

Dr. Shuddhananda Bharati

Lumières initiatriques

La lumière de l'inspiration tirée
de la fréquentation de
personnalités divines



ASSA
Editions

Note de l'éditeur

Lumières initiatrices présente les initiations yogiques que l'auteur tamoul indien Shuddhananda Bharati a reçues de sages accomplis et de saints yogis tels Sri Aurobindo, Sai Baba, le Mahatma Gandhi, Jnana Siddha, Ramana Maharshi et Sai Ram ainsi que les leçons de sagesse qu'il a tirées des œuvres de Ramathirta, Sadashiva Brahman, saint François, Arunagiri et bien d'autres.

Cette compilation est un guide précieux pour les *sadhaks*. C'est pour moi une grande joie de vous la proposer. Rédigé à Madras, dans le sud de l'Inde, cet ouvrage a été publié le 11 mai 1976 dans son édition originale anglaise.

Un chaleureux merci à Mme Johanne Lebel Calame pour sa traduction minutieuse et son aide pour l'édition du livre *Lumières initiatrices*.

Et une infinie reconnaissance à Martin Brofman pour son amitié et la rédaction de la préface pour cet ouvrage.

Merci à Shuddhananda Bharati de nous avoir transmis ces *Lumières*, composées avec amour et générosité!

Christian Piaget

Préface

Dans un livre d'une grande ferveur, Shuddhananda Bharati partage sa perception et son expérience personnelle des Ames qu'il considère comme des *Lumières initiatrices* pour sa vie mais aussi pour l'évolution de notre conscience planétaire. Ces pages impressionnent tant par le savoir de l'auteur que par la profondeur des philosophies qu'il transmet.

Ce livre s'adresse à toutes celles et ceux qui s'intéressent à l'Inde, à son histoire, à ses philosophies et aux personnes qui y ont contribué. Les lecteurs pour qui ces idées sont nouvelles entreront, fascinés, dans la conscience d'un sage qui a passé des années aux pieds des Maîtres; ceux qui connaissent déjà la culture et la religion de cette région de haute spiritualité y trouveront une évocation appréciable de ses philosophies vivantes.

Pendant que l'auteur raconte ses rencontres avec les Ames évoluées qu'il a côtoyées, le lecteur pourra observer la démarche qui se déroule en parallèle dans sa conscience: les idées que stimulent ces vies remarquables et leur dévouement aux idéaux qu'elles incarnent.

A voir le nombre étonnant d'Ames remarquables avec qui l'auteur a vécu, on reste émerveillé et l'on se demande si sa voie n'avait pas en fait pour but la narration de ses expériences, qu'il nous fait partager de façon circonstanciée dans ce beau texte.

Martin Brofman

Hymne à la Paix

Paix pour tous, paix pour tous,
Pour tous les pays, paix!
Joie pour tous, joie pour tous,
Pour toutes les nations, joie.
Une paix matinale rosée,
Une joie estivale souriante!

(Refrain : Paix pour tous)

Tous pour un et un pour tous,
Telle est la règle d'or ;
Vie, lumière, amour pour tous,
Pour tous les vivants notre amour.

(Paix pour tous)

Travail, nourriture, vêtements pour tous,
Statut égal pour tous ;
Santé, foyer, école pour tous,
Un monde heureux pour tous.

(Paix pour tous)

Pas de riche oisif, plus de mendiants,
Tous travaillent également ;
Fini les pleurs, fini les peurs,
Le cœur résonne de vivats!

(Paix pour tous)

Courage!

La nuit est traversée
La chaîne d'esclavage
Elle est déjà brisée –
Je suis plein de courage!

Dans la paix du matin
Un soleil d'or s'élève;
Comme un lion surhumain
Pour accomplir mon rêve.

Un bon espoir sourit
Comme un docile enfant
Qui joue dans l'infini
Avec un astre ardent.

Mon voyage est fini;
Je m'amuse du temps;
L'univers est mon nid;
De l'éternel printemps.

*Kavi Yogi Maharishi*¹ Dr. Shuddhananda Bharati

¹ *Kavi Yogi Maharishi* : grand poète divin visionnaire, sage. Le Glossaire en fin d'ouvrage donne une brève définition des mots sanskrits ou techniques et présente les personnes mentionnées dans le texte.

Présentation du Dr. Shuddhananda Bharati

11 mai 1897 - 7 mars 1990

Le sage de l'âge cosmique

A plus de 90 ans, dans son école en Inde du Sud, le *Kavi Yogi Maharishi Shuddhananda Bharati* travaillait comme un jeune homme de 20 ans. A qui lui demandait son âge, il répondait: «Mon âge est Courage!» Le yogi a écrit plusieurs dizaines d'ouvrages en anglais, français, tamoul, hindi, télougou et sanskrit, ainsi que des chants et des poèmes en français, langue qu'il a apprise à Pondichéry. L'œuvre majeure de cet homme conscient de la présence de Dieu en lui, *Bharata Shakti* (en 50 000 vers), décrit son idéal: une seule humanité vivant en communion avec Un seul Dieu dans un monde transformé! Dans ce texte monumental et unique, le yogi dépeint l'essence de toutes les religions, de tous les prophètes et saints, de toutes les approches du yoga et de toutes les cultures sur une toile allégorique. L'engagement du yogi est résumé dans son livre autobiographique *L'Ame Pèlerine (Pilgrim Soul)*. Les trois poèmes cités en ouverture expriment à merveille son idéal. Son mantra, *Aum Shuddha Shakti Aum*, nourrit notre âme et guide nos pas vers la joie intérieure *Ananda*. Il signifie: La lumière de la Grâce et l'énergie du Tout-Puisant suprême pur nous bénissent de paix, béatitude et prospérité! Que la beauté et la grandeur d'âme du *Kavi Yogi Maharishi Shuddhananda Bharati* fleurissent et parfument la Terre entière de son divin message et de son rayonnement spirituel unificateur et bienfaiteur!

Editions ASSA



1. Lumière des maîtres

Vous êtes la Lumière de Dieu. Entrez, la musique du silence serein vous guide. La lumière mystique d'*Aum* vous appelle: «Je suis, *Aum*.» La vie est la floraison de sa splendeur, l'harmonie du multiple en l'unique. C'est le moi-Soi, l'individu. L'univers des êtres est son Soi-tout. Identique sous tous les noms et les formes, le Soi cosmique est toujours lui-même, immuable, immortel. Le but du yoga, du Vedanta, du Siddhanta, de la religion ou du *dharma* est d'atteindre ce Soi cosmique, de voir le Soi en tout. Le yoga est la technique utilisée, l'évangile de la vie parfaite réglée sur le Soi-moi qui imprègne tous les êtres et transcende tout.

«Sois yogi! Le yogi est plus qu'un ascète (*tapasvin*) et un savant. Vis et agis en yogi, dans la conscience de Dieu.» C'est l'appel que Krishna lance à l'humanité par l'intermédiaire du héros Arjuna.

Sri Aurobindo

Sri Aurobindo, surhomme moderne, redécouvre les vertus du yoga comme force dynamique de l'harmonie de l'existence. Il déclare: «Vis, en yoga avec Dieu, une vie divine.» Il affirme avec Krishna que l'existence entière est yoga, que le yoga est travail accompli avec adresse, amour porté au bien-aimé, lumière du savoir qui fait vivre en communion consciente avec Dieu. «Le yogi est moi – *Yogi tu anatmaiva* », dit Krishna.

Ramana Maharshi

Ramana Maharshi passe sa vie en *sahaja samadhi*. Il livre un seul message à l'humanité: «Vivez conscients du moi surnaturel qui parle dans le cœur et dit *je suis, je suis ici*; s'installer au cœur du moi est yoga, yoga d'amour ou de lumière.»

J'ai la joie insigne d'avoir passé trente ans en silence yogique, absorbé en *mahaturya samadhi* aux pieds de ces deux grands yogis. J'ai noté mes intuitions dans *Yoga pour Tous, Les Secrets du Sama Yoga, Evangile de la Vie parfaite, L'Ame pèlerine* et *Bharata Shakti*, livres appréciés et bénis par ces deux titans spirituels.

Le Mahatma Gandhi

J'ai bien connu Gandhi, ce Karma Yogi idéal qui a voué sa vie à la vérité et à l'*ahimsa* et dont la force morale a mené à la victoire notre lutte pour la liberté. C'est lui qui m'a transmis l'essence du *Ramayana* et de la *Gita* en un raccourci mémorable: «*Bolo Ram, Karo Kam – Dis Ram et agis.*»

Sai Baba de Shirdi

Sai Baba de Shirdi, que j'ai rencontré avec Lokamanya Tilak après le Congrès de Lucknow de 1916, déclare: «*Allah Malik-Chupraho-Allah achcha Karega – Dieu tout-puissant est notre Seigneur, notre Maître. Que Sa volonté soit faite. Il fait le bien. Garde ton moi calme et silencieux, consacre tout à Sa volonté.*» Le yoga est l'abandon total à la volonté divine.

J'ai vécu à ses pieds pendant cinq mois et appris le secret suprême de l'abandon à Dieu. Un jour, il m'a touché le cœur et dit: « Il est ici. Sois conscient de Lui à chaque battement de ton cœur. » C'est le yoga.

Une science psychique

Quand j'étais enfant, Maharshi Purnananda m'a enseigné la *Gita* et le Raja Yoga de Patanjali. Il m'a appris à méditer. Il m'a montré les *asanas*, le *pranayama*, le *mantra japa* et la méditation au centre du cœur. Mon vrai gourou, celui qui m'a initié au yoga des *rishis* védiques, est un sage mystique de l'Himalaya, Jnana Siddha.

Le yoga est une science psychique, une vie dynamique en communion avec Dieu, qui est le cœur et l'âme en nous. Le yoga, c'est d'abord vivre en lien, union, contact et communion psychique avec le Dieu intérieur puis, progressivement, atteindre l'unisson avec le Soi divin. C'est consommer l'humain dans le Divin. Ce n'est ni ascèse stérile ni négation pragmatique ni évaison vers l'au-delà ni extinction de la vie. Janaka dit: « Je vis dans la richesse et un luxe royal, mais ma pensée n'y est pas attachée. »

Jnana Siddha m'a appris à vivre et à bouger dans le monde comme le soleil et la lune, accomplissant spontanément ma tâche dans la paix et le détachement.

2. Le Sama Yoga

Epictète affirme: «Toute la philosophie tient en deux mots, *soutenir* et *s'abstenir*. Il faut s'abstenir de la pensée agitée et de la nature inférieure, soutenir une vie réglée sur la béatitude de Soi, qui est notre vérité.» Jnana Siddha m'a enseigné tous les systèmes de yoga mais affirmait qu'ils sont les branches du Sama Yoga, qui fait vivre dans la conscience de l'Unique – Celui qui pense dans le cerveau, ressent dans le cœur, voit par les yeux, entend avec les oreilles et agit par les nerfs moteurs et sensitifs. Le Soi divin en nous vit dans une forteresse à cinq enceintes: corps grossier, corps nerveux vital (*virya sharira*), corps mental subtil (*sukshma sharira*), corps gnostique (*vijnana*) et corps bienheureux (*anandamaya kosha*).

Le Soi est béatitude de conscience de la vérité. Pour accomplir le Soi divin central, il faut transcender et franchir les cinq enveloppes au moyen des *sadhanas* appropriées: Hatha Yoga pour le corps physique, *pranayama* pour le corps vital, méditation pour le corps mental, quête de soi pour le plan supramental, plaisir de la conscience de soi dans le plan de la Béatitude, *mahasamadhi* du *sahaja samadhi* dans le plan de *Chit* et *Sat*. L'Atman est *Sat* et *Chit*, Conscience-Vérité.

Par-delà ces sept plans – physique, vital, mental, supramental, béatitude, conscience, Vérité – j'ai sondé les royaumes psychiques intérieurs et découvert les plans supérieurs: Pureté, Paix, Puissance, *Aumkar*. Quand la communion intérieure est intacte, une Lumière suprême descend du *sahasrara* pour illuminer tous les plans. Un

gourou puissant commande le courant de la Lumière de la Grâce qui éclaire tous les plans.

3. Le yogi Sri Mula

Voici la méthode de Sri Mula, l'auteur de *Tirumandiram*, livre unique de yoga que j'ai commenté en tamoul et en anglais. Il dit: « On ne peut discerner Dieu même après de très nombreuses années de yoga. Il faut ouvrir la communion intérieure et la vision intérieure. Alors on trouve la paix intrinsèque qui capte et reflète la Lumière divine. »

L'*Upanishad* dit: « La maîtrise des sens, le repos de la pensée s'appelle yoga. » Cependant, *mano nash* (suppression de la pensée) ne suffit pas. Le corps, le vital et la pensée sont les plans inférieurs, *satchidananda* les plans supérieurs et la superpensée *vijnana* le plan intermédiaire. Comment transcender tous ces plans? Jnana Siddha dit: « Ce sont les sept plans de notre être. Sept yogas peuvent maîtriser ces plans: Hatha Yoga, Raja Yoga, Karma Yoga, Bhakti Yoga, Jnana Yoga, Mantra Yoga et Tantra Yoga; mais ils ne sont pas séparés et fuyants. » Les sept yogas sont semblables au corps, aux nerfs, au cerveau, aux muscles, au cœur et à l'âme d'un seul Sama Yoga.

La *Gita* dit: « La vision égale est yoga – *Samatvam Yoga uchryate.* » Le *Veda* commande: « Allez ensemble, ayez la pensée égale et la vision égale dans le cœur. » Mahavira organise un *samava-saranam* et réunit autour de lui des savants, des sages, des adeptes et même des animaux; il éveille chez eux la conscience de soi. Connaissez l'Un,

vous serez conscients du Tout: tel est le Sama Yoga qui peut tout unir dans l'harmonie de l'âme.

4. Jnana Siddha

Jnana Siddha a orienté mon existence et m'a guidé de façon impersonnelle, de l'intérieur. Selon le Siddhanta, les *vidya kalas*, ceux qui connaissent le soi, reçoivent ce type de direction intérieure. Pendant ma naissance précédente, j'ai pratiqué le *tapasya* avec lui sur les rives du Gange, à Bénarès. Il m'a enseigné les secrets du yoga et, avant de mourir, m'a demandé de les noter pour le bien de l'humanité. Une crue subite a emporté mon corps. Cette naissance-ci doit me permettre de noter les intuitions intérieures dans le silence du yoga. Dans mon enfance, le même Jnana Siddha est venu m'éveiller et activer ma conscience de soi. Voici comment cela s'est passé :

Les livres et les instituteurs laissent mon âme insatisfaite. La classe est une prison. Je m'occupe souvent à composer des hymnes sur Dieu. Je zézaye les chiffres et vis avec le Dieu intérieur. Un jour, mon instituteur m'arrache mes poèmes, me reproche ma passion pour la poésie et me frappe avec sa canne. Je m'enfuis en courant comme un dératé jusqu'à un bosquet de manguiers, à un kilomètre de là. Je m'assois en contemplation sur un pont, je vois dans le lac le reflet de mon visage soucieux. Je sombre dans un pessimisme à la Hamlet: être ou ne pas être? Je me lève pour sauter dans le lac. Une main forte me retient. Je reste bouche bée devant l'imposant personnage, grand, fort, lumineux, aimable. Je sanglote: «A quoi bon vivre dans ce monde misérable? La maison et l'école me dégoûtent.» –

« Mon enfant, tu m'appartiens. Tu as une mission. Je vais te donner la force de l'accomplir. Sois tranquille, maîtrise-toi. Voici ton secret. » Il passe ses doigts aimantés sur ma colonne vertébrale et me tapote la poitrine en disant : « *Jago Jago, uto*. – Réveille-toi, réveille-toi, lève-toi. » J'éprouve une paix nouvelle, la joie m'excite. Il parle hindi ; moi aussi, heureusement, assez bien. Il m'initie au *pranayama* intérieur, au *jayasan*, au *prana mudra*, à la méditation profonde, à l'introspection puis au *mano nash* et au *sahaja samadhi*. Ma formation dure six mois. Sa marque est profonde, je ne l'oublierai jamais. Il promet de me guider de l'intérieur. Il trace mon pèlerinage de saint en saint, jusqu'à mon installation dans le silence intérieur.

Je l'ai revu près de Kedarnath. Il m'a amené à l'Agasthya Guha, à huit kilomètres de là, où j'ai terminé la *sadhana kandam* de l'œuvre de ma vie, *Bharata Shakti*. Il m'a fait manger les lichens verts des rochers de la montagne ; il m'a appris à maîtriser la faim, la soif et le sommeil et à demeurer conscient du Soi divin. Aujourd'hui encore, je reçois sa direction intérieure ; le soleil de son sourire m'éclaire. Son enseignement a touché mon cœur et influencé ma vie. Ses leçons sont à la base du Sama Yoga. En voici quelques-unes.

5. Douze leçons

1. Garde ton corps et tes nerfs forts et dispos par des *asanas* simples et par la toilette intérieure.
2. Pratique le *pranayama* intérieur et le *sabda pranayama* après la respiration rythmée.

3. Mange des aliments purs, bois de l'eau pure bouillie. Préfère les fruits, les noix et la verdure aux mets cuits. Gagne ta vie, ne mendie jamais, ne dépends pas des autres. Gagne ce dont tu as besoin, fuis l'avidité.
4. Pratique le silence et la solitude ; l'âme te parlera. Si tu dois parler, va droit au but ; reste seul, fuis la foule.
5. Lis des œuvres inspirées, réfléchis-y. Affermis ta pensée. Note tes intuitions, transmets-les à l'humanité. Ton livre doit venir du regard intérieur. *Bharata Shakti* est l'œuvre de ta vie.
6. Fréquente les grands sages comme Sai Ram, Ramana et Aurobindo, mais sois toi-même. Elève-toi au-dessus des personnalités jusqu'au Soi impersonnel qui est dans ton cœur : centre-toi toujours sur Dieu.
7. Lis, mais pense aussi et écris davantage. Que les intuitions coulent de ta plume. Ecris seul, dans le silence.
8. Pense à un seul Dieu, un monde meilleur et une humanité transformée ; ne pense pas en termes de noms, de formes, d'images et de personnalités. Finis, l'esprit de caste mesquin, les religions et l'égoïsme séparateur ! La religion divise, le yoga unit. Vis en yoga avec l'Un intérieur.
9. Combats les forces hostiles par la prière, la méditation silencieuse et le *japa*. La Volonté divine prévaudra ; la paix intérieure et l'équilibre te guideront.
10. Ne perds pas ton temps à écouter les folles niaiseries d'esprits non mûrs et les grands discours irréfléchis. Aux discussions verbeuses des rats de bibliothèque,

préfère la communion silencieuse avec le soi devant des sages accomplis. Evite M. Ego et M^{me} Vanité.

11. Prends de bonnes habitudes: cinq *asanas*, *pranayama* intérieur, bain de soleil, bain d'eau, aliments purs, eau pure, méditation à l'aube, au crépuscule et à minuit, *mantra japa*, étude sainte, écriture, travail consacré (dans ton cas: écriture). Cultive l'amour de Dieu, enfonce-toi dans le cœur pour t'unir à Dieu. Développe la conscience cosmique et l'énergie cosmique. Comme Ramakrishna, traite toutes les femmes en « Mère Shakti ». Sers les saints et les sages. Ecrire leur vie et leur enseignement est une *sadhana* pour toi.
12. Dans toutes les difficultés, appelle-moi: « *Aum Jaya Aum.* » Pratique sans cesse, à chaque respiration, ton *japam*: « *Shuddha Shakti Aum Shivam.* » Tu me verras, tu sentiras ma direction intérieure.

6. Une galaxie de saints

Jnana Siddha tient parole. Sa Grâce m'ouvre le cœur comme les rayons du soleil levant font éclore les boutons de lotus pour qu'ils secrètent le miel et répandent leur parfum. Il dit: « Sois heureux comme le lis que la lune embrasse, le lotus que le soleil embrasse, l'âme que la Grâce embrasse. Le yoga, c'est sentir dans son âme l'étreinte de l'unité de Dieu. » Un jour, il m'amène au cimetière et dit: « Ici finit l'être humain, le corps. Ses os sont dispersés ici. Où est l'âme? Meurs à la chair, vis pour l'âme en toi. »

Les yogis comme lui sont l'expression vivante du yoga qu'enseignent le *Veda*, les *Upanishads*, la *Gita*, Patanjali et les sages modernes qui entretiennent la tradition.

Les limbes de l'oubli ont englouti bien des yogis. Parmi les personnalités remarquables au premier plan de la gracieuse galaxie des saints et des yogis, je citerai saint François, qui a sécrété le sang de la Crucifixion, sainte Thérèse, la vierge séraphique, Attar, Hafez, Bayazid, Jalal ad-Din Rumi, Bouddha, Milarepa, Bodhidharma, Lao-Tseu, Kabir, Mira, Tulsidas, Surdas, Tukaram, Ramadas, Chaitanya, Vallabha, Ramanuja, Madhva, Shankara, Patanjali, Nammalvar, Andal, Appar, Jnana Sambandar, Sundarar, Manikkavacakar, Tirumular, Sadashiva Brahman, Thayumanar, Pattinattar, Ramalinga, Ramakrishna, Vivekananda, Dayananda, Sri Aurobindo, Ramana Maharshi, Sai Ram, Siddharuda, Meher Baba, Shivananda et Kamakoti Acharya.

7. Paroles de Bouddha

Certains prophètes restent silencieux toute leur vie, à vivre leur accomplissement. Leur paix irradie la béatitude. Leurs rares mots deviennent un évangile. Leur vérité intérieure réalise des merveilles. Ni Bouddha ni Jésus n'écrivent, mais des années après leur départ, le *Dhamma* et le *Nouveau Testament* sont rédigés. Asoka bâtit un empire au nom du bouddhisme et formalise l'enseignement de Bouddha. Bien après Jésus, la vérité de la *Bible* construit une chrétienté magnifique.

Bouddha, l'Eveillé, parle d'abord à cinq disciples puis au public dans le Parc aux gazelles (Saranath). Ses aimables paroles se répandent dans le monde, faisant naître plusieurs codes de vie moraux, éthiques et psychiques. Ne cherchant rien, Bouddha obtient tout; ne désirant rien, il conquiert l'univers. Dominant les envies, il gagne les cœurs. Un jour qu'il se tient silencieux, une pomme et une orange dans les mains, le public, avide, s'impatiente: « Parle, ô Bouddha! » Il répond en souriant: « Je parle, mais vous ne comprenez pas. » Les adeptes insistent: « Ouvre la bouche et parle notre langue. » – « Regardez dans mes mains: une orange, une pomme. C'est l'amour, c'est la foi. Ils mûrissent en silence. De même, faites taire les désirs, maîtrisez la pensée agitée. Votre vie sourira de paix. Votre nature deviendra douce et aimable. »

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
Web : www.editions-assa.ch
