage requis de l'esprit peut ne pas être terminé, et un nouveau type de kriya pourrait commencer simultanément, suivi d'un autre type de kriya. Cela dépend entièrement de la structure de l'esprit et des impressions accumulées. La manifestation des réactions dépend entièrement de la nature des impressions sensorielles enregistrées dans l'esprit d'une personne.

Donc, c'est le caractère d'une personne, comme je l'ai dit avant, ce qui alimente la kriya manifestée chez une personne. Jusqu'à présent, j'ai parlé du genre de kriya qui appartient au corps physique brut d'une personne.

Je vais maintenant préciser sur d'autres types de réactions !

Certaines réactions peuvent être classées comme appartenant uniquement à l'esprit. Les réactions ne sont pas visibles par un observateur extérieur. Seule la personne concernée sait quand la kriya a lieu dans son esprit. Cette conscience mentale est accordée à un praticien de yôga par l'énergie cosmique suprême.

Les lecteurs pourraient se demander comment quelqu'un peut différencier une pensée normale et une pensée qui est considérée comme une kriya.

Permettez-moi de l'expliquer de cette façon.

Disons qu'une personne a fermé les yeux et est assise sur un siège de méditation. Les images mentales commencent à inonder son esprit. La personne ne visualise rien du tout par aucun effort que ce soit.

En outre, la personne pourrait commencer à voir des visages de personnes qu'elle n'a jamais rencontrées.

De même, la personne pourrait voir très clairement certaines villes qu'elle n'a jamais visitées.

En outre, elle pourrait voir des plantes étranges, des fleurs, des

arbres et des créatures, avec lesquels elle n'est même pas familière.

En outre, la personne pourrait voir des véhicules ou des armes étranges, qui ne sont même pas encore disponibles dans les temps modernes.

Le lecteur pourrait supposer que la personne les a lus dans les livres ou vus dans les films. Et si la personne n'a absolument aucun lien avec quoi que ce soit, ce qui est vu dans l'espace mental ?

Comment expliquer ce phénomène tout en entier ?

Regardez-le à partir de l'angle que vous voulez.

Le débat peut durer encore et encore ! Le fait est que c'est clairement une kriya ! La personne doit avoir eu cette expérience dans une vie passée, et elle est maintenant nettoyée de toutes les impressions sensorielles accumulées, par l'énergie primordiale suprême et omniprésente fonctionnant dans le mode inverse de destruction ou d'involution.

Quand je dis la destruction, c'est la destruction de la psyché d'une personne à laquelle je fais allusion. Cela se produit afin que la réalisation du soi ou la connaissance divine puisse briller dans l'esprit. Cela ne peut se produire que lorsque les impressions accumulées sont maintenant effacées de l'esprit par la même énergie.

Et c'est ce qui se passe à travers une kriya.

Un autre type de kriya peut être classé comme le type appartenant à la vie quotidienne externe. Une personne se sent comme si l'énergie divine qui connaît tous les deux, est en train d'interagir activement avec sa vie quotidienne. Cela se produit parce que l'énergie cosmique est éprouvée par un praticien distinctement, comme une entité séparée à l'intérieur et à l'extérieur du corps. Je l'ai expliqué plus en détail dans les chapitres ultérieurs du livre.

De nombreux événements bizarres et étranges commencent à se produire, confirmant ainsi à la personne que la Kriya est en train de se manifester !

Permettez-moi de raconter quelques exemples.

Supposons qu'une personne dans le cours normal de sa vie soit destinée à subir une blessure grave à la jambe droite due aux péchés passés commis soit dans cette vie, soit dans une vie passée. Afin d'accélérer ce destin et d'enlever les impressions concernées de leur esprit, l'énergie omniprésente assurera que la personne reçoit des blessures légères sous une forme ou une autre, ce qui fait que la personne concernée subit la réaction obligatoire. Toutes les

conditions externes nécessaires sont créées pour la personne dans sa vie normale, de sorte que le destin puisse être résolu.

De même, une personne qui est destinée à se noyer dans l'eau pourrait expérimenter un événement très doux, où quelqu'un pourrait jeter de l'eau sur sa tête dans sa vie quotidienne normale.

Cependant, des réactions semblables se produisent de la manière inverse, dans lesquelles une personne peut être soumise à une jouissance mondaine sous une forme douce, éliminant ainsi tous les mérites accumulés en raison de bonnes actions dans le passé.

Les lecteurs doivent rappeler que les bonnes et les mauvaises impressions seront effacées.

De même, les événements heureux et les événements malheureux dans la vie sont également éliminés.

Ce nettoyage de l'esprit de tous types d'impressions est obligatoire pour que la lumière de la Connaissance Absolue brille !

Ce qui a été appris dans la vie normale doit être désappris pour que la Divinité se manifeste !

## *Manifestation structurée de l'énergie*

Je voudrais commencer ce chapitre en décrivant la structure du corps humain depuis la perspective du yôga. C'est un point crucial car les lecteurs peuvent trouver cette perspective difficile à comprendre, à la lumière de la compréhension moderne de l'anatomie du corps humain.

Je demanderai aux lecteurs de ne pas comparer cette anatomie yôga à l'anatomie moderne, et d'être assez humbles pour accepter que tout ne soit pas connu à propos de l'anatomie humaine, même aujourd'hui.

En tout cas, cette connaissance de l'anatomie humaine yôga, qu'elle soit conforme à l'anatomie connue ou non, est de très peu d'importance.

Il est dit dans les anciens textes yôga que le corps humain comprend cinq gaines différentes, qui asservissent l'esprit divin infini ancré dans le corps.

La première gaine est connue sous le nom de ānandamaya kôsha ou « gaine du bonheur ». Cette gaine enveloppe l'esprit infini dans l'illusion cosmique, ou « māya », comme on l'apprend dans les textes yôga. Ce corps enveloppé est connu sous le nom de kârañasharîra ou « corps décontracté ». C'est en fait le noyau du corps humain, sur lequel d'autres couches commencent à se manifester, jusqu'à ce que le corps brut final se manifeste.

Les lecteurs doivent m'excuser pour ne pas spécifier davantage! Je ne suis pas assez compétent pour me prononcer sur un état spirituel si élevé et il n'entre pas dans le cadre de ce livre.

La deuxième gaine est connue sous le nom de vijñānamaya kōsha ou «la gaine de la connaissance». C'est dans cette gaine que l'intellect humain et l'égoïsme sont co-situés et intégrés. En outre, c'est aussi le foyer de toutes les impressions sensorielles et c'est le point de départ de la psyché humaine - à la fois consciente et subconsciente.

C'est à cette gaine que les yogis s'intéressent principalement! À moins qu'il ou elle ne soit totalement dégagé (e) à la fois de l'égoïsme et des impressions sensorielles, le yōgi ne peut pas atteindre l'état de "samādhi", ou l'état d'inconscience, qui est l'objectif terminal dans tous les systèmes de yoga. À ce stade, toutes les lois de la science relatives à l'univers physique doivent être décomposées!

Le lecteur doit comprendre que cet état n'est pas l'état de réalisation du soi, lequel se produit à un niveau beaucoup plus élevé après la dissolution du corps décontracté, et pour ce dernier tour du voyage, même les lois de yōga doivent être déconstruites. Il est impossible pour moi, ou n'importe qui en fait, de fournir une description de ces niveaux supérieurs.

Au-dessus de cette gaine est manōmaya kōsha ou « gaine de l'esprit ». C'est cette gaine celle qui est le siège de tous les sens et d'où l'application du libre-arbitre s'exerce par l'esprit illimité asservi.

Au-dessus de cette gaine est "la gaine de la force de vie" ou "prānamaya kōsha", comme elle est appelée dans les textes yōga. Cette gaine de « force de vie » semble être semblable au corps humain en termes de forme. C'est ce qu'on appelle un corps fantôme dans certaines cultures. Il contient un réseau complexe de canaux énergétiques extrêmement subtils. Il existe cinq forces mineures et cinq forces majeures dans cette gaine, lesquelles exercent diverses fonctions à l'intérieur du corps comme la respiration, la digestion, l'excrétion, la procréation, la circulation sanguine, le bâillement etc.

Par projection, « la gaine de la force vitale » est le corps brut connu sous le nom de « annamaya kōsha » ou « gaine des aliments ». C'est la dernière couche.

Ainsi, de la « gaine du bonheur » jusqu'à la « gaine de nourriture », il y a cinq gaines.

La première gaine est appelée « corps décontracté ». Le corps décontracté recouvert par les trois gaines suivantes est connu sous le nom de « sūkshmaśarīra » ou « corps subtil ».

Le corps subtil est enfin recouvert par la dernière gaine, connue sous le nom de corps physique brut.

C'est ce corps grossier qui meurt après avoir été usé, ou s'il n'est pas assez en forme pour qu'un esprit y habite.

Le « corps subtil », avec l'esprit asservi dans les quatre gaines restantes, sort après la mort et est réincarné dans un nouveau corps. La vie dans laquelle l'esprit se réincarne dépend du type de personnalité qu'il a réussi à accumuler, une naissance après l'autre.

Ainsi, le corps décontracté est constitué de l'énergie primordiale dans sa forme fondamentale, c'est-à-dire l'illusion cosmique ou la māya, qui est suprême dans le cosmos.

Le lecteur pourrait souligner que c'est l'esprit infini ou le Tout-Puissant qui est censé être suprême ! Oui, en fait, la puissance cosmique suprême n'est jamais sans esprit, et l'esprit infini n'est jamais sans pouvoir suprême. C'est la même chose, comme les deux faces d'une pièce.

Dieu ne peut guère être appelé Dieu sans cette énergie suprême inhérente ! Tout comme un homme araignée dans les films hollywoodiens ne peut pas exister sans le pouvoir inhérent d'une super-araignée. Il en va de même avec les Shaktimān des textes sanskrits, qui ne peuvent pas exister sans shakthi ou énergie inhérente.

De même, l'énergie sous sa forme fondamentale ne présente sa suprématie que sous la forme de l'esprit infini.

L'esprit et l'énergie sont inséparables. Ce n'est pas seulement en raison des limites des langues terrestres que la Divinité ne peut pas être décrite, mais aussi parce que la Vérité Absolue est inconnue.

Permettez-moi de préciser cela.

La Vérité Absolue dans le cosmos et au-delà, est la Divinité suprême. Cette Divinité suprême ou la vraie nature du Soi est inconnue de tous, à tout moment, y compris pour moi-même au moment où j'écris ces lignes ! Si j'étais une âme auto-réalisée, alors je n'écrirais pas ce livre maintenant. C'est pourquoi j'ai affirmé ci-dessus que la Divinité ne peut pas être décrite en raison de la Vérité Absolue inconnue !

Lorsque la "gaine du bonheur" ou l'énergie dans sa forme fondamentale retourne vers sa source qui est Dieu, c'est cela ce

qu'on appelle auto-réalisation !

Cependant, cette transformation finale ou réalisation du Soi dans un être humain ne se produit que par la volonté du Tout-Puissant. Même les lois de yôga doivent subir une rupture. C'est pour cette raison que l'auto-soumission absolue est obligatoire dans tous les systèmes religieux.

Maintenant, l'énergie qui imprègne les trois gaines suivantes de la connaissance, de l'esprit et de la force de vie, est classée ensemble comme chitshakthi ou « force psychique ». C'est l'énergie dans son prochain état, plus grossier.

Cette énergie peut être davantage classée comme le constituant de l'intellect ou bouddhi, l'esprit ou chit, et la force de vie ou prāṇ, selon les différents textes yôga. De nombreux textes font référence à cette énergie à l'aide de l'un des mots que j'ai énumérés ci-dessus. Il suffit que le lecteur comprenne que la même énergie se manifeste sous différentes formes, en fonction de la fonction spécifique du corps humain.

La forme de l'énergie qui imprègne les niveaux les plus bas est l'énergie physique, énergie que le lecteur et la science moderne connaissent bien.

Ainsi, dans la première gaine, nous avons de l'énergie dans son état d'origine, laquelle est responsable de la création de « l'illusion cosmique » ou « māya ». Dans les trois gaines suivantes, nous trouvons la manifestation grossière de cette énergie - comme « force psychique ». Dans la dernière gaine, cette énergie se manifeste comme une force physique grossière, que l'on appelle cosmos ou nature ou "prakriti" en texte sanskrit !

Si vous approchez de la manifestation de l'énergie dans l'ordre inverse, nous constatons que d'une part, les lois de la science relatives à l'énergie physique brute doivent cesser de fonctionner afin qu'un yôgi poursuive la réalisation du Soi.

Ce que je veux dire par "dégradation de l'énergie physique/lois de la science", c'est que cela ne s'applique plus à ce stade. Le yôgi commence à posséder des pouvoirs surnaturels.

Bien que ces pouvoirs puissent être « surnaturels » pour un être humain ordinaire tenu aux lois de la science, pour les yôgi, ils sont naturels!

Néanmoins, même si un yôgi peut posséder des pouvoirs surnaturels, il ou elle ne peut pas encore atteindre l'état de réalisation du Soi. C'est ainsi parce que même les lois du yôga (qui



concernent les puissances surnaturelles) doivent être déconstruites pour que tout progrès soit réalisé.

Ainsi, le yôgi doit surmonter les lois de la science et les lois du yôga pour que la réalisation du soi se fasse. Le Brahman suprême, ou esprit, ou Tout-Puissant, ou Dieu a réservé tous les droits au Soi.

Ici, j'aimerais aborder brièvement l'anatomie du système céphalo-rachidien du point de vue du yôga, au bénéfice du lecteur ordinaire. Selon ce point de vue, l'anatomie humaine concerne la structure de la force vitale contenue dans le système céphalo-rachidien grossier. Ce point de vue ne donne aucune importance à la chair et aux os. Par conséquent, on ne peut pas ouvrir le système céphalo-rachidien et voir cette force de vie. La structure de cette force vitale est basée sur des modèles énergétiques si subtils qu'ils ne peuvent même pas être trouvés sur le spectre électromagnétique connu de la science moderne. Par conséquent, les lois de la science, qui appartiennent à la forme brute de l'énergie, ne sont pas applicables à ce niveau microcosmique, c'est pourquoi aucun instrument ne peut le mesurer ou l'enregistrer, directement ou indirectement.

À partir de la base de la colonne vertébrale, et en se déplaçant vers le sommet de la tête, il existe sept centres d'énergie appelés chakras, selon les textes yôga.

Le premier s'appelle chakra racine ou Mūlādhāra chakra. Il est situé à la base de la colonne vertébrale à mi-chemin entre l'anus et la région génitale. Kundalini ou l'énergie cosmique est située dans ce chakra ou le centre d'énergie dans une sorte d'état de sommeil. Les textes de yôga décrivent ce chakra de manière très détaillée.

Cependant, la structure est très complexe et je ne donnerai que de brefs détails sur ce chakra en particulier, afin que le lecteur général puisse en avoir une idée !

Si vous êtes davantage intéressé, les lecteurs peuvent lire sur les autres chakras et aussi sur toute l'anatomie du système céphalo-rachidien ! Beaucoup de livres sont disponibles à propos du sujet et les lecteurs peuvent facilement y accéder sur Internet !

Tous les chakras sont censés être sous forme de fleur de lotus.

Le lotus chakra racinaire est composé de quatre pétales. Les pétales sont de couleur rouge. Peut-être, le modèle d'énergie est façonné sous la forme d'un pétale, et il existe quatre modèles de ce genre. En outre, la couleur rouge peut indiquer la fréquence

associée à la couleur rouge dans le spectre électromagnétique.

Sur chacun des pétales se trouve une lettre de l'alphabet sanskrit. La couleur de ces lettres est dorée ! Le son des lettres est Va, Sha, Sha et Sa. Quand on dit que les lettres sont situées sur les pétales, c'est peut-être le son de la lettre sanskrite qui est en quelque sorte intégrée au modèle énergétique.

En tout cas, le son en tant que tel est aussi de l'énergie. Par conséquent, une lettre particulière de l'alphabet sanskrit ou le son particulier de la lettre comporte certains modèles d'énergie associés.

Toute la fleur de lotus est censée être un centre énergétique. Ainsi, il est facile à comprendre qu'elle est structurée en fonction de divers modèles d'énergie sous forme de pétales, de lettres, de couleurs des pétales ou de couleur des lettres. Dans ce cas, toutes les lettres sont censées être indicatives d'un certain niveau de fréquence.

À l'intérieur de la fleur, une région est censée être sous la forme d'un cube à quatre côtés entouré de huit lances ! Selon les textes yôga, le carré est un symbole indiquant l'élément Terre. Les lances représentent les différentes directions.

De cette manière, cette région est censée représenter la « qualité de la terre » ou le principe de solidité dans la matière !

En outre, la couleur de cette région est jaune selon les textes yôga. Les lecteurs doivent être familiers avec la fréquence d'énergie associée à la couleur jaune dans le spectre électromagnétique. Par conséquent, cette couleur jaune pourrait indiquer une sorte de modèle d'énergie. Selon les textes yôga, le jaune représente l'élément terre. En outre, la couleur jaune représente également le sens de l'odorat selon les textes yôga ! Toute la région jaune est représentée par une lettre "lam" venant de l'alphabet sanskrit ! Ou le corps sonore représente cette région jaune.

À l'intérieur de la fleur, il y a aussi un triangle inversé. Le triangle inversé représente l'organe ou l'énergie génitale féminine, selon le culte des shāktās ou des adorateurs de l'énergie en Inde. Ainsi, le triangle inversé lui-même doit être un modèle de l'énergie puisque l'énergie en tant que telle est toujours représentée par un triangle inversé. En outre, à l'intérieur du triangle, se trouve un autre son ou une lettre Sanskrit "klīm". Le triangle est également rempli en couleur rouge. Le klīm du son est censé représenter l'énergie sexuelle, ou l'énergie créative. La couleur rouge est associée à la passion ou à la luxure.

Au-dessus du triangle se trouve un shiva linga ou phallus de couleur noire (c'est sa forme). Selon les disciples du Shaivisme en Inde, le Tout-Puissant est adoré sous la forme d'un phallus.

La Kundalini ou énergie cosmique suprême est censée être sous une forme enroulée autour du phallus. Elle est censée être composée de trois et demi bobines, et sous la forme d'un serpent, avec sa gueule couvrant le haut du phallus !

Les lecteurs peuvent maintenant bien imaginer à quel niveau microcosmique cette énergie existe, et pourtant à quel point elle est puissante.

Tout d'abord, le centre d'énergie lui-même est invisible et ne peut même pas être détecté par les instruments modernes sophistiqués. L'ensemble de la structure du centre énergétique en forme de lotus est constitué de superbes modèles d'énergie. C'est comme si on construisait une machine avec des motifs d'énergie comme matériau, ou encore un modèle construit à partir de superbes modèles d'énergie ! En outre, chaque modèle d'énergie est conscient et il est imprégné par le Brahman suprême, ou âme universelle, ou Dieu ! Par conséquent, il existe un dieu ou une déesse locale associé à chaque modèle d'énergie.

Permettez-moi de préciser cela.

L'énergie ne peut jamais exister séparément de l'esprit, de la Divinité ou de Dieu en tout point. Cependant, différentes qualités sont attribuées à l'énergie en fonction de sa fonction spécifique dans le cosmos, ou dans sa version miniature du corps humain. Ainsi, Dieu est également attribué à chaque modèle d'énergie. C'est ce que l'on entend par Dieu ou déesse locale dans un centre énergétique. Sinon, la Divinité en tant que telle ne peut être divisée en Dieux différents. Sans cette rupture théorique de la Divinité suprême, il n'est pas possible d'expliquer ou de comprendre la nature très complexe de la Divinité rationnellement.

L'énergie Kundalini existe elle-même à l'intérieur de cette structure complexe sous une forme encore plus fine que l'énergie qui existe dans le centre d'énergie en forme de lotus. J'espère que les lecteurs peuvent facilement imaginer la nature microcosmique de l'énergie dans un corps humain !

C'est cette énergie cosmique suprême qui, après avoir créé un être humain, continue à projeter et à soutenir un monde d'illusion sur la psyché de la personne ! D'une manière ou d'une autre, les différents modes d'énergie dans le système céphalo-rachidien (que

j'ai décrit ci-dessus) sont intégrés dans le rayon d'illusion qui est projeté dans l'infini, créant ainsi le monde illusoire qu'une personne éprouve.

Quelques dieux locaux et déesses ainsi que quelques autres objets sont également situés dans cette structure de chakra, selon les textes yôga ! Je ne vais pas entrer davantage dans le détail de ce chakra, car ce sera inutile !

Les connaissances académiques sont bonnes uniquement pour la diffusion d'une conférence ou l'écriture d'un livre, comme je le fais maintenant. Outre ces deux utilisations, les connaissances académiques ne peuvent entraîner aucune paix et bonheur pour une personne. Peut-être que l'amusement intellectuel pourrait être un autre usage. Et c'est tout à propos de son but.

De même, il existe d'autres chakras ou centres d'énergie le long du système céphalo-rachidien.

Le chakra suivant s'appelle Svādhistāna chakra et il est situé à la racine de la région génitale. Il est suivi du Mañipura chakra situé dans la région du nombril. Ceci est suivi par l'Anāhata chakra situé dans la région du cœur. Le cinquième chakra est situé à la base de la gorge et s'appelle le Vishudha chakra. Le sixième chakra se situe entre les sourcils et on appelle le chakra Ājna. Le dernier est appelé Sahasrāra chakra et se trouve dans la région cérébrale.

Chacun de ces centres d'énergie ou lotus contient un nombre fixe de pétales. Du premier chakra au sixième chakra, il y a un total de cinquante pétales comprenant les cinquante lettres de l'alphabet sanskrit ! Le dernier chakra dans la région cérébrale se compose de mille pétales avec l'alphabet entier de cinquante lettres répétées vingt fois!

Tout comme la force cosmique, après avoir été réveillée à partir de son chakra de racine, monte le long du système céphalo-rachidien et atteint la région cérébrale, la réalisation du Soi est censée se produire chez une personne ! Lorsque l'énergie cosmique était dans son mode créatif, elle a créé l'existence illusoire sous la forme d'un être, connu sous le nom d'humain, et l'a ensuite maintenu, à la base du système céphalo-rachidien. Lorsque ce processus est inversé, l'énergie revient à la source, dans la région cérébrale. Ainsi, l'esprit est rempli de Connaissance Absolue !

Ce long récit que j'ai écrit ci-dessus est crucial pour comprendre le mouvement de l'énergie dans le corps humain.

L'énergie primordiale après la création du corps humain

continue à projeter et à soutenir un monde d'illusion à l'esprit infini ancré dans le corps !

Les lecteurs sont priés de se souvenir que cet esprit n'est pas différent de l'esprit suprême du cosmos ou de Dieu ! C'est la même chose !

Ainsi, cette énergie est localisée à la base du système céphalo-rachidien dans un corps humain, exactement à mi-chemin entre l'anus et la région génitale.

Cette énergie, lorsqu'elle est manipulée par un gourou, passe au mode inversé et détruit ce qu'elle a créé et a soutenu depuis des années ! En conséquence, le mouvement de l'énergie dans son mode inversé d'involution se propage à travers le corps, vers chaque cellule.

Je vais maintenant raconter mes propres expériences sur la façon dont cette énergie a été réveillée dans mon corps et comment elle y a entraîné des mouvements!

## *Éveil de l'énergie kundalini*

Au mois de novembre 2007, j'ai été initié au Sidha Maha Yôga, un système de yoga pratiqué par l'Ordre de Shakthipāth.

J'avais entendu par un ami (le Dr. VVSS Chandra Sekharam) que mon futur gourou Sri Swami Sahajananda Tirtha, qui appartient à cette Ordre, allait visiter la ville Hyderabad, en Inde.

Mon ami m'avait invité à venir chez lui pour recevoir Sa Sainteté, et j'avais convenu rapidement de le faire. J'ai rencontré mon futur gourou vers huit heures ou neuf heures du soir, dans la résidence de mon ami.

J'ai eu un choc agréable lorsque j'ai compris que j'avais déjà rencontré Sa Sainteté il y a environ vingt et un ans. Sa Sainteté avait été un compagnon de voyage à bord d'un train pour New Delhi.

J'avais fait ce voyage pendant l'été 1986, quand j'avais environ quinze ans.

Sa Sainteté avait occupé la couchette inférieure, à l'opposé de ma couchette. Nous avons voyagé ensemble pendant trente heures.

Sa Sainteté, en tenue de safran, retournait à son ashram ou retraite yôga à Rishikesh, en bas de l'Himalaya, dans l'état moderne d'Uttarakhand en Inde.

J'étais en route pour apprendre l'alpinisme et l'escalade dans le célèbre institut Nehru de l'alpinisme dans une ville appelée Uttarkashi (un peu plus loin dans l'Himalaya), également dans

l'Uttarakhand.

Je devais traverser la ville de Rishikesh et prendre un bus pour rejoindre Uttarkashi.

Quand Sa Sainteté a appris mes projets de voyage, il m'a proposé de me recevoir dans son ashram à Rishikesh. Je devais m'arrêter pour une nuit, soit à Rishikesh, soit dans la ville voisine de Haridwar, pendant mon voyage aller- retour.

Ensuite, il a écrit son nom et l'adresse de son ashram sur un morceau de papier et me l'a donné. J'étais très sceptique quant à l'offre et je n'ai guère fait attention à ce sujet.

Gardez à l'esprit que j'avais environ quinze ans et que mon futur gourou devait avoir environ soixante-deux ans à l'époque. Donc, le lecteur peut bien imaginer le type de conversation qui a eu lieu entre nous.

Après avoir atteint New Delhi, nous nous sommes séparés. J'ai eu du travail à faire à New Delhi avant de prendre un bus pour la ville de Haridwar. Sa Sainteté devait également s'arrêter à New Delhi pour une journée.

Dans la soirée du même jour, j'ai embarqué à Haridwar, qui est situé près de Rishikesh, et a atteint la ville vers minuit. À ma grande horreur, j'ai constaté que la ville était surpeuplée. Les rues étaient remplies de personnes qui dormaient sur le sol. J'ai appris plus tard que le "Kumbh Mela" - un festival fluvial célébré sur les rives du Ganga tous les douze ans - était à son apogée. En conséquence, J'étais coincé, sans endroit où dormir. D'une façon ou d'une autre, j'ai réussi à obtenir un lit dans un hôtel après avoir payé un prix élevé.

Le lendemain, j'ai décidé d'acheter un billet de train retour à l'avance, avant de prendre le bus pour aller à Uttarkashi. Bien qu'il y ait des guichets ferroviaires spéciaux établis pour gérer les foules, cela m'a encore pris plusieurs heures pour acheter le ticket. En raison de ce délai inattendu, j'ai raté le dernier bus pour Uttarkashi.

L'idée même de passer une autre nuit à Haridwar était effrayante, en raison des prix élevés que les hôtels facturaient. Alors, j'ai décidé de prendre la seule décision logique, qui était de voyager en direction d'Uttarkashi et de m'arrêter dans n'importe quelle ville que je pourrais atteindre avant la nuit. On m'a dit que si je pouvais arriver rapidement à Rishikesh, qui était sur le chemin d'Uttarkashi, j'arriverais peut-être à attraper le dernier autobus vers une ville appelée Tehri.

J'ai décidé de prendre cette route, parce que les prix de l'hôtel seraient moins élevés à mesure que je m'éloignais du cœur du festival Kumbh Mela.

Après avoir atteint Rishikesh, j'ai appris que le dernier autobus à Tehri était parti. Pire, j'ai constaté qu'il n'y avait pas de différence de prix d'hôtel à Rishikesh.

Donc, je n'avais pas d'autre choix que de rester une deuxième nuit à Rishikesh.

C'est alors que je me suis souvenu de l'adresse de l'Ashram qui m'avait été donnée par Sa Sainteté. Forcé par les circonstances, je me dirigeai vers l'ashram dans l'espoir de passer la nuit gratuitement.

L'ashram s'appelait "Yoga Shree Peeth" et était situé très près des rives de la rivière Ganga. On m'a dit à l'ashram que Sa Sainteté n'était toujours pas revenue. Après avoir entendu cela, je n'étais pas sûr de leur demander un logement ou non, et j'ai finalement décidé de ne pas le faire.

J'ai tourné le dos et j'ai commencé à m'éloigner de l'ashram, et c'est là que j'ai vu Sa Sainteté monter le chemin vers l'ashram. Je me suis senti soulagé et j'ai expliqué ma situation à Sa Sainteté. Sa Sainteté a eu la gentillesse de me recevoir à l'ashram pour la nuit.

Le lendemain, je suis parti pour Uttarkashi. J'étais alors loin de me douter que je reverrais Sa Sainteté, vingt et un ans plus tard !

Dix ou onze ans après cet incident, j'ai visité Rishikesh de nouveau. J'avais alors quitté l'adolescence et devais avoir vingt-cinq ans ou vingt-six ans. J'avais décidé de rencontrer Sa Sainteté, mais je n'arrivais pas à me souvenir du nom de l'ashram et de son emplacement exact. Cependant, après un peu de recherche et d'interrogation, j'ai réussi à localiser l'ashram. Je suis allé là-bas et j'ai demandé à rencontrer Sa Sainteté. On m'a dit que Sa Sainteté ne vivait plus là-bas, et que personne ne connaissait son sort. Je suis parti déçu.

Il a fallu encore dix ou onze ans avant que je puisse rencontrer Sa Sainteté de nouveau, lorsqu'il a visité Hyderabad en 2007. À cette époque, par hasard, j'étais également venu visiter la ville.

Au cours de cette deuxième rencontre, Sa Sainteté a accepté de m'initier au Sidha Mahā Yôga, et a fixé la date au lendemain à quatre heures du matin. J'ai passé la nuit dans la résidence de mon ami et je me suis présenté devant Sa Sainteté, avec quelques autres, le matin à l'heure indiquée.



Sa Sainteté a tour à tour placé sa main sur le dessus de la tête de tout le monde, alors que nous étions tous assis dans la pièce en méditation.

La procédure d'initiation s'est déroulée très rapidement. On m'a dit que je devais me présenter devant mon gourou pendant trois jours consécutifs, avant que la séquence d'initiation ne soit terminée. Ceci était nécessaire pour garder les praticiens nouvellement initiés sous observation directe alors que les réactions se développent dans leur corps. Mon gourou m'a donné un « mantra » à la fin de l'initiation, le premier jour. Le mantra était une syllabe sanskrite que je devais répéter. On m'a dit qu'une sorte de réaction commencerait à se manifester dans mon corps et que cette réaction était appelée « kriya » en sanskrit. Le processus de kriya devait, m'a-t-on dit, purifier le karma ou les impressions sensorielles qui s'étaient accumulées dans mon esprit en raison des actions passées. Je ne pense pas qu'il soit nécessaire d'expliquer le mot sanskrit "Karma", car sa signification est largement comprise dans le monde entier.

À ce stade de ma vie, je faisais face à de graves problèmes financiers ainsi qu'à des problèmes dans ma vie conjugale.

En raison des circonstances dans lesquelles je vivais pendant cette période de ma vie - sur lesquelles je ne m'attarderai pas - j'ai eu du mal à pratiquer régulièrement la répétition du mantra. Je ne le faisais que de temps en temps.

Cependant, mon gourou avait l'habitude de me poser des questions sur ma pratique.

Environ sept ou huit mois après mes débuts, mon gourou a changé le mantra et m'a demandé de pratiquer un nouveau mantra. Ici, j'aimerais expliquer plus en détail les raisons de ce changement. Le changement du mantra est requis lorsque des changements dans l'état de l'esprit du praticien se produisent. Étant donné qu'un gourou est conscient des conditions de l'esprit d'un praticien en tout temps, il est capable de faire les changements nécessaires sur la technique du yoga pratiquée, en fonction du besoin.

À ce point, je faisais face à encore plus de problèmes dans ma vie professionnelle et ma vie conjugale, et ma situation financière s'était aggravée.

Ma carrière s'était arrêtée après avoir raté une opportunité de promotion. Mon deuxième mariage avait commencé à s'effondrer en raison des différences entre ma femme et moi. Et je suis tombé

dans un énorme piège de dette après avoir subi des pertes sur le marché boursier, et diverses autres entreprises commerciales en ligne.

Donc, mon gourou m'a donné ce nouveau mantra comme contre-mesure, ou comme protection contre la détérioration des conditions dans ma vie personnelle.

Cependant, en raison de mes circonstances, je ne pouvais toujours pas faire de pratique régulière.

L'incertitude et le désespoir que j'éprouvais ont duré encore sept ou huit mois.

A cette époque, ma situation aussi, était trop loin de tout espoir de reprise.

Les pensées négatives avaient commencé à saisir mon esprit.

J'avais commencé à penser à la façon la plus simple de mourir et je cherchais sur Internet différentes options.

Tout ce que je désirais dans cette étape de ma vie était de me maintenir en vie aussi longtemps que possible. J'avais l'impression que le monde entier était contre moi.

Pire encore, à ce moment-là, j'avais quitté ma deuxième femme, avec une bonne partie de mon salaire qui lui était accordé comme pension alimentaire. J'étais seul, avec une énorme dette.

J'ai commencé à annuler des paiements pour rembourser mes dettes, et divers créanciers ont commencé à me harceler.

Ainsi, j'étais émotionnellement épuisé et j'étais constamment soumis à des tensions insupportables, dus aux problèmes matériels dans tous les domaines de ma vie.

Dans ces circonstances, mon gourou a de nouveau changé le mantra pour moi.

En me battant pour survivre, j'ai finalement commencé à répéter régulièrement ce nouveau mantra - dans l'idée de faire ou de mourir.

Cette troisième fois, la pratique a duré environ cinq ou six mois. Pourtant, rien de spectaculaire ne s'est produit.

En plus de pratiquer la répétition du mantra, mon gourou m'a ordonné de pratiquer une posture ou une technique yôga basée sur l'arrêt du souffle. Cette posture ou technique yôga est connue sous le nom de "Shaṅmukhi Mudra" dans les textes yôga.

La posture implique simultanément la fermeture des yeux, des oreilles, des narines et de la bouche à l'aide des deux mains. Les dix doigts des mains sont utilisés pour fermer toutes les ouvertures

faciales. La respiration est ensuite arrêtée en interne, après que les poumons ont été remplis par le nez, et il faut tenir sa respiration aussi longtemps que possible.

J'avais l'habitude de voir une lumière blanche lumineuse et puissante comme le soleil dans mon esprit, dans l'espace près de la région de mon front. Après quelques secondes, j'avais l'habitude de libérer lentement ma respiration dans ma bouche. Cependant, j'avais l'habitude de continuer à rester dans la position avec mes yeux fermés afin de répéter le cycle de respiration une fois de plus. Pendant cet intervalle, je voyais la lumière brillante changer de couleur vers le bleu, rouge, jaune, etc. Je ne me souviens pas de la séquence exacte des couleurs. Mon gourou m'a dit que l'apparition de cette lumière ne vient pas très facilement pour les personnes qui pratiquent cette technique de yoga.

L'apparition de la lumière dans l'esprit signifiait de bons progrès dans la pratique du yôga.

Pendant les mois où j'ai pratiqué cette posture yôga, j'ai constaté que je me sentais toujours déshydraté pendant la journée. On m'a dit que c'était la lumière qui entraînait la déshydratation et l'un des instructeurs yôga m'a conseillé de consommer du ghee (beurre à base de lait de vache) lors de mes repas. Après avoir pris cette habitude, j'ai réussi à vaincre le problème de la déshydratation!

Les avantages découlant de cette technique yôga l'emportent nettement sur les effets secondaires. Par conséquent, il ne faut pas avoir de doute ou d'appréhension en pratiquant cette posture yôga.

Cependant, j'aimerais conseiller à tous les lecteurs qui ne connaissent pas la pratique de cette posture yôga de ne pas tenter cette technique sans l'aide d'un instructeur yôga qualifié.

Un jour, mon gourou a décidé de visiter l'ashram Yoga Shree Peeth à Rishikesh. Sa Sainteté m'a contacté et m'a ordonné de le rencontrer si possible.

À cette étape de ma vie, je vivais à Srinagar, dans l'État du Jammu-et-Cachemire.

J'ai décidé de conduire à Rishikesh, depuis Srinagar. Ici, j'aimerais informer le lecteur que Srinagar et Rishikesh sont situés dans les contreforts de l'Himalaya, bien que séparés par une distance d'environ cinq ou six cent kilomètres. Cette ceinture étroite le long des contreforts de la chaîne himalayenne abrite une série de centres d'énergie pour les adorateurs de l'énergie en Inde.

J'ai visité quelques célèbres « Shakthi Peetās » ou centres

d'énergie, selon le culte des Shāktās, les adorateurs de l'énergie en Inde. Après avoir rendu hommage à tous les centres d'énergie sur le chemin de Rishikesh, j'ai finalement atteint la ville et rencontré mon gourou, qui était déjà arrivé beaucoup plus tôt et m'attendait.

Après avoir séjourné dans l'ashram pendant quelques jours, mon gourou a décidé de visiter Gangotri, qui était légèrement plus enfoncé dans la chaîne de l'Himalaya, et m'a dit que je devais l'accompagner. Le célèbre fleuve du Gange en Inde provient du glacier Gangotri dans l'Himalaya. La petite ville de Gangotri est à environ seize kilomètres de la source de la rivière - appelée "Gomukh" ou "visage de la vache" (c'est ce que cela signifie littéralement en sanskrit).

J'étais familier avec ce terrain depuis que j'avais reçu mes cours de base en alpinisme quand j'étais un garçon de seize ans sur le glacier Gangotri - un an après avoir rencontré mon futur gourou.

Les lecteurs se souviendront peut-être de mon premier rendez-vous avec mon gourou, tel que je l'ai raconté au début de ce chapitre. J'étais en route vers une ville appelée Uttarkashi. Cette ville est située à mi-chemin entre Rishikesh et Gangotri. Donc, je me suis rendu avec mon gourou de Rishikesh, en passant par la ville d'Uttarkashi, et j'ai enfin atteint la ville de Gangotri.

Au cours de ce voyage, j'ai eu beaucoup de temps pour discuter de plusieurs aspects du système Sidha Mahā Yōga dans le détail avec mon gourou. Je n'entrerai pas dans les détails de cette conversation et je me limiterai à une partie importante de notre conversation, qui devait s'avérer utile pendant les semaines suivantes de ma vie.

Les lecteurs comprendront la raison de ma description de ce voyage à Gangotri avec mon gourou après avoir lu ce qui s'est passé, dans les paragraphes suivants.

Notre discussion portait sur les mérites d'un culte mental plutôt que d'un culte physique.

Si l'esprit est en effet supérieur au corps, comme c'est généralement accepté par la science et la religion à travers le monde, alors pourquoi ne pas faire un culte mental au lieu de faire un culte physique ? C'est-à-dire, pourquoi ne pas offrir des fleurs à Dieu mentalement dans l'esprit en visualisant toute la séquence d'action, plutôt que d'effectuer physiquement l'acte ?

Étant donné que l'esprit est supérieur au corps, l'action réalisée mentalement doit être supérieure à l'action physique. C'est la

question que j'ai posée à mon gourou.

Mon gourou a rapidement répondu en disant que le culte mental n'est pas seulement supérieur au culte physique, il est en fait plusieurs fois plus puissant. Sa Sainteté a ajouté que les gens ont du mal à le pratiquer mentalement, en raison du problème de la visualisation. Par conséquent, la plupart des gens recourent au culte physique.

À la fin de cette discussion, j'ai demandé à mon gourou si je pouvais désormais organiser le culte religieux mentalement plutôt que physiquement. Mon gourou m'a béni et m'a ordonné d'aller de l'avant. Avec la sanction de mon gourou, j'ai décidé qu'à partir de ce jour-là, je n'effectuerais de culte religieux que dans mon esprit.

Après être rentré de mon voyage à Rishikesh, j'ai commencé à pratiquer la répétition de mon mantra avec le culte mental plutôt que de l'effectuer physiquement, par l'éclairage de l'encens etc., devant les dieux et la déesse.

Ce que j'ai écrit dans les paragraphes ci-dessus est crucial pour comprendre le phénomène étonnant qui a commencé à se dérouler dans ma vie.

Après mon retour de Rishikesh, j'ai eu recours à ce culte mental, à nouveau dans l'idée de faire ou de mourir. La pratique de la répétition du mantra n'a duré que quelques semaines. Après cela, je ne pouvais plus pratiquer le mantra en raison du début de la kriya, des réactions de manifestation dans mon corps. Kundalini, l'énergie cosmique primordiale suprême, m'a finalement rendu la Grâce divine à travers mon Gourou !

Donc, à ce moment-là, le lecteur aura deviné quel genre de puissantes forces subconscientes étaient en jeu dans mon esprit, et comment mon gourou a fait bon usage de ces forces afin de manifester la kriya dans mon corps.

Quand j'ai été initié en 2007 au Sidha Mahā Yôga, la Kriya n'a pas commencé tout de suite en raison de la résistance puissante de mon inconscient. Donc, mon gourou a utilisé un simple appât. La mauvaise situation dans ma vie personnelle était la condition requise, et mon gourou a utilisé le mantra comme appât. En raison des tensions entre le mantra et mon subconscient, la Kriya a commencé à se manifester, dès que j'ai commencé le culte mental. Cependant, il a fallu près de deux ans pour que les conditions soient réunies.

Comme je vais préciser dans les chapitres ultérieurs du livre, ce

genre de retard n'a pas forcément lieu pour chaque praticien. Mon gourou n'a probablement pas voulu utiliser trop de force en une fois, en raison du manque de conditions adéquates dans mon esprit.

La façon dont le mantra a eu une incidence positive sur les conditions de ma vie personnelle est une autre histoire. Tout ce que je peux dire, c'est que cela a créé des miracles dans ma vie personnelle, en particulier sur le plan financier. Cependant, ce n'était pas très important, si on le compare au fait d'avoir reçu la Grâce divine !

## *Manifestation de la Kriya*

Une soirée prometteuse, quelque temps pendant automne 2009, deux ans après mon entrée dans le Sidha Mahā Yôga à travers Shakthipāth, la Kriya a finalement commencé à se manifester dans mon corps.

J'étais assis, les jambes croisées sur le sol, devant l'image d'une forme féminine céleste, sur un siège de méditation, et je répétais mon mantra. Mes yeux étaient fermés et mon attention était concentrée (dans l'espace mental) sur l'image de la forme féminine céleste que j'avais en face de moi.

Les lecteurs sont priés de me pardonner de ne pas donner les détails du mantra et de la déesse correspondante. Ces détails n'ont délibérément pas été écrits car ils n'étaient censés servir un but spécifique que dans mon cas. En outre, ils ne peuvent être révélés à une tierce personne. En tout cas, ils ne sont ni utiles à aucun praticien de yôga ni à un lecteur général. Le mantra ne fonctionnera pour personne, à moins qu'il ne leur soit donné par un gourou, avec l'initiation requise.

Tout à coup, j'ai commencé à ressentir une sorte de forte pulsion sexuelle qui se développait dans mon corps. Avec mon attention sur l'image de la forme féminine céleste, et avec le plus grand respect et le plus grand désespoir, j'ai commencé à entrer dans un état de panique. Très bientôt, l'envie sexuelle a pleinement éclaté, malgré les énormes efforts que je faisais pour le retenir

mentalement.

Maintenant, le véritable choc!

Un sentiment de bonheur indescriptible et insupportable a commencé à se développer dans la région entre mon anus et mes organes génitaux.

À ce stade, j'avais arrêté de répéter le mantra.

J'ai été touché par la panique. J'avais l'impression qu'un péché était entré de force dans mon esprit. Je n'avais aucun contrôle sur la réaction manifestée près de la région génitale. Je n'arrivais pas à arrêter la joie et le bonheur qui continuaient de venir en moi comme par vagues. Je suis resté assis pendant un certain temps. La joie et le bonheur que je ressentais étaient parfois si intenses que cela en devenait extrêmement insupportable. Il est difficile pour moi de décrire l'expérience avec des mots.

Les sensations que je ressentais étaient semblables à un orgasme, mais pas exactement au même degré.

Cependant, les sensations ne découlaient pas de l'organe sexuel, bien qu'il soit enflé, et qu'il y ait éjaculation d'une ou deux gouttes de sperme.

Les sensations étaient focalisées au centre entre l'anus et les organes génitaux.

Le bonheur généré n'était pas continu. C'était sous forme de rafales à moyen et long terme. L'éclat de plaisir ou de joie était ressenti à partir d'un point spécifique. Le côté le plus remarquable de cette expérience, c'est qu'elle a commencé à devenir insupportable à mesure que l'énergie était libérée et s'évanouissait lentement. Après quelques secondes, une autre salve d'énergie a été libérée. La joie se répandait dans une onde circulaire ainsi aux zones voisines. Au moins, c'est à cela que ressemblait l'expérience.

Après quinze à vingt minutes (bien que je ne me souvienne pas précisément), les réactions ont commencé à diminuer et j'ai immédiatement pris mon téléphone portable pour appeler mon gourou.

Mon gourou a confirmé que la kriya avait commencé à se manifester et a ajouté qu'il n'y avait aucune raison de paniquer. Il m'a conseillé de ne pas faire d'effort mental pour arrêter les réactions pendant qu'elles étaient en train de se manifester.

C'est ainsi que commence le processus de purification de l'esprit de toutes les impressions sensorielles. L'énergie cosmique primordiale et suprême s'éveille de son état de sommeil et passe en



mode inversé, provoquant l'involution ou la destruction de la psyché d'une personne. Ici, le lecteur est invité à se souvenir brièvement de ma description du système céphalo-rachidien dans l'un de mes chapitres. La structure invisible du système céphalo-rachidien avec différents centres d'énergie s'active entièrement après que l'énergie kundalini est activée dans le premier centre d'énergie. En conséquence, l'effet est ressenti dans tous les coins et recoins du corps, y compris l'esprit. Selon les textes yôga, le corps humain est essentiellement une projection de l'esprit. Soit les nerfs de corps subtils appelés nādis (selon les textes yôga) sont nettoyés pour influencer sur l'esprit, soit l'esprit lui-même est nettoyé pour influencer sur les nerfs dans le corps. L'ensemble du processus peut également se produire simultanément. Tout dépend de la structure de l'esprit et de la façon dont l'énergie primordiale veut le trier, de sorte qu'il soit nettoyé de toutes les impressions sensorielles enregistrées sur des millions de naissances. J'utilise le mot « millions » pour illustrer le sujet. Personne ne peut dire combien de vies passées un individu a connu.

Ce type d'expériences s'est poursuivi par la suite.

Chaque jour, je m'assois sur le sol, pour pratiquer la répétition de mon mantra et des réactions semblables se manifesteront dans mon corps. Cela s'est poursuivi pendant trois à quatre mois.

Comme le processus de manifestation de la kriya était très agréable, j'avais l'habitude de pratiquer la répétition de mon mantra avec un vif intérêt tous les jours. En conséquence, je faisais des progrès rapides en yôga pendant les semaines initiales qui ont suivi le réveil de l'énergie kundalini dans mon corps.

En janvier 2010, j'ai déménagé dans un endroit près du fameux centre énergétique connu sous le nom de Vaishno Devi, dans les contreforts de l'Himalaya.

Là, j'ai continué à pratiquer ma méditation comme d'habitude, mais j'ai constaté qu'un type différent de Kriya avait commencé à se manifester.

Avant de raconter cette expérience, j'aimerais familiariser les lecteurs avec une autre expérience étonnante et irrationnelle que j'ai connue, et qui a eu lieu plusieurs années avant mon initiation au système Sidha Mahā Yôga.

Parallèlement à cette expérience, il y a eu beaucoup d'autres expériences, que je vais préciser plus tard dans ce livre. Cependant, je ne peux pas expliquer pourquoi ces expériences se sont produites

avant que je me lance dans ce système yôga.

Il est possible que j'aie pu être initié à ce système yôga ou que j'aie pratiqué un autre système yôga dans ma vie passée. Je ne peux pas dire cela avec certitude et je laisse humblement le soin à mon gourou de le vérifier !

Je ne sais rien de mes vies passées, mais peut-être que ce que j'ai vécu avait été reporté d'une vie antérieure. Je ne peux penser à aucune autre explication rationnelle pour le phénomène étonnant que j'ai éprouvé.

J'avais trente ou trente et un ans lorsque ce phénomène a commencé à se manifester dans ma vie.

Je vivais dans les jungles éloignées de l'Himalaya en raison de mon métier. Un jour, j'étais assis dans un mode contemplatif et j'ai fermé les yeux. Je me suis retrouvé dans un espace mental noir. Tout à coup, j'ai commencé à observer une sorte de mouvement dans cette obscurité. La vision était semblable au mouvement des nuages humides dans le ciel. Au début, j'ai eu peur quand j'ai commencé à observer ce phénomène. Cependant, je suis resté assis là-bas et j'ai observé le phénomène pendant plus de temps, jusqu'à ce que mes yeux ont commencé à me faire mal.

J'ai encore expérimenté le même phénomène le soir, avec des résultats similaires. Dans les jours suivants, j'ai connu plusieurs autres types de visions de même nature. Les nuages humides apparaissaient, prenant de nombreuses formes et tailles.

Cette vision de nuages mobiles dans le ciel a continué dans ma vie pendant des années par la suite. Cependant, de nouvelles visions ont également commencé à apparaître.

Un jour, j'étais allongé sur mon lit et je venais de me réveiller. Mes yeux étaient ouverts et j'étais allongé sur mon côté gauche. Ma chambre était complètement sombre.

Tout à coup, j'ai eu une vision de ma propre image miroir. L'image se trouvait à quelques mètres de mon lit dans la même posture et me regardait. Cependant, l'image était nue et semblait légèrement défigurée. La vision a duré seulement quelques secondes. J'étais mort de peur. Après cette expérience, j'ai commencé à me coucher avec les lumières allumées dans ma chambre.

La prochaine vision proéminente que j'avais alors était une figure féminine et une paire d'yeux. Cette vision a de nouveau duré plusieurs années. Chaque fois que je fermais les yeux et que

j'essayais de regarder dans l'espace mental, cette vision d'un visage féminin apparaissait. Je ne pourrais jamais reconnaître le visage et parfois il était dans un état défiguré.

À l'exception des visions initiales ci-dessus, j'ai observé de nombreux types d'autres visions, que je vais décrire ultérieurement dans ce livre.

Je vais maintenant raconter la manifestation de la Kriya, que je voulais décrire plus tôt.

Un jour, j'étais assis les jambes croisées comme d'habitude et je méditais. J'ai commencé à voir l'image d'une forme triangulaire inversée dans mon espace mental. Il semblait être de couleur rose, car mon attention était centrée sur sa forme. Il a rapidement commencé à se manifester en tant qu'organe génital féminin recouvert d'un sous-vêtement.

Ici, je voudrais rappeler au lecteur qu'un triangle inversé est fondamentalement un symbole de l'énergie associée à l'organe génital féminin, selon les textes des Shaktas ou les adorateurs de l'énergie en Inde.

Pour tout praticien, de nombreux obstacles surgissent pendant la pratique de yôga. Généralement, ces obstacles concernent les idées liées au sexe, l'argent et, bien sûr, d'autres problèmes mondiaux comme l'éthique, les péchés, etc. L'énergie primordiale suprême assurera que toute cette poussière soit anéantie en manifestant une variété de réactions basées sur le type de caractère que le pratiquant a réussi à s'accumuler.

Un autre jour, j'étais assis les jambes croisées et je méditais sur mon lit. Après une heure ou deux, la forme d'une femme céleste a commencé à apparaître dans mon espace mental. Il semblait que la forme se rapprochait de mon visage. Mentalement, j'ai essayé de chasser sa forme.

Maintenant, cela est contraire au principe de pratique dans l'Ordre de Shakthipāth. La Kriya ne doit pas être combattue ou arrêtée par aucun effort volontaire. J'avais violé ce principe en résistant mentalement à la forme féminine céleste.

En conséquence, la forme féminine céleste a disparu de mon espace mental. Cependant, cela a été suivi de l'apparition de créatures étranges de serpents, qui se rapprochaient de mon visage pour mordre. Cette fois, j'ai réussi à tenir malgré un inconfort mental certain.

Cet état a duré quelques minutes et, par la suite, la forme

féminine céleste est apparue encore une fois. Cette fois, je me suis contenté d'être un spectateur muet, alors que la forme céleste se rapprochait.

Une partie de mon esprit essayait de m'encourager à permettre à la Kriya de fonctionner dans mon espace mental, et une autre partie de mon esprit me rappelait que c'était un péché du plus haut ordre que de permettre à la Kriya d'entrer dans l'espace mental.

Ainsi, mon esprit était déchiré entre deux extrêmes. Je marchais sur une ligne très fine entre être un saint et un pécheur. La distinction entre la grâce et le péché devenait rapidement floue.

Ce que j'éprouvais, c'est la clarté de toutes les impressions sensorielles par la force suprême, et j'ai simplement regardé comme un témoin comment la Kriya s'est déroulée.

Quand un bébé essaie d'apprendre à marcher, il a besoin du soutien d'un trotteur. Une fois que le bébé a appris à marcher, le trotteur devient un obstacle à de nouveaux progrès. Le bébé ne peut pas apprendre à courir à moins qu'il ne quitte le trotteur.

Il en est de même pour tous les systèmes religieux, les philosophies ou les doctrines. Un être humain peut se tourner vers toutes ces sources sur le chemin de l'éveil de l'énergie kundalini dormante, localisée à la base de la colonne vertébrale dans le corps. Cependant, une fois que le but a été atteint, tous les temples, dieux, déesses, etc., sont partis en quelque sorte.

Permettez-moi d'approfondir ces phénomènes étonnants.

Chaque personne dans ce monde a un esprit structuré de manière unique. Sur la base du caractère unique d'une personne, la Divinité suprême offre les bénédictions dans une forme unique également.

Si une personne a l'habitude d'accumuler de la richesse, lorsque la Divinité offre ses bénédictions, elle se manifestera en enlevant toute la richesse de la vie de la personne. Selon les anciens textes en sanskrit, c'est une faveur spéciale du Tout-Puissant, en particulier pour ceux qui étaient sur le chemin de l'accumulation de beaucoup de richesses. Ici, je voudrais informer les lecteurs que la recherche de la richesse, est aussi une forme dans laquelle le Tout-Puissant est contacté, selon les textes sanskrits.

Ensuite, j'aimerais raconter le lecteur une petite histoire intéressante à partir de textes anciens pour mieux illustrer ce point. Il y avait un savant sanskrit qui était très religieux, mais il était fier de sa connaissance de toutes les Écritures. Un jour où ce monsieur

entra dans un temple, à son étonnement et à sa grande incrédulité, il trouva un vieillard qui dormait au sol dans le temple avec ses jambes sur une idole de Dieu. Dans une crise de rage, il est allé le secouer. Le vieillard a simplement dit qu'il ne pouvait pas voir en raison d'un défaut dans ses yeux, et a demandé plus loin au savant de l'aider à retirer ses jambes et de les placer ailleurs où il n'y aurait pas d'idole divine. A sa grande surprise, le savant vit les idoles de la forme Divine surgir de partout, dans n'importe quelle direction où il essayait de placer les jambes du vieillard. La Divinité avait donné les bénédictions Divines au savant en lui demandant de rencontrer ce vieillard, qui se trouvait dans un état aussi avancé de yôga qu'il pouvait humilier le savant Sanskrit en un clin d'œil sans aucun effort.

Ainsi, l'esprit est radicalement transformé lorsque des incidents de cette nature arrivent à un praticien de yôga. Quelque chose se passera en fonction du type de caractère que la personne a réussi à accumuler.

Si le praticien de yôga n'est pas enclin même après un tel incident à quitter les Dieux et les Déesses, des progrès supplémentaires n'auront peut-être pas lieu. L'esprit ne sera pas élevé vers des plateformes de plus en plus élevées. Les Dieux et les Déesses deviendront un obstacle au progrès. Les temples et les lieux religieux deviendront des chaînes pour la liberté de l'esprit éternel.

Ce que je veux dire, c'est que le culte de Dieu dans une forme particulière doit finalement prendre fin. L'esprit doit être attiré vers un Divin sans forme, qui est omniprésent et non restreint aux confins d'un temple.

Ici, j'aimerais informer tous les lecteurs que les effets réels de la Kriya sur l'esprit et la façon dont la transformation est apportée dépendent du caractère unique du praticien. Par conséquent, les lecteurs sont priés de me pardonner de ne pas préciser délibérément le processus de la kriya.

Cependant, il suffit que les lecteurs comprennent que certains événements peuvent avoir un tel impact mental ou physique que la transformation de l'esprit se déroule en un éclair. Des réactions ou des incidents de cette nature (comme ceux qui ont été décrits dans les paragraphes précédents) sont assurés par l'énergie cosmique suprême tout à fait connue, de manière à modifier radicalement l'état d'esprit du praticien.

J'avais expliqué plus tard la kriya à mon gourou. Mon gourou dit simplement : certains pratiquants se hissent rapidement vers cet état spirituellement, mais attention à ne pas tomber de cette haute plate-forme.

Avec cette séance de méditation, ma vie a pris un tournant total.

J'ai généralement cessé d'aller aux temples (au moins volontairement) à partir de là.

Mes idées, mes croyances, mes coutumes, mes traditions ont été détruites dans une seule séance de méditation. Les doctrines, les dogmes, les philosophies que j'avais accumulées dans mon esprit ont été effacées dans cette même séance de méditation.

J'ai perdu l'intérêt de lire toutes les écritures et je me suis retiré de manière générale de la réalisation d'actions religieuses physiques et mentales.

Jamais je ne pourrais imaginer dans mes rêves que même la Divinité soit parfois si cruelle dans le processus de réalisation de soi.

Salutation au pouvoir cosmique suprême omniscient ! Car c'est lui qui sait le mieux supprimer les saletés accumulées dans l'esprit en un éclair !

Salutations à mon gourou dont la nature même est de détourner les ténèbres de l'esprit, afin que la lumière éternelle de l'esprit ancré dans le creux profond du cœur de chaque être humain puisse briller.

Ma vie n'a jamais été la même après cette expérience.

## *L'ascension de l'énergie le long du système céphalo-rachidien*

Un jour favorable à neuf heures ou dix du soir, j'étais assis et méditais sur mon lit à côté de la chambre de mon gourou. La méditation a dû durer près de deux heures.

Tout à coup, j'ai commencé à ressentir un mouvement étrange le long de ma colonne vertébrale. Le mouvement était semblable à un saut de grenouille. J'ai appris plus tard de mon gourou que c'était l'énergie qui avait commencé à surgir le long de ma colonne vertébrale et aussi tout mon dos, des deux côtés de la colonne vertébrale. Parfois, elle s'arrêtait, parfois elle se déplaçait, et parfois elle sautait et passait à un niveau supérieur de ma colonne vertébrale. Enfin, le mouvement s'est arrêté près de la région du cœur sur ma colonne vertébrale. Permettez-moi d'expliquer très clairement que l'expérience de ce phénomène n'était certainement pas agréable du tout. En fait, je suis entré dans une panique alors que j'ai mentalement observé le phénomène se dérouler.

Cependant, rétrospectivement, je peux dire que cette expérience était unique et incroyable. C'était la première fois que j'expérimentais directement le mouvement physique et le flux

d'énergie dans mon corps. Cette expérience a défié toute explication rationnelle de la science moderne. Le lecteur peut maintenant imaginer l'impact que cela a eu dans mon esprit. Tout ce que j'avais lu dans les textes yôga a été validé sans le moindre doute, grâce à cette expérience. En conséquence, ma croyance dans les textes yôga est devenue très solide. Ma foi dans le système yôga s'est renforcée au-delà de tout doute.

Plus tard, mon gourou m'a expliqué que ce que j'avais éprouvé était le début du nettoyage des nerfs, ou des canaux d'énergie subtils, ou nâdis (comme on les appelle en Sanskrit) dans le corps.

Le lendemain, je ne pouvais pas rencontrer mon gourou pour une raison quelconque. J'étais assis sur une chaise et méditais comme d'habitude.

Bientôt, j'ai pu sentir quelque chose remonter le long de ma colonne vertébrale. Je m'attendais mentalement que le mouvement serait comme le saut de grenouille que j'avais vécu la veille. Cependant, il y avait une torsion totale du mouvement alors que l'énergie grimpait vers le haut. Cela se tordait et se tordait, quelque chose de semblable au cheminement d'un serpent quand il rampe sur le sol.

J'avais lu beaucoup de littérature sur l'énergie kundalini liée au serpent. Cependant, l'expérience était quelque peu différente.

C'était effrayant, bien sûr. Je n'aimais pas vraiment l'expérience, même si j'étais fier de la manifestation de la kriya. Encore une fois, l'énergie grimpante s'est arrêtée près de la région du cœur sur ma colonne vertébrale.

À la fin de la séance, je me suis rendu compte qu'elle avait duré trois heures et demie. Après le déjeuner le même jour, j'ai encore eu envie de méditer. Cette fois, la session a duré encore trois heures environ avec une expérience similaire.

J'étais dans une sorte de diaphonie totale toute la journée.

Je me suis encore assis pour méditer le même jour après le dîner. Cette fois-ci, la séance a duré environ deux heures et demie. Donc, j'ai fait environ neuf heures et demie de méditation ce jour-là, un exploit que je n'ai pas pu répéter après cette date.

Le lendemain, lorsque j'ai rencontré mon gourou, Sa Sainteté a expliqué que même si neuf heures et demie de méditation n'était pas grande chose en tant que tel pour un yôgi, c'était vraiment surprenant pour un homme de mon statut. Sa Sainteté a ajouté que cette longue session de méditation en une seule journée était une



kriya. A ce sujet, j'aimerais informer le lecteur qu'une kriya ne se produit pas forcément en une seule séance. Cela peut se prolonger pendant une journée entière comme celle que j'ai vécue. Sa Sainteté m'a également dit que cette sorte de kriya avait généralement lieu à la suite de pratiques de méditation profondes faites par le praticien dans le passé.

Rappelez-vous que même les impressions de bonnes actions réalisées dans le passé doivent être effacées de l'esprit, de même que les mauvaises actions réalisées.

En ce qui concerne le yôga, il ne donne aucune importance à une bonne action terrestre ou à une mauvaise action.

Comme je l'ai dit plus tôt, toutes les doctrines, les dogmes, les philosophies et tout ce qui a été accumulé dans l'esprit doivent être effacés pour que la lumière éternelle de la Connaissance Absolue commence à briller !

Permettez-moi de préciser cela.

Supposons qu'une personne a fait beaucoup de méditation ou de yôga dans sa vie passée. Les impressions sensorielles de la pratique elle-même ont dû être enregistrées dans l'esprit subconscient. Même cet enregistrement doit être effacé une bonne fois pour toutes. Sinon, cette mémoire, qui a été gravée dans l'esprit dans la vie passée, servira aussi de masque et empêchera la lumière de la connaissance absolue de briller.

De même, si une personne a accompli beaucoup de bonnes actions sous forme de pratiques religieuses, de service social, de dons caritatifs, etc., dans sa vie passée, toutes ces actions, bien que bonnes du point de vue terrestre, doivent avoir gravé des souvenirs de fierté, etc., dans l'inconscient. Même ces souvenirs doivent être effacés de l'esprit pour que la Connaissance Absolue brille.

Le lendemain, j'ai eu une autre expérience en méditant. Les lecteurs sont priés de me pardonner de ne pas me souvenir des dates exactes et de ne pas mentionner délibérément les mantras et les lieux.

Alors j'étais en train de vivre ces expériences, je ne prévoyais pas d'écrire un livre un jour. Par conséquent, je n'avais jamais conservé un journal pour enregistrer ces expériences.

Depuis que le temps est venu d'écrire ces expériences, j'ai fait de mon mieux pour me rappeler de tous mes souvenirs. En conséquence, il pourrait y avoir des erreurs mineures dans la séquence des événements et des expériences.

À cette occasion, pendant que je méditais, l'énergie a commencé à augmenter comme d'habitude. Cette fois, l'expérience était totalement différente. C'était quelque chose qui ressemblait à un grand nombre de fourmis essayant de monter dans mon dos. J'avais envie de me gratter le dos parce que la sensation était très irritante. Encore une fois, le mouvement de l'énergie s'est arrêté près de la région de mon cœur sur la colonne vertébrale.

Plus tard, le lendemain, j'ai raconté l'expérience à mon gourou. Sa Sainteté a déclaré que bientôt l'énergie augmenterait plus haut et elle se manifesterait dans tous les muscles de mon visage, y compris mes oreilles, mes yeux, mon nez, ma bouche, mes joues et mes cheveux. En fait, Sa Sainteté a dit qu'elle irait même vers le monde extérieur du haut de ma tête.

Après cette expérience, je devais quitter mon gourou pour revenir à mon lieu de travail et vivre l'équilibre de la destinée de ma vie.

Ici, j'aimerais informer tous les lecteurs que l'ascension de l'énergie kundalini le long de mon système céphalo-rachidien était complètement compatible avec ce qui a été exposé dans les textes yôga, à l'exception d'un mouvement particulier de l'énergie.

L'énergie est également censée faire un mouvement qui ressemble à un oiseau volant.

Cependant, je voudrais humblement dire que ce genre de mouvement semblait avoir eu lieu sur ma colonne vertébrale, mais je ne peux pas me souvenir de l'expérience avec clarté. Par conséquent, je ne fais aucune affirmation pure et simple sur ce modèle de mouvement particulier.

Comme je le préciserai plus tard, les mouvements de l'énergie kundalini le long de mon système céphalo-rachidien se révélèrent très complexes. Étant donné que je n'avais jamais conservé d'agenda pour enregistrer les expériences, il est extrêmement difficile de raconter toutes les expériences.

J'ai continué à pratiquer ma méditation régulièrement, et l'ascension de l'énergie le long de la colonne vertébrale a continué.

Au cours d'une des sessions de méditation, l'énergie a augmenté dans la région du nombril sur ma colonne vertébrale, appelée Mañipura Chakra dans les systèmes yôga. L'énergie montante s'est arrêtée dans cette région et a commencé à se déplacer très rapidement dans ma colonne vertébrale. Ce modèle de mouvement ne peut pas être comparé à aucun mouvement normal connu. Tout

ce que je peux dire, c'est que j'ai eu un mouvement complexe et très rapide de l'énergie sur ma colonne vertébrale. Cependant, le mouvement a été localisé et ne s'est pas propagé vers d'autres régions.

De même, pendant de nombreuses séances de méditation, j'ai expérimenté d'autres modèles étranges du mouvement de l'énergie. Parfois, il semblait que le mouvement de l'énergie traçait un chemin très mince, presque comme s'il perçait le centre de ma colonne vertébrale.

Après une longue session de médiation, je me sentais complètement subjugué et docile. Cependant, je voudrais décrire un autre type de kriya que j'ai vécu dans ma tête. J'avais l'habitude d'avoir une certaine pression dans ma tête pendant des années. A cause de cette pression, ma tête était soumise quotidiennement à une sorte d'effet alcoolique. Seulement pour un temps très court, surtout après le réveil le matin, je me sentais plus léger dans ma tête. Sinon, ma tête était continuellement soumise à une sorte d'effet étrange, comme si une réaction chimique se produisait dans le cerveau. En plus de cela, chaque fois que l'énergie montait dans ma région cérébrale, je sentais continuellement son mouvement le long de mon cuir chevelu.

Malgré tout cela, je n'ai jamais ressenti aucun effet secondaire, dans tout ce chaos dans ma région cérébrale soit physiquement, soit dans ma routine quotidienne normale.

## *Dynamique de l'énergie*

Dans le chapitre précédent, j'ai fourni une description du mouvement de l'énergie kundalini le long du système céphalo-rachidien. Je reviendrai une fois de plus dans cette région pour décrire plus de réactions, plus tard dans le livre. Je ne les ai pas inclus dans le chapitre précédent, car la nature de ces réactions est totalement différente.

Je voudrais dire au lecteur que la kriya se produit tout le temps, 24 heures sur 24. Cela peut se produire simultanément dans toutes les gaines du corps, ou de façon isolée, uniquement dans une gaine spécifique. En outre, cela peut aussi se produire de manière très désordonnée dans le corps, l'esprit et dans la vie quotidienne. Donc, il est très difficile de classer les processus de kriya. Cependant, dans ce chapitre, je continuerai à décrire mes expériences relatives à la kriya.

L'ascension de l'énergie le long de mon système céphalo-rachidien a déclenché une boîte de Pandore sous la forme de nerfs.

Je ressentais constamment le mouvement de l'énergie dans mon corps, 24 heures sur 24, sauf pendant le sommeil profond.

Permettez-moi maintenant de vous dire quelque chose qui pourrait vous surprendre. Ne présumez pas que l'énergie ne travaille pas pendant le sommeil profond. J'aimerais en donner quelques exemples et le lecteur peut facilement imaginer le reste.

L'énergie permettra à un praticien d'avoir la conscience requise pour lui faire comprendre qu'il n'a aucun contrôle sur la manifestation de la kriya dans le corps, l'esprit ou les événements extérieurs. Par conséquent, certaines des réactions qui se produisent défient la logique et les explications rationnelles. J'ai donné quelques exemples de ces réactions dans ce chapitre, ce qui devrait transmettre l'idée aux lecteurs plus que convenablement.

Un jour, j'étais endormi l'après-midi et soudain, mon téléphone a commencé à sonner. Je me suis réveillé et j'ai décroché l'appel téléphonique - la personne à l'autre bout de la ligne avait composé un mauvais numéro. Cet appel téléphonique avait perturbé mon sommeil. Lorsque je suis retourné à mon lit et que je me suis allongé, la Kriya a commencé presque instantanément à produire de sérieuses vibrations le long de mon système céphalo-rachidien. Le cycle de sommeil du praticien et la durée du sommeil sont strictement contrôlés par l'énergie cosmique consciente. Mon sommeil a été perturbé de cette façon à de nombreuses reprises.

A une occasion, je suis entré dans une séquence de rêve. Soudainement, je me suis glissé dans une autre séquence de rêve qui m'a fait ressentir une telle peur que j'ai dû revenir à l'état de veille. Encore une fois, la kriya a commencé immédiatement, produisant de sérieuses vibrations dans tout mon système céphalo-rachidien.

Entre l'état de rêve et l'état de veille, il y a encore un autre état, qui en sanskrit s'appelle l'état Tandhrā. Cependant, cet état est connu par un très petit nombre de personnes dans le monde. Même la plupart des textes yōga ne mentionnent que les quatre états connus généralement : l'état de sommeil, l'état de rêve, l'état de veille et l'état super conscient (l'état d'inconscience). On ne sait pas beaucoup de choses sur l'état intermédiaire de Tandhrā, qui se produit entre l'état de rêve et l'état de veille.

J'avais l'habitude d'entrer dans cet état très fréquemment, presque de façon quotidienne. Dans cet état, j'avais l'habitude de voir des choses bizarres comme des villes et des villages. Certains de ces endroits étaient comme des villes et des villages modernes. Néanmoins, je ne pouvais jamais les reconnaître puisque je ne les ai jamais visités de ma vie. Parfois, j'essayais de lire les noms de ces lieux écrits sur les différents bâtiments. Cependant, les visions duraient peu de temps et changeraient rapidement. Par conséquent, je ne pouvais pas lire les noms ou d'autres signes révélateurs. De

plus, les langues n'étaient pas familières dans certains cas. Parfois, j'avais l'habitude de voir des endroits si étranges que je doute qu'ils existent ou qu'ils aient déjà existé sur Terre. De plus, j'avais l'habitude de voir des armes connues et inconnues, la flore et la faune, les visages des gens, les costumes portés par les gens, les véhicules, etc. Les visions que je voyais étaient très claires.

Cette liste n'est en aucun cas exhaustive.

Sur une base presque quotidienne, j'avais l'habitude d'entrer dans cet état et d'avoir ces visions.

Le Kriya de cette nature renforce de plus en plus la conviction d'une personne qu'elle a connu plusieurs naissances avant cette vie présente.

Ainsi, l'énergie primordiale suprême efface tout ce qui a été enregistré, en le révélant dans l'esprit du praticien une dernière fois.

Parallèlement à l'effacement de ce registre, les attachements émotionnels qu'une personne a avec les gens dans leur vie présente sont également éliminés.

Au cours de sa vie passée, une personne a été amoureuse d'innombrables amoureux, fils d'innombrables pères, père d'innombrables fils et filles, ami d'innombrables amis, fille d'innombrables mères, mère d'innombrables enfants, etc.

En outre, l'intérêt pour la vie sociale externe est également effacé, sans aucun regret ou remords.

La personne commence à vivre heureusement en soi.

C'est la tranquillité d'esprit durable !

C'est ainsi que la connaissance du Soi, commence à provoquer une transformation nécessaire dans l'esprit afin d'apporter un bonheur et une paix durables à l'esprit. C'est ainsi que la force primordiale soulève une grâce en supprimant toutes les traces d'attachements émotionnels. L'esprit est élevé à des plates-formes si élevées que rien ne peut avoir d'impact sur la psyché du praticien. Ni le bonheur, ni la misère, ni aucune autre dualité de la vie ne peut avoir un impact sur l'esprit.

Le Soi d'une personne est totalement satisfait dans le Soi, et rien d'autre n'est requis, d'aucune source externe.

C'est ainsi que le Sidha Mahā Yôga - le Grand Yoga, propulse un praticien vers l'immortalité.

Les lecteurs sont invités à comprendre que cette transformation de l'esprit ne se produit pas du jour au lendemain. Cela se produit sur une période prolongée. Parfois, l'énergie élève l'esprit

rapidement vers des états supérieurs. Cependant, l'esprit descend lentement vers le bas, puis il se lève lentement. Pour cette raison, la persévérance est nécessaire pendant la pratique du yôga.

Je vais maintenant expliquer la dynamique du flux d'énergie à travers les nombreux nerfs du corps.

La plupart du temps, j'éprouvais le flux d'énergie près de la région de l'anus et des organes génitaux, et parfois dans le reste des parties de mon corps. Parfois, j'éprouvais même l'écoulement d'énergie le long de mon pénis et près de ma région pubienne. Cependant, la plupart du temps, le flux d'énergie était limité à la région de l'anus, se propageant autour des fesses. Cela pourrait être dû au fait que le siège de l'énergie kundalini est situé à la base de la colonne vertébrale. En outre, selon les textes du yôga, l'énergie se déplace jusqu'à la racine de la région génitale en se réveillant de son état de sommeil. Par conséquent, j'éprouvais le flux d'énergie partout dans cette région de nombreuses fois.

Beaucoup de fois en méditant, je sentais une telle envie sexuelle que je devais me lever et aller aux toilettes avant de revenir à ma méditation.

Beaucoup de fois, mes shorts étaient trempés à cause du sperme qui gouttait.

Les derniers jours, j'ai commencé à méditer sans vêtements.

Plusieurs fois, le sperme coulait le long de mon siège de méditation.

De nombreuses fois, des pensées désagréables liées au sexe par rapport aux personnes proches, chères et vénérables de la vie m'accablaient. J'avais même des visions mais j'ai continué comme un spectateur muet !

Ainsi, en raison de la kriya, il est possible que de nombreuses pensées liées au sexe se produisent dans l'esprit, également par rapport aux personnes les plus respectées et les moins attendues. Cela peut provoquer un choc mental et faire sentir à une personne qu'elle n'est pas assez digne de continuer à vivre.

Oui, la poussière qui s'est accumulée dans l'esprit doit être effacée pour toujours ! C'est le jeu de la force primordiale suprême sur la psyché d'un pratiquant !

Toutes les peurs, l'anxiété, les fantasmes sexuels, les pensées bizarres, les idées d'éthique et les péchés, les idées de conduite juste et fautive, tout doit être vécu par l'esprit une dernière fois (ou quelques fois) avant que tout ce qui s'est accumulé soit effacé pour

toujours.

Des pensées bizarres, y compris des visions relatives aux Dieux et aux Déesses éclairaient mon esprit. Je n'ai jamais retenu ces pensées, et j'ai simplement continué comme un spectateur muet - en regardant l'érosion de la poussière recueillie dans mon esprit.

Je ne pouvais jamais imaginer que même la grâce de Dieu puisse aboutir à un processus aussi cruel sur le chemin de la réalisation du Soi.

L'énergie circulait dans chaque partie de mon corps. Je l'ai sentie traverser mon cuir chevelu, mon nez, mes narines, mes oreilles, ma bouche, ma langue, mes joues, mes yeux, ma gorge, mes mains, mes épaules, mes mains, mes doigts, mon estomac, mes cuisses et la plante de mes pieds.

Parfois, l'énergie ressemblait à une vibration, et parfois elle était de nature épineuse.

Le chaos a continué dans mon corps pendant des années !

Les modes de mouvement de l'énergie sont difficiles à décrire. Parfois, des modèles étranges et bizarres qui ne peuvent pas être identifiés par des motifs connus sur Terre ont été observés. L'énergie se déplace à travers chaque partie du corps. Je n'ai jamais pu discuter de ces expériences avec quelqu'un d'autre que mon gourou, et très peu de compagnons de pratique.

Les expériences étaient totalement irrationnelles et, en tout cas, je n'en avais jamais rien à faire de savoir si elles étaient compatibles avec la science ou non.



## *Réactions particulières dans le système céphalo-rachidien*

Le souffle est une fonction de l'esprit. Le processus de respiration non-naturelle n'est possible que lorsque l'esprit n'est pas calme et tranquille. Chaque lecteur doit connaître ce phénomène. Quand une personne est agitée ou en colère, la respiration n'est pas très calme. Elle devient plus rapide. De même, lorsqu'une personne est sous crainte ou tension, encore une fois, la respiration n'est pas calme. Dans le yôga, lorsque l'esprit devient calme et tranquille, ce processus naturel de respiration s'arrête complètement. En théorie, elle ne s'arrêterait complètement, car tout le monde ne se trouve pas dans un stade aussi avancé de yôga. Cependant, pour un observateur extérieur, il semble que le souffle s'est arrêté. C'est pour cette raison qu'un yôgi peut rester en méditation sans aucun besoin d'air. Comme le souffle s'arrête, tous les processus biologiques s'arrêtent presque complètement, y compris le processus de vieillissement. C'est pour cette raison qu'un yôgi est capable de vivre et de continuer à rester en méditation pendant des périodes prolongées sans nourriture ni eau. Que cela soit conforme à la science ou non, je ne suis pas sûr. Chaque fois que la Kriya se manifestait par rapport à ces deux (souffle et esprit), j'éprouvais un

état d'essoufflement. En outre, cet état était lié à une région particulière dans la colonne vertébrale.

Lors d'une telle occasion, j'étais allongé sur mon lit dans l'état de Tandhrā, quand soudain j'ai senti comme si de l'énergie affluait dans ma colonne vertébrale. Tout à coup, elle s'est concentrée et s'est contractée dans la région du nombril (mais sur mon dos). Je sentais comme si elle devenait hautement concentrée à un endroit précis de ma colonne vertébrale. Soudain, mes poumons se sont vidés et mon souffle s'est arrêté pendant quelques instants.

Plus tard, j'ai raconté cette expérience à mon Gourou. Sa Sainteté a déclaré que bientôt l'énergie agirait de manière similaire dans la région de mon cœur (sur ma colonne vertébrale). Sa Sainteté a ajouté que lorsque cet arrêt de la respiration s'effectue près de la région du cœur, le praticien ne risque plus d'avoir une chute spirituelle! Ici, je voudrais informer tous les lecteurs que la plus grande peur pour tout pratiquant de yôga est de régresser par rapport aux progrès réalisés sur le chemin de yôga. Cet événement est quelque chose qui arrive à tous les praticiens. Cependant, lorsque certains jalons sont atteints, cette peur est retirée de l'esprit du praticien yôga et l'esprit est également élevé vers les plates-formes supérieures. En outre, même si le praticien régresse dans des étapes ultérieures, il se peut qu'il ne s'agisse pas d'une chute majeure.

Quelques semaines après avoir eu cette expérience, quelque chose d'autre s'est passée alors que j'étais allongé sur mon lit dans l'État de Tandhrā. J'ai connu un flux soudain d'énergie dans la région du nombril sur ma colonne vertébrale. L'énergie a augmenté vers le haut de ma région cardiaque sur la colonne vertébrale et a commencé à faire des mouvements étranges. Le mouvement était très fort et puissant. J'avais l'impression que mon dos était écrasé par une force inconnue. J'ai ressenti une forte concentration de force avec des contractions à un endroit précis (sur la colonne vertébrale) près de la région du cœur. Je me suis souvenu de l'expérience précédente où l'énergie a agi d'une manière similaire à la région de mon nombril. Cependant, cette fois, le niveau d'énergie semblait être plus puissant.

Mentalement, je me suis souvenu de l'image de mon Gourou et j'ai rendu mon hommage.

Soudain, l'énergie a commencé à se répandre dans la région de mon dos, y compris mes épaules. Le mouvement de l'énergie sur

mon dos a duré quelques minutes de plus. Dans l'ensemble, je me sentais comme si l'énergie essayait de me clouer sur mon lit. J'avais l'impression d'être maintenu au sol par un lutteur. L'énergie était si puissante ! Cependant, cette fois, mon souffle ne s'est pas arrêté. Comme je l'ai déjà mentionné, j'étais dans l'état de Tandhrā lorsque ce mouvement d'énergie a commencé sur mon dos. J'étais couché sur le dos lorsque l'énergie a commencé à monter dans la région du nombril (sur ma colonne vertébrale). Immédiatement, je me suis retourné et je me suis allongé sur le ventre afin que l'énergie puisse circuler librement. Plus tard, après quelques minutes, alors que la kriya se manifestait encore, je me dirigeai brièvement vers un sombre état de rêve. Je pouvais encore ressentir les effets de la kriya jusqu'à ce que le rêve soit interrompu.

Immédiatement, la kriya s'est arrêtée et j'ai été secoué hors de l'état de rêve et de l'état de Tandhrā. Je suis resté sur mon lit pendant un certain temps avant de me lever pour appeler mon Gourou. J'ai raconté à Sa Sainteté l'expérience entière. Sa Sainteté m'a dit que tout ce type de réactions concernait essentiellement le corps physique et que bientôt l'énergie se manifesterait de manière similaire dans l'esprit et dans les événements extérieurs. Cependant, Sa Sainteté a déclaré qu'il était content que cette expérience ait eu lieu et a ajouté que cela allait donner de bons résultats !

Quelques semaines plus tard, j'ai eu une autre expérience intense, bien qu'elle ne soit pas liée à la respiration. J'étais allongé sur mon lit dans l'état de Tandhrā lorsque l'énergie a commencé à monter vers le haut, à partir de la base du système céphalo-rachidien. L'énergie a bougé assez rapidement. Néanmoins, elle était très puissante, comme si elle était concentrée dans une boule. Après avoir atteint ma région cérébrale, il semblait qu'elle allait faire exploser mon cerveau. Avec mes yeux fermés, je pouvais voir des fragments de lumière de différentes couleurs, après quoi j'éprouvais un sentiment de calme total. Mon esprit est entré dans un état très calme et tranquille par la suite.

Chaque fois que je prononçais la syllabe sacrée « om » (quelques fois), la kriya avait l'habitude de commencer instantanément, l'énergie se déplaçait sur mon système céphalo-rachidien et elle était concentrée et se contractait sur l'un des chakras ou des centres d'énergie le long de la colonne vertébrale, suivie d'un flux d'énergie au sommet de ma tête. Ici, j'aimerais informer les lecteurs que l'ascension de l'énergie le long du système céphalo-rachidien

pourrait commencer à partir de l'un des chakras. Elle ne part pas toujours de la base de la colonne vertébrale. L'énergie pourrait être activée et basculer vers le haut de n'importe lequel des chakras.

Beaucoup de temps, j'ai également expérimenté la concentration et la contraction de l'énergie qui se déroulaient entre mes sourcils ou chakra Âjñā, selon les textes yôga. Il est difficile pour moi de transmettre la sensation exacte que j'ai éprouvée. Or, je vais tenter de le faire. Je sentais une sensation entre mes sourcils - parfois, c'était épineux et parfois ça ressemblait à une vibration. Je ressentais aussi cette sensation vibrante dans le dos de ma tête (au même niveau que mes sourcils).

À plusieurs reprises, chaque fois que je passais de l'état de sommeil à l'état de veille, je me rendais compte que j'avais répété mon mantra pendant le sommeil profond. Je constatais que mes lèvres se déplaçaient involontairement et répétaient le mantra pendant que je me rendais dans l'état de veille. Cela s'est produit à de nombreuses reprises.

J'avais des visions de bougies brûlantes et de feux d'ouragan, la pleine lune, les étoiles, le soleil et quelques fois même l'éclair pendant que j'étais en méditation. Ces visions se sont produites plusieurs fois pendant que j'étais dans l'état de Tandhrā. Généralement, elles duraient quelques secondes.

J'avais souvent des visions d'une lampe pleine-lune et d'une lampe d'ouragan en feu. Mon Gourou m'a expliqué que ces visions sont connues sous le nom de lumières « vishôka ».

Le mot vishôka en sanskrit signifie littéralement «ce qui éloigne le chagrin». Ainsi, l'apparition de ces lumières dans l'espace mental signifiait de bons progrès dans la pratique de yôga.

Parfois, pendant la méditation, je remarquais également des lumières étranges non identifiées qui clignaient dans mon espace mental.

Au cours des premiers mois de méditation après que la kriya eut commencé à se manifester dans mon corps, j'observais un éclat puissant dans mon espace mental. Parfois, le rayonnement était très brillant comme le soleil, et la vision s'étendait aussi sur une période prolongée, contrairement aux lumières vishôka mentionnées ci-dessus, qui ne faisait que clignoter pendant quelques secondes.

J'aurais aussi des visions des Dieux hindous et des Déesses, des sages, du Bouddha, de la Croix chrétienne et de diverses autres personnalités saintes appartenant à diverses religions ou croyances

pendant mes sessions de méditation dans l'état de Tandhrā.

À de nombreuses reprises, chaque fois que j'éprouvais une bonne séance de méditation, je ne pouvais pas ouvrir les yeux en raison du bonheur que j'éprouvais. Mon esprit était réticent à laisser mes yeux s'ouvrir. C'était dû à la douleur dans mes jambes - ce qui résultait de la position assise tenue depuis si longtemps - que je devais forcément ouvrir les yeux et terminer la séance de méditation.

J'avais environ vingt-trois ans quand j'ai commencé à entendre le son anāhata dans mon esprit.

Permettez-moi d'expliquer ce que l'on entend par «anāhata».

C'est un son entendu dans l'esprit sans faire de bruit à l'extérieur ou à l'intérieur du corps. Ce même son ne peut être entendu par un praticien que dans le Soi et ne peut être entendu par personne à l'extérieur. Ce son s'appelle anāhata en raison de son association avec le « chakra anāhata », le centre d'énergie situé dans la région du cœur.

Après que l'énergie kundalini est activée par un gourou, elle commence à croître vers le haut le long de la colonne vertébrale, et traverse les différents centres d'énergie en les transperçant. Lorsque cette énergie atteint la région cardiaque, le son anāhata peut être entendu. Puisqu'il s'agit d'un son produit sans que rien ne soit frappé à l'intérieur ou à l'extérieur, on peut facilement déduire rationnellement que le son lui-même est l'énergie kundalini. Ou on peut dire que la nature de l'énergie kundalini est celle du son sous sa forme primordiale. Par ailleurs, cela est également conforme à la science moderne selon la Théorie des cordes. Selon ma faible connaissance de la physique théorique, toute matière consiste en cordes, ce qui signifie essentiellement la musique ou le son. Chaque boucle de chaîne est associée à une fréquence qui correspond à un corps sonore. Ce pourrait être le corps sonore associé à chaque lettre de l'alphabet sanskrit, qui se trouve à chaque chakra le long du système céphalo-rachidien dans le corps humain. C'est peut-être à cause de cela que la syllabe sacrée «om» est considérée comme la force primordiale à partir de laquelle cet univers a été créé.

J'entendais ce qui ressemblait à un serpent sifflant continuellement dans mes oreilles.

Le son a duré ces vingt dernières années et persiste même maintenant lorsque j'écris ce livre.

Après sept ou huit ans, le son est devenu plus net et plus fort.

J'entendais le son constamment sauf quand j'étais endormi. Parfois, c'était un peu irritant, mais sinon je n'avais aucun autre problème.

Dans les années ultérieures, j'ai commencé à entendre d'autres sons, comme un bourdonnement d'abeille. Parfois, j'entendais le tintement d'une cloche. Parfois, une flûte douce.

Parfois, pendant un court laps de temps, j'entendais le bruit des précipitations. J'avais l'habitude de sortir immédiatement de ma chambre pour constater que la météo était absolument normale.

À l'heure, j'entendais la sonnerie de la porte et j'avais l'habitude de me réveiller de mon sommeil pour ouvrir la porte et me rendre compte qu'il n'y avait personne dehors. Ou entendre mon téléphone portable sonner et immédiatement me réveiller de mon sommeil pour répondre à l'appel et réaliser que personne n'avait appelé.

Des perturbations dans le sommeil de cette nature se sont produites à de nombreuses reprises.

Parfois, je sentais un genre étrange de parfum, ou j'éprouvais un goût sucré très léger dans ma bouche.

À peu près au même moment, lorsque j'ai commencé à entendre le son anāhata (à vingt-trois ans), j'ai également commencé à éprouver des vibrations le long de ma colonne vertébrale. Dans les dernières années, ces vibrations sont devenues de plus en plus sévères. En plus du son anāhata, j'ai connu ces vibrations de la colonne vertébrale depuis une vingtaine d'années. Cependant, ma santé n'a jamais été impactée par tout le chaos qui se déroulait à l'intérieur de mon corps.

Les lecteurs pourraient remarquer que j'avais été initié au système Sidha Mahā Yōga en 2007; alors que j'entendais le son d'Anāhata et vivais des vibrations de la colonne vertébrale depuis l'âge de vingt-trois ans. Il est possible que j'aie pu être initié à ce système yōga dans une de mes vies passées. Cependant, je ne suis pas assez compétent pour commenter cela et je vais humblement laisser le soin du commentaire à mon Gourou.

Comme je l'ai dit précédemment, les visions des vies passées ont commencé à inonder mon esprit quand j'avais environ trente ou trente-et-un ans. Pourtant, ces visions ne pouvaient jamais me donner beaucoup d'informations sur mes vies passées. Pour cette raison, je suis incapable de me souvenir de mes vies passées.

## *Interface entre l'énergie et le praticien*

Selon les textes de yoga, il existe neuf types d'émotions qui habitent dans l'esprit humain. Celles-ci comprennent la peur, la colère, la cupidité, la fierté, la luxure, etc.

L'énergie primordiale suprême de tous les êtres manifeste une variété de kriyas de sorte que les impressions sensorielles appartenant aux neuf types d'émotions soient supprimées pour toujours de l'esprit d'un praticien. Elle brûle les germes mêmes de ces émotions dans l'esprit lui-même, de sorte qu'elles ne germent pas dans n'importe quelle sorte de conditions physiques ou mentales. En conséquence, le praticien devient définitivement exempt de toutes pensées et émotions. Maintenant, les lecteurs peuvent très facilement comprendre que la simple suppression ou le contrôle de ces pensées ne pourrait pas être un avantage pour une personne. Ils doivent être éliminés en permanence, et cela ne peut être fait que par la Force divine.

Les praticiens seront vraiment émerveillés quand ils verront la vaste multitude d'impressions sensorielles inconscientes qui ont été enregistrées dans leur esprit. Le praticien trouvera une inimaginable et impensable variété de pensées, de surface et de projection dans

leur espace mental, sans effort mental volontaire.

L'énergie primordiale creusera profondément dans les profondeurs de l'esprit et le nettoiera de façon complète de toutes les impressions sensorielles déjà enregistrées.

Au fur et à mesure que les impressions sensorielles sont retirées, l'esprit commence lentement à s'installer dans un état de calme et de tranquillité. Par conséquent, l'esprit ou la Conscience Absolue qui habite dans le cœur de chaque être humain a un aperçu de sa vraie nature reflétée dans l'état tranquille de l'esprit.

Cela se manifestait dans mon esprit sous la forme d'une lumière extrêmement brillante. Parfois, ce soleil semblait un peu terne comme s'il était masqué par un mince écran de fumée.

Néanmoins, ce qui est important n'est pas l'apparence de cette lumière brillante, mais plutôt son impact sur l'état d'esprit du praticien. En outre, la durée de cet état dans l'esprit est également importante. Habituellement, après une bonne séance de méditation, l'effet dure au moins deux à trois jours, bien que la période ne puisse pas être estimée de manière très précise.

Comme je l'ai dit avant, les impressions sensorielles ne peuvent pas être complètement effacées du jour au lendemain. C'est un processus graduel qui se déroule sur une période de temps prolongée.

Je vais raconter quelques incidents afin d'illustrer comment les impressions sensorielles (appartenant aux neuf types d'émotions) sont effacées de l'esprit. Pour que les impressions sensorielles soient supprimées, l'énergie suprême assure qu'un événement (appartenant à une émotion particulière) soit expérimentée par le praticien sous une forme modérée. Parfois, une expérience peut être répétée plusieurs fois ou même pendant une période de temps prolongée, étalant ainsi la couche d'émotions solides peu à peu (bien qu'à un rythme accéléré). Tout praticien de yôga doit rappeler que son destin se déroule à un rythme plus rapide que pour une personne normale. Je l'ai expliqué dans un des chapitres. Au fur et à mesure que ce processus se déroule, l'énergie omniprésente s'assure simultanément que l'équilibre mental de la personne concernée est parfaitement assuré.

Pendant que je vivais à Srinagar au Jammu-et-Cachemire, la Kriya avait commencé à se manifester pour la première fois. En conséquence, j'avais inconsciemment commencé à déborder d'émotion et de fierté. J'avais commencé à me comporter comme



un grand sage de méditation, ou peut-être que ces impressions s'étaient déjà accumulées dans mon esprit au début de ma vie passée.

On m'a dit qu'il y avait une grotte sur un sommet de la montagne au milieu de Srinagar où l'un des grands sages populaires en Inde appelé Shankaracharya avait vécu et médité il y a plus d'un millier d'années.

Mon intérêt a été piqué, et j'ai décidé de visiter la grotte et de faire une séance de méditation afin de bénéficier des vibrations puissantes et de l'ambiance tranquille.

Je suis allé au sommet de la montagne dans ma voiture, puis j'ai grimpé les escaliers raides jusqu'à la grotte. La grotte était petite et, au mieux, pouvait accueillir de six à huit personnes.

Je suis allé au coin de la grotte et je me suis assis les jambes croisées pour une séance de méditation. Cependant, cette montagne est devenue une destination touristique populaire à Srinagar. En conséquence, il y avait un trafic régulier de touristes entrant et quittant la grotte.

Au début, mon esprit était perturbé, bien que les vibrations à l'intérieur de la grotte fussent très puissantes et que je pouvais les sentir très clairement. Et puis c'est arrivé d'un coup.

Je suis tombé dans une séance concentrée de méditation qui a duré plus de deux heures. Je me suis assis sur le sol en pierre nu de la grotte, avec mes orteils pressés contre le sol.

Cependant, mon corps était totalement immobilisé et ma posture était complètement stable. Lentement, le niveau de bruit des touristes a commencé à diminuer alors que je commençais à tomber dans un état de méditation profonde. Même dans cet état, je pouvais encore entendre les voix des touristes et, à quelques reprises, je les entends commenter ma pratique de la méditation d'un ton très positif.

Soudainement, l'émotion de l'orgueil s'est répandue dans les profondeurs de mon esprit inconscient.

J'ai commencé à me sentir comme un grand sage moi-même. La session pacifique de la méditation avait temporairement disparu. Je me suis assis là avec mon cœur gonflé de fierté pendant un temps considérable avant que je puisse me remettre de la réaction dans mon esprit. Bien sûr, j'ai pu revenir à l'état normal de la méditation après un certain temps.

C'est ainsi que le nettoyage de l'esprit de toutes les impressions

sensorielles liées à l'émotion de l'orgueil s'est déroulé ! L'ambiance nécessaire pour cela avait été assurée par l'énergie elle-même qui m'avait inspiré à aller à la grotte et à pratiquer la méditation.

Ici, les lecteurs sont invités à comprendre que les impressions sensorielles sont effacées de l'esprit soit en supprimant directement l'ego, soit en faisant que le praticien subisse l'expérience d'une forme modérée. La façon dont fonctionne l'énergie primordiale est extrêmement subtile et donc difficile à comprendre.

Le 29 août 2011, je voyageais en voiture depuis Srinagar pour visiter un sanctuaire célèbre appelé Vaishno Devi. Je me suis arrêté pour la nuit en route vers la ville voisine d'Udhampur. Là, je suis resté avec un de mes amis qui envisageait de visiter le sanctuaire avec moi le lendemain.

Le lendemain matin, nous sommes partis pour la ville de Katra située à la base de la montagne de Trikuta dans l'Himalaya. Le sanctuaire de Vaishno Devi est situé sous le sommet de cette montagne dans une grotte. C'est l'un des sanctuaires religieux les plus populaires de l'Inde, en particulier pour les adorateurs de l'énergie.

Nous avons voyagé tous les deux en jeep et nous avons atteint la ville de Katra vers neuf heures ou dix heures du matin. J'avais prévu de monter sur la montagne escarpée à cheval, alors que mon ami insistait pour l'escalader à pied pour des raisons religieuses. J'étais inflexible et je n'avais aucune envie de monter à pied.

Après avoir atteint la ville de Katra, j'ai changé mes projets et j'ai décidé de monter en hélicoptère pour arriver au sanctuaire. Ainsi, nous avons tous les deux atteint l'héliport pour acheter nos billets. À l'héliport, quand nous avons demandé sur la disponibilité des sièges dans l'hélicoptère, un membre du personnel de billetterie a pointé son doigt vers le haut dans les airs. À ce point, je me suis rendu compte que le temps était totalement nuageux au-dessus de la montagne et que tous les vols d'hélicoptère avaient été suspendus temporairement. On nous a également dit qu'il y avait une longue file de touristes qui s'étaient accumulés depuis le matin.

Sans autre option, nous sommes arrivés au point des chevaux pour louer deux chevaux. À ma grande horreur, nous avons découvert que tous les cavaliers avaient appelé à une grève générale contre les autorités locales et n'étaient pas disponibles temporairement. Ensuite, j'ai demandé un palanquin, même eux étaient hors service.

Sans hélicoptères, chevaux ni palanquins, toutes mes options pour éviter d'escalader la montagne se sont rapidement écoulées.

Enfin, le moment est venu de prendre la décision de grimper à pied ou de reculer. Mon ami, qui était un copain d'enfance, appréciait vraiment mon inconfort et riait à grands éclats. D'une certaine manière, j'ai réussi à me décider et j'ai décidé de grimper à pied la montagne.

La distance totale parcourue était d'environ quatorze kilomètres sur un gradient abrupt. Il faut généralement quatre à cinq heures pour gravir la montagne à pied. Après que nous avons escaladé la moitié de la distance, il y a eu une agitation soudaine.

Les hélicoptères avaient repris leurs activités, des cavaliers apparaissaient tout à coup et les porteurs de palanquin étaient occupés à faire des mouvements brusques. Lorsque nous avons demandé sur la raison de cette agitation, on nous a dit que la grève avait été annulée par les cavaliers en raison de la réconciliation avec les autorités locales.

Pour enfoncer le clou, un cavalier s'est présenté devant moi rapidement avec un poney et il a offert ses services.

J'étais tellement en colère contre la Déesse Vaishno Devi pour me faire subir cette escalade que j'ai décidé de monter le reste de la route à pied seulement. Cependant, de manière surprenante, la montée était très simple et je n'ai senti aucun sentiment d'épuisement.

C'est ainsi que se déroule le processus de nettoyage de l'esprit de toutes les impressions égoïstes par l'énergie cosmique suprême !

Quelques jours plus tard, le 3 septembre 2011, je visitais une retraite asiatique appelée Narayan Kuti Sanyas Ashram dans la ville de Dewas. Les lecteurs peuvent se rappeler que j'ai écrit sur cet ashram dans l'un des chapitres précédents.

J'avais appris plus tard qu'il y avait une grotte à l'intérieur de l'ashram où plusieurs sages avaient pratiqué une méditation profonde. Naturellement, mon intérêt a été piqué et je suis allé à l'ashram et je me suis assis à l'intérieur de la grotte pour pratiquer la répétition de mon mantra.

À ma grande surprise, je ne pouvais me rappeler que d'une des lignes de mon mantra !

Ce fut un grand choc pour moi parce que j'avais pratiqué la répétition de ce mantra quotidiennement depuis un certain temps maintenant. Après avoir lutté pour me rappeler la ligne du mantra

depuis un certain temps, je dus enfin abandonner. J'ai quitté l'ashram totalement déçu et j'ai rejoint ma chambre d'hôtel. Au moment où je suis entré dans ma chambre, j'ai pu me rappeler presque immédiatement des lignes du mantra.

Le lendemain, je suis allé à l'ashram une fois de plus et je me suis assis à l'intérieur de la grotte pour méditer et pratiquer la répétition de mon mantra. La méditation doit avoir duré plus d'une heure environ, quand tout à coup il a commencé à pleuvoir fortement à l'extérieur de la grotte.

Ma méditation a été perturbée brièvement et j'ai ouvert les yeux seulement pour regarder dans la noirceur dans la grotte, puisque l'électricité avait été coupée. Je pensais que la meilleure chose à faire était de continuer la méditation. Donc, j'ai encore une fois fermé les yeux et j'ai commencé à méditer.

La forte pluie continuait à l'extérieur de la grotte avec de l'eau qui éclaboussait contre la grotte de tous côtés. Ma méditation s'est poursuivie à l'intérieur de la grotte en sachant parfaitement que j'étais assis seul dans un endroit complètement sombre avec l'alimentation électrique coupée. En outre, la pensée que la grotte était séparée du reste des bâtiments d'ashram était aussi persistante dans mon esprit. Une forte pluie accompagnée de tonnerre et d'éclairs a continué à l'extérieur de la grotte sans relâche.

Quelque part j'ai lu que la grotte était habitée par des démons ou des esprits humains. Le mot diable ne signifie pas nécessairement des esprits malins. Un diable est plutôt un esprit sans corps physique grossier. Cela peut être un humain ou un animal. En outre, il n'y a aucune garantie qu'un esprit humain naisse à nouveau en tant qu'humain seulement. L'esprit pourrait bien dégénérer et prendre naissance sous forme animale, suivi plus tard d'une forme humaine. Selon les textes de yôga, c'est un phénomène très fréquent qui arrive à chaque créature vivante. C'est la raison pour laquelle on dit que la Divinité suprême est consacrée dans toutes les créatures vivantes de la terre.

L'idée qu'il y a peut-être des esprits présents à l'intérieur de la grotte a traversé mon esprit. À cause de cela, toute l'ambiance autour de moi, et aussi le cadre de ma pensée, j'ai été soudain dominé par une forte sensation de peur.

Je suis entré dans un état total de panique en raison de cette peur inconnue. Cet état mental a duré plusieurs minutes. Finalement, j'ai été obligé d'ouvrir les yeux pour regarder dans

l'obscurité de la grotte. Je ne pouvais plus continuer ma méditation. D'autre part, je savais que l'arrêt de la kriya à cause de la peur dans mon esprit était contraire au principe de la méditation de l'Ordre Shakthipāth. Ainsi, après avoir passé quelques minutes de plus avec ce dilemme persistant dans mon esprit, j'ai décidé d'allumer la lampe torche de mon téléphone portable et de sortir de la grotte.

C'est un exemple du processus de nettoyage de l'esprit de toutes ses impressions de peur (en particulier en ce qui concerne les esprits et les démons), lequel est réalisé par l'énergie cosmique.

Pendant que j'étais dans la ville de Dewas, j'avais décidé de visiter un autre endroit important. J'avais appris plus tôt qu'il y avait un adepte de yôga qui a vécu dans cette ville il y a plus de cent ans dans la tradition de "Nāth", un Ordre yôga qui existait en Inde depuis l'Antiquité. Ce grand yôgi appelé Baba Shiela Nath avait l'habitude de garder un morceau de bois brûlant avec lui en tout temps. Le fait de brûler du bois est un symbole de la gravure des impressions sensorielles dans l'esprit d'un praticien. Après son départ de la ville, ses dévots ont continué la tradition de brûler une bûche en bois. Même aujourd'hui, on peut voir une bûche de bois en feu conservée à l'endroit où Baba Shiela Nathonce a pratiqué sa méditation. L'endroit s'appelle Baba Shiela Nath Dhuni Samsthan et il est situé à la périphérie de la ville.

Ainsi, naturellement, je me suis intéressé à cet endroit et je suis allé là-bas pour rendre mon hommage. J'ai vu la bûche en bois et je me suis assis là pour méditer. J'espérais passer quelques minutes dans l'atmosphère tranquille avant de partir de la ville. À ma grande surprise, je suis tombé dans une séance de méditation très concentrée qui a duré quelques heures. Je n'avais pas l'intention de faire de la méditation à cet endroit. En outre, j'étais pressé de quitter la ville en raison de la longue route que je devais faire ce jour-là. Cependant, malgré tout cela, j'avais été forcé de tomber dans une profonde séance de méditation.

Ce type de kriya se déroule habituellement en raison des pratiques de méditation réalisées dans des vies passées (ces impressions doivent également être effacées de l'esprit). Le lecteur devrait comprendre que l'énergie primordiale efface chaque impression sensorielle de l'esprit d'un praticien. Selon les textes de yôga, il efface finalement l'idée même qu'une personne n'a jamais existé, séparément de la Divinité suprême. C'est ainsi que le yôga ou l'union de l'âme individuelle avec le Divin, est affecté.

Après ma visite à Dewas, je suis descendu dans un endroit appelé Basara, sur les rives de la rivière Godavari, dans l'état moderne de Telangana en Inde.

Un grand sage appelé Vyas, qui est aussi généralement reconnu comme le compilateur des Védas et du Mahabharata dans le passé, avait l'habitude de vivre et de méditer à cet endroit. La grotte dans laquelle il croit avoir médité existe toujours dans cette petite ville de Basara.

C'est ainsi que, naturellement, mon intérêt a été piqué et je suis allé visiter cette grotte pour y faire une séance de méditation. La grotte était très petite et étroite. Je devais ramper à travers l'entrée pour entrer. Cependant, l'intérieur de la grotte pouvait accueillir quatre à cinq personnes. Alors, je me suis assis les jambes croisées pour une séance de méditation. On m'a dit à l'entrée de la grotte qu'elle serait fermée dans une heure. En outre, les touristes réguliers entraient et sortaient de la grotte. La grotte était éclairée à l'intérieur. Pourtant, j'étais assis sur le bord le plus loin dans l'ombre pour que ma méditation ne soit pas perturbée par les touristes.

Les vibrations étaient très puissantes à l'intérieur de la grotte. Je pouvais sentir l'impact des vibrations sur mon esprit. Après tout, il y a des milliers d'années, un grand sage avait médité dans cette même grotte!

L'ambiance à l'intérieur de la grotte était totalement chargée de vibrations positives.

Ma méditation doit avoir duré une heure environ lorsque j'ai été dérangé en raison d'un motif inconnu. J'avais ouvert les yeux et j'ai constaté que les lumières électriques étaient éteintes et qu'il y avait très peu de lumière solaire dans la grotte dans l'un des coins. En outre, j'ai constaté que les flux de touristes s'était complètement arrêté. L'endroit paraissait totalement désert. Je ne savais pas si le préposé au service du tourisme était toujours présent à l'entrée de la grotte. En outre, cette grotte était située sur une petite colline entourée d'une épaisse végétation.

J'avais commencé à soupçonner que le préposé ne m'avait pas remarqué assis à l'intérieur de la grotte et avait fermé l'entrée. La grotte ne serait pas ouverte jusqu'au lendemain.

Mon esprit a commencé à tomber dans le piège de la peur encore une fois, semblable à celui qu'il avait dans la ville de Dewas.

Mais cette fois, j'ai décidé de ne pas céder à la peur et j'ai

continué à m'asseoir là et à fermer les yeux pour la méditation.

Au pire, je pensais que je devais passer la nuit dans la grotte sans nourriture ni eau. J'étais très certain que la grotte serait ouverte le lendemain matin. Ainsi, avec la question résolue dans mon esprit, j'ai continué à méditer à l'intérieur de la grotte. Cependant, la vague de peur a été constante en dépit de tout mon raisonnement rationaliste et de ma confiance.

La méditation a dû durer encore quinze minutes environ lorsque la peur de la psychose est devenue si intense que je devais enfin céder et ouvrir les yeux. Je suis sorti de la grotte pour me rendre compte que le préposé m'attendait toujours à l'extérieur de la grotte. Il m'a informé poliment qu'il m'avait vu méditer et il avait décidé de m'attendre pendant plus de temps afin que ma méditation ne soit pas dérangée.

J'ai raconté les incidents ci-dessus pour expliquer au lecteur comment l'interface se produit entre l'énergie cosmique suprême et la vie de routine quotidienne d'un praticien. L'énergie cosmique est clairement vécue par le praticien comme une entité distincte qui est interactive. Des incidents de cette nature sont survenus à maintes reprises dans ma vie. J'espère que les lecteurs peuvent maintenant comprendre facilement les différents types de kriya qui se sont produits dans ma vie de routine quotidienne.

Cependant, les lecteurs pourraient souligner que des incidents de cette nature (décrits ci-dessus) peuvent arriver à n'importe qui dans le cours normal de la vie.

A ce sujet, j'aimerais attirer l'attention des lecteurs sur mes précédents chapitres sur le flux d'énergie dans le corps. Lorsque le flux d'énergie est vécu à l'intérieur du corps en tant qu'une entité distincte, il défie toute logique et explication scientifique rationnelle. Après l'expérience, l'état d'esprit du praticien se modifie drastiquement.

L'énergie est vécue par le praticien comme une entité distincte du Soi à partir de ce point.

Au fur et à mesure que le praticien avance plus loin dans la pratique yôga, cette distinction dualiste est supprimée avec la connaissance de la vraie nature de la force primordiale.

La véritable nature de l'énergie doit être révélée au praticien par l'énergie elle-même en provoquant la transformation nécessaire dans l'esprit. Une sorte d'interface entre l'énergie et le praticien est définie dans la vie quotidienne normale exactement à cette fin. Des

incidents divers dans la routine quotidienne normale d'une personne (comme les événements décrits précédemment) se produisent et la personne est convenablement sensibilisée au fonctionnement subtil de l'énergie cosmique.

L'esprit d'un praticien est lentement élevé à cet état, avec la connaissance de la vraie nature de l'énergie primordiale.

Permettez-moi de préciser cela.

Dans un être humain normal, l'ego est en plein essor. Tout ce que fait une personne inculque un sentiment de «faire soi-même» chez cette personne. La personne expérimente l'unité avec l'énergie suprême sans se rendre compte que c'est l'énergie cosmique suprême, laquelle est la cause et l'effet de tout ce qui a été fait par cette personne. La personne pense qu'il ou elle en est responsable. C'est en fait l'esprit qui pense que c'est le Soi suprême. Ou le Soi ou l'esprit pense que c'est l'esprit sous l'influence de l'illusion cosmique. Par conséquent, l'esprit ou le Soi apparent est trompé en croyant qu'il est l'acteur d'une action, même si elle n'a pas de pouvoir réel.

L'esprit prend l'énergie suprême pour acquis et pense que c'est l'énergie suprême. Le pouvoir illusoire du cosmique a incité l'esprit à penser de cette façon. Puisque l'esprit n'est autre chose que cette énergie très suprême sous une autre forme, du point de vue terrestre, l'esprit ne ment pas non plus.

Cependant, il y a une chute à toute cette histoire.

Lorsque l'énergie primordiale est activée chez une personne, cette énergie est séparément perçue comme une entité distincte à l'intérieur du corps de la personne. À ce stade, l'esprit est humilié pour la première fois. L'esprit se rend compte pour la première fois qu'il n'a aucun contrôle sur un phénomène physique ou psychique.

Maintenant, l'esprit renonce et abandonne !

À mesure que l'esprit se rend, il est simultanément nettoyé de son ego et de toutes les impressions sensorielles. En conséquence, le reflet de l'esprit suprême est observé pour la première fois dans les eaux tranquilles de l'esprit.

Le résultat est vraiment dévastateur.

L'énergie cosmique primordiale, qui n'est que l'esprit lui-même, va maintenant commencer à révéler sa vraie nature au moyen d'une série d'interactions avec la personne. Une sorte d'interface se produit entre l'énergie suprême et le praticien. Et le processus de réalisation du Soi commence !



Par la suite, le praticien commence à se rendre compte que l'énergie dans le Soi et l'énergie en dehors du Soi dans le monde extérieur est la même chose.

À la suite de cette expérience, la perception que l'énergie suprême est une entité distincte du Soi est supprimée. La personne commence également à se rendre compte que c'est en fait sa propre énergie, en effet, qu'elle a connu (plus tôt) comme une entité distincte.

En conséquence, le praticien expérimente l'unité avec l'énergie suprême. Cependant, contrairement à une personne normale, il le fait avec la pleine connaissance de la nature de l'énergie suprême.

La différence est qu'une personne normale est dans un état d'ignorance, tandis que le praticien prend conscience de la vraie nature du Soi. C'est la différence. C'est aussi simple que ça. Rien de spectaculaire ne se passe d'un point de vue terrestre !

Les interactions entre l'énergie et le praticien ont tendance à être quelque peu de nature ludique, de manière à avoir un impact minimal sur l'esprit. Ces interactions ont également lieu pour faire comprendre à l'esprit que ce n'est pas le Soi.

Le phénomène ci-dessus ne peut pas être compris par le biais d'aucune explication logique ou rationnelle. Le mécanisme du fonctionnement de l'énergie cosmique primordiale est extrêmement subtil. Il doit être directement expérimenté au sein du Soi.

Permettez-moi de préciser cela.

Le processus de réalisation du Soi est un phénomène structuré. Sa manifestation se produit à quatre étapes différentes selon les textes yôga. Je vais essayer de transmettre aux lecteurs la meilleure explication possible de ces quatre étapes avec honnêteté dans les limites de mon vocabulaire et de mon intellect.

Tout d'abord, l'énergie est expérimentée comme inséparable du Soi d'une personne (qui est sous le charme de l'illusion cosmique) ; c'est-à-dire, que l'esprit d'une personne pense que c'est la seule existence réelle. Le Soi et l'énergie sont expérimentés par ignorance, comme une personne sans véritable connaissance de l'énergie. C'est en fait l'esprit d'une personne qui pense de cette façon !

En conséquence, la perception de la non-dualité a lieu dans l'esprit. Ce n'est pas le Soi ou l'esprit pur qui cause cette pensée, mais c'est l'esprit qui pense à tort que c'est le Soi. Ainsi, l'esprit pense que c'est une seule et même énergie suprême.

Lorsque l'énergie suprême est activée par un Gourou et commence à fonctionner en mode inversé, l'esprit reçoit son premier choc. Il se rend compte qu'il n'est pas tout. C'est la première étape.

Ensuite, il y a une deuxième étape intermédiaire où la personne se rend compte que son corps est complètement rempli de cette énergie cosmique jusqu' au bord. En dehors de cela, aucune transformation majeure ne se produit dans l'esprit.

C'est à ce stade que le fonctionnement indépendant et autonome de l'énergie suprême est ressenti comme une entité distincte. L'esprit est humilié pour la première fois. Il est forcé de regarder vers l'intérieur. Sans cette focalisation interne, d'autres recherches ne peuvent avoir lieu. L'esprit devient l'observateur, l'objet de l'observation et aussi le laboratoire. Enfin, tout est résolu à l'intérieur et l'esprit renonce et cède. La personne entre dans un état d'inconscience.

Lorsque l'esprit ou la raison (qui a jusqu'ici masqué l'esprit suprême) renonce , l'esprit se reflète dans les eaux tranquilles de l'esprit calme. Le Soi d'une personne commence à se rendre compte que l'énergie et le Soi sont une chose identique.

La non-dualité est expérimentée avec la pleine connaissance de la vraie nature de l'énergie suprême. À l'heure actuelle, la personne est en possession de pouvoirs surnaturels puisque la personne a une connaissance approfondie de la nature de l'énergie et peut exercer son contrôle sur tout phénomène physique et psychique !

Selon les textes yôga, l'illumination ou la réalisation du Soi se fait selon la volonté du Tout-Puissant. Lorsque cette réalisation du Soi se produit, même les lois du yoga se défont automatiquement. Ou d'autre part, il n'est pas nécessaire d'être lié par des lois ou des conditions dans le cosmos. L'objectif du yôga à ce stade a été atteint. L'esprit au niveau individuel ne peut plus être restreint au corps humain puisque la fusion avec l'âme universelle a déjà eu lieu.

Après cela, c'est la phase finale. Et je ne suis même pas assez compétent pour y commenter.

C'est le suprême Tout-Puissant dont nous discutons ici.

La capacité à être simultanément en état de témoin et à se déplacer au milieu de la réalité illusoire sous une forme humaine n'est techniquement pas possible du point de vue de yôga. Cela veut dire qu'une personne qui a transcendé les lois de la science et le yôga devra revenir à la vie terrestre et rester encore détachée

émotionnellement du monde qui l'entoure.

Toutefois, cette capacité a été démontrée par très peu d'hommes dans l'histoire de l'espèce humaine. Ils sont généralement reconnus comme des incarnations divines qui sont apparues sous la forme de Rama, Krishna, Jésus, Allah, Bouddha, ainsi que d'autres incarnations dans diverses autres religions. De ce fait, je ne peux pas commenter cette étape finale.

## *La vie comme kriya*

Lorsque j'ai expliqué le sens de la kriya dans l'un des chapitres précédents, j'ai dit que c'est essentiellement une réaction qui se produit dans l'esprit, le corps et la vie quotidienne externe. À ce sujet, il est important de comprendre que l'esprit et la vie quotidienne externe sont interconnectés.

Le monde extérieur (vu par une personne) est essentiellement une projection de l'esprit de cette personne !

Le monde extérieur existe également pour le reste des autres êtres humains comme une projection de leurs esprits respectifs.

Le monde extérieur existe à deux niveaux - au niveau individuel et au niveau collectif.

Quand une personne vient à l'état de sommeil, le monde extérieur cesse d'exister. Lorsque la personne vient à l'état de rêve, un nouveau monde est créé. Lorsque la personne retourne à l'état de veille, le monde extérieur est de nouveau créé pour cette personne. C'est aussi simple que ça. La nature de la réalité physique n'a d'autre base que d'être de nature illusoire. Elle peut être comparée à un mirage dans un désert.

Or, il n'y a pas de différence dans le niveau de connaissance d'une personne avant et après l'état de sommeil. Au mieux, une

personne se sent totalement énergique et l'esprit frais.

Le monde extérieur d'une personne (comme je l'ai dit avant) est un reflet de ce qu'il y a dans l'esprit de cette personne. Bien qu'une personne soit interconnectée à beaucoup d'autres personnes et d'événements dans sa vie quotidienne, la personne reste toujours unique.

La façon dont une personne éprouve le monde extérieur est différente de la façon dont les autres l'éprouvent. L'expérience est entièrement basée sur le contenu de l'esprit, ou le caractère comme je l'ai dit dans l'un des chapitres précédents. Une expérience désagréable ou agréable dans un ensemble de conditions se manifesterà de différentes façons pour différentes personnes en fonction des contenus de leur esprit.

Tant que les impressions sensorielles (accumulées dans l'esprit au fil du temps ou de plusieurs naissances passées) ne sont pas effacées, leur projection sur le monde extérieur ne cessera pas. Une fois que toutes les impressions sont effacées de l'esprit, il n'y a aucune raison pour l'esprit conservé dans la personne de continuer son existence sous forme humaine. La raison fondamentale de l'existence sous forme humaine est due à la nécessité de subir les réactions obligatoires pour les actions passées réalisées.

L'esprit est graduellement hissé vers des plates-formes plus élevées car les impressions sensorielles accumulées sont effacées de manière permanente par le pouvoir cosmique très suprême qui les a créées en premier lieu. Cependant, ce n'est que pour illustrer le sujet que j'ai utilisé l'expression «élévation de l'esprit». Sinon, il n'y a pas besoin d'élever l'esprit. Tout cela est nécessaire pour éliminer les impressions sensorielles accumulées afin que l'esprit s'installe dans un état absolument tranquille. Dans cet état tranquille, la Conscience Absolue se reflète dans le soi d'une personne.

Alors, qu'est-ce qui se passe quand une personne a atteint l'illumination et que la réalisation du Soi s'est produite?

Je ne suis même pas assez compétent pour commenter cela. Néanmoins, tout ce que je veux dire, c'est que le monde extérieur tel qu'il existe pour tous les êtres humains n'est vraiment qu'une projection de leur propre esprit.

Le monde extérieur qui existait pour une personne jusqu'à ce moment, \* cesse d'exister uniquement pour cette personne. Jusqu'à ce que la réalisation du Soi ait eu lieu chez une personne, les deux mondes, individuel et collectif, sont interconnectés.

Comme je l'ai dit dans l'un des chapitres précédents, lorsqu'un Gourou absorbe la force primordiale située à la base de la colonne vertébrale, il passe au mode inversé, détruisant ainsi le caractère accumulé dans l'esprit.

De cette manière, il commence d'abord à effacer toutes les impressions sensorielles, qui appartiennent à une multitude de catégories. Les réactions sont ressenties dans le corps, l'esprit et la vie quotidienne externe. Cependant, en ce qui concerne la vie quotidienne externe d'un praticien, un doute peut apparaître dans l'esprit du lecteur général. Étant donné que le monde extérieur d'une personne qui a été initiée au système yôga est également interconnecté avec le monde collectif, comment peut-on différencier une kriya de tout autre événement ordinaire dans la vie quotidienne?

Ici, les lecteurs sont invités à comprendre une chose. La personne qui a été initiée au système yôga suit un parcours de retour vers la source qui est le Tout-Puissant.

Les impressions sensorielles enregistrées dans l'esprit, teintées par l'ego, créent le karma. C'est le karma qui dicte comment la destinée d'une personne se déroulera. Ces impressions sensorielles doivent être effacées de l'esprit et la personne doit rester un spectateur muet devant son destin qui se déroule. Sinon, les impressions sensorielles qui surgissent au moment d'éprouver le destin de quelqu'un sont à nouveau enregistrées dans l'esprit. La force primordiale suprême et omniprésente garantit au praticien la reconnaissance requise pour se rendre compte que c'est une kriya ce qui se déroule, de sorte que les impressions ne sont plus enregistrées.

Cependant, parfois le praticien n'est pas dans un état si avancé et les impressions sensorielles, qui apparaissent teintées par la couleur de l'ego, sont enregistrées dans l'esprit même s'il devient maintenant plus facile de les nettoyer. Dans le cas d'une personne qui n'est pas initiée au système yôga, la force primordiale suprême opère dans son mode de création d'origine. C'est le mode évolutif.

Un monde d'illusion est continuellement projeté sur le psychisme de cette personne. En conséquence, chaque impression sensorielle est enregistrée dans l'esprit comme un germe potentiel, créant ainsi le destin de cette personne. Dans le cas d'une personne en qui la force primordiale suprême est dans son mode de destruction inversé, la personne se libère de son destin ou de ses

impressions sensorielles enregistrées précédemment. C'est la même chose. Les impressions sensorielles préenregistrées, teintées par la couleur de l'ego, sont ce qui se déroule comme destin pour n'importe qui.

À ce point, les lecteurs pourraient demander où est la preuve rationnelle que le destin a été effacé ? C'est essentiel de le comprendre. Il est expérimenté par la personne dans le Soi. La nature de l'expérience elle-même est quelque peu ludique. Ce n'est pas une expérience sérieuse. Ce que je veux dire, c'est que la personne n'a pas d'attachement émotionnel à l'expérience, mais elle la ressent toujours. Cet état d'esprit ne peut pas être connu par un observateur extérieur, bien que certaines indications puissent être visibles sous forme de langage corporel, etc. En outre, certains événements comme les accidents mineurs donnent également certains indices de que la personne a subi une kriya, plutôt que la réaction complète sous la forme d'un accident majeur. Par exemple, toutes les conditions nécessaires auront dû exister pour qu'un accident majeur ait eu lieu. En dépit de l'environnement idéal pour un accident majeur, la personne doit avoir en échapper miraculeusement avec une expérience douce. C'est un exemple de kriya.

Ainsi, pour une personne ou un pratiquant qui est en voyage de retour vers la source, qui est le Tout-puissant, la vie devient une kriya à chaque étape. De nombreuses séquences de réactions assurées par la force primordiale auront lieu, afin que l'esprit du praticien soit exempt de toutes les conditions mises en place par la force primordiale même.

C'est comme s'asseoir dans un train sans escale ni billet de retour, comme l'a expliqué mon Gourou. Il ne reste plus rien à faire pour le praticien. Le praticien ne reçoit aucun retour. Le moment où l'énergie Kundalini est réveillée, le praticien est mis sur ce voyage de retour ou au-delà du cycle régulier de naissance et de mort, afin d'être libéré !

J'avais demandé à mon Gourou à quelques reprises si toutes les options étaient définitives pour cette personne, ou s'il était encore possible pour cette personne de revenir à un style de vie régulier. Mon Gourou a répondu catégoriquement que si la personne ne se rend pas à la force suprême et reste un spectateur muet, au mieux, le rythme du voyage de retour peut ralentir. Il a ajouté que la personne peut changer de siège sur le train, en exerçant son libre-

arbitre terrestre. Outre cette petite liberté d'exercer le libre-arbitre terrestre, le praticien est effectivement placé au-delà du point de non-retour.

Néanmoins, j'aimerais assurer à tous les lecteurs que tout cela se passe d'une manière très harmonieuse.

Tout d'abord, personne ne va être éclairé du jour au lendemain. La réalisation du Soi ne se déroulera pas en quelques jours ou même en quelques années. Ainsi, il n'y a aucune crainte de perdre toute la poussière qu'une personne a tellement accumulée au fil du temps, sous la forme d'attachement émotionnel aux relations humaines, etc. du jour au lendemain.

Deuxièmement, il y a un autre phénomène.

Un pauvre homme ne peut imaginer un scénario dans lequel il doit rembourser des millions. Cependant, la situation pourrait être envisagée pour cette personne lorsqu'elle est en mesure de rembourser ce montant.

De même, un être humain ordinaire ne peut penser à une situation dans laquelle beaucoup de gens essaient de le tuer. Pourtant, lorsque cette situation se développe, la personne ordinaire aura également la force requise et les moyens, sous forme d'argent et de main-d'œuvre, pour faire face à la menace pour sa vie.

C'est ainsi qu'il n'est pas nécessaire de craindre, de toute façon. Lorsque le moment est venu de se débarrasser de son attachement émotionnel, la personne aura également l'état d'esprit nécessaire pour subir l'expérience.

La force primordiale, qui est consciente et omnisciente, assurera que les voies sécuritaires requises sont en place pour le praticien. En langage clair, la Divinité suprême sait comment tout préparer.

La vie d'un pratiquant est vraiment mise sur une route de feu ! Surtout quand une kriya se produit dans la «gaine de la connaissance», l'égoïsme d'une personne est effacé. Par conséquent, l'expérience est des plus désagréables pour un praticien. Souvent, une kriya de cette nature se produit dans la vie quotidienne d'une personne. Tout ce que je peux conseiller à mes compagnons de pratique est de tenir le coup. Attendez. Juste quelques heures de plus, ou quelques jours, ou quelques mois. L'épine sera retirée de la chair pour toujours. Plus de douleur et de misère !



## *Transformation de l'esprit*

J'ai écrit sur une variété de kriyas qui ont lieu dans le corps, l'esprit et la vie quotidienne externe d'une personne, après que l'énergie Kundalini est activée par un Gourou.

Cependant, ce qui est important pour un praticien, ce n'est pas les différents types de réactions qui se manifestent. C'est plutôt la transformation de l'esprit et l'état résultant net ce qui est crucial.

Comme les réactions se manifestent dans le corps par l'énergie primordiale suprême, l'esprit est également nettoyé simultanément de toutes les impressions sensorielles jamais enregistrées. En conséquence, l'esprit est élevé à des plates-formes supérieures étape par étape, élargissant ainsi l'intelligence d'une manière globale.

Je raconterai des expériences propres à la façon dont mon esprit a été modifié; ou pour mieux le formuler, je raconterai les effets sur ma vie personnelle qui se sont produits lorsque mon esprit a été lentement transformé.

Les premières victimes positives de l'éveil énergétique Kundalini dans mon corps ont été mes croyances religieuses, philosophiques et éthiques.

Les lecteurs se souviendront de ce que j'avais mentionné dans l'un des chapitres précédents au sujet du trotteur pour bébé. J'aimerais demander humblement aux lecteurs de se souvenir d'un aspect crucial de toute religion ou croyance.

Ce n'est qu'un instrument pour vous aider à grandir, tout comme un trotteur pour bébé.

Une fois que le but est atteint, ces instruments ne sont plus nécessaires. En outre, ils deviennent un obstacle à une croissance supplémentaire.

En disant cela, je ne souhaite montrer aucune sorte d'arrogance ou de manque de respect envers les croyances qui étaient maintenues plus tôt. En fait, ils sont la raison même de notre croissance. Personne ne peut oublier l'école élémentaire, lors de laquelle ils ont appris l'alphabet. Même si une personne est devenue un grand érudit dans n'importe quelle discipline, le résultat est évidemment dû à tout ce qui a été appris jusqu'à ce stade. Ce type de logique s'applique à l'éducation terrestre normale.

Cependant, dans le cas des sciences spirituelles, la logique est quelque peu différente - avec une petite modification. Un étudiant ou un praticien choisit une croyance ou une philosophie religieuse particulière afin de pouvoir grandir. Cependant, le moment arrive où la personne doit oublier tout ce qui a été appris.

Prenons un autre exemple pour illustrer ce point. Une personne peut adorer le Tout-Puissant sous une forme particulière. Une nouvelle étape arrive où la forme du Tout-Puissant doit être retirée de l'esprit à mesure que la réalisation établit que le Dieu n'a aucune forme. Ce qui se passe ensuite, je ne peux pas le dire. Je ne suis pas dans un état aussi avancé de pratique du yôga.

J'essaie seulement de transmettre humblement un point aux lecteurs au sujet d'un état d'esprit intermédiaire qui se produit après que l'énergie Kundalini est réveillée chez une personne.

Chaque personne devra finalement manifester la Divinité dans son Soi seul, sans aucune aide extérieure. Le Gourou est le moyen par lequel cela se produit, cela aussi avec Sa seule grâce. C'est le sujet essentiel de la question.

Le deuxième accident positif qui a eu lieu arrivée dans ma vie personnelle est la perte d'intérêt pour la socialisation. La vie sociale elle-même ne m'a pas complètement abandonnée, puisque mes karmas précédents n'ont pas encore été complètement effacés. Cependant, j'y ai perdu l'intérêt. Quand un gros morceau d'impressions sensorielles ou de karmas est effacé de l'esprit par l'énergie primordiale, l'effet se manifeste clairement dans l'esprit. Cependant, les lecteurs doivent se souvenir de ce que j'ai dit dans l'un des chapitres précédents : la manifestation des kriyas n'est pas

compartimentée. Cela signifie que le nettoyage de l'esprit d'une catégorie particulière d'impressions sensorielles peut ne pas être complètement terminé avant qu'une nouvelle kriya commence à se manifester.

De même, j'ai perdu mon appétit pour la musique, les films, la télévision, l'internet, les livres, les magazines, les journaux, etc. De temps en temps, je les regarde et c'est tout.

Également, j'aimais beaucoup voyager dans ma voiture vers des endroits exotiques. J'ai complètement perdu tout intérêt pour ce type d'activité.

Permettez-moi de raconter quelques autres incidents pour illustrer la façon dont l'envie est supprimée en permanence par la puissance cosmique omniprésente de l'esprit d'une personne.

Quand je vivais dans la ville de Jalandhar dans l'État du Punjab, un jour, j'ai ressenti soudain une forte envie de cuisiner de la nourriture, quelque chose que je n'avais jamais fait avant dans ma vie. Je suis allé acheter toutes les choses dont j'avais besoin pour cuisiner. Et j'étais là à fond, préparant toutes sortes de plats exotiques. J'avais commencé à dépenser beaucoup d'argent et de temps pour acheter tous les ustensiles et les ingrédients nécessaires.

Ce qui s'est passé au cours des prochaines semaines a été incroyable. J'étais occupé à couper, à hacher et à éplucher des légumes pendant de longues heures tous les jours, comme si j'étais possédé par un démon inconnu à l'intérieur de mon corps.

Je me réveillais soudain et je me mettais à couper des légumes. Je passais des heures à essayer de cuisiner des plats exotiques assez tard dans la nuit.

Ce type d'activité s'est poursuivi pendant plusieurs semaines. Et tout à coup, un jour, j'ai complètement perdu l'envie de faire de la cuisine. Tous mes ustensiles de cuisine étaient emballés et rangés dans une armoire en bois.

Cependant, de temps en temps, je sentais encore l'envie de cuisiner et j'achetais beaucoup de légumes et les gardais dans le réfrigérateur. Mais c'est tout. Je n'ai jamais cuisiné. Après quelques jours, je jetais les légumes. Encore une fois, après plusieurs jours, l'envie de cuisiner m'envahissait une fois de plus. Encore une fois, je jetais les légumes après les avoir gardées pendant quelques jours.

C'est le processus de nettoyage de l'esprit de toutes les impressions sensorielles relatives à l'activité de la cuisine déjà faite par une personne. Des incidents de cette nature liés à une grande

variété d'activités se sont produits à de nombreuses reprises.

Chaque personne a une variété de fantaisies et de désirs dans son esprit. L'énergie primordiale suprême, omnisciente, s'assurera que tout cela soit retiré de l'esprit en manifestant une variété de kriyas ou de réactions. Divers événements se déroulent dans la vie quotidienne sous une forme douce, de sorte que différents désirs soient retirés de l'esprit. Tous les fantasmes et les désirs se déroulent sous une forme douce, de sorte qu'il n'y a plus d'envie de se diriger vers cette attraction particulière dans la vie. De même, toutes les peurs et les angoisses sont également supprimées afin que la personne n'ait désormais peur de rien, ni dans son esprit, ni dans sa vie quotidienne.

Alors que les processus de nettoyage de l'esprit mentionnés ci-dessus se déroulent sur une période de temps prolongée, l'esprit commence à vivre comme s'il était entraîné vers l'intérieur ou s'effondrant vers un point de l'infini vers l'intérieur. L'effet se manifeste clairement dans la région cérébrale de jour en jour. Un sommeil de qualité résulte directement de cette transformation.

Cependant, j'aimerais avertir tous mes collègues praticiens d'un effet secondaire particulier ou d'un phénomène temporaire qui se produit tout au long de ce nettoyage pendant les étapes initiales.

Lorsque l'esprit est nettoyé d'un gros morceau d'impressions sensorielles par l'énergie primordiale, l'esprit fraîchement nettoyé devient un peu hyper sensible et émotif.

J'avais demandé à mon Gourou pourquoi ce processus se déroule de manière contradictoire. En fait, c'est mon Gourou qui a abordé ce sujet dans l'une de nos discussions et a précisé la question.

Sa Sainteté a déclaré que c'était un processus naturel qui accompagne le nettoyage de l'esprit pendant les étapes initiales avant qu'il ne soit immunisé contre tout.

Tout praticien doit être conscient de ce phénomène. Il arrive d'une manière très naturelle, de façon temporaire, et il n'est pas nécessaire de s'inquiéter à ce sujet. Mon Gourou a déclaré que c'est en fait un signe de bons progrès dans le yôga.

Comme je l'ai mentionné dans l'un des chapitres précédents, de nombreux obstacles se posent au cours de la pratique du yôga.

Par exemple, chaque fois que je me reposais pour la méditation, je prenais toutes les mesures de précaution nécessaires pour que ma méditation ne soit pas perturbée. Je mettais mon téléphone en

mode silencieux, veillais à ce que tous les autres gadgets électriques soient éteints, éteignait toutes les lumières, verrouillait la porte, etc.

Cependant, chaque fois qu'une perturbation doit se produire, elle se produira sans tenir compte des mesures de précaution prises.

Ce qu'il faut comprendre, c'est que les perturbations dans la méditation sont le résultat d'actions antérieures. Il est obligatoire de faire face aux perturbations afin qu'elles soient progressivement épuisées et qu'elles ne dérangent plus le praticien. Sinon, les impressions non nettoyées continueront à perturber la méditation en se manifestant comme une variété d'obstacles physiques ou mentaux.

Tous mes compagnons de pratique sont humblement invités à se souvenir d'une chose. Vous ne pouvez pas tromper l'énergie primordiale suprême, même par un acte volontaire d'auto-soumission teinté par la couleur de l'égoïsme.

L'auto-soumission doit être spontanée et se développer naturellement dans l'esprit, l'intellect et le corps. Veuillez ne pas recourir à des actes illusoire d'auto-soumission, consciemment ou inconsciemment. Priez votre Gourou que l'honnêteté soit votre souffle de vie à chaque instant !

Le point que je veux transmettre à tous mes compagnons de pratique est que des obstacles surgissent pour tout le monde et c'est un principe naturel. Ne vous résistez pas aux obstacles. Se résister est contre le principe de la pratique du yôga.

Ensuite, je souhaite transmettre à tous les lecteurs que l'état d'esprit peut glisser pendant le processus de nettoyage, mais c'est un événement naturel qui se produit pour tous. Il n'y a pas de quoi s'inquiéter. Ce n'est qu'un phénomène temporaire. Tous les textes yôga témoignent du fait que chaque praticien de yôga doit glisser de temps en temps pendant la progression de la pratique yôga. Cela arrive à chacun de nous tous, comme l'a expliqué mon Gourou. Cela m'est arrivé à plusieurs reprises, de manière mineure, et au moins une fois dans une grande mesure.

Ce qui se passe lorsque l'énergie Kundalini se réveille au début, c'est qu'une personne est rapidement emmenée vers une plateforme très élevée et que la personne glisse. Aucune blessure majeure ne se produira. La personne est initialement emmenée vers un niveau où la pratique a été arrêtée lors de la naissance précédente.

La pratique du yôga commence pour n'importe quelle personne,

exactement à partir de l'étape où elle a été laissée dans la vie passée. Elle recommencera dans la prochaine vie exactement à partir du stade qu'elle a atteint dans la vie précédente, si la personne n'a pas réussi à atteindre l'état de réalisation du Soi.

C'est un cadeau du Tout-Puissant. Le seul cadeau qui puisse être véritablement appelé un cadeau.

D'autres types d'événements divers se produisent également lors du processus de nettoyage de toutes les impressions sensorielles de l'esprit !

Par exemple, quelques accidents mineurs pourraient survenir sous une forme très douce.

Si jamais vous voyez un praticien de yôga se heurter à un accident mineur, n'oubliez pas de le féliciter ! L'énergie primordiale suprême vient de déposer une bénédiction sous la forme d'un accident léger, plutôt que d'une réaction pleine de souffrance sous la forme d'un incident grave.

De même, les événements heureux pourraient également se reproduire sous une forme douce. Ne le félicitez pas cette fois-ci ! C'est de l'humour tout simplement.

Les lecteurs sont priés de se rappeler que les événements heureux et malheureux sont éliminés de manière accélérée grâce à l'énergie de la connaissance !

## *Guide du Gourou pendant la pratique du yôga*

L'orientation d'un Gourou pendant la pratique du yôga est cruciale pour maintenir le praticien sur la bonne voie à chaque étape de son parcours. Sans ce guide du Gourou, il n'est tout simplement pas possible pour un praticien de persévérer assez longtemps sur le chemin du yôga.

Les attractions et les distractions du monde extérieur sont trop fortes pour le praticien. Il ou elle sera facilement proie de la «vie» et déviara du chemin spirituel. Le Gourou est constamment vigilant et surveille le praticien.

Je vais raconter quelques exemples tirés de ma propre vie afin que les lecteurs puissent facilement comprendre l'essence du sujet.

J'ai déjà raconté des expériences dans les chapitres précédents sur la façon dont l'orientation de mon Gourou a été cruciale. Le début de la kriya dans mon cas n'a pas eu lieu lors de l'initiation, et mon Gourou a dû intervenir quelques fois avant que la kriya ne puisse commencer à se manifester dans mon corps.

Ensuite, j'ai raconté comment mon Gourou devait effacer beaucoup de mes doutes. Plus précisément, mes craintes de

commettre des péchés devaient être dégagées. Sinon, ma progression dans le domaine du yôga aurait été bloquée. Mon Gourou était le manuel de référence constant pour moi quand j'avais besoin de réponses pour clarifier mon esprit.

En outre, j'ai raconté comment j'avais éliminé les problèmes financiers de ma vie en raison de l'effet du mantra donné par mon Gourou.

Maintenant, je vais écrire sur quelque chose qui est très importante pour chaque praticien.

Une fois que le kriya commence à se manifester, comme je l'ai déjà dit dans les chapitres précédents, il se manifeste soit simultanément dans toutes les gaines, soit de façon isolée parfois. Supposons maintenant que la kriya a commencé à se manifester dans la routine quotidienne normale d'une personne.

Les lecteurs peuvent-ils imaginer quel serait le résultat ?

Les événements commencent à se manifester à un rythme rapide. Le destin d'une personne est accéléré afin que le caractère accumulé soit lavé à un rythme rapide. Parfois, il devient trop difficile pour un praticien de supporter cette charge.

Souvent, j'ai dû me plaindre à mon Gourou du rythme rapide de la destinée qui se déroulait. Rappelez-vous que ce rythme rapide peut ne pas être toujours agréable. Souvent, les événements concernent la «gaine de connaissance» égoïste. Les expériences désagréables doivent être supportées par le praticien. C'est ainsi que la force suprême élimine la dernière trace d'égoïsme de l'intellect ou du bouddhi, comme on l'appelle en texte sanskrit.

Alors, lorsque le rythme d'une kriya devenait trop rapide, j'avais l'habitude de demander un soulagement à mon Gourou, et mon Gourou contrôlait le rythme des événements qui se déroulaient dans ma vie.

D'une manière similaire, un Gourou pouvait éliminer les expériences désagréables de la vie d'une personne afin de faciliter la vie du praticien. Parfois, le Gourou lui-même prend la charge en transférant les expériences désagréables d'une personne sur lui-même, y compris les maladies. Cependant, le Gourou peut facilement se protéger en les éprouvant sous une forme très douce.

Parfois, le Gourou pouvait prendre en charge les expériences agréables afin que le praticien ne soit pas en proie aux attraits de la vie mondaine. Lorsque des choses de cette nature se passent, le Gourou les fait d'une manière si subtile que le pratiquant ne le



reconnaît même pas à ce moment-là.

Je peux me souvenir de nombreuses expériences dans lesquelles mon Gourou avait géré mon destin de manière subtile. Les aspects bons et les mauvais aspects du caractère doivent être éliminés. Cette gestion du destin du praticien faite directement par le Gourou est extrêmement subtile. Je doute que les lecteurs puissent comprendre cela. Et je doute de ma propre capacité à expliquer cela efficacement aux lecteurs. Quoi qu'il en soit, laissez-moi essayer.

Un jour, je conduisais un scooter sur la route pour rencontrer mon Gourou à Hyderabad.

Mon Gourou m'avait donné une adresse en me disant de le retrouver là-bas.

Je n'étais pas très familiarisé avec la ville. Alors, j'ai sorti une carte de la ville et j'ai marqué mon parcours dans les routes familières de la ville. Cependant, j'avais choisi une route longue, ce qui était inutile. J'avais pris un long détour depuis un point le long de la route principale, car je n'étais pas très familiarisé avec le parcours plus court.

Alors que je conduisais, mon téléphone portable a commencé à sonner. Normalement, je ne réponds pas lorsque je conduis, et surtout pas si je conduis un véhicule à deux roues. Cependant, j'ai regardé l'écran pour voir l'identité de l'appelant. Cette fois-ci, c'était mon propre Gourou.

Alors, j'ai arrêté mon véhicule et j'ai décroché l'appel téléphonique.

J'ai été surpris d'entendre la voix d'une autre personne. La personne m'a dit que mon Gourou l'avait chargé de me diriger sur la bonne route. Il s'est en outre renseigné sur mon emplacement actuel. Ensuite, il a déclaré que je ne devais prendre que quelques tours le long de l'itinéraire loin de mon itinéraire prévu pour atteindre ma destination. Si l'appel téléphonique avait été en retard de quelques minutes de plus, j'aurais avancé sur ma route précédemment marquée, qui aurait entraîné un long détour. Si l'appel téléphonique avait été fait par quelqu'un d'autre, je ne me serais pas arrêté. Donc, mon Gourou avait donné son propre téléphone à une autre personne et lui avait demandé de me diriger exactement à ce point particulier où j'allais faire une erreur sur la route.

Le 29 août 2011, j'ai entrepris un long trajet dans ma voiture

tout seul.

La distance totale était d'environ trois mille kilomètres, ce qui comprenait des routes étroites, et j'avais prévu de la faire sur une période de dix jours environ, avec des pauses entre les visites. Le point de départ était Srinagar et la destination était Hyderabad. Ce n'était pas mon premier voyage à longue distance, d'aucune façon. Quelques jours avant le début de mon voyage, j'avais informé mon Gourou du séjour imminent.

Mon Gourou m'a donné un mantra au téléphone et m'a ordonné de le mémoriser. Il a en outre ordonné que je répète ce mantra onze fois avant le début de mon long voyage et aussi tous les jours le long de la route que je prenais.

Mon Gourou m'a dit que ce mantra était pour ma protection. Comme je l'ai déjà mentionné, ce n'était pas mon premier parcours de longue distance, de quelque manière que ce soit, et mon Gourou ne m'avait pas donné ce genre de mantra auparavant.

Après environ huit jours de conduite, j'étais sur mon dernier tour à Hyderabad. J'avais choisi un itinéraire pratique bien que l'itinéraire n'était pas le plus court. Comme m'avait dit mon Gourou, j'ai répété le mantra onze fois par jour avant de partir de chaque endroit.

Ce jour fatidique en particulier, je traversais les parties intérieures de l'Inde centrale.

Je devais conduire à près de cent kilomètres par heure quand j'ai essayé de dépasser un autobus sur une route étroite. Le conducteur de l'autobus était inflexible et ne me laissait pas de place pour.... Je n'avais pas envie de ralentir et j'ai décidé de tenter ma chance.

Un conflit de volontés a eu lieu entre moi et le conducteur de l'autobus. Le conducteur de l'autobus devait penser que je clignoterais d'abord avant de ralentir. Cependant, j'ai lancé ma voiture à côté du bus à vitesse excessive.

En conséquence, j'ai été obligé de m'écarter de la route partiellement puisque le bus ne me donnait pas assez d'espace pour le dépasser. Deux de mes roues étaient sur le gravier à côté de la route. J'ai pu immédiatement constater que je ne pourrais pas dépasser le bus de cette façon, car le gravier à côté de la route n'était pas lisse.

Enfin, j'ai dû céder et ralentir tout à coup en raison de certaines personnes qui marchaient sur la route. En conséquence, j'ai pilé mes freins et j'ai perdu le contrôle de ma voiture.

Ce qui s'est passé au cours des quelques moments qui ont suivi prendra probablement beaucoup de temps à être oublié !

La façon dont le véhicule était sous contrôle est très difficile à raconter. Je m'étais déjà résigné à l'accident inévitable. J'ai bien compris la ligne mince entre la vie et la mort. Cependant, l'expérience doit avoir lavé une centaine de péchés.

Je suis sorti de toute la situation indemne, et ni mon corps ni ma voiture n'ont été endommagés d'aucune façon.

Le mantra donné par mon Gourou résonnait dans mon esprit alors que je tentais de digérer toute la séquence des événements à la suite de l'incident.

C'est ainsi qu'un Gourou gère le destin de ses pratiquants d'une manière extrêmement subtile.

Un Gourou peut ne pas exposer ses pouvoirs surnaturels de manière directe.

Dans ces deux cas, le pouvoir de la vision à distance était exercé par mon Gourou !

Cependant, tout comme la splendeur d'une lumière sous un masque, qui se répand et devient visible au public, les puissances surnaturelles d'un Gourou se transmettent involontairement aux pratiquants sous lui.

Des incidents de cette nature ont eu lieu à de nombreuses reprises. Cependant, cela suffit si les lecteurs ont compris le sujet.

Laissez-nous effectuer une analyse simple de l'histoire entière !

Bien que j'aie dit que les pouvoirs surnaturels d'un Gourou étaient parfois répandus involontairement sur le praticien, cela aurait pu être un acte délibéré de la part de mon Gourou. Un gourou peut avoir l'intention d'atteindre plusieurs objectifs tout d'un coup.

Tout d'abord, les karmas ou les impressions sensorielles accumulées qui étaient sur le point de se dérouler sous forme de destin ont été emportées ! Ensuite, le Gourou aurait pu exposer ses pouvoirs surnaturels en montrant délibérément les signes révélateurs des événements qui sont sur le point de se dérouler ! Cela a dû être fait pour que la foi d'un praticien envers lui soit renforcée.

C'est pourquoi j'ai dit que la façon dont un Gourou s'occupe de ses praticiens est extrêmement subtile à comprendre !

Lorsque des incidents de cette nature se produisent, un praticien est fermement mis sur la piste de la pratique du yôga afin de ne pas

Colonel T Sreenivasulu

se dévier, en nourrissant des doutes sur la validité du système yôga.

## *Un dernier mot*

Qu'entend-on exactement par altruisme ?

C'est vraiment peu connu, car la Divinité suprême ne peut que garantir sa promulgation dans l'humanité.

Permettez-moi de préciser davantage.

Cela ne peut pas vraiment être fait volontairement en exerçant une volonté libre humaine, teintée de la couleur de l'égoïsme. Cependant, une personne ne peut être qu'un moyen pour un acte de nature altruiste si tel est l'ordre du suprême Tout-Puissant.

Personne n'a jamais besoin de l'aide d'une autre personne. Et personne ne peut jamais aider une autre créature. L'existence même de tous les êtres vivants est soutenue par l'esprit infini ou la Divinité suprême. Il n'y a aucun besoin de dépendance d'une source externe. Le mécanisme même pour la survie d'une créature n'est pas conçu de cette façon en premier lieu.

C'est le libre arbitre de l'homme, tissée avec la couleur de l'égoïsme, qui fait penser à une personne qu'elle peut faire quelque chose pour avoir un impact sur le monde soit positivement, soit négativement. Il en est de même dans le cas d'une personne qui croit avoir besoin de l'aide d'une source externe. Les deux ont tort.

En conséquence, les mots comme la compassion, l'altruisme, l'amour et la miséricorde n'ont aucune base, tout comme leurs homologues opposés. Ces idées, bien qu'elles soient grandioses,

sont purement générées par l'intellect à la fois contrasté avec la couleur de l'égoïsme. Aucune idée, qu'elle paraisse grandiose ou pleine de péché, ne peut avoir une base pour son Existence Absolue. C'est purement illusoire par nature. C'est alimenté par l'égoïsme et projeté sur le monde extérieur à travers l'esprit et les organes sensoriels !

La Divinité consacrée dans un être humain doit être manifestée par l'être humain dans le Soi uniquement. Il n'y a pas d'autre organisme externe qui puisse venir à la rescousse. Le Gourou est le moyen par lequel il se produit, aussi par sa grâce divine seule. En fin de compte, tout être humain est laissé pour compte pour se défendre pour le Soi et manifester la Divinité dans le Soi.

La réalisation du Soi ou le salut ne se produit pas chez un être humain sans la grâce du Tout-Puissant !

Et pour que cette condition s'installe, l'esprit doit être libre de toutes les impressions sensorielles qu'il a accumulées à travers des éternités ou une multitude de naissances passées.

Et pour que cette condition se mette en place, la Kundalini ou la force cosmique primordiale suprême (qui a créé les êtres humains) doit défaire la création au niveau individuel !

Et pour que cette condition soit mise en place, un Gourou doit manipuler cette énergie cosmique et la mettre en mode inversé de destruction ou d'involution.

Cependant, les impressions sensorielles empilées dans une psyché humaine sont si gigantesques en quantité qu'il faut beaucoup de temps pour défaire ce qui a été créé.

Cela peut être accéléré par la volonté du Gourou, si désiré. Cependant, un étudiant ou un praticien peut ne pas être en mesure de tenir le rythme. Mais le Gourou peut certainement gérer son destin de la manière la plus efficace. Ainsi, l'économie d'effort requise est exercée par le Gourou de la meilleure manière possible chez un praticien.

Par conséquent, l'auto-soumission absolue à un Gourou est la seule exigence d'un praticien.

Et un Gourou est la seule exigence pour un être humain.

Je vais poser une dernière question à tous les lecteurs avant de terminer mon livre.

Comment peut-on rester un témoin ou un spectateur muet dans ce monde illusoire quand l'esprit n'est pas dans un état tranquille et est constamment soumis à la montée des vagues sous forme

d'émotions ?

Cela ne peut pas être fait délibérément.

L'esprit doit être élevé à cette étape.

Et cela ne peut se produire qu'avec l'auto-soumission absolue envers la Divinité. Cela ne peut pas être fait délibérément. L'acte illusoire de l'auto-soumission teintée de la couleur de l'égoïsme ne fonctionnera pas.

Ensuite, quelle est la solution finale ?

La grâce divine d'un Gourou est la seule solution.

Avec humble obéissance à mon Gourou, Swami Sahajananda Tirtha, je souhaite à tous les lecteurs l'inspiration dans la bonne direction !

## Glossaire

**Ājna chakra** : Le centre énergétique situé entre les deux sourcils dans un corps humain.

**Anāhata chakra** : Le centre énergétique situé au cœur de la colonne vertébrale.

**Le son Anāhata** : Le son produit sans que rien ne soit frappé et pourrait être entendu par une personne en interne.

**Ānandamaya kōsha** : La gaine du bonheur. C'est la première couche formée sur l'âme ou l'esprit individuel sous forme d'illusion cosmique. L'énergie primordiale est à sa forme la plus subtile et la plus fondamentale à ce stade.

**Ānnamayakōsha** : La gaine des aliments. C'est la cinquième et dernière couche formée sur l'esprit individuel sous forme de corps humain grossier.

**Ashram** : La retraite du yōga. C'est la résidence d'un Gourou ou vénérable professeur, sous la direction directe duquel le yōga est pratiqué par les gens.

**Brahman** : La Divinité suprême qui imprègne tout le cosmos et au-delà ou Dieu ou Tout-Puissant.

**Buddhi** : C'est une forme de l'énergie cosmique appelée «l'intellect» dans une personne ou la faculté discriminatoire avec laquelle l'égoïsme est co-localisé.

**Chit** : L'esprit dans une personne. C'est le siège de tous les sens où l'application du libre-arbitre est exercée par une personne.



**Chit shakthi** : C'est une forme de l'énergie cosmique appelée énergie psychique fonctionnant dans l'esprit.

**Chakra** : Un centre énergétique dans le système céphalo-rachidien.

**Gourou** : Le vénérable professeur qui éloigne l'obscurité ou l'ignorance de l'esprit d'un élève, de sorte que la lumière de la connaissance qui existe déjà au sein du Soi, l'éclaire.

**Guñās** : Les trois qualités de l'esprit.

**Kāraṇa sharīra** : L'âme individuelle asservie ou l'esprit entouré par l'illusion cosmique. On l'appelle le corps décontracté.

**Kriya** : La réaction involontaire dans le corps, l'esprit et la vie quotidienne externe, qui se manifeste pour nettoyer l'esprit d'une personne de toutes ses impressions sensorielles.

**Kundalini** : L'énergie cosmique primordiale suprême qui se manifeste sous forme d'univers. Cette énergie est située à la base du système céphalo-rachidien dans chaque être humain, à mi-chemin entre l'anus et la région génitale.

**Kumbh mēlā** : C'est un festival fluvial célébré une fois tous les douze ans en Inde sur les rives du fleuve Gange.

**Manōmaya kōsha** : C'est la troisième gaine formée sur l'âme ou l'esprit individuel. C'est le siège de tous les sens où l'application du libre-arbitre est exercée.

**Māya** : L'illusion cosmique ou l'énergie cosmique sous sa forme la plus fondamentale.

**Mañipura chakra** : C'est le centre d'énergie situé dans la région du nombril sur le système céphalo-rachidien dans un corps humain.

**Mañi dveepa** : C'est la demeure de l'énergie cosmique primordiale suprême. On l'appelle « îlot des gemmes » et il est entouré par « l'océan du bonheur » ! Il est situé loin de la myriade d'innombrables systèmes mondiaux, très profondément dans le vaste et infini cosmos, selon les textes sanskrits.

**Mantra** : C'est une syllabe sacrée sanskrit ou un mot ou une phrase ou un groupe de phrases qui pourrait être introduit dans n'importe quelle quantité de texte.

**Mūlādhāra chakra** : Le centre énergétique situé à la base du système céphalo-rachidien à mi-chemin entre l'anus et la région génitale.

**Om** : C'est la syllabe sacrée sanskrite ou le son ou le mantra représentant la forme même de l'énergie cosmique primordiale !

**Parā shakthi** : L'énergie cosmique primordiale suprême.

**Prāñāmaya kōsha** : C'est la quatrième gaine couverte autour de

l'âme ou de l'esprit individuel. On l'appelle la «gaine de la force de vie».

**Prakriti** : C'est essentiellement l'énergie sous forme grossière, ou cosmos, ou la nature.

**Prañ** : C'est une forme d'énergie cosmique ou l'énergie cinétique qui imprègne tout le cosmos. C'est aussi la force de vie qui imprègne la «gaine de la force de vie» dans un corps humain.

**Rajas** : L'une des trois qualités de l'esprit grâce à laquelle la créativité se manifeste sous toutes ses formes.

**Sātvic** : Une des trois qualités de l'esprit en raison de laquelle la fonction de maintenance ou de subsistance se manifeste sous toutes ses formes.

**Samādhi** : C'est un état d'inconscience. C'est l'objectif final de toute la pratique yōga avant que la réalisation du Soi puisse se produire !

**Shaivism** : La philosophie des disciples de Lord Shiva, l'un des trois dieux des Hindous qui sont ensemble connus sous le nom de Trinité.

**Shakthipāth** : "La descente d'énergie". C'est une technique utilisée par les moines de "l'Ordre de Shakthipāth" pour initier un praticien au système Sidha Mahā Yōga.

**Shakthi** : L'énergie cosmique primordiale.

**Shakthi peeta** : Le centre d'énergie cosmique primordial.

**Siddha mahā yōga** : Le système du grand yōga qui englobe tous les systèmes individuels de yōga après que l'énergie Kundalini est réveillée chez une personne. C'est le système yōga pratiqué par "l'Ordre de Shakthipāth".

**Svādhishthāna chakra** : C'est le centre d'énergie situé près de la racine de la région génitale dans le système céphalo-rachidien.

**Sūkshma sharīra** : Le corps subtil composé de toutes les gaines autres que le corps physique brut. C'est ce corps qui quitte le corps physique après sa mort pour se réincarner encore une fois.

**Tāmas** : Une des trois qualités de l'esprit à cause de laquelle la destruction se manifeste sous toutes ses formes.

**Tandhra** : C'est un état entre l'état du rêve et l'état de veille selon les textes de yōga.

**Tantrique** : Praticien du tantra. Une forme de système yōga.

**Vaishno Devi** : La déesse située sur la montagne trikūta dans l'Himalaya au Jammu-et-Cachemire, en Inde. C'est le centre énergétique le plus populaire.

**Vishôka** : Contraire du chagrin.

**Vijnānamaya kôsha** : La deuxième gaine formée sur le corps décontracté. L'intelligence et l'égoïsme sont co-situés dans cette gaine. C'est aussi le foyer de toutes les impressions sensorielles conscientes et inconscientes.

**Yôga** : Fusion de l'âme ou de l'esprit individuel avec le Tout-Puissant.

**Yogi** : Le praticien de tout système yôga.

**Yogini** : La femme praticienne de tout système yôga.

# *Ashrâms de l'Ordre de Shakthipāth*

(Traçables et autonomes)

1. Mahayogini Rachna, Tarkeswar Sidhamayog Foundation,  
Bhira Kheri, Lakhimpur Kheri, Uttar Pradesh, PIN – 262901,  
India, Mobile: +91 945 022 0221, Email:

[tsfoundation21@gmail.com](mailto:tsfoundation21@gmail.com)

2. Siddhayogini Thanishka, Melbourne Beach, Florida, USA,  
Mobile: +1(321)960-0445, Email:

[supriyavarmakurup@gmail.com](mailto:supriyavarmakurup@gmail.com)

3. Goddess Vartika Shukla, Siddha Mahayoga Foundation,  
806, New Anand Apartment, Plot 47, Sector 56, Gurugram,  
Haryana, PIN - 122011, India, Mobile: +91 981 996 2635,

Email: [vartikashukla2000@gmail.com](mailto:vartikashukla2000@gmail.com)

4. Sadguru Hagi, Melbourne, Victoria, Australia, +61 407 683  
465, Email: [ghracer@hotmail.com](mailto:ghracer@hotmail.com)

5. Yogi Virendra, Ghaziabad, Uttar Pradesh, India, +91  
9999290388, Email: [virendrasfarswan@gmail.com](mailto:virendrasfarswan@gmail.com)

6. Yogi Abhishek Vashist, Jaipur, Rajasthan, India, +91  
9079121514, Email: [abhijagriya@gmail.com](mailto:abhijagriya@gmail.com)

7. Yogi Gautam, Hyderabad, Telangana, India, +91 9963359922, Email: [yogi.Shaktipāt@gmail.com](mailto:yogi.Shaktipāt@gmail.com)

8. Yogini Ramya Devi, Bengaluru, Karnataka, India, Mobile: +91 988 023 9480

9. Puneet Parashar, Dubai, UAE, Mobile: +971 52 867 6684, Email: [puneetparashar39@gmail.com](mailto:puneetparashar39@gmail.com)

10. Yogini Manisha, New Delhi, India, Mobile: +91 799 110 9595

11. Yogini Vijaya, Johannesburg, South Africa, Mobile: +27 83 682 2286, Email: [juss@mplanet.co.za](mailto:juss@mplanet.co.za)

12. Mahayogini Parameshwari, Jangaon, Telangana, India, Mobile: +91 9704424072, +91 7981407323

13. Shalin Kumar, Kollam, Kerala, India, Mobile: +91 8281219592, Email: [shalin\\_kumar@sahajananda-ashram.com](mailto:shalin_kumar@sahajananda-ashram.com)

14. Yogi Ramganapathy, East Godavari, Andhra Pradesh, India, Mobile: +91 9494546139, Email: [ramaganapathi@sahajananda-ashram.com](mailto:ramaganapathi@sahajananda-ashram.com)

15. Yogini Shikha, Gurugram, Haryana, India, Mobile: +91 9560046782, Email: [shikhatiwari512@gmail.com](mailto:shikhatiwari512@gmail.com)

16. Shyam Gwalani, Nashik, Maharashtra, India, Mobile: +91 8275798148, Email: [shyampgwalani@gmail.com](mailto:shyampgwalani@gmail.com)

17. Yogini Chandni Aatmika, Chennai, Tamil Nadu, India, Mobile: +91 9080570782

18. Yogini Sreedevi, Hyderabad, Telangana, India, Mobile: +91 9849590088

19. Yogi Bharadwaja, Richmond, USA, +1 (973) 393-4135
20. Mrs Mahalakshmi, Visakhapatnam, Andhra Pradesh, India, Mobile: +91 8008596898
21. Yogini Sumitra Devi, Rajahmundry, Andhra Pradesh, India, Mobile: +91 8309180149
22. Yogini Ramadan, Lincoln, Nebraska, USA, Mobile: +1(402)217-2363
23. Yogi Ranjeet, Pune, India, +91 8899992493
24. Yogi Ranga, Hyderabad, India, +91 9866305772
25. Mr. Ravi Kumar Kousik, Hyderabad, India, Mobile: +91 8978611137
26. Mr. Ajay Humsagar, Hyderabad, India, Mobile: +91 9449824331
27. Mr. Nageswar Rao, Andhra Pradesh, India, Mobile: +91 8639139422
28. Mr. Kamalesh Padiya, Pune, Maharashtra, +91 9765800457, +91 8530390457
29. Narayan Kuti Sanyas Ashram, Tekri Road, Devas, Madhya Pradesh, India, PIN – 455001, Tele: +91 0727223891/31880, Mobile: +91 9977968108
30. Swāmi Vishnu Tirth Sādhan Seva Nyas, 12-3, Old Palasiya, Jopat Koti, Indore, Madhya Pradesh, India, PIN – 452001, Tel: +91 0731 566386/564081, Mobile: +91 9713468347

31. Swāmi Shivom Tirth Kundalini Yoga Center, Durga Mandir, Near Collector Bungalow, Chindwada, Madhya Pradesh, India, PIN – 480001, Tel: +91 07162 42640

32. Swāmi Shivom Tirth Ashram, Mukarji Nagar, Raisan, Madhya Pradesh, India, PIN – 464551, Tele: +91 07482 22294

33. Swāmi Shivom Tirth Maha Yog Ashram, Khari Ghat, Jabalpur, Madhya Pradesh, India, PIN – 482008, Tel: +91 0761 665027

34. Devatma Shakthi Society, 74, Navali Village, Post Dhahisar (via Mumbra), Mumbra Panvel Road, Thane District, Maharashtra, India, PIN – 400612, Tel: +91 022 7411400

35. Shivom Kripa Ashram Trust, House No. 28-1463/1, Tene Banda, Shivom Nagar, Chittor, Andhra Pradesh, India, PIN – 517004, Tel: +91 9440069096, 08572 49048

36. Yog Shree Peeth Ashram, Shivanand Nagar, Muni-ki-rethi, Rishikêsh, Uttarakhand, India, PIN – 249201, Tel: +91 0135 430467

37. Om Kar Ashram, Veraval, Gujarat, India

38. Om Kar Sādhan Ashram, Anand, Gujarat, India

39. Swāmi Vishnu Tirth Gnana Sādhan Ashram, Kubudu Road, Kedi Gujjar, Gannur, Sonapat District, Haryana, India, Tel: +91 0124 62150/61550

40. Vishnu Tirth Sidha Mahayog Samstanam, Shivom Kuti Ashram, Near Kaleshwar Mandir, Bhahadurpur Road, Amalner Post, Jalgaon District, Maharashtra, India, PIN – 425401

41. Guru Niketan, Shiva Colony, Dabra, Gwalior Dist, Madhya Pradesh, PIN – 475110, Tel: +91 07524 22153

42. Swami Shivom Tirth Ashram, Route No. 97, Pond Eddy, Sullivan Country, New York, U.S.A

43. Swāmi Maheshwaranand Tirtha, Sunwaha, Raison District, Madhya Pradesh, India, +91 7697648720





## *A propos de l'auteur*

À l'âge de quinze ans, il était attiré par les puissantes chaînes himalayennes et la source de la rivière Ganga, en raison de sa passion pour l'aventure en faisant de l'escalade et de l'alpinisme. Son long voyage, de plus de deux mille kilomètres, l'a mené à un voyage tout à fait différent, après avoir rencontré son maître de l'Himalaya à bord du même train quand il était jeune!  
Inconnu pour le jeune garçon, son voyage avait déjà été programmé bien avant qu'il ne commence !  
L'auteur sert actuellement dans l'armée indienne.