



Pratiques Avancées de Yoga
AYP-Advanced Yoga Practices

Newsletter No.9

“If we take the view that our salvation is to be found in our inner silence alone, and not outside in the ebb and flow of the world, then we will be missing the opportunity for the higher stages of enlightenment. This involves a complete integration of inner silence with the flow of energy in all avenues of life. When this is accomplished through a balanced blend of practices and activity, then we come to know the complete marriage of silent bliss consciousness and ecstatic energy flowing everywhere, and this is liberation in this world. All becomes the One, and that is who we are.” (Yogani-lesson 219)

Si nous adoptons le point de vue selon lequel notre salut ne peut se trouver que dans notre silence intérieur, et non dans les remous du monde, alors nous manquerons l'opportunité d'accéder aux niveaux les plus élevés de l'illumination. Pour éviter cela, il faut une intégration complète du silence intérieur avec le flot de l'énergie dans tous les domaines de la vie. Quand cela est accompli au moyen d'un mélange équilibré des pratiques et de l'activité, alors nous connaissons l'union complète de la conscience de félicité silencieuse et de l'énergie extatique coulant partout, c'est la libération dans ce monde. Tout devient l'Un, cet Un que nous sommes.

“When the spiritual path becomes widely known for what it really is, a constant internal orgy of radiating ecstatic bliss, then the roads to enlightenment will be crammed full with practitioners, just as the roads to reproductive sexual experience are crammed full now.” (Yogani-lesson T34)

Quand le chemin spirituel sera largement connu pour ce qu'il est en réalité, une orgie interne perpétuelle de félicité extatique rayonnante, alors les pratiquants se presseront en foule sur les chemins qui conduisent à l'illumination de la même façon qu'ils se pressent maintenant en foule vers l'expérience du sexe reproductif.

Genève, le 10 août 2011

Bonjour à tous,

Les leçons principales 211 à 221 viennent d'être mises en ligne de même que les leçons de Tantra T34 et T35.

Je recommande les très belles leçons 220 et 221 sur l'ouverture du chakra du cœur qui intéresseront tout particulièrement ceux qui sont attirés par l'aspect dévotionnel du yoga.

La leçon T34 complète la leçon 108 sur kechari mudra en donnant des explications très détaillées sur les implications de kechari sur notre neurobiologie sexuelle.

Bonne lecture

Didier