

Dr. Shuddhananda Bharati

Evangile  
de la  
Vie parfaite

Le modèle d'une vie collective  
meilleure, plus élevée, plus pure,  
en accord avec l'Ame qui est  
Une en tout



ASSA  
Editions

Note de l'auteur

## Le socialisme spirituel

Le socialisme spirituel, *Sama Yoga*, est l'accomplissement de tous les espoirs et efforts humains. C'est le modèle d'une vie collective meilleure, plus élevée, plus pure, en accord avec l'Âme qui est Une en tout. Le socialisme spirituel voit tout dans l'Un et l'Un dans le Tout. L'univers est son temple.

L'âme humaine collective est son Dieu, le service consacré est son culte, son plaisir est de voir tout le monde heureux. L'universalité de l'individu est la base de ce socialisme – se sentir Un avec Tous dans une conscience cosmique.

Voyez la fleur qui s'épanouit dans la paix de l'aurore pourpre. Son sourire est une extase du don de soi. Sa beauté est un poème de joie, son parfum joue avec le vent et se répand partout pour la santé de tous.

Les abeilles pleines de Aum boivent son miel et le rassemblent dans la ruche pour le bien de tous. Le socialisme de la ruche est l'exemple d'une vie collective active. Voyez les nuages de pluie tissés par la chaleur du soleil à partir des vagues agitées. Ce qui est tiré de là tombe en pluie et nourrit la terre et ses champs dorés. Tel est le socialisme spirituel, qui est la réunion de deux forces – la science matérielle et le Yoga spirituel.

Le Yoga est la science psychique d'une vie meilleure qui entraîne le corps, la vie, l'esprit, le cœur, l'intellect et les pouvoirs innés vers une harmonie parfaite. Le Yoga est une

vie de beauté, d'harmonie et d'énergie en accord avec l'Esprit infini qui est au centre des êtres. Le Yoga réalise en méditation l'Un unique qui est le propre Soi des êtres. Il permet une unité de conscience qui est le fondement d'un monde un et d'une humanité unie.

Une vie scientifique basée sur cette harmonie spirituelle est le remède efficace pour soigner les maladies des passions vitales égoïstes, qui se ruent vers un holocauste nucléaire sanglant.

Le socialisme spirituel est la panacée pour un monde qui a dépassé la guerre.

Cet *Evangile de la Vie parfaite* vous donne en douze chapitres les degrés des *Sadhanas* du *Sama Yoga*.

Dr. Shuddhananda Bharati

## Dédicace

L'*Evangile de la Vie parfaite* est un écrit unique de la nouvelle Humanité cosmique. C'est la floraison d'une longue communion silencieuse intérieure du Maharishi Dr. Shuddhananda Bharati en *Mahaturiya Samadhi*. Il forme le chapitre central de son œuvre majeure *Bharata Shakti Mahakavyam*. C'est un livre pour tous les âges, l'éternel guide de la lumière pour les chercheurs de la perfection intérieure.

Swami Sivananda



## Note de l'éditeur

*L'Évangile de la Vie parfaite*, le modèle d'une vie collective meilleure! Une aide pour une approche concrète des difficultés et problèmes que rencontre l'humanité dans son évolution. Il est maintenant temps pour l'humanité, empêtrée dans de difficiles préjugés, revenant encore et toujours dans les mêmes schémas, de se réveiller et de prendre conscience afin d'évoluer vers un monde de Paix!

Par sa vision futuriste, cosmique et sa grande connaissance, le Dr. Shuddhananda Bharati nous dévoile un aspect de plus de sa personnalité. Son immense Amour pour les hommes et les femmes de ce monde est particulièrement puissant. Voir les gens vivre en harmonie, tel est son rêve et son idéal de Vie.

Il nous écrit: «Permettre à l'humanité de vivre dans la paix et le dynamisme de l'esprit intérieur, voilà la véritable civilisation. Cela seul peut mener de la guerre à la paix, de la brutalité armée à la courtoisie, du faux prétexte à l'honnêteté, de la haine à l'Amour, de la division à l'harmonie. Les fusées et les bombes atomiques ne civiliseront jamais l'humanité. La civilisation n'est pas une brutalité scientifique. Ce n'est pas un désir d'or et de terres, ni une guerre armée, ni des vêtements recherchés, des couleurs criardes et une sensualité incontrôlée.

» L'homme d'aujourd'hui fabrique des machines, construit des usines, amasse des biens, cherche des marchés égoïstes et florissants, se roule dans la luxure. Il est jaloux de son voisin, rivalise avec lui dans des exploits commerciaux et des agrandissements égoïstes, prépare des bagarres

scientifiques, incite à la guerre par des jeux d'échecs politiques, tue ses semblables par millions – sur terre, sur mer et dans les airs. L'homme a appris à détruire de vieilles constructions en une minute, en lançant des bombes. Ces actes ne s'appellent pas « civilisation ». L'homme actuel est mécanisé, il doit devenir civilisé. La civilisation ne conduit pas d'une guerre à l'autre, mais d'une paix à la paix, de la santé à la santé, du contentement au contentement. Des manières agréables, des mots doux, une sympathie marquée, des sentiments sincères, désintéressés, une conduite noble, altruiste, une vision juste, l'efficacité sociale, une vraie amitié, une bonne éducation, un équilibre intérieur doux et calme, un tempérament raffiné, la liberté de conscience, le goût esthétique, la compassion universelle, la moralité sexuelle, une personnalité saine – voilà les signes d'une vraie civilisation. Celle-ci mène à des progrès constructifs et non à l'holocauste destructeur. La civilisation ne cause pas de division dans l'ordre humain, elle conduit l'homme à se sentir un avec l'humanité. »

Ce livre a paru pour la première fois en 1938, en tamil, sous le titre *Yoga Siddhi*. Par la suite, l'auteur en a publié une version anglaise, sous le titre *Gospel of Perfect Life*, en 1944. Cette dernière version a servi de base pour la traduction française de *l'Évangile de la Vie parfaite*.

Merci au Dr. Shuddhananda Bharati de nous avoir transmis *l'Évangile de la Vie parfaite*. Que l'Harmonie vienne parfumer la terre entière et que la Paix, par son écrit, rayonne sur toute l'humanité en ouvrant la conscience aux chercheurs de la vérité!

Christian Piaget



# Chant de l'Unité

Unissez-vous, unissez-vous, ô âmes  
Unissez-vous et jouez votre rôle  
Unissez-vous en esprit, unissez-vous par le cœur  
Unissez-vous dans le tout et dans la partie  
Comme les mots, les accords et le sens dans le chant  
Que l'Est et l'Ouest s'unissent et vivent longtemps  
Les arbres sont nombreux, le bocage est un  
Les branches sont nombreuses, l'arbre est un  
Les rivages sont nombreux, la mer est une  
Les membres sont nombreux, le corps est un  
Les corps sont nombreux, le Soi est un  
Les étoiles sont nombreuses, le ciel est un  
Les fleurs sont nombreuses, le miel est un  
Les pages sont nombreuses, le livre est un  
Les pensées sont nombreuses, le Penseur est un  
Les goûts sont nombreux, celui qui goûte est un  
Les acteurs sont nombreux, le drame est un  
Les pays sont nombreux, le monde est un  
Les religions sont nombreuses, la vérité est une  
Les sages sont nombreux, la sagesse est une  
Les êtres sont nombreux, le souffle est un  
Les classes sont nombreuses, le collège est un  
Trouvez l'Un derrière la multitude  
Alors vous jouirez d'une vie paisible et harmonieuse.

Dr. Shuddhananda Bharati

## Chapitre I

# La Divinité

### 1. L'Un suprême

**A U M : Suprême Lumière et Vie de la vie Il est,  
L'inséparable Un, Plénitude de la Béatitude Il est.**

Les Yogis en parfaite identité avec leur 'Soi' réalisent le Suprême comme le son créateur primordial, Aum, comme la lumière suprême de la connaissance, comme la Vie unique par laquelle toutes choses sont, vivent, se meuvent, comme l'abondance d'un délice intérieur, à jamais indissociable de la vie.

Aum est l'essence des Ecritures. Il crée les formes et leur donne un nom. Il se compose de trois sons – A, U et M.

**A** est le point de départ de toutes les lettres dans toutes les langues. Il représente le Tout-puissant (*Sat*), la véritable Existence.

**U** est la conscience (*Chit*), la Force universelle (*Shakti*) de l'Un suprême qui se manifeste en tant qu'êtres humains.

**M** est la manifestation de Dieu dans l'âme individuelle humaine, en tant que Béatitude. Sa Lumière de Vérité suprême s'étend à la joie de l'existence universelle à travers la Force consciente de l'Energie cosmique.

Voilà la signification de Aum.

Les Yogis en méditation profonde voient la lumière divine briller entre leurs sourcils. Dieu est la Lumière de tous les

luminaires – le soleil, la lune, les étoiles, le feu flamboyant et d'autres splendeurs. La Béatitude est inséparable de l'esprit de l'Homme. Elle est répandue par Dieu, qui est Béatitude. Le connaître, Le sentir, garder Son identité propre intacte font de la vie un délice continu. L'oublier, dans l'ignorance de l'égoïsme, est une misère. Lui, le Son et la Lumière, la Vérité éternelle, est en nous comme un pur Délice. Donnons-nous la chance de Le connaître et vivons en Lui.

**Le cœur bien-aimé, l'Un universel,  
Le soleil du ciel est un océan de merveilles.**

Le cœur se trouve là où vous mettez la main et affirmez: «J'ai fait ceci» et «Cela est à moi». C'est le siège de l'Esprit individuel, Dieu en l'homme. La même Divinité qui habite votre cœur remplit aussi l'univers entier. Un flot de Béatitude inonde tous les êtres. Comme les rayons du soleil, la Divinité rayonne la Lumière de la Grâce depuis le ciel de la conscience, le *Chit-Akasha*. Dieu est le véritable 'Je', le 'Je' spirituel en l'homme. Le monde extérieur est le 'Je' élargi, l'individuelle universalité. Quand les sens sont noyés dans l'esprit, puis dans l'intellect, ensuite dans le cœur méditatif ou au centre de l'être unique, le 'Je' de l'ego, le 'Je' inférieur capitule peu à peu devant le vrai 'Je' et le Yogi devient conscient du flot de Lumière suprême qui lui donne des frissons de Béatitude. Le ciel est le *Sahasrara* mystique, le lotus aux mille pétales au-dessus de la région pinéale du corps humain. Le Yogi supraconscient s'élève sur la colline Turiya pour jouir du jour sans nuit, de la Béatitude infinie et de la splendeur éternelle de la Grâce et de la Paix.



Il y a deux centres de réalisation ; l'un est le cœur. La méditation sur le cœur donne la Paix et la Béatitude. De ce centre coule un courant psychique jusqu'au lotus blanc, le *Sahasrara* mystique. Suivant le courant ascendant lorsqu'il est en transe, le Yogi atteint le plan supraconscient de la région cérébrale et atteint *Siddhi* (la perfection). Là, il vit dans l'union totale de sa propre identité avec le Suprême, le Pur Un.

**Le Seigneur aux huit vertus est l'Un inclusif,  
L'Éternelle Bonté, la Connaissance et le Connu admiratif.**

Voici les huit vertus: pureté immaculée, pouvoir invincible, connaissance infaillible, Béatitude parfaite, pure conscience cosmique, liberté inflexible, attitude détachée (en tant que seul témoin), maîtrise de toutes les forces de la nature. Dieu seul possède les huit vertus. Il est l'Unique, le Seul, sans second. Personne ne l'égale. Il est Tout et Tout en Tout, rien n'existe sans Lui, ni au-delà de Lui. Il est le Maître incomparable des âmes, le contenant et le contenu. Le connaître, c'est tout connaître. Dans la méditation profonde et la transe, Il est connu comme le délice de la conscience. Nul besoin d'aller chercher ailleurs. Vous pouvez Le connaître comme votre Soi véritable, par une méditation consacrée, concentrée, intériorisée. Aimez-Le, vivez en Lui, réfugiez-vous en Lui et Il vous conduira vers Lui, vers ce Soi qui est en vous. Personne d'autre ne peut prendre Sa place. Personne ne peut donner ce qu'Il donne.

**Guide de l'Amour, raison d'être de la Lumière,  
De la Chaleur, de l'Air, de la Terre et de la Mer.**

Dieu est à l'origine de tout ce qui est vivant ; il donna aux hommes l'Amour comme source de vie. Il se manifeste dans tous les êtres vivants et dans les cinq éléments dans lesquels ils vivent. Il se manifeste dans la Nature qui, comme une mère, forme et stimule la vie. La Nature est Sa personnalité et Son pouvoir. La voûte éthérée du ciel est le réservoir infini de Son pouvoir. Les électrons, les protons et les neutrons invisibles tourbillonnent dans l'espace, déclenchant des forces terribles qui accomplissent des merveilles sur la terre.

L'Air émane du ciel éthéré. C'est le souffle vital de toute vie, des hommes et des bêtes, des oiseaux et des poissons ainsi que de la végétation. Le feu provient de l'Air. Le soleil, la lune et les étoiles sont enflammés par l'énergie du feu. Les rayons du soleil constituent la source de Lumière, de Chaleur et d'énergie vitale. Ils contiennent de la vitamine D. Ils sont les précurseurs de la santé. Sans Chaleur, la vie ne peut exister. La température du sang doit être constamment stable, autour de 37 degrés C.

La Mer est une merveilleuse création de Dieu, comme le ciel. C'est un vaste réservoir d'eau. Le soleil en tire de la vapeur et forme les nuages qui inondent la Terre de pluie, pour la nourrir. La Terre toute verte sourit et produit les grains dorés, nourriture pour ses enfants. Alors, par la Grâce de Dieu, des cieux vers la Terre court une chaîne de manifestation des éléments, d'où coule une bénédiction pour toutes les choses vivantes. Dieu seul peut donner de telles merveilles. A Lui seul nous nous soumettons.

**Toutes choses sont à Lui; Sa volonté dirige tout;  
Tout est Lui; Il est commun à tous.**

Dieu est le cœur et l'âme de tout ce qui a été créé. L'univers est Sa forme, il obéit à Sa volonté. La vie humaine ne peut prospérer harmonieusement que si l'ego vital mental 'Je' se soumet au Divin 'Je', la réalité immanente de chaque être. La Terre et tout ce qui la compose n'appartiennent qu'à Lui seul – et à personne d'autre. La Terre est un bien commun de Sa création. Nul ne peut la revendiquer, en partie ou en tout, comme sa propriété. Ainsi, toute l'Humanité devrait et peut vivre comme une seule famille dans la maison universelle de Dieu. Son commandement, comme chef de famille, est perçu dans la conscience de chaque individu. Si on Lui obéit, la force extérieure est inutile, chacun peut être un héritier princier de la Grâce divine.

## 2. Ce qu'Il est

**Transcendant le nom, la forme et les attributs,  
L'Un suprême existe; qu'il soit le bienvenu.**

Les noms et les formes sont des créations de l'esprit humain. La nature ignore les noms. Les formes attribuées à Dieu sont les concepts supramentaux des Yogis. Elles symbolisent les attributs de Dieu; elles servent à favoriser la concentration. Les attributs de Dieu sont donnés par les croyants qui désirent Le personnaliser. Dieu est impersonnel, pure Réalité, Splendeur, Béatitude. Il est au-delà des noms et des formes. Le sucre prend plusieurs formes de douceur. Il porte différents noms, selon la langue, mais ne

change pas de qualité à cause de ses différents noms ou de ses différentes formes. On ne confond pas le nez (*nak* en hindi) et la langue (*nak* en tamil) à cause de leur nom. Le soleil porte le nom de *Ravi*, *Sol*, *Soleil*, *Suraj* et *Hayim* en sanskrit, latin, français, hindi et tamil respectivement. Mais le soleil est le même pour tous, il ne change pas avec les changements de nom.

Les passionnés de Dieu doivent regarder au-delà des noms, des formes et des attributs. Ils doivent regarder la Réalité transcendante qui est la Vérité. Ils doivent regarder à travers le voile des noms et des formes vers le cœur de la Vraie Réalité intérieure. Alors seulement ils verront que *Shiva* signifie la Béatitude divine, *Visvanath* l'Universalité de Dieu et *Vishnu* son Omniprésence. De même, un courant électrique se manifeste en tant que lumière, ventilateur ou fourneau, actionne les trams et les projecteurs de cinéma.

Le mental extériorisé voit les variantes extérieures. Le mental intériorisé, concentré sur le cœur, voit l'Un dans toutes les variétés de noms et de formes. Soyez conscient de cet Un, toujours, partout et en chaque être ou chose. Toutes les querelles des différentes religions au sujet des noms et des choses cesseront alors.

**Les peuples L'ont dépeint différemment, cependant  
N'en connaissent qu'Un, s'inclinent devant Lui, conscients.**

Les hommes voient les choses à travers le spectre de leur esprit, ils voient l'Un incolore en des teintes variées. C'est pourquoi ils appellent l'Un unique de façons différentes: Allah, Jéhovah, Tao, Ahura, Mazda, Brahman, Shiva, Vishnu, Narayana, Shakti sont quelques-uns des noms

donnés à Dieu. Et les gens se querellent au sujet de ces noms, inconscients de la vérité que tous ces noms désignent le seul Un qui est Tout et Tout dans Tout. Il n'y a pas de « mon Dieu » ou « votre Dieu » ou « son Dieu ». Le « Père au Ciel » des chrétiens n'est pas différent du « Shiva sur le Mont Kailas » hindou ou du « Allah au Paradis » des musulmans, car Dieu est la Vérité. Il est l'Esprit immanent dans la matière, l'Immortel en des formes et des noms mortels. Les querelles religieuses qui dégénèrent parfois en guerres politiques proviennent de l'ignorance. Un Dieu, Un Univers, Un Pur Esprit imprégnant le tout – voilà la Vérité. De même que tous les arbres d'un bocage ont leurs racines au même endroit, tout dans la nature a son origine, son soutien et sa vie dans l'Un suprême divin. Connaissez-Le, ressentez-Le en vous et voyez-Le de la même manière.

## Evangile de la Vie parfaite

---

Achat en ligne, [commande du livre](#)



---

Editions ASSA

Grand'Rue 180 – 1454 L'Auberson – Suisse

Téléphone : +41 (0) 24 454 47 07

Télécopie : +41 (0) 24 454 47 77

Courriel : [info@editions-assa.ch](mailto:info@editions-assa.ch)

Web : [www.editions-assa.ch](http://www.editions-assa.ch)

---