

*Pour celui dans le temple duquel la Voûte est étoilée
Dans le temple duquel le Soleil est l'image de Dieu
Dans le temple duquel la Lune se rend chaque mois
Et apporte le message chaque pleine lune,
Et dont celui a Lune chante le message comme mot de seize lettres,
A Sa religion j'appartiens, à Son temple je rends visite,
Son nom j'exprime, dans Sa gloire je vis.
A Lui j'offre le lotus de ma journée,
A Lui j'offre le lotus de ma nuit.*

Ces pensées-semences issues des méditations de la Psychologie Spirituelle du Dr Ekkirala Krishnamacharya donnent le ton du Messenger Lunaire du Cercle de Bonne Volonté. La lune est le principe réflecteur et le symbole du mental. Si elle est pure et claire, elle est en mesure de refléter les impressions venant des cercles supérieurs. Le moment de la pleine lune permet un alignement supérieur, à condition d'être suffisamment équilibré. L'alignement du soleil, de la lune et de la terre dans le ciel aide à faire l'expérience de la magie de la lumière de l'âme et de sa manifestation dans le physique.

Le Messenger Lunaire paraît mensuellement au moment de la pleine lune. Il contient des pensées des enseignements de l'éternelle sagesse. Il souhaite inspirer à les réaliser dans la vie pratique.

LES SIGNES DE LA TRANSFORMATION 16 : LES TROIS GUNAS 2EME - RAJAS

Les 3 Vortex de Forces

Notre vie est un mouvement continu. Chaque moment présente une autre qualité, ne revenant pas à l'identique et cela, même en échappant normalement à notre attention. En observant une rivière, on pense que son eau est le même flux. En contemplant le lever du soleil, nous considérons qu'il a le même mouvement chaque jour. En vérité, le processus du mouvement est toujours neuf. De même, notre corps change aussi continuellement; les cellules se forment et se dissolvent constamment. Nous ne sommes pas si ferme et défini que nous semblons l'être. Les énergies poursuivent leurs manifestations tandis que d'autres disparaissent à nouveau de la manifestation.

L'apparence de l'existence est le résultat d'un mouvement dynamique des trois qualités de la nature : *Sattva*, *Rajas*, et *Tamas*. Les trois vortex de forces sont basés sur ces trois qualités, ce que l'Ayurvêda appelle *Kapha*, *Pitta* et *Vata*. Le centre créatif *Kapha* est la conclusion de *Rajas* ou dynamisme. Le centre de combustion *Pitta* est le résultat de *Tamas* ou inertie et le centre de pulsation *Vata* est le résultat de *Sattva* ou équilibre. Ils sont les correspondances des aspects cosmiques de Brahma, Shiva et Vishnu.

Le premier vortex conduit la construction des cellules, le second la combustion de la nourriture. Il décompose les tissus de matière pour fournir les calories nécessaires aux fonctions du corps, rejetant ce qui en reste. Le troisième vortex produit l'équilibre entre les deux autres fonctions. Il crée les mouvements péristaltiques, les pulsations faisant battre le cœur, la digestion de l'estomac ainsi que les nerfs et les muscles ou encore les tissus des poumons qui se dilatent et se contractent. Quand les trois activités sont conduites divinement, ils

produisent la santé. Lorsqu'il y a dysharmonie, ils engendrent la maladie.

Une affirmation en Sanskrit dit «Tout excès est à éviter». Toute activité dépassant la mesure apporte le déséquilibre, conduit au désordre et finalement à la maladie. En général, les trois qualités ne sont pas bien équilibrées dans nos vies. Certains aspects sont prédominants tandis que d'autres sont écartés. Nous oscillons entre le trop et le pas assez, entre *Rajas* et *Tamas*. Si nous pensons trop et n'agissons pas comme il faut, cela produit des conséquences. Si nous en faisons trop et que nous ne réfléchissons pas suffisamment, nous nous mettons dans des complications. Le problème de *Rajas* est que dans nos actions nous négligeons aussi les choses.

Hyperactivité

Il y a une hyperactivité dans tous les champs de l'action humaine. De plus, notre mental est stimulé dans le sens du désir via un marketing excessif. Étant déjà hyperactif, nous sommes encore plus stimulés par les gens ayant un mental concret et nous sommes perdus. Marcher en ville en regardant les boutiques et immédiatement, le désir augmente de vouloir acheter des choses dont nous n'avons pas vraiment besoin. Nous achetons juste parce que nous aimons cela, bien que nous en ayons de similaires chez nous. Nous nous sentons généralement déçus après avoir consommé du temps et de l'argent.

L'argent que nous avons dépensé inutilement contribue à notre densification et nous créons une attitude d'actions stimulés. Un rideau sombre tombe sur notre discrimination venant du mental supérieur. Dès lors, nous sommes incapables d'en recevoir l'inspiration. Le mental brûle vite et féroce, consommant l'énergie vitale. Les gens

suractifs sont agités, anxieux et irrités, ainsi leurs systèmes s'épuisent avec le temps. Partout dans la société moderne, la quiétude recule devant l'hyperactivité. Même à l'enfance il y a pression énorme sur la psyché et les nerfs. Avec le temps, cette pression constante peut conduire au cancer, à un accident vasculaire cérébral ou autres maladies.

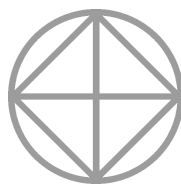
Décider pour les autres est une tendance inhérente de l'hyperactivité. Le prosélytisme pressant de certaines religions est une méthode pour acheter des gens. La nourriture, les soins médicaux et l'éducation sont donnés gratuitement aux pauvres pour ainsi diffuser ses propres croyances. La publicité provient aussi de ce type d'agression. On convainc les gens d'accepter certaines choses sans se soucier si cela est bon ou non pour eux tant que les affaires sont payantes. Des biens ou des bénéfices sont offerts gratuitement et ainsi nous sommes la proie de telles attractions. Les gens suractifs ne font rien de désintéressé. Dès lors, ils créent autour d'eux un monde dans lequel ils font croire aux gens autre chose afin de cacher leurs buts égoïstes. Une telle attitude de manipulation et de possession est un problème de base pour les gens ou les nations suractives. Mais cela les garde dans une tension permanente, car ils savent -consciemment ou non- qu'ils ont exploité les autres et que quelqu'un pourrait venir le reprendre. Toutes les formes d'agression proviennent de l'hyperactivité.

Les Maîtres de Sagesse ne proposent pas un schéma d'action indépendamment ni ne restreignent les propositions des gens ni ne les incitent à faire quoi que ce soit. Néanmoins, nous donnons des conseils sans qu'ils soient demandés et nous exigeons d'autrui qu'ils les suivent. Intervenir dans une discussion sans qu'on nous le demande est une transgression, une agression subtile. On dit dans le Yoga «N'allez pas où vous n'êtes pas invités.» Même si nous pouvions alors donner un indice, nous ne devrions malgré tout pas le faire. Si quelqu'un nécessite un conseil de notre part, il nous le demandera. C'est ainsi que la nature procède. Il est difficile pour les gens suractifs de l'accepter.

Si néanmoins, nous sommes hyperactif, il est préférable de diriger l'énergie excessive dans un bon travail pour le bien être des autres. Et si l'on fait quelque chose, on devrait se concentrer dessus, ainsi on ne se perd pas dans des choses sans pertinence, manquant l'essentiel : «Hâtons-nous doucement.»

Surmonter notre qualité intérieure de Rajas

Pourquoi ne pas rester tranquille et silencieux un cer-



La Bonne Volonté est contagieuse !

Le Messager lunaire paraît en français, allemand, anglais et espagnol. Si vous le désirez, nous vous inscrirons dans notre registre d'envoi (guter-wille@good-will.ch). Autres informations : www.good-will.ch . Si vous ne voulez plus obtenir la lettre, informez-nous s.v.p.

Cercle de Bonne Volonté

tain temps? Mais notre mental ne cesse de nous faire des propositions issues de notre *Rajas* intérieure. Quand nous les mettons toutes en œuvre, nous avons des montagnes de travail. Nous créons des obligations superflues ainsi qu'un programme plus grand qu'il ne faudrait. Le sentiment qu'il faut toujours avoir quelque chose à faire est une maladie produite par *Rajas*. Ainsi, on continue de tourner comme une roue avec toujours la pensée «Et ensuite?» Nous voulons savoir ce qui se passe ailleurs ou ce qui se dit. Nous sentons rapidement la monotonie et désirons ardemment du changement dans notre travail, avec nos amis ou dans notre appartement.

Même si les propositions continuent d'émerger en nous, il n'y pas d'urgence à les réaliser. Cependant, nous devons aussi rester alertes sinon nous manquons un message important nous arrivant. Nous devrions ainsi garder les bonnes idées dans un calepin. Si quelque chose doit être fait rapidement, l'idée nous viendra aussi par quelqu'un d'autre. Nous devrions l'écouter au moins une seconde fois.

Même si une idée est bonne, cela ne signifie pas qu'elle doive être réalisée par nous. Avant de se lancer dans quelque chose, on devrait d'abord l'examiner pour savoir si on a le temps, les moyens et l'habileté pour. Beaucoup d'idée avortent lorsqu'on contrôle *Rajas* en nous.

Les propositions peuvent nous venir de l'intérieur ou de l'extérieur, ce qui nous dévie de notre chemin. On peut se voir offrir une bonne position ou beaucoup d'argent mais cela peut nous écarter du but de notre vie. Ceux qui sont de grandes personnalités dans l'objectivité ont tendance à être absorbé par l'écume des obligations sociales et restent englués sur leur sentier spirituel.

Quand on cesse de dépenser son temps quant aux propositions de notre propre *Rajas*, on n'entre pas dans un état de passivité mais dans celui du silence intérieur. Alors on peut réaliser LE projet qui vient de l'intérieur, celui de notre âme. On l'appelle la Volonté du Père. Quand cette Volonté est active en nous, nous l'expérimentons comme notre propre volonté. Le Maître CVV ne donne qu'une instruction pour la libération : se soumettre au travers de la prière. La présence du Maître réalise un processus de purification qui distille les eaux troubles de la personnalité, arrondissant les bords et les angles jusqu'à ce que la lumière de l'âme brille pleinement.

Sources: K.P. Kumar: *Sri Suktam / Les mantrams / div. notices de séminaires*. E. Krishnamacharya: *Science of Healing. The World Teacher Trust - Dhanishta, Visakhapatnam, Inde* (www.worldteachertrust.org)