



Pratiques Avancées de Yoga
AYP-Advanced Yoga Practices

Newsletter No.6

Genève, le 18 avril 2011

Bonjour à tous,

Pour compléter les leçons sur le mantra déjà mises en ligne il me parait intéressant de traduire quelques extraits d'un échange récent sur le forum concernant l'origine du mantra I AM.

En effet pour nous, francophones, il peut sembler pour le moins étrange de choisir un mantra en anglais alors que quantité de mantra existent déjà en sanscrit.

Il faut bien comprendre que ce qui est recherché est la vibration du son « AYAM » dans le système nerveux et non sa signification.

Cette discussion apporte quelques précisions sur la question.

Bonne lecture

Didier

Traduit du forum :

L'original en anglais est sous :

http://www.aypsite.org/forum/topic.asp?TOPIC_ID=9493

SUJET : Le mantra

.....
Taopol-5 avril 2011-

J'aimerais en savoir plus sur le mantra « AYAM ». D'où vient-il ? De quelle tradition ? Comment se fait-il que je n'en aie jamais entendu parler avant de lire Yogani ? Comment se compare-t-il à OM MANI PADME HUM, OM NAMAH SHIVAYA, HAMSA, SOHAM, ou à la tradition de l'hésychasme ?

Pour être honnête, je suis un peu troublé quant à sa légitimité et de lire « Deep Meditation, Pathway to Personal Freedom » ne m'aide pas, car il n'y a aucune référence à une lignée ou à une tradition.

REPONSES :

.....

Mikkiji-5 avril 2011-

Ce mantra vient de la tradition du Vedanta, et on le trouve comme mantra racine dans le Rig Veda. C'est un mantra 100% « légitime ». J'ai étudié le sanscrit et j'ai été formé pour enseigner la méditation par feu Maharishi Maesh Yogi. En fait, c'est un des mantras que nous utilisons dans la méditation transcendantale ! Tout mantra comportant « Om » devrait être utilisé avec une précaution extrême du fait que la syllabe « Om » est généralement associée avec un style de vie pour des reclus et convient mieux aux moines, sadhus et ascètes.

Arrêtez de vous faire du souci et trouvez le silence...

Michael

.....

Mimirom-8 avril 2011-

Merci Michael, c'est bon à savoir. Je me demande pourquoi Yogani a choisi de ne pas mentionner quelque part les origines d'ayam. Peut-être désire-t-il garder la possibilité ouverte pour une future connexion des techniques yogiques avec la science, par opposition avec l'héritage quelque peu « encombrant » des Traditions et de l'attachement que nous leur portons ?

.....

Yogani-8 avril 2011-

Il faut souligner qu'AYP est un système de pratiques basé sur l'expérience et non sur une lignée. En conséquence, chercher à valider (ou invalider) AYP sur la base de quelque lignée particulière que ce soit ne peut mener à rien de concluant. Il vaut bien mieux essayer les pratiques et voir comment elles fonctionnent dans la vie de tous les jours. A l'heure actuelle, beaucoup ont fait cela et jusqu'à maintenant (depuis 2003) nous avons constaté de bons résultats.

Du fait que nous ne sommes liés à aucun corpus de connaissance figé, les pratiquants ont la possibilité de faire les ajustements au fur et à mesure qu'il est nécessaire basés sur les relations de causes et d'effets. En cela, l'AYP source ouverte de connaissance (leçons, livres, forums) sert comme un système de référence et un havre de sécurité qui peut être utilisé par chacun autant qu'il le souhaite.

Donc, oui, AYP a une base essentiellement scientifique ce qui laisse la porte ouverte pour des raffinements et des améliorations à mesure que nous évoluons à travers des temps et des circonstances qui changent. De ce point de vue, l'évolution qui se poursuit ou chacun doit trouver son propre rythme (self-pacing) a été une immense avance, permettant à chacun d'entreprendre des pratiques puissantes et de les optimiser sans avoir peur de s'écarter trop du chemin. Le résultat a été plus de progrès avec moins de contre temps.

Ainsi que le veut le dicton : c'est au pied du mur que l'on reconnaît le maçon (« The proof of the pudding is in the eating »)

Le gourou est en vous

PS : Je ne savais pas que I AM (AYAM) est également un mantra de la Méditation Transcendentale. Il a été choisi pour ses qualités vibratoires universelles dans le système nerveux, ce qui peut être expérimenté directement quand la conductivité extatique est éveillée et arrivée à maturité. Cela fait sens que des versions du même son puissent être trouvées à travers les traditions, puisque la relation de cause à effet est la même partout. Cela renforce l'affirmation que le centre de tout progrès spirituel est dans chaque système nerveux humain, et non pas dans quelque corps de connaissance que ce soit y compris celui-ci. Les enseignements sont des aides pour nous aider à accélérer le processus de notre évolution intérieure. Ils ne sont pas la chose elle-même.

.....
HathaTeacher-9 avril 2011-

Merci beaucoup Yogani.

Tantra-Le culte de la Féminité-par André Van Lysebeth confirme cela. Il dit que les qualités vibratoires étaient utilisées bien longtemps avant que les grands systèmes religieux ne prennent forme.

.....