

Dr. Shuddhananda
Bharati

Les Secrets du Yoga

La béatitude pure nous appelle de
l'intérieur, à une nouvelle vie
de délices immortels



Éditions ASSA

Préambule

Le premier secret du yoga est qu'il n'y a pas de secret en lui (Swamiji). Ce livre est une découverte, un traité complet et sans précédent sur le yoga en général, un accès à *Aum Shuddha Shakti Aum*, un pas en avant dans l'union avec le Soi, une explication claire et précise de l'équilibre gnostique qui nous guide à travers les hauts et les bas de la vie et nous aide pour l'unité avec le Divin qui est la réalité de notre être intérieur. Que Sa Grâce s'épanouisse en nous.

Le yoga accélère l'évolution de l'homme. Au fil des siècles, l'évolution a continué son cours. L'homme doit trouver son centre de gravité qui est le générateur de l'évolution, celui qui accélère la vitesse de l'évolution par l'intensité de la sadhana. Le yoga le fait. Le yoga est la vie, en accord avec l'Immortel qui est l'Immuable dans les variations changeantes du monde des mortels ; c'est le Témoin éternel, le Porteur passif qui n'est pas ému par la bataille des modes et des dualités de la Nature.

Un chaleureux merci à Madame Mariana Albano pour son aide à la préparation de ce travail pour sa traduction.

C'est un réel plaisir pour moi de vous présenter *Les Secrets du Yoga*. Merci au Dr Shuddhananda Bharati de nous avoir transmis *Les Secrets du Yoga*.

Avec la bénédiction de *Aum Shuddha Shakti Aum*.

Christian Piaget



Les Six Chakras



Christian Piaget

La Déesse

Gaie, lumineuse
Rayonnante de tendresse
D'énergie merveilleuse
Son élégance est enchanteresse
C'est une rencontre radieuse
N'ayant rien d'étrange
Sa façon d'être si mélodieuse
Est un bel échange
Grandeur, beauté
Connaissant mon destin,
Son être de lumière, de Paix
M'encourage à poursuivre mon chemin
Au son de la lyre
Sa présence est étincelante
Mon cœur peut s'unir
À sa beauté convaincante
Félicité de Déesse
Ravissant mon devenir
Son Amour est une richesse
Par lequel je crois en l'avenir!

La Poésie

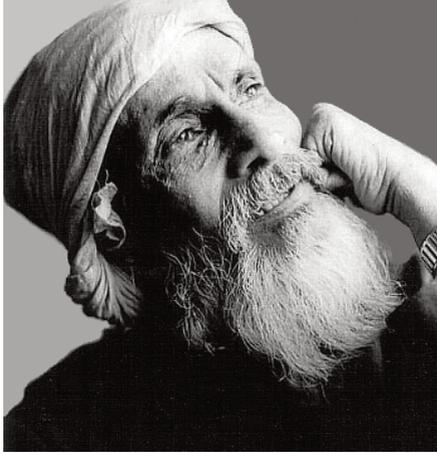
Le poète est celui qui pressent la vie à venir, ce flot qui descend sur nous, lumineux et joyeux. « Quelqu'un emplit ce roseau de Son souffle mélodieux. Je ne peux que chanter. Je sens la main d'un maître artiste peignant un grand tableau sur la toile de mon imagination et de l'évolution du monde ».

Géobiologue, guérisseur, passeur d'âmes, médium, passionné de médecine naturelle et créateur de plusieurs parfums aux taux vibratoires élevés, je publie et transmets un savoir ancestral sous l'inspiration divine aux Editions ASSA. Lors des cours de méditation en conscience et des séminaires que je donne, sous la guidance des Êtres ascensionnés de Lumière, j'ouvre les portes de la connaissance aux chercheurs et aspirants du Soi, de la plénitude et de l'évolution de la conscience.

Que l'idéal d'Unité, de Pureté, de Divinité, d'Amour et de Paix rayonne pour le futur de l'humanité.

Christian Piaget

Présentation du
Dr. Shuddhananda Bharati
11 mai 1897 – 7 mars 1990



Le sage de l'âge cosmique

À plus de 90 ans, dans son école d'Inde du Sud, *Kavi Yogi Maharishi* (grand visionnaire divin, sage poète), Dr. Shuddhananda Bharati travaillait comme un jeune homme de vingt ans. Lorsqu'on lui demandait son âge, il répondait: « Mon âge est Courage! ».

Le Yogi a écrit plusieurs centaines d'œuvres en anglais, français, tamil, hindi, télougou et sanskrit; cinq mille chants, et mille cinq cents poèmes en français. 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! *Bharata Shakti* est une œuvre

unique et monumentale. Le Yogi y 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. Ce livre s'adresse à tous les âges, tous chercheurs spirituels et toutes nations devraient le lire et y méditer. Cette œuvre a été complétée et appréciée par Sri Aurobindo, La Mère, Mahatma Gandhi, Rabindranath Tagore, Romain Rolland, Annie Besant, Bertrand Russell, George Bernard Shaw, Dr. Suzuki et bien d'autres encore. Il installe l'auteur parmi les grands, des hommes tels que Dante, Homer, Racine, Shakespeare, Vyasa, et Valmiki.

Dr. Shuddhananda Bharati figure parmi les plus grands poètes tamouls; il a traduit dans cette langue: *La Gîtâ, les Upanishads, les Védas, la Bible, le Coran, l'Avesta, le Buddha-Dhamma-Sangha et le Tattvartha Sutra*, la vie et les enseignements de Lao-Tseu et Confucius. À partir de leurs langues originelles, il a également traduit en tamil *La divine comédie* de Dante, les tragédies de Racine, les comédies de Molière, les drames de Corneille, Shakespeare, Goethe et les nouvelles d'Anatole France, Victor Hugo, Alexandre Dumas et d'autres encore.

Les travaux de Shuddhananda sont innombrables. Malcolm Macdonald, qui a présidé le Congrès sur l'Unité de la Conscience à Singapour, a fait un bref discours à son propos: «Il est un homme tellement remarquable, avec une multitude de talents pleinement développés, qu'il est difficile de savoir où commencer et où terminer quand on parle de Kavi Yogi Dr. Shuddhananda Bharati. Peu d'hommes ont accompli autant de choses en une seule vie humaine.» Son nom apparaît aussi dans l'Encyclopédie

de littérature indienne ; on y lit : « Dr. Shuddhananda Bharati est l'auteur de travaux littéraires de styles variés : œuvres épiques et lyriques, mélodrames, opéras, comédies, pastorales, romances, nouvelles, biographies, commentaires d'œuvres et textes célèbres. *Bharata Shakti* est son œuvre majeure. » Il a pressenti qu'il recevrait le prix Nobel de la paix ou de littérature, mais n'a pas vécu pour le voir. Son engagement est résumé dans le livre qui célèbre sa vie, « *Expérience d'une Âme de Pèlerin (Experiences of a Pilgrim Soul)*. »

Un hommage au Sage de l'Âge Cosmique, que la Paix, la Joie et l'Immortalité soient au Cœur de l'Humanité!

Editions ASSA

Dieu que j'ai aimé et en qui j'ai vécu,
Exécutant Son commandement
Redonnant aux Hommes tous leurs talents
Telle est ma volonté!

Dr. Shuddhananda Bharati

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, l'océan est un
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, le goûteur 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,
Vous vivrez dans la paix et l'harmonie.

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.

Les Secrets du Yoga

Toute la vie est yoga

Le premier secret du yoga est qu'il n'y a pas de secret en lui. Jusqu'à présent, le yoga était mystifié et gardé privé et secret par des Yogins intéressés. Le mot "yoga" était mal compris. Lors de mon voyage en Europe, des amis m'avaient demandé de marcher sur l'eau et de voler dans le ciel et de faire des miracles pour prouver mon yoga. Je dus leur expliquer que le yoga n'est pas un jeu de table ni un jeu de miracles. Beaucoup supposent que les Asanas sont du vrai yoga.

En se tenant sur la tête, on ne peut pas devenir un Yogin, ni en restant enterré pendant un jour sous terre. Certains s'attendent à ce que les Yogins lisent l'avenir et changent le destin. Certains s'imaginent faire du yoga en aspirant de l'eau par la narine ou l'anus, ou en retournant le ventre. D'autres encore supposent que le yoga est juste un moyen de contrôler la respiration. Beaucoup ne pensent au yoga qu'à travers la respiration et le corps. Nombreux sont ceux qui se méfient du yoga et en ont peur, car ils sont hantés par la solitude des montagnes et des forêts, les robes orange et la nudité ascétique lorsqu'ils pensent au yoga. Personne ne doit avoir peur de ces choses; notre Yoga n'admet ni refus ascétique ni déni pragmatique. Personne n'a besoin de quitter sa maison et de chercher des forêts lointaines. Tous peuvent rester commodément à la maison et faire de chaque foyer un Yoga Samaj. La vie ici peut être

faite de Yoga ou de Vie pure en communion avec le Divin. Car ce que nous recherchons par le yoga n'est pas dans les collines et les forêts; il est en nous, plus proche de nous que notre souffle. Comprenons exactement ce que nous entendons par Yoga.

Le yoga est une science psychique, une méthode précise de vie parfaite en accord avec le Divin en nous. Il n'y a pas de mystère ni de magie dans cette méthode. Les gens pensent ainsi parce que certains hommes au nom du yoga font des choses particulières. Le yoga n'est pas l'immolation de la vie ni la haine de l'existence. C'est la plénitude et l'épanouissement de la vie humaine dans la Vie Divine. L'homme, la femme, la personne âgée et l'enfant peuvent s'élever jusqu'à la plénitude divine de la vie; ils peuvent donner du divin à l'existence. Le Soi divin est en tout; le Divin dans « ceci » est le même que dans « cela ». L'univers est un temple de l'Omniprésence Divine. La vie est une manifestation de la Conscience Divine. Nous existons, car le Divin est en nous; nous vivons, car le Divin est notre vie. Nous nous déplaçons, car le Divin nous permet de nous déplacer. Nous déplaçons les temples du Divin. Vivre, c'est vivre dans la Conscience Divine. Vivre, c'est vivre dans le Divin, car le Divin est un centre de Son énergie, une expression dynamique de Sa volonté, un cœur de Son cœur, un esprit de Son esprit, une image de Sa beauté, un rayon de Sa splendeur et un instrument de Son dessein dans l'humanité. Il est le Tout et le Tout en tous; tous sont un en lui et Il est l'Unique en tous. Il est devenu tout ce qui est. Il est l'Homme dans les hommes, l'Âme de l'humanité, le Soi dans les êtres. Il est le Soi universel. Vivre en union et en communion avec Lui dans le Soi et dans l'agrè-

gat humain, c'est le Yoga. Le yoga est l'abandon parfait de l'individu séparatif à la vie cosmique divine et semblable à Dieu en tant qu'instrument de Dieu.

Nous sommes inexistants sans la Volonté Divine. Nous sommes poussière sans la Confiance Divine. L'univers de l'existence est une étreinte de Sa conscience. En être conscient, c'est le Yoga. Voir l'Un dans le multiple et vivre dans la conscience de l'Unité Cosmique et de la Concorde, c'est du Yoga. Dieu est le bien-aimé de notre âme. Il est la fontaine de joie. Celui qui L'oublie dans le Soi vit dans un enfer de douleur, de misère et de mort. Celui qui se souvient de Lui en toute chose jouit d'un paradis de délices. Vivre dans la joie du Bien-Aimé de l'Existence, c'est le Yoga. Le yoga consiste à Le reconnaître dans le Soi, à l'aimer dans son cœur et à travailler comme son instrument, à élever l'édifice de la vie sur les solides fondations de la Conscience divine. Dieu est la plus haute pureté et la plus grande béatitude. Le yoga consiste à jouir de cette béatitude par la plus grande pureté de l'existence.

Ce Yoga Pur n'est le monopole de personne ; tous les aspirants peuvent y accéder ; le chemin est dégagé ; la porte est ouverte ; l'aube est en vue. Combien de temps allons-nous dormir dans l'obscurité de l'ignorance ? Combien de temps devons-nous trembler de peur devant la douleur et la mort ? Combien de temps devons-nous lutter contre le doute et le désespoir ? Débarrassons-nous de ces forces hostiles du pessimisme et avançons avec espoir. La félicité pure nous appelle de l'intérieur, à une nouvelle vie de plaisir immortel.

Foi, amour, aspiration, concentration, consécration, aban-

don conscient et pure réceptivité – voilà les offrandes nécessaires pour atteindre la Béatitude divine. Tout le bien suivra si nous suivons la voie de ce Yoga pur. Nous pourrions vivre en accord avec le Divin en tant que fils conscients d'une seule Communion Spirituelle. Notre vie sera une effusion de l'Esprit Divin.

Notre terre sera un ciel de paix où toutes les guerres cesseront et où les nations marcheront comme des anges de Dieu. Telle était l'aspiration ardente des siècles d'existence humaine. C'était la vision affectueuse des sages et des poètes visionnaires.

L'homme ordinaire vit dans une conscience égoïste ; il doit vivre dans la Conscience Divine. Son esprit est un crépuscule d'obscurité ; sa vie est pleine de douleurs et de souffrances gratuites ; son corps est sujet à la maladie et à la mort. Son intellect doit être illuminé ; son esprit doit ressentir la paix et la félicité de l'Esprit pur. Sa vie doit respirer la liberté immortelle du Soi divin. L'homme doit se diviniser, le monde doit être paradisiaque, l'existence doit être transformée en Pure Félicité et l'individu doit être rendu universel par la conscience cosmique. C'est le plus grand triomphe de l'évolution humaine.

En vérité, ce yoga est destiné non seulement au salut individuel mais aussi au salut collectif dans l'univers des êtres humains. Notre vie est une expression universelle du Tout-Puissant pur. Chaque âme est une étincelle de la Flamme Divine. Par l'unité intérieure, chaque âme devient unie à l'humanité. En éveillant la lumière intérieure, l'âme s'unit à tous dans la conscience cosmique. Ceci est réalisé par le Yoga pur, le Shuddha Yoga.

Le yoga est plus grand que l'ascèse, plus grand que le savoir, plus puissant que le travail, plus doux que l'amour. Le yoga n'est pas la disparition de la vie, c'est la transformation de la vie en un accomplissement spirituel. C'est la richesse divine de la vie; c'est la vie pure dans le Divin Pur. Vivre en accord avec le Divin Infini est la loi de l'existence; c'est le Swadharma. Vivre dans l'ignorance de la mentalité divisée est une vie contre nature; c'est le Kudharma ou Paradharm. Le Yogi n'est pas un ascète sec.

L'ascèse n'est pas l'apogée de la perfection humaine. Le Yogi n'est pas celui qui fuit la vie et la société, qui considère l'existence comme un rêve insignifiant et qui jongle avec l'illusion.

Ce n'est pas une auto-immersion, une immolation ou une extinction. C'est la possession du soi, l'expression du soi, l'expansion du soi et la transcendance du soi. C'est quelque chose de sublime, bien au-delà du moralisme religieux et du matérialisme infra-moral. C'est une vie spirituelle supra-morale. Le monde de l'humanité est déchiré par les formes des castes, des croyances, des rituels sectaires, des cérémonies, des préjugés de classe et de race. Ceux-ci naissent de la mentalité divisée. Le yoga élève la vision humaine au sommet de la vision cosmique où elle s'unit avec le Soi Infini en tout et rejette tout ce qui divise l'homme de l'homme et l'homme du Divin. La Sadhana progressive ou l'effort de ce Yoga brise les chaînes de la mentalité de l'ego et des divisions égoïstes jusqu'à ce qu'il se développe, pur et libre, pour embrasser le Divin universel sans limites.

Le yoga accélère l'évolution de l'homme. Au fil des siècles,

l'évolution avait suivi son cours. L'homme doit trouver son centre de gravité qui est le générateur de l'évolution. Il accélère la vitesse de l'évolution, par l'intensité de la Sadhana. Le yoga le fait.

Le yoga est la vie, en accord avec l'Immortel qui est l'Immuable dans les variations changeantes du monde des mortels. C'est le Témoin éternel, le Meneur passif qui ne se laisse pas émouvoir par la bataille des modes et des dualités de la Nature. Notre yoga est un yoga de transformation progressive par la descente et le rayonnement de Shuddha Shakti, la Grâce pure et toute-puissante dans le corps purifié. Il n'est jamais nécessaire de se convertir de force ou de se réformer soudainement. Il considère l'ancien comme un pas vers le nouveau. Il considère les anciennes religions et traditions comme plusieurs étapes et appuis de la croissance mentale de l'homme. La grâce comble l'âme humaine évolutive dans le plaisir de la béatitude suprême dont elle a soif. Dans son envol, elle ouvre les centres psychiques en libérant les pouvoirs conscients qui y sont latents. L'individu dans ce yoga est un centre relevant de l'énergie universelle. L'égo séparatif doit s'abandonner à l'universalité de l'Esprit; la conscience humaine conditionnée doit se développer en Conscience Divine inconditionnée. Les différents nœuds de la vie doivent être démêlés. La forme humaine, la vie et la loi de la vie doivent être élevées au niveau Divin. Notre but n'est pas de faire un saut en hauteur dans le ciel, mais de faire descendre cette béatitude céleste sur la vie terrestre. Notre yoga amplifie la vie et enrichit sa portée divine. Il est plus grand que le Tapasya qui consiste en célibat, silence, jeûne, absence d'agressivité et quiétude.

C'est une vie dynamique dans le Divin intérieur et une façon d'affronter les problèmes de la vie avec la force victorieuse de l'âme. Le yoga n'est pas l'absence du travail, c'est une compétence dans le travail. L'action doit être faite comme un pur sacrifice à la Volonté Divine. L'existence dans le monde est le jeu de Dieu. Le Yogi joue son rôle dans l'équilibre parfait, dans la réalisation lumineuse du soi. Il est au-delà de l'emprise des schémas de la nature. L'ascension par l'intensité de l'aspiration et la descente de la Shuddha Shakti par la pureté de la conscience sont les deux secrets de ce Yoga qui transforme la vie. Ce Shuddha Yoga avait été envisagé par les Rishis védiques. Faisons une étude des écritures et des prophètes, qui avaient réalisé et divinisé leur vie. Adoration aux Rishis védiques et aux sages et saints du monde! Adoration à la Vérité-Lumière éternelle! Adoration à la pure grâce divine!

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



Editions ASSA
La Frêtaz 2
Es à la Ligne
CH-1453 Bullet – Suisse
Téléphone : +41 24 454 47 07
Télécopie : +41 24 454 47 77
Courriel : info@editions-assa.ch
Web : www.editions-assa.ch
