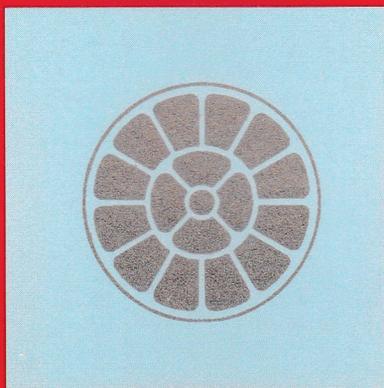


Bulletin of Sri Aurobindo International
Centre of Education

Bulletin du Centre International d'Éducation Sri Aurobindo



Bulletin of Sri Aurobindo International
Centre of Education

Bulletin du Centre International
d'Éducation Sri Aurobindo

August 2024

Contents

THE ACTION OF EQUALITY	8
CORRESPONDENCE WITH PARICHAND	22
THE PRINCIPLE OF THE INTEGRAL YOGA	42
THE DIVINITY WITHIN	45
THE CENTRAL SECRET OF THE SADHANA	46
EXTRACT FROM A TALK OF 7 DECEMBER 1955	49
PHYSICAL EDUCATION AND TRANSFORMATION	54
SRI AUROBINDO ANSWERS	60
REPORT ON THE QUARTER	80
ILLUSTRATIONS	

Table des Matières

L'ACTION DE L'ÉGALITÉ	9
CORRESPONDANCE AVEC PARICHAND	23
LE PRINCIPE DU YOGA INTÉGRAL	43
LA DIVINITÉ INTÉRIEURE	44
LE SECRET CENTRAL DE LA SÂDHANÂ	47
EXTRAIT D'UN ENTRETIEN DU 7 DÉCEMBRE 1955	48
ÉDUCATION PHYSIQUE ET TRANSFORMATION	55
SRI AUROBINDO RÉPOND	61
RAPPORT TRIMESTRIEL	81
ILLUSTRATIONS	

Edited & Published by Manoj Das Gupta
Sri Aurobindo Ashram Publication Department
Pondicherry – 605 002

*Registered with the Registrar of Newspapers
for India No. R. N. 8890/57
ISSN 0970-7417*

All Rights Reserved

No matter appearing in this journal or part thereof may be reproduced in any form, except small extracts for purposes of review, without the written permission of the Publishers.

E-mail: bulletin.saice@sriurobindoashram.org.in
Cell/Whatsapp: 09940993492 Landline: 0413-2233642

SUBSCRIPTION RATES FROM 2024 (English-French Edition)

	<u>For One Year</u>		<u>For Five Years</u>	
	Unregistered	Registered	Unregistered	Registered
Inland:	Rs. 350/-	Rs. 420/-	Rs. 1750/-	Rs. 2100/-
	<u>Overseas Subscription</u>			
Air Mail:	US\$ 30/-	US\$ 40/-	US\$ 150/-	US\$ 200/-

Subscriptions can also be done for two, three and four years. For subscription payments made by NEFT/bank transfer (from within India only) kindly inform us by email with full name and address. Our bank details are: Account Number: 1235512211; Beneficiary Bank Name: Central Bank of India; Beneficiary Branch Name: Pondicherry; IFSC code: CBIN 0281354. For Money Orders please send to Bulletin of SAICE, Sri Aurobindo Ashram, Pondicherry – 605002. Cash payments to be made at the Bulletin / Mother India office.

Subscription year begins from the February issue. Subscriptions received late will be accepted for the same year only if all the back issues of the year are available. Otherwise they will be accepted from the next year.

Printed by
Swadhin Chatterjee
at Sri Aurobindo Ashram Press
Pondicherry – 605 002
PRINTED IN INDIA

Equality in *The Synthesis of Yoga*

Sri Aurobindo said that equality is one of the foundations of his Integral Yoga. He explained its importance and significance in four chapters of *The Synthesis of Yoga*. These chapters are being reproduced in this series. In this issue of the *Bulletin*, we present the last half of “The Action of Equality”, Chapter XIII of Part IV of the *Synthesis*.

Égalité dans *La Synthèse des Yogas*

Sri Aurobindo a dit que l'égalité est l'un des fondements de son Yoga Intégral. Il explique son importance et sa signification dans quatre chapitres de *La Synthèse des Yogas*. Nous reproduisons ces chapitres dans cette série. Dans ce numéro du *Bulletin*, nous présentons la dernière moitié de « L'action de l'égalité », chapitre XIII de la partie IV de la *Synthèse*.

The Action of Equality

THE distinctions that have already been made, will have shown in sufficiency what is meant by the status of equality. It is not mere quiescence and indifference, not a withdrawal from experience, but a superiority to the present reactions of the mind and life. It is the spiritual way of replying to life or rather of embracing it and compelling it to become a perfect form of action of the self and spirit. It is the first secret of the soul's mastery of existence. When we have it in perfection, we are admitted to the very ground of the divine spiritual nature. The mental being in the body tries to compel and conquer life, but is at every turn compelled by it, because it submits to the desire reactions of the vital self. To be equal, not to be overborne by any stress of desire, is the first condition of real mastery, self-empire is its basis. But a mere mental equality, however great it may be, is hampered by the tendency of quiescence. It has to preserve itself from desire by self-limitation in the will and action. It is only the spirit which is capable of sublime undisturbed rapidities of will as well as an illimitable patience, equally just in a slow and deliberate or a swift and violent, equally secure in a safely lined and limited or a vast and enormous action. It can accept the smallest work in the narrowest circle of cosmos, but it can work too upon the whirl of chaos with an understanding and creative force; and these things it can do because by its detached and yet intimate acceptance it carries into both an infinite calm, knowledge, will and power. It has that detachment because it is above all the happenings, forms, ideas and movements it embraces in its scope; and it has that intimate acceptance because it is yet one with all things. If we have not this free unity, *ekatvam anupaśyataḥ*, we have not the full equality of the spirit.

The first business of the sadhaka is to see whether he has the perfect equality, how far he has gone in this direction or else where is the flaw, and to exercise steadily his will on his nature or invite the will of the Purusha to get rid of the defect and its causes. There are four things that he must have; first, equality in the most concrete practical sense of the word, *samatā*, freedom from mental, vital, physical preferences, an even acceptance of all God's workings within and around him; secondly, a firm peace and absence of all disturbance and trouble, *śānti*; thirdly, a positive inner spiritual happiness and spiritual ease of the natural being which nothing can lessen, *sukham*; fourthly, a clear

L'action de l'égalité

LES distinctions déjà faites auront suffisamment montré ce que signifie l'état d'égalité. Ce n'est pas simplement une immobilité ni une indifférence, pas un retrait de l'expérience mais une position supérieure par rapport aux réactions actuelles du mental et de la vie. C'est une manière spirituelle de répondre à la vie, ou plutôt de l'embrasser et de la contraindre à devenir une forme d'action parfaite du moi, de l'esprit. C'est le premier secret de la maîtrise que l'âme doit avoir sur la vie. Quand nous avons atteint à une égalité parfaite, nous sommes admis dans le domaine de la nature spirituelle et divine. L'être mental dans un corps essaie bien de contraindre et de conquérir la vie, mais à chaque tournant il est contraint par elle parce qu'il est soumis aux réactions du désir du moi vital. Être égal, ne pas être dominé par la force du désir, si violente soit-elle, telle est la première condition de la maîtrise réelle, c'est la base de la conquête de soi. Mais l'égalité mentale pure et simple, si forte soit-elle, a un défaut : elle encourage l'immobilité. Pour se protéger du désir, elle limite sa volonté et son action. Seul l'esprit peut supporter les sublimes rapidités d'une volonté impassible, tout en faisant preuve d'une patience illimitée. Aussi juste dans une action lente et mesurée que dans une action rapide et violente, aussi sûr dans une action soigneusement tracée et délimitée que dans une action immense et titanesque, il peut accepter le travail le plus modeste dans le cercle le plus étroit du cosmos, mais il peut œuvrer aussi dans le tourbillon du chaos avec la compréhension des choses et la force créatrice ; et il en est capable car son acceptation détachée, mais aussi sa sympathie profonde, lui donnent, dans un cas comme dans l'autre, un calme, une connaissance, une volonté et un pouvoir infinis. Il a ce détachement parce qu'il se tient au-dessus de tous les événements, toutes les formes, toutes les idées, tous les mouvements qu'il embrasse de son regard ; et pourtant il les accepte tous en lui car il se sent un avec toutes choses. Sans cette expérience profonde de la libre unité, *ékatvam anupashyatah*, il ne peut y avoir de complète égalité spirituelle.

La première tâche du sâdhak est de s'assurer qu'il possède la parfaite égalité et dans quelle mesure ; sinon, il doit trouver la faille et exercer sans relâche sa volonté sur sa nature ou faire appel à la volonté du Purusha pour se débarrasser du défaut et de ses causes. Il doit posséder quatre qualités : d'abord l'égalité au sens le plus pratique et concret du terme, *samatâ*, être libre de toutes préfé-

joy and laughter of the soul embracing life and existence. To be equal is to be infinite and universal, not to limit oneself, not to bind oneself down to this or that form of the mind and life and its partial preferences and desires. But since man in his present normal nature lives by his mental and vital formations, not in the freedom of his spirit, attachment to them and the desires and preferences they involve is also his normal condition. To accept them is at first inevitable, to get beyond them exceedingly difficult and not, perhaps, altogether possible so long as we are compelled to use the mind as the chief instrument of our action. The first necessity therefore is to take at least the sting out of them, to deprive them, even when they persist, of their greater insistence, their present egoism, their more violent claim on our nature.

The test that we have done this is the presence of an undisturbed calm in the mind and spirit. The sadhaka must be on the watch as the witnessing and willing Purusha behind or, better, as soon as he can manage it, above the mind, and repel even the least indices or incidence of trouble, anxiety, grief, revolt, disturbance in his mind. If these things come, he must at once detect their source, the defect which they indicate, the fault of egoistic claim, vital desire, emotion or idea from which they start and this he must discourage by his will, his spiritualised intelligence, his soul unity with the Master of his being. On no account must he admit any excuse for them, however natural, righteous in seeming or plausible, or any inner or outer justification. If it is the prana which is troubled and clamorous, he must separate himself from the troubled prana, keep seated his higher nature in the buddhi and by the buddhi school and reject the claim of the desire-soul in him; and so too if it is the heart of emotion that makes the clamour and the disturbance. If on the other hand it is the will and intelligence itself that is at fault, then the trouble is more difficult to command, because then his chief aid and instrument becomes an accomplice of the revolt against the divine Will and the old sins of the lower members take advantage of this sanction to raise their diminished heads. Therefore there must be a constant insistence on one main idea, the self-surrender to the Master of our being, God within us and in the world, the supreme Self, the universal Spirit. The buddhi dwelling always in this master idea must discourage all its own lesser insistences and preferences and teach the whole being that the ego whether it puts forth its claim through the reason, the personal will, the heart or the desire-soul in the prana, has no just claim of any kind and all grief, revolt, impatience, trouble is a violence against the Master of the being.

rences mentales, vitales et physiques, accepter également toutes les œuvres de Dieu en lui et autour de lui ; deuxièmement, une paix solide et une absence de toute perturbation et de tout désordre, *shânti* ; troisièmement, un pur bonheur intérieur, un bien-être spirituel invariable en son être naturel, *sukham* ; enfin, une joie claire et le rire de l'âme qui embrasse la vie et l'existence tout entière. Être égal, c'est être infini et universel ; ne pas se limiter, ne pas s'enchaîner à telle ou telle forme du mental et de la vie ni à leurs préférences et leurs désirs partiels. Mais puisque l'homme, en sa nature présente, vit dans ses formations mentales et vitales et non dans la liberté de l'esprit, il est naturellement attaché à ces formations et aux désirs ou préférences qu'elles impliquent. Les accepter est tout d'abord inévitable, les dépasser est extrêmement difficile et peut-être impossible, tant que nous sommes obligés de nous servir du mental comme instrument d'action principal. Par conséquent, la première nécessité est de leur retirer au moins leur aiguillon, et même quand elles persistent, de les priver de leurs revendications les plus fortes, de leur égoïsme, de leur emprise la plus violente sur notre nature.

La présence en nous d'un calme mental et spirituel imperturbable nous montrera dans quelle mesure nous avons réussi. Le sâdhak doit être vigilant et prendre la position du Purusha qui, derrière le mental, observe et consent ; ou mieux encore, il se tiendra dès que possible au-dessus du mental et repoussera le moindre signe, la moindre vibration de trouble, d'anxiété, de chagrin, de révolte, toute perturbation mentale. Au moindre remous, il devra immédiatement découvrir la source, le défaut qu'il signale, la faille de la revendication égoïste ou du désir vital, l'émotion ou l'idée qui l'a suscité, et le décourager par sa volonté, par son intelligence spiritualisée, par l'unité de son âme avec le Maître de son être. À aucun prix il ne doit chercher d'excuse à ces mouvements, aucune justification intérieure ou extérieure, si naturelle, juste ou plausible puisse-t-elle sembler. Si c'est le prâna qui provoque troubles et réclamations, il se séparera de lui, fixera sa nature supérieure dans la *buddhi*, et, avec son aide, disciplinera et rejettera les revendications de l'âme de désir. Il suivra la même méthode pour les émotions du cœur qui protestent et le perturbent. Mais si la volonté et l'intelligence elles-mêmes sont en faute, le trouble est plus difficile à maîtriser, car dans ce cas c'est l'auxiliaire ou l'instrument principal qui s'est fait le complice de la révolte contre la Volonté divine, et les vieilles perversions des éléments inférieurs affaiblis profitent de cet assentiment pour redresser la tête. Par conséquent, il faut constamment insister sur une seule idée maîtresse : la

This complete self-surrender must be the chief mainstay of the sadhaka because it is the only way, apart from complete quiescence and indifference to all action, — and that has to be avoided, — by which the absolute calm and peace can come. The persistence of trouble, *aśānti*, the length of time taken for this purification and perfection, itself must not be allowed to become a reason for discouragement and impatience. It comes because there is still something in the nature which responds to it, and the recurrence of trouble serves to bring out the presence of the defect, put the sadhaka upon his guard and bring about a more enlightened and consistent action of the will to get rid of it. When the trouble is too strong to be kept out, it must be allowed to pass and its return discouraged by a greater vigilance and insistence of the spiritualised buddhi. Thus persisting, it will be found that these things lose their force more and more, become more and more external and brief in their recurrence, until finally calm becomes the law of the being. This rule persists so long as the mental buddhi is the chief instrument; but when the supramental light takes possession of mind and heart, then there can be no trouble, grief or disturbance; for that brings with it a spiritual nature of illumined strength in which these things can have no place. There the only vibrations and emotions are those which belong to the *ānandamaya* nature of divine unity.

The calm established in the whole being must remain the same whatever happens, in health and disease, in pleasure and in pain, even in the strongest physical pain, in good fortune and misfortune, our own or that of those we love, in success and failure, honour and insult, praise and blame, justice done to us or injustice, everything that ordinarily affects the mind. If we see unity everywhere, if we recognise that all comes by the divine will, see God in all, in our enemies or rather our opponents in the game of life as well as our friends, in the powers that oppose and resist us as well as the powers that favour and assist, in all energies and forces and happenings, and if besides we can feel that all is undivided from our self, all the world one with us within our universal being, then this attitude becomes much easier to the heart and mind. But even before we can attain or are firmly seated in that universal vision, we have by all the means in our power to insist on this receptive and active equality and calm. Even something of it, *alpam api asya dharmasya*, is a great step towards perfection; a first firmness in it is the beginning of liberated perfection; its completeness is the perfect assurance of a rapid progress in all the other members of perfection. For without it we can have no solid basis; and by the pronounced

soumission au Maître de notre être, au Divin qui est en nous et dans le monde, au Moi suprême, à l'Esprit universel. La *buddhi* doit se fixer sur cette idée et décourager toutes ses autres volontés mineures ou préférences particulières et enseigner à tout l'être que l'ego — qu'il fasse entendre ses réclamations par la raison, par la volonté personnelle, par le cœur ou l'âme de désir dans le *prâna* — n'a aucun droit d'aucune sorte, et que tout chagrin, toute révolte, toute impatience, tout trouble, sont une violence faite au Maître de notre être.

Cette soumission totale sera le soutien principal du sâdhak parce qu'en dehors de l'immobilité complète et de l'indifférence pour toute action, qui est à éviter, c'est le seul moyen qui permette d'atteindre la paix et le calme absolus. Nous ne devons pas tolérer que la persistance du trouble, *ashânti*, et le temps qu'exigent cette purification et cette perfection deviennent des causes de découragement et d'impatience. Le trouble vient de ce que quelque partie de la nature réagit encore ; sa récurrence souligne la présence du défaut et met le sâdhak sur ses gardes afin qu'il exerce une volonté plus éclairée et plus constante pour s'en débarrasser. Quand le trouble est trop fort pour être tenu à distance, il faut le laisser passer et décourager son retour par une vigilance et une insistance redoublées de la *buddhi* spiritualisée. Si nous persistons, nous verrons que le trouble perd peu à peu de sa force, devient de plus en plus extérieur et ne fait plus que de brèves réapparitions, jusqu'à ce que, finalement, le calme devienne la loi de l'être. Cette règle vaut aussi longtemps que la *buddhi* mentale reste l'instrument principal ; mais quand la lumière supramentale prend possession du mental et du cœur, il ne peut plus y avoir de trouble, de chagrin, de perturbation, car le supramental vient avec la force illuminée d'une nature spirituelle où ces remous ne peuvent plus se produire. Là, les seules vibrations et les seules émotions sont celles de la nature même de l'unité divine, qui est Joie : *ânandamaya*.

Ce calme solide dans tout l'être doit être invariable, quoi qu'il arrive : dans la bonne santé et dans la maladie, dans le plaisir et dans la peine, même dans la souffrance physique la plus intense, dans la bonne et la mauvaise fortune, la nôtre ou celle de ceux que nous aimons, dans le succès et dans l'échec, dans l'honneur et l'outrage, la louange et le blâme, la justice ou l'injustice qui nous est faite — dans tout ce qui affecte d'ordinaire le mental. Si nous voyons partout l'unité, si nous reconnaissons que tout arrive par la volonté divine, si nous voyons Dieu en tout — dans nos ennemis, ou plutôt en ceux qui s'opposent à nous dans le jeu de la vie, autant qu'en nos amis, dans les pouvoirs qui nous

lack of it we shall be constantly falling back to the lower status of desire, ego, duality, ignorance.

This calm once attained, vital and mental preference has lost its disturbing force; it only remains as a formal habit of the mind. Vital acceptance or rejection, the greater readiness to welcome this rather than that happening, the mental acceptance or rejection, the preference of this more congenial to that other less congenial idea or truth, the dwelling upon the will to this rather than to that other result, become a formal mechanism still necessary as an index of the direction in which the Shakti is meant to turn or for the present is made to incline by the Master of our being. But it loses its disturbing aspect of strong egoistic will, intolerant desire, obstinate liking. These appearances may remain for a while in a diminished form, but as the calm of equality increases, deepens, becomes more essential and compact, *ghana*, they disappear, cease to colour the mental and vital substance or occur only as touches on the most external physical mind, are unable to penetrate within, and at last even that recurrence, that appearance at the outer gates of mind ceases. Then there can come the living reality of the perception that all in us is done and directed by the Master of our being, *yathā prayukto'smi*, *tathā karomi*, which was before only a strong idea and faith with occasional and derivative glimpses of the divine action behind the becomings of our personal nature. Now every movement is seen to be the form given by the Shakti, the divine power in us, to the indications of the Purusha, still no doubt personalised, still belittled in the inferior mental form, but not primarily egoistic, an imperfect form, not a positive deformation. We have then to get beyond this stage even. For the perfect action and experience is not to be determined by any kind of mental or vital preference, but by the revealing and inspiring spiritual will which is the Shakti in her direct and real initiation. When I say that as I am appointed, I work, I still bring in a limiting personal element and mental reaction. But it is the Master who will do his own work through myself as his instrument, and there must be no mental or other preference in me to limit, to interfere, to be a source of imperfect working. The mind must become a silent luminous channel for the revelations of the supramental Truth and of the Will involved in its seeing. Then shall the action be the action of that highest Being and Truth and not a qualified translation or mistranslation in the mind. Whatever limitation, selection, relation is imposed, will be self-imposed by the Divine on himself in the individual at the moment for his own purpose, not binding, not final, not an ignorant determination of

affrontent et nous résistent autant que dans ceux qui nous favorisent et nous assistent, dans toutes les énergies et toutes les forces, tous les événements, et si, en outre, nous pouvons sentir que rien n'est séparé de notre moi, que le monde entier ne fait qu'un avec nous en notre être universel, alors le cœur et le mental trouvent beaucoup plus facile de prendre cette attitude. Mais même avant de parvenir à cette vision universelle ou avant même qu'elle soit fermement établie en nous, nous devons, par tous les moyens en notre pouvoir, insister sur cette égalité réceptive et active, sur ce calme invariable. Une seule goutte de cela, *swalpam api asya dharmasya*, est un grand pas vers la perfection ; une première et solide fondation de cette calme égalité marque le début de la perfection pour l'âme libérée ; son intégralité nous assure un progrès rapide dans tous les autres éléments de la perfection, car sans elle nous sommes privés d'une base solide ; et si elle nous fait fortement défaut, nous retomberons constamment dans l'état inférieur du désir, de l'égo, de la dualité et de l'ignorance.

Quand ce calme est acquis, les préférences vitales et mentales perdent de leur force perturbatrice ; elles demeurent simplement comme une habitude mentale superficielle. L'acquiescement ou le rejet vital, l'empressement à accueillir tel événement plutôt qu'un autre, l'acquiescement ou le rejet mental, la préférence pour telle idée ou telle vérité plus séduisante qu'une autre, la volonté bien affirmée d'obtenir tel résultat plutôt qu'un autre, ne sont plus qu'un mécanisme de surface, encore nécessaire pour indiquer la direction dans laquelle la Shakti doit s'orienter ou dans laquelle, pour le moment, elle est poussée par le Maître de notre être. Mais tout cela n'a plus la troublante apparence d'une volonté égoïste véhémence, d'un désir intolérant, d'une attirance obstinée. Ces apparences peuvent persister pendant un temps sous une forme atténuée, mais à mesure que le calme de l'égalité s'accroît, s'approfondit, devient plus essentiel et plus compact, *ghana*, elles disparaissent, cessent de colorer la substance mentale et vitale, ou ne font qu'effleurer le mental physique le plus extérieur sans pouvoir pénétrer en nous ; et finalement, même cette récurrence, même cette apparition aux portes extérieures du mental, cessent complètement. Dès lors, nous percevons de façon concrète et vivante que tout en nous est accompli et dirigé par le Maître de notre être, *yathâ prayukto'smi, tathâ karomî*,¹ ce qui n'était auparavant qu'une idée forte ou une foi, avec, de temps à autre, des aperçus indirects de l'action divine derrière les devenir de notre nature personnelle. Désormais, chaque mouvement est vu comme la forme que la Shakti,

1. « La tâche qui m'est assignée [par Toi], je l'exécute. » (Pândava-Gîtâ)

the mind. The thought and will become then an action from a luminous Infinite, a formulation not excluding other formulations, but rather putting them into their just place in relation to itself, englobing or transforming them even and proceeding to larger formations of the divine knowledge and action.

The first calm that comes is of the nature of peace, the absence of all unquiet, grief and disturbance. As the equality becomes more intense, it takes on a fuller substance of positive happiness and spiritual ease. This is the joy of the spirit in itself, dependent on nothing external for its absolute existence, *nirāśraya*, as the Gita describes it, *antaḥ-sukho antarārāmaḥ*, an exceeding inner happiness, *brahmasaṁsparśam atyantam sukham aśnute*. Nothing can disturb it, and it extends itself to the soul's view of outward things, imposes on them too the law of this quiet spiritual joy. For the base of it is still calm, it is an even and tranquil neutral joy, *ahaituka*. And as the supramental light grows, a greater Ananda comes, the base of the abundant ecstasy of the spirit in all it is, becomes, sees, experiences and of the laughter of the Shakti doing luminously the work of the Divine and taking his Ananda in all the worlds.

The perfected action of equality transforms all the values of things on the basis of the divine *ānandamaya* power. The outward action may remain what it was or may change, that must be as the Spirit directs and according to the need of the work to be done for the world, — but the whole inner action is of another kind. The Shakti in its different powers of knowledge, action, enjoyment, creation, formulation, will direct itself to the different aims of existence, but in another spirit; they will be the aims, the fruits, the lines of working laid down by the Divine from his light above, not anything claimed by the ego for its own separate sake. The mind, the heart, the vital being, the body itself will be satisfied with whatever comes to them from the dispensation of the Master of the being and in that find a subtlest and yet fullest spiritualised satisfaction and delight; but the divine knowledge and will above will work forward towards its farther ends. Here both success and failure lose their present meanings. There can be no failure; for whatever happens is the intention of the Master of the worlds, not final, but a step on his way, and if it appears as an opposition, a defeat, a denial, even for the moment a total denial of the aim set before the instrumental being, it is so only in appearance and afterwards it will appear in its right place in the economy of his action, — a fuller supramental vision may even see at once or beforehand its necessity and its true relation to the eventual result to which it seems so contrary and even perhaps its definite prohibition. Or,

le pouvoir divin en nous, donne aux indications du Purusha ; une forme encore personnalisée sans doute, encore amoindrie dans la tournure inférieure du mental, mais qui n'est plus foncièrement égoïste, plus une forme imparfaite ni une évidente déformation. Il nous reste maintenant à dépasser ce stade même, car l'action et l'expérience parfaites ne doivent pas être déterminées par une préférence mentale ni vitale, quelle qu'elle soit, mais par cette volonté spirituelle révélatrice et inspiratrice qu'est la Shakti en son initiative directe véritable. Quand je dis : « La tâche que Tu m'assignes, je l'exécute », j'introduis encore une réaction mentale, un élément personnel qui limite. Car c'est le Maître qui fera son œuvre à travers nous en tant qu'instrument, et il ne doit y avoir en moi aucune préférence mentale ni autre qui limite, intervienne et puisse produire un fonctionnement imparfait. Le mental doit devenir un canal silencieux, lumineux des révélations de la Vérité supramentale et de la Volonté contenue dans sa vision. Dès lors, l'action sera l'action de la Vérité et de l'Être suprêmes et non une traduction mentale diminuée ou incorrecte. Si telle limitation, telle sélection, telle relation est imposée, c'est le Divin qui se l'impose à lui-même dans l'individu pour un temps et à ses propres fins ; ce n'est pas un phénomène obligatoire et définitif ni une détermination ignorante du mental. La pensée et la volonté sont désormais une action du lumineux Infini, une formulation qui n'exclut pas les autres formules mais, au contraire, les met à leur place exacte par rapport à elle-même, les englobant ou même les transformant, tout en s'acheminant vers de plus vastes formes de la connaissance et de l'action divines.

Le premier calme à se manifester s'apparente à la paix ; c'est une absence de toute agitation, tout chagrin, toute perturbation. À mesure que l'égalité se renforce, sa substance se change plus complètement en pur bonheur et en bien-être spirituel. C'est la joie de l'esprit en soi qui ne dépend de rien d'extérieur pour atteindre son absolu, *nirâshraya*, comme il est dit dans la Gîtâ, *antah-sukho antar-ârâmah* : c'est un bonheur intérieur qui dépasse tout, *brahma-samsparsham atyantam sukham ashnute*. Rien ne peut déranger cet état ; il s'étend même aux choses extérieures que regarde l'âme et leur impose aussi sa loi de tranquille joie spirituelle. Mais sa base reste encore le calme, c'est une joie neutre, unie, tranquille, *ahaituka*. Puis, à mesure que croît la lumière supramentale, un plus grand Ânanda se manifeste qui est la base du ravissement innombrable de l'esprit en tout ce qu'il est, tout ce qu'il devient, tout ce qu'il voit et tout ce dont il a l'expérience ; c'est la source du rire de la Shakti qui accomplit lumineusement les œuvres du Divin et porte son Ânanda dans tous les mondes.

if — while the light is deficient — there has been a misinterpretation whether with regard to the aim or the course of the action and the steps of the result, the failure comes as a rectification and is calmly accepted without bringing discouragement or a fluctuation of the will. In the end it is found that there is no such thing as failure and the soul takes an equal passive or active delight in all happenings as the steps and formulations of the divine Will. The same evolution takes place with regard to good fortune and ill fortune, the pleasant and the unpleasant in every form, *maṅgala amaṅgala, priya apriya*.

And as with happenings, so with persons, equality brings an entire change of the view and the attitude. The first result of the equal mind and spirit is to bring about an increasing charity and inner toleration of all persons, ideas, views, actions, because it is seen that God is in all beings and each acts according to his nature, his *svabhāva*, and its present formulations. When there is the positive equal Ananda, this deepens to a sympathetic understanding and in the end an equal universal love. None of these things need prevent various relations or different formulations of the inner attitude according to the need of life as determined by the spiritual will, or firm furtherings of this idea, view, action against that other for the same need and purpose by the same determination, or a strong outward or inward resistance, opposition and action against the forces that are impelled to stand in the way of the decreed movement. And there may be even the rush of the Rudra energy forcefully working upon or shattering the human or other obstacle, because that is necessary both for him and for the world purpose. But the essence of the equal inmost attitude is not altered or diminished by these more superficial formulations. The spirit, the fundamental soul remain the same, even while the Shakti of knowledge, will, action, love does its work and assumes the various forms needed for its work. And in the end all becomes a form of a luminous spiritual unity with all persons, energies, things in the being of God and in the luminous, spiritual, one and universal force, in which one's own action becomes an inseparable part of the action of all, is not divided from it, but feels perfectly every relation as a relation with God in all in the complex terms of his universal oneness. That is a plenitude which can hardly be described in the language of the dividing mental reason for it uses all its oppositions, yet escapes from them, nor can it be put in the terms of our limited mental psychology. It belongs to another domain of consciousness, another plane of our being.

SRI AUROBINDO

Quand elle est parfaite, l'action de l'égalité transforme toutes les valeurs à partir du pouvoir d'*ânandamaya*, de la joie divine. L'action extérieure peut rester ce qu'elle était — ou elle peut changer suivant l'ordre de l'Esprit et conformément aux nécessités du travail pour le monde —, mais toute l'action intérieure est d'une autre sorte. La Shakti et ses différents pouvoirs de connaissance, d'action, de jouissance, de création, de formulation, s'appliqueront aux divers desseins de l'existence, mais dans un autre esprit; ce seront les desseins, les résultats, les lignes d'action fixés par le Divin en sa lumière d'en haut, et non ceux que réclame l'ego pour son propre bien séparé. Le mental, le cœur, l'être vital, le corps lui-même seront satisfaits de tout ce qui leur viendra du grand Dispensateur et Maître de leur être; en cela, ils trouveront une satisfaction spiritualisée et une félicité plus subtiles, et pourtant plus complètes, tandis que la connaissance et la volonté divines au-dessus œuvreront à la réalisation future de leurs desseins. Dès lors, le succès et l'échec n'ont plus le sens qu'ils ont d'ordinaire : il ne peut pas y avoir d'échec car tout ce qui arrive est l'intention du Maître des mondes et n'est pas définitif. C'est un pas sur Son chemin, et si cet échec ressemble à une opposition, à une défaite, un démenti, et même momentanément à une négation totale du but assigné à l'être qui sert d'instrument, ce n'est qu'une apparence et, plus tard, l'échec apparaîtra à sa vraie place dans l'économie de l'action du Seigneur; une vision supramentale plus complète peut même voir immédiatement ou d'avance sa nécessité et sa vraie relation avec le résultat final auquel il semble si contraire, et qu'il semble même interdire définitivement. Ou bien, tant que la lumière est insuffisante, s'il y a eu quelque erreur d'interprétation du but ou de la ligne d'action et des étapes menant au résultat, l'échec vient pour rectifier l'erreur et il est accepté avec calme, sans causer de découragement ni de fluctuation dans la volonté. Finalement, nous comprenons que l'échec n'existe pas; l'âme trouve une félicité égale, passive ou active, à tous les événements, car elle voit en eux des étapes ou des expressions de la Volonté divine. Ce changement de point de vue se produit de la même manière pour la bonne et la mauvaise fortune, l'agréable et le désagréable sous toutes leurs formes, *mangala amangala, priya apriya*.

Et il en est des personnes comme des événements : l'égalité amène un changement complet de point de vue et d'attitude. Le premier effet d'un mental égal et d'un esprit égal est de créer une charité et une tolérance intérieures grandissantes vis-à-vis de toutes les personnes, toutes les idées, les points de vue, les actions, parce que nous voyons que Dieu est en tous les êtres et que chacun

agit selon sa nature, son *swabhâva*, et sa formule présente. Quand l'Ânanda égal, positif, est là, cet état s'approfondit et se change en une compréhension intime, et finalement en un amour universel égal. Rien de tout cela ne s'oppose à la diversité des relations ni à la diversité d'expression de l'attitude intérieure selon les besoins de la vie telle que la détermine la volonté spirituelle, et rien n'empêche d'affirmer avec fermeté telle idée ou tel point de vue, telle action contre telle autre pour les besoins et les desseins de la vie et par la même détermination, ni de résister ou d'agir vigoureusement et de s'opposer intérieurement ou extérieurement aux forces qui cherchent à barrer le chemin du mouvement décrété. On peut même voir surgir cette ruée d'énergie de Rudra qui martèle avec force l'obstacle humain ou autre, ou l'écrase, parce que c'est nécessaire non seulement pour lui mais pour les desseins que le Divin poursuit dans le monde. Mais l'égalité dans son essence n'est pas altérée ni diminuée par ces expressions superficielles. L'esprit, l'âme fondamentale demeure identique à elle-même tandis que la Shakti de la connaissance, de la volonté, de l'action ou de l'amour fait son œuvre à travers les formes diverses qui lui sont nécessaires. Et finalement, tout devient la forme d'une lumineuse unité spirituelle avec tous les êtres, toutes les énergies, toutes les choses, au sein de l'être du Divin et de la force universelle unique, lumineuse, spirituelle. Et dans cette unité notre action fait inséparablement partie de l'action du tout, elle n'est pas séparée de lui et sent parfaitement que chaque relation est une relation avec le Divin en tout, dans les formes complexes de Son unité universelle. Cette plénitude ne peut guère être décrite dans le langage de la raison mentale qui divise, car elle se sert de tous les opposés, tout en leur échappant, et elle ne peut pas non plus s'exprimer dans les termes de notre psychologie mentale limitée. Elle appartient à un autre domaine de conscience, à un autre plan de notre être.

SRI AUROBINDO

The quiet mind one gets through meditation is indeed of short duration, for as soon as you come out from meditation you come out at the same time from the quietness of mind. The true lasting quietness in the vital and the physical as well as in the mind comes from a complete consecration to the Divine; for when you can no more call anything, not even yourself, yours, when everything, including your body, sensations, feelings and thoughts, belongs to the Divine, the Divine takes the entire responsibility of all and you have nothing more to worry about.

THE MOTHER

La tranquillité d'esprit que l'on obtient dans la méditation est, en vérité, de courte durée, car dès que l'on sort de la méditation, on sort en même temps de la tranquillité d'esprit. La tranquillité réelle et durable, dans le vital et le physique aussi bien que dans le mental, provient d'une complète consécration au Divin, car, lorsqu'on ne peut plus rien appeler sien, même pas soi-même, quand tout, y compris le corps, les sensations, les sentiments et les pensées, appartient au Divin, le Divin prend l'entière responsabilité de tout et l'on n'a plus à se tourmenter de rien.

LA MÈRE

Correspondence with Parichand

Born on 30 October 1904, Parichand Kothari joined the Ashram on 11 November 1934 at the age of thirty. During the first few years, he worked as a gatekeeper, librarian and English teacher. Then in 1938 he began working in the garden of the Ashram's main building. For the next fifty years he was head of that garden and head also of the Ashram Garden Service. He lived in the Ashram for fifty-six years, until his passing on 27 August 1991 at the age of eighty-six.

Parichand's correspondence with the Mother is arranged in two parts, "Sadhana and Life" and "Gardening Work"; it covers the period from 1936 to 1961.

Mother,

Sometimes the vegetables in the Dining Room have an unpleasant taste, but I am eating them in spite of it in order to break old formations and achieve an equality of taste. Is this what You wish me to do?

Certainly it is indispensable to break down the narrowness and limitations of taste — the vegetables that taste bad to you others find excellent.

c. 1936

*

Mother,

In Your prayer of 7 December 1912, there is the following sentence: "Thy Peace is in me, and in that Peace I see Thee alone present in everything, with the calm of Eternity." Does the phrase "the calm of Eternity" refer to "I" or "Thee"?

It is not so clear-cut as that. It is the atmosphere in which the experience takes place.

Correspondance avec Parichand

Né le 30 octobre 1904, Parichand Kothari a joint l'Ashram le 11 novembre 1934 à l'âge de trente ans. Pendant les premières années, il a travaillé en tant que gardien, bibliothécaire et professeur d'anglais. En 1938, il a commencé à travailler dans le jardin du bâtiment principal de l'Ashram. Pendant les cinquante années qui ont suivi, il était le responsable de ce jardin ainsi que de l'Ashram Garden Service. Il a vécu cinquante-six ans à l'Ashram jusqu'à son départ, le 27 août 1991. Il avait alors quatre-vingt-six ans.

La correspondance de Parichand avec la Mère est arrangée en deux parties : « La sâdhanâ et la vie » et « Le jardinage ». Elle couvre la période allant de 1936 à 1961.

Mère,

Quelquefois les légumes de la salle à manger n'ont pas bon goût ; malgré cela je les mange afin de briser les anciennes formations et d'obtenir une égalité du goût. Est-ce cela que Tu veux de moi ?

Certainement il est indispensable de rompre les étroitesse et les limitations du goût — les légumes qui te paraissent mauvais, sont trouvés excellents par d'autres.

Vers 1936

*

Mère,

Dans ta prière du 7 décembre 1912, il y a la phrase suivante : « Ta Paix est en moi et dans cette Paix je ne vois plus que Toi présent en toute chose, avec le calme de l'Éternité. » « Le calme de l'Éternité » se rapporte-t-il à « je » ou à « Toi » ?

Ce n'est pas si nettement tranché que cela. C'est l'atmosphère dans laquelle se produit l'expérience.

In Your prayer of 5 December 1912, there is the line “Thou, nothing but Thou, without any analysis or any objectivising”. What is the exact meaning of the word “objectivising”?

To consider nothing as being outside the Divine and oneself.

1936

*

Mother,

We are having some difficulty in understanding the true meaning of the following sentence in Your prayer of 17 May 1914: “The first, as though the power of the prayer would not be complete unless it were traced on paper.” One makes one’s prayer with the help of words, but is a written prayer more powerful than a spoken one? Please clarify the meaning of this sentence.

One should never read this book as if it were giving general rules. Each experience recorded there is a particular case. Moreover, the very form of the sentence implies that it is a particular case, even an exceptional one. These are subtleties of form that no one with a good knowledge of French could mistake.

From the *occult* point of view:

1. Something formulated in words is more powerful than something only vaguely thought.
2. Something spoken aloud is more powerful than something formulated in words.
3. And lastly, something written is more powerful than something only spoken aloud. But this concerns an occult action exclusively.

c. 1937

*

Dans ta prière du 5 décembre 1912, se trouve le passage suivant : « Toi, rien que Toi, sans analyse ni objectivation. » Quel est le sens précis du terme « objectivation » ?

Sans rien considérer comme en dehors du Divin et de soi-même.

1936

*

Mère,

Nous avons du mal à comprendre le sens véritable de la phrase suivante de ta prière du 17 mai 1914 : « ...comme si la puissance de la prière ne serait complète que si elle était tracée sur le papier. » On fait sa prière à l'aide de mots, mais une prière écrite est-elle plus puissante qu'une prière verbale ? Je te prie, éclaire le sens de cette phrase.

Il ne faut jamais lire ce livre comme donnant des règles générales. Chaque expérience notée était un cas particulier. D'ailleurs la forme de la phrase elle-même implique que c'est un cas particulier et même un cas exceptionnel. Ce sont des nuances de forme auxquelles quelqu'un qui saurait bien le français ne pourrait se tromper.

Au point de vue de *l'occultisme* :

1. une chose formulée en mots est plus forte qu'une chose seulement vaguement pensée.

2. une chose prononcée à haute voix est plus forte qu'une chose formulée en mots.

3. et, enfin, une chose écrite est plus forte qu'une chose seulement prononcée à haute voix. Mais ceci ne concerne qu'une action occulte, exclusivement.

vers 1937

*

Mère,

Une demi-heure, de 10h à 10h30 du matin, me semble insuffisante pour mon travail sur les « Visions ». Je peux travailler jusqu'à 11h si Tu m'y autorises. Mais alors je ne pourrai me joindre à la méditation le matin parce que je serai de service à la porte.

Mother,

Half an hour, from 10.00 to 10.30, does not seem to be enough time for my work on the “Visions”. I can work until 11.00 if You permit it. But then I will not be able to join the meditation because I will be on gate duty.

I don't think it would be good to give up the meditation, which is an opportunity to immerse oneself again in the true consciousness.

c. 1938

*

Meditation is a time of recollection during which one should renew one's offering, one's dedication, one's surrender to the Divine. It is important for the poise of the day not to miss it.

c. 1938

*

Mother,

This evening during meditation I felt a sense of suffocation and dizziness on two occasions and I thought that I was going to faint. This sensation interrupted my meditation twice. I noticed that my trust in You was wavering; otherwise nothing could interrupt my meditation. I have felt a similar sensation in the past, especially in the midst of a large crowd or in a room too full of people.

Perhaps this dizziness comes precisely because the room is too full of people. Wouldn't it be better for you to sit outside in the open air?

c. 1938

*

Je ne pense pas qu'il soit bon de renoncer à la méditation qui est l'occasion de se replonger dans la vraie conscience.

vers 1938

*

La méditation est un temps de recueillement pendant lequel on doit renouveler son offrande, sa consécration, sa soumission au Divin. Il est important, pour l'équilibre de la journée, de ne pas manquer cela.

Vers 1938

*

Mère,

Ce soir pendant la méditation j'ai éprouvé à deux reprises une sensation suffocante, des vertiges et je sentais que j'allais m'évanouir. Cette sensation a interrompu ma méditation par deux fois. J'ai remarqué que ma confiance en Toi vacillait; autrement rien ne peut interrompre la méditation. J'ai éprouvé une sensation semblable quelquefois dans le passé, en particulier au milieu d'une grande foule ou dans une pièce trop pleine de monde.

Peut-être que ces vertiges viennent justement parce que la chambre est trop pleine de monde. Ne vaudrait-il pas mieux que tu t'asseyes dehors, en plein air ?

Vers 1938

*

Mère,

Lorsque la nature extérieure devient trop agitée et que la paix et la concentration spontanée font défaut, le moindre effort de concentration de ma part se transforme en une sorte de tapasyâ. Différentes suggestions tentent de me distraire de cet effort, disant que cette attitude de tapasyâ n'est pas aussi efficace que celle d'un état sans effort. Mais il me semble que cet effort, cette tapasyâ sont nécessaires, tant

Mother,

When the outer nature becomes too restless and the spontaneous peace and concentration are lacking, any effort on my part to concentrate turns into a kind of tapasya. Various suggestions are coming to divert me from this effort, saying that this attitude of tapasya is not as effective as an effortless state. But it seems to me that this effort, this tapasya is necessary so long as the outer nature is not purified. Please give me some direction.

Both are necessary and each comes in its own time.

c. 1938

*

Mother,

Something in me says that You should not be disturbed by my asking questions about unimportant things. Is this suggestion true?

It cannot be said that it is either false or true, for each case is different. A general mental rule cannot be true. It is only through the inner contact that one can be guided with a certain sureness. In any case, it is better to ask too many questions rather than too few.

c. 1938

*

Mother,

Questions in plenty have been cropping up about work and my inner attitude, some clearly and others vaguely. One part of me says, "Catch these questions as best you can, even the smallest ripples, and put them before the Mother." But another part suggests, "That the Mother won't like because She has very little time to spare. Wait until things become clearer from within." But in following this latter suggestion, I have sometimes committed blunders which would not have been done if I had referred to You.

What attitude on my part will smoothen Your purifying work?

que la nature extérieure n'est pas purifiée. Je T'en prie, indique-moi la direction.

Les deux sont nécessaires et viennent chacun en leur temps.

Vers 1938

*

Mère,

Quelque chose en moi dit qu'il ne faut pas Te déranger en posant des questions à propos de choses sans grande importance. Cette suggestion est-elle vraie ?

On ne peut pas dire qu'elle soit fausse ni qu'elle soit vraie. Car chaque cas est différent. Une règle mentale générale ne peut pas être vraie. C'est seulement par le contact intérieur que l'on peut être guidé avec une certaine certitude. En tout cas, il vaut mieux demander trop souvent que pas assez.

Vers 1938

*

Mère,

Un grand nombre de questions ont surgi au sujet du travail et de mon attitude intérieure, les unes avec clarté, les autres vaguement. Une partie de moi dit : « Saisis ces questions aussi bien que possible, même les plus petits remous, et soumets-les à Mère. » Mais une autre partie de moi suggère : « Cela ne plaira pas à Mère car elle a très peu de temps à Elle. Attends que les choses se clarifient au-dedans. » Mais en obéissant à cette dernière suggestion, il m'est arrivé de commettre des erreurs qui ne se seraient pas produites si je m'en étais rapporté à Toi.

Quelle attitude dois-je prendre pour faciliter Ton travail purificateur ?

Une attitude générale de calme ouverture à la Lumière et à la Force est plus importante que d'entrer dans les détails. Souviens-toi toujours de la volonté de

A general attitude of *quiet* opening to the Light and the Force is more important than to go into details. Always remember the will to surrender, the precision in details will surely come afterwards.

My love and blessings

c. 1938

*

Mother,

You once told me that the impulses or suggestions which strike the mind first when one sets about doing something were the right and true ones. But so often the perverse forces of the mind and vital lie in wait and bring about a great confusion. As my discernment is not yet clear and sure, I feel I should refer these first intuitions to You physically, in writing, in order to do away with any chance of distorting the movement.

But will this not involve going into details, which You told me is not so important at present as a general attitude of quiet opening? How then can this going into details be avoided?

It is the inner attitude of surrender and consecration which is the most important and must be kept all through day and night, if possible.

The physical referring to me by writing must come only occasionally as a control of what has been received in the inner silence. That is to say, if you have asked a question and received an inner answer and you are not quite sure of the exactitude of your perception, you can write to know from me the truth about it.

My love and blessings

1940

*

Mother,

While at work, unpleasant vibrations keep my mind and heart unsettled and perverse movements blind my vision. Sometimes I feel that I am pushed not by impulses coming from You but from undivine

soumission, la précision des détails viendra sûrement après.
Amour et bénédictions.

Vers 1938

*

Mère,

Un jour Tu m'as dit que les impulsions et les suggestions qui frappent le mental en premier au moment d'entreprendre quelque chose sont celles qui sont justes et vraies. Mais bien souvent les forces perverses du mental et du vital sont à l'affût et amènent une grande confusion. Comme je ne sais pas encore discerner avec clarté et certitude, je sens qu'il faudrait Te rapporter ces intuitions physiquement, par écrit, afin d'éviter toute possibilité de distorsion du mouvement.

Mais cela n'impliquerait-il pas d'entrer dans les détails, ce qui selon ce que Tu m'as dit est pour le moment moins important qu'une attitude générale de calme ouverture? Comment puis-je alors éviter d'entrer dans les détails?

C'est l'attitude intérieure de soumission et de consécration qui est la plus importante, et qu'il faut si possible garder jour et nuit.

C'est à l'occasion seulement qu'il faut s'en rapporter à moi physiquement, par écrit, pour contrôler ce qui a été reçu dans le silence intérieur. C'est-à-dire, si tu m'as posé une question et que tu as reçu une réponse intérieure sans être tout à fait sûr de l'exactitude de ta perception, tu peux m'écrire pour me demander si cette perception était exacte.

Amour et bénédictions.

1940

*

Mère,

Pendant que je travaille, des vibrations désagréables viennent déranger mon travail et mon cœur, et des mouvements pervers voilent ma vision. Je sens parfois que je suis poussé par des impulsions qui ne viennent pas de Toi mais de sources non divines, et je ne peux pour-

sources, and yet I cannot clearly discern the right from the wrong. Mother, because of the dark forces still reigning over my nature it will take time to turn it into Your instrument.

It is in the *quietness* of the mind that the discrimination between the forces can come. Keep your mind silent and most of the problems will be solved.

My love and blessings

1940

*

Mother,

There is a growing tendency in me towards lessening rather than increasing work — doing less work but in a better and more careful way. Mother, is my attitude right or is some wrong idea activating me?

Yes, it is all right, better do well than do much.

My love and blessings

1940

*

Mother,

The constant push to activity after activity has now given place to a tendency to inaction. Exhaustion follows after a little work and the body sinks down forcefully. No zeal, no conquering will. How can I shake it off for good?

Most probably it is only a period and it may leave you soon. But do not worry about it and remain quiet. It is the best way to quicken its departure.

My love and blessings

1940

*

tant discerner le vrai du faux. Mère, en raison des forces obscures qui règnent encore sur ma nature, cela prendra du temps pour en faire Ton instrument.

C'est dans la *tranquillité* du mental que peut se faire la discrimination des forces. Que ton mental reste silencieux, et la plupart de tes problèmes seront résolus.
Amour et bénédictions.

1940

*

Mère,

J'ai de plus en plus tendance à diminuer le travail plutôt qu'à l'augmenter — travailler moins mais mieux et plus attentivement. Mère, mon attitude est-elle juste ou suis-je motivé par quelque idée fausse?

Oui, c'est bien, mieux vaut faire bien que trop.
Amour et bénédictions.

1940

*

Mère,

Le besoin de passer constamment d'une activité à l'autre a maintenant été remplacé par une tendance à l'inaction. Après le plus petit travail je suis épuisé et le corps sombre complètement. Aucun zèle, aucune volonté conquérante. Comment rejeter cela définitivement?

Ce n'est très probablement que momentané et cela passera sans doute bientôt. Mais ne t'en inquiète pas et reste tranquille. C'est la meilleure façon de hâter son départ.

Amour et bénédictions.

1940

*

Mother,

The day before yesterday I took tea and other preparations at X's and just after tea I drank a glass of water. That night I could not sleep until 1.00 a.m. The next day and today I suffered from a dry cold, uneasiness, heaviness, feverishness and a slight headache. Are these not due to my accepting tea without Your permission?

No, not for that — most likely it is due to the cold water on the hot tea.

My love and blessings

1940

*

Mother divine,

Although my mind says that even if the Mother gives no reply to my letters I should not despond in the least, still my vital shrinks and sinks a little. It craves for some stimulant and tries to cloud the mind. Today I have felt a sort of dryness and laxity.

I pray, O Mother, let me know inwardly or outwardly where I stand and let me fulfil Your intention. I want to be Yours, my Mother, take me up.

You must not worry — depression and anxiety are the result of a hostile influence; they must be rejected at once. It is not by a mental brooding on one's own mistake or [sentence incomplete]

c. 1940

*

Mother,

Some parts of my nature are in turmoil. Is it due to some wrong attitude or to subconscious upsurgings? By Your grace my inner poise is intact, but my outer nature is still subject to heaviness, weakness and unrest. I aspire to know how to get over them.

Mère,

Avant-hier, j'ai pris le thé et divers mets chez X., et juste après le thé j'ai bu un verre d'eau froide. Pendant la nuit, je n'ai pu dormir jusqu'à 1 heure du matin. Le lendemain et aujourd'hui, j'ai eu un début de rhume, je me suis senti mal à l'aise, lourd, févreux et j'avais un léger mal de tête. Cela est-il dû au fait que j'ai accepté de prendre le thé sans Ta permission ?

Non, ce n'est pas pour cela — il est plus probable que c'est dû à l'eau froide sur le thé chaud.

Amour et bénédictions.

1940

*

Mère divine,

Bien que mon mental me dise que même si la Mère ne répond pas à mes lettres, je ne dois pas m'en affliger le moins du monde, mon vital se rebiffe et s'assombrit légèrement. Il veut à tout prix un stimulant et tâche de voiler le mental. Aujourd'hui, j'ai ressenti une sorte de sécheresse et de relâchement.

Je T'en prie, ô Mère, fais-moi savoir où j'en suis intérieurement et extérieurement, et permets que je puisse réaliser Tes intentions. Je veux être à Toi, Mère, prends-moi en charge.

Il ne faut pas te tourmenter — la dépression et l'anxiété proviennent d'une influence hostile ; il faut les rejeter immédiatement. Ce n'est pas en laissant le mental s'appesantir sur ses propres fautes ou [*phrase incomplète*].

vers 1940

*

Mère,

Certaines parties de ma nature sont en plein remous. Est-ce dû à une fausse attitude de ma part ou à des remontées du subconscient ? Par Ta grâce, mon équilibre intérieur est intact, mais la nature extérieure est encore sujette à la lourdeur, à la faiblesse, à l'agitation. J'aspire à savoir comment les surmonter.

Ignore them and turn your attention elsewhere.

24 December 1945

*

Mother divine,

In spite of enough physical movement, my constipation persists and there is a consequent lethargy in the body. Since my inner consciousness is still subjected to the body, there is often a depression in the vital and mental parts. If a purgative such as Milk of Magnesia is taken, this disturbance may be avoided. But that will mean dependence on an external aid. Moreover, I doubt whether You approve of taking purgatives.

Mother, I humbly and earnestly pray for Thy guidance and uplifting Grace so that I may be able to shake off these morbidities and become a strong, glad and illumined servitor of Thee.

Take the Milk of Magnesia at once and also the resolution to be (and not to become) “a strong, glad and illumined servitor”; there is no need of waiting any longer for that.

My love and blessings

9 September 1946

*

Mother,

The past failings and falterings of my nature, its insincerities and faithlessnesses, occasionally cut me to the quick. Should I pay any attention to them?

It is better not to brood over these things. A simple detachment is the first step towards liberation.

My love and blessings

c. 1946

*

Ignore-les et occupe-toi d'autre chose.

24 décembre 1945

*

Mère divine,

Bien que je fasse suffisamment d'exercice physique, ma constipation persiste, ce qui rend mon corps léthargique. Comme ma conscience intérieure est encore soumise au corps, les parties mentales et vitales sont souvent déprimées. Si je prenais un laxatif, du lait de magnésie par exemple, ce désagrément pourrait être évité. Mais je dépendrais alors d'une aide extérieure. En outre, je doute que Tu approuves les laxatifs.

Mère, je prie humblement, ardemment, pour que Tu me guides et que Ta grâce me soulève, afin que je puisse rejeter ces morbidités et devenir Ton serviteur solide, joyeux et illuminé.

Prends tout de suite du lait de magnésie, ainsi que la résolution d'être (et non de devenir) un « serviteur solide, joyeux et illuminé » ; nul besoin d'attendre plus longtemps pour cela.

Amour et bénédictions.

9 septembre 1946

*

Mère,

Les erreurs et les défaillances passées de ma nature, ses insincérités et son manque de foi, me blessent parfois à vif. Dois-je y faire attention ?

Mieux vaut ne pas s'appesantir sur ces choses-là. S'en détacher tout simplement, c'est le premier pas vers la libération.

Amour et bénédictions.

Vers 1946

*

Mother divine,

Month after month, year after year pass away, yet no decisive opening is made in my being, no definite change in my consciousness. Sometimes my heart shudders at the thought that there is something wrong in my attitude, that there are certain perverse habits in my nature which oppose a sweet, devotional, childlike psychic relation with You.

Today I feel a strong urge to approach Thee, O Mother, for enlightening me on the real nature of the opposition and showing me a rapid way out of this tangle.

The smallest change in the nature, especially in the physical, *needs a very long time* to be realised — so the first condition is to be *very patient*.

My love and blessings

9 April 1947

*

My sweet Mother,

Should I also get my hair cut for marching in the Playground? If so, should I simply get it bobbed or clipped closer?

Bobbed is all right.

31 January 1949

*

Mother,

Dr. X proposes that on the day of Y's operation (Friday) and one or two days after, Z and I should arrange to remain by turns in the hospital both in the daytime and at night. He says You have permitted it. Should we act accordingly?

Y is very frightened by the perspective of the operation. Consequently I advised him not to get operated.

c. 1949

*

Mère divine,

Les mois passent, les années passent, et aucune ouverture décisive ne se produit dans mon être, aucun changement définitif dans ma conscience. Mon cœur tremble parfois à l'idée qu'il y a quelque chose de faux dans mon attitude, qu'il y a dans ma nature certaines habitudes perverses qui s'opposent à ce que j'aie avec Toi une relation qui soit douce, pleine de dévotion, de confiance enfantine, une relation psychique.

Aujourd'hui, je ressens le besoin urgent de venir à Toi, ô Mère, pour que Tu m'éclaires sur la vraie nature de cette opposition, et que Tu me montres un moyen rapide de me sortir de cette impasse.

Le moindre changement de la nature, surtout de la nature physique, *prend très longtemps* à se réaliser — et la première condition est donc d'être *très patient*.

Amour et bénédictions.

9 avril 1947

*

Douce Mère,

Dois-je aussi me faire couper les cheveux pour le défilé au Terrain de Jeux? Si oui, suffit-il qu'ils soient coupés droit à la nuque, ou taillés encore plus courts?

Coupés à la nuque, c'est bien.

31 janvier 1949

*

Mère,

Le Dr X. suggère que le jour de l'opération de Y. (vendredi), et pendant un jour ou deux après, Z. et moi nous nous arrangeons pour rester tour à tour à l'hôpital, aussi bien le jour que la nuit. Il dit que Tu as donné Ton autorisation. Devons-nous agir en conséquence?

Mother,

These days I meet with a difficulty. Special food preparations are widely prevalent and occasionally I am requested to partake of them. Sometimes I refuse, sometimes I find it hard to do so. But whenever I accept I feel a prick of conscience. What should be my attitude?

It depends mostly on the people who invite you. I cannot give a general answer.

My blessings

18 March 1950

*

Mother,

X and I were surprised to hear that Y wrote to You for work due to our pressure. I proposed his name to You because I was impressed by his words; I thought he had no objection to taking up the work. Now I hear that You are displeased with our moves. I am not quite conscious of my faults, but it seems I was wrong in my judgment. I pray to You for pardon for any wrong done unconsciously.

I have *never* shown or expressed the *slightest displeasure* for your moves. Beware of what people may say or express in *my name* because usually it is *disfigured*.

In any case do not worry. Everything will be all right.

With my love and blessings

25 May 1961

THE MOTHER

La perspective de cette opération fait très peur à Y. Je lui ai donc conseillé de ne pas se faire opérer.

Vers 1949

*

Mère,

Ces jours-ci, je me trouve devant une difficulté. On prépare un peu partout toutes sortes de mets spéciaux, et il arrive que je sois invité à les partager. Parfois je refuse, parfois cela m'est difficile. Mais chaque fois que j'accepte, je sens un remords dans ma conscience. Quelle devrait être mon attitude ?

Cela dépend surtout des gens qui t'invitent. Je ne puis donner une réponse générale.

Bénédiction.

18 mars 1950

*

Mère,

X. et moi avons été surpris d'entendre dire que c'est parce que nous avons fait pression sur lui que Y. t'a écrit au sujet du travail. Si je t'ai proposé son nom, c'est parce que j'ai été impressionné par ses paroles; je pensais qu'il n'avait aucune objection à entreprendre ce travail. J'apprends maintenant que Tu es mécontente de nos initiatives. Je ne suis pas tout à fait conscient de mes erreurs, mais il semble que mon jugement ait été faux. Je Te prie de me pardonner pour ce que j'ai pu faire de mal inconsciemment.

Je n'ai jamais montré ou exprimé le moindre mécontentement à la suite de vos initiatives. Fais attention à ce que les gens peuvent dire ou exprimer en mon nom, car en général c'est défiguré.

De toute façon, ne te tourmente pas. Tout ira très bien.

Amour et bénédiction.

25 mai 1961

LA MÈRE

The Principle of the Integral Yoga

IN the method of synthesis which we have been following [in *The Synthesis of Yoga*], another clue of principle has been pursued which is derived from another view of the possibilities of Yoga. This starts from the method of Vedanta to arrive at the aim of the Tantra. In the tantric method Shakti is all-important, becomes the key to the finding of spirit; in this synthesis spirit, soul is all-important, becomes the secret of the taking up of Shakti. The tantric method starts from the bottom and grades the ladder of ascent upwards to the summit; therefore its initial stress is upon the action of the awakened Shakti in the nervous system of the body and its centres; the opening of the six lotuses is the opening up of the ranges of the power of Spirit. Our synthesis takes man as a spirit in mind much more than a spirit in body and assumes in him the capacity to begin on that level, to spiritualise his being by the power of the soul in mind opening itself directly to a higher spiritual force and being and to perfect by that higher force so possessed and brought into action the whole of his nature. For that reason our initial stress has fallen upon the utilisation of the powers of soul in mind and the turning of the triple key of knowledge, works and love in the locks of the spirit; the Hathayogic methods can be dispensed with, — though there is no objection to their partial use, — the Rajayogic will only enter in as an informal element. To arrive by the shortest way at the largest development of spiritual power and being and divinise by it a liberated nature in the whole range of human living is our inspiring motive.

The principle in view is a self-surrender, a giving up of the human being into the being, consciousness, power, delight of the Divine, a union or communion at all the points of meeting in the soul of man, the mental being, by which the Divine himself, directly and without veil master and possessor of the instrument, shall by the light of his presence and guidance perfect the human being in all the forces of the Nature for a divine living.

SRI AUROBINDO

Le principe du yoga intégral

DANS la méthode de synthèse que nous avons adoptée, un autre principe-clef se dégage, qui dérive d'une autre vision des possibilités du yoga. Nous partons de la méthode du Védânta pour arriver au but du Tantra. Dans la méthode tantrique, la Shakti joue le premier rôle : elle devient la clef de la découverte de l'esprit ; dans notre synthèse, l'esprit, l'âme, joue le premier rôle : il devient le secret de la possession de la Shakti. La méthode tantrique part d'en bas et gravit les échelons de l'ascension de bas en haut, jusqu'au sommet ; ainsi, son insistance initiale porte sur l'éveil de la Shakti, sur son action dans le système nerveux du corps et dans ses centres ; l'ouverture des six « lotus » donne accès aux divers niveaux du pouvoir de l'Esprit. Notre synthèse prend l'homme en tant qu'esprit dans un mental, beaucoup plus qu'en tant qu'esprit dans un corps, et elle suppose qu'il a la capacité de commencer dès ce niveau à spiritualiser son être par le pouvoir de l'âme dans le mental, et d'ouvrir directement celui-ci à une force et à une existence spirituelles supérieures, puis de perfectionner sa nature entière par cette force supérieure ainsi possédée et mise en mouvement. C'est pourquoi notre insistance initiale porte sur l'utilisation des pouvoirs de l'âme dans le mental afin de tourner la triple clef de la connaissance, des œuvres et de l'amour, dans la serrure de l'esprit. On peut se dispenser des méthodes hatha-yogiques (bien que leur usage succinct ne soit nullement désapprouvé), et les méthodes rāja-yogiques n'interviendront que comme un élément facultatif. Arriver par le chemin le plus court au développement le plus large du pouvoir et de l'être spirituels, et, par lui, diviniser la nature libérée à tous les niveaux de l'existence humaine, tel est le mobile qui nous inspire.

Le principe que nous suivons est le don de soi, l'abandon de tout l'être humain à l'être du Divin, à sa conscience, son pouvoir, sa félicité ; une union ou une communion en tous les points de rencontre de l'âme de l'homme, être mental, afin que le Divin lui-même, directement et sans voile, maître et possesseur de son instrument, puisse, par la lumière de sa présence et de sa direction, perfectionner toutes les forces de la Nature dans l'être humain pour le préparer à une vie divine.

SRI AUROBINDO

La Divinité intérieure

TOUT ce qui en nous n'est pas entièrement consacré au Dieu intérieur est, par fragments, la propriété de tout l'ensemble des choses ambiantes qui agissent sur ce que nous appelons abusivement « nous », soit par l'intermédiaire de nos sens, soit directement sur notre mentalité par suggestion.

L'unique moyen de devenir un être conscient, soi-même, est de s'unir au Soi divin qui est en tous. Pour cela, il faut, à l'aide de la concentration, s'isoler des influences extérieures.

Quand on est un avec la Divinité intérieure, on est un avec tous dans leur profondeur, et c'est à travers elle, par elle, qu'on doit entrer en rapport avec eux. Alors, sans attirance ni répulsion, on est proche de ce qui est proche d'elle et loin de ce qui est loin.

Parmi les autres, on doit être toujours un exemple divin, l'occasion qui leur est offerte de comprendre et d'entrer sur le chemin de la vie divine. Rien de plus. C'est-à-dire qu'on ne doit même pas avoir le désir de les faire progresser. Ce serait déjà de l'arbitraire.

Jusqu'à ce qu'on soit définitivement un avec le Dieu intérieur, le mieux, dans ses rapports avec l'extérieur, est d'agir conformément aux conseils donnés unanimement par ceux qui ont fait par eux-mêmes l'expérience de cette unité.

Dans un état de bienveillance constante, avoir pour règle, en n'étant troublé par rien, de n'être la cause d'aucun trouble chez les autres, de ne leur infliger aucune souffrance dans la mesure du possible.

8 juin 1912

LA MÈRE

The Divinity Within

ALL in us that is not wholly consecrated to the Divinity within is in the possession, by fragments, of the whole entirety of things that encompass us and act upon what we improperly call “ourselves”, whether through the intermediary of our senses or directly on the mind by suggestion.

The only way to become a conscious being, to be oneself, is to unite with the divine Self that is in all. For that, we must, by the aid of concentration, isolate ourselves from external influences.

When you are one with the Divinity within, you are one with all things in their depths. And it is through It and by It that you must enter into relation with them. You are then, but without attraction or repulsion, near to whatever is near to It and far from whatever is far.

Living among others you should always be a divine example, an occasion offered to them to understand and to enter on the path of the life divine. Nothing more: you should not even have the desire to make them progress; for that too would be something arbitrary.

Until you are definitively one with the Divinity within, the best way, in your relations with the outside, is to act according to the unanimous advice given by those who have themselves had the experience of this unity.

To be in a state of constant benevolence, with this as your rule, not to be troubled by anything and not to be the cause of trouble to others, not to inflict suffering upon them so far as possible.

8 June 1912

THE MOTHER

The Central Secret of the Sadhana

BY remaining psychically open to the Mother, all that is necessary for work or Sadhana develops progressively, that is one of the chief secrets, the central secret of the Sadhana.

*

It is by the constant remembrance that the being is prepared for the full opening. By the opening of the heart the Mother's presence begins to be felt and, by the opening to her Power above, the Force of the higher consciousness comes down into the body and works there to change the whole nature.

*

The constant presence of the Mother comes by practice; the Divine Grace is essential for success in the Sadhana, but it is the practice that prepares the descent of the Grace.

You have to learn to go inward, ceasing to live in external things only, quiet the mind and aspire to become aware of the Mother's workings in you.

*

You have only to aspire, to keep yourself open to the Mother, to reject all that is contrary to her will and to let her work in you — doing also all your work for her and in the faith that it is through her force that you can do it. If you remain open in this way, the knowledge and realisation will come to you in due course.

SRI AUROBINDO

Le secret central de la sâdhanâ

SI l'on demeure psychiquement ouvert à la Mère, tout ce qui est nécessaire au travail ou à la sâdhanâ se développe progressivement, c'est l'un des principaux secrets, le secret central de la sâdhanâ.

*

C'est par le souvenir constant que l'être est préparé à l'ouverture totale. Grâce à l'ouverture du cœur, on commence de percevoir la présence de la Mère, et, grâce à l'ouverture à son Pouvoir au-dessus, la Force de la conscience supérieure descend dans le corps et y travaille afin de changer la nature entière.

*

La présence constante de la Mère vient avec la pratique; la Grâce divine est essentielle au succès dans la sâdhanâ, mais c'est la pratique qui prépare la descente de la Grâce.

Il vous faut apprendre à rentrer au-dedans, en cessant de vivre uniquement dans les choses extérieures, à calmer le mental, et aspirer à prendre conscience du travail de la Mère en vous.

*

Vous n'avez qu'à aspirer, qu'à demeurer ouvert à la Mère, rejeter tout ce qui est contraire à sa volonté et la laisser travailler en vous — en faisant également tout votre travail pour elle et avec la foi que c'est par sa force que vous pouvez le faire. Si vous demeurez ouvert de cette façon, la connaissance et la réalisation vous viendront en temps voulu.

SRI AUROBINDO

Extrait d'un Entretien du 7 décembre 1955

Mère, on peut faire le don de soi seulement quand on arrive à un degré assez supérieur, mais quand on est en train de mener une vie plus ou moins inconsciente, le don de soi devient plus ou moins mental, n'est-ce pas, mais ce n'est pas efficace. Comment peut-on faire? Peut-on commencer dès le début par le don de soi?

Cela dépend des gens, mon petit.

Il y a des gens dont le mouvement psychique, l'impulsion émotive est plus forte que la compréhension intellectuelle. On sent une attraction irrésistible pour le Divin, sans savoir, sans avoir la moindre idée de ce que c'est, de ce que cela peut être, de ce que cela représente — rien, aucune notion intellectuelle mais une sorte d'impulsion, d'attraction, un besoin, un besoin inévitable.

Et ces gens-là qui ont ça, si, je peux dire par l'effet de la Grâce, ils ont un mental qui ne les tourmente pas, qui ne questionne pas, qui ne discute pas, ils vont très vite.

Et alors, ce qui est tout à fait miraculeux — selon la conception ordinaire —, c'est que dès qu'ils arrivent à ce degré de consécration qui les identifie, à travers leur être psychique, à la Présence divine, tout d'un coup ils deviennent doués de capacités d'expression qui étaient tout à fait inconnues à leur nature.

J'ai vu comme ça le cas en France, il y a fort longtemps, d'une jeune fille, très jeune, qui n'avait jamais eu d'éducation pour ainsi dire, d'instruction, elle était danseuse à l'Opéra, très bonne danseuse, et elle avait été mise là-bas pour l'étude à huit ans, comme on les met toujours, c'est-à-dire tout enfant; et elle avait appris à danser au lieu d'apprendre l'histoire, la géographie, les mathématiques, et le reste. Elle ne savait presque pas s'exprimer, et son intelligence était évidente mais inculte. Eh bien, elle a été attirée comme cela, et elle a senti un besoin impérieux de chercher le Divin, de se consacrer à Lui. Et elle a commencé d'abord à danser en Son honneur, comme le jongleur de Notre-Dame; et elle dansait vraiment d'une façon très remarquable. Et puis, tout d'un coup, elle a voulu exprimer ce qu'elle sentait: elle s'est mise à écrire des lettres qui étaient merveilleusement poétiques; elle disait des choses étonnantes, et d'une façon encore plus étonnante; des pages et des pages se suivaient, et elle écrivait ça avec une aisance extraordinaire.

Extract from a Talk of 7 December 1955

Mother, one can make an offering of oneself only when one reaches quite a high level, but when one is leading a more or less unconscious life, the self-giving becomes more or less mental, doesn't it? And it is not effective. What should one do? Can one begin from the very beginning by self-giving?

It depends on people, my child.

There are people in whom the psychic movement, the emotional impulse is stronger than intellectual understanding. They feel an irresistible attraction for the Divine without knowing, without having the slightest idea of what it is, of what it can be, what it represents — nothing, no intellectual notion — but a kind of impulse, attraction, a need, an inevitable need.

And these people who have that, if, I may say as a result of the Grace, they have a mind which does not trouble them, does not question, does not discuss, go very fast.

And then, what is quite miraculous according to ordinary ideas is that as soon as they reach that degree of consecration which identifies them through their psychic being with the Divine Presence, suddenly they become endowed with capacities of expression absolutely unknown to their nature.

I had a case like this in France, a long time ago, of a young, very young girl who had never had any education so to say, any instruction; she was an Opera dancer, a very good one, and had been put to study there at the age of eight, as they are always put, that is, as a child; and she had learnt to dance instead of learning history, geography, mathematics and the rest. She almost did not know how to express herself, and her intelligence, though evident, was untrained. Well, she was attracted like that and felt an imperious need to seek the Divine, to consecrate herself to Him. And she began to dance in His honour at first, like the juggler of Notre Dame; and she truly danced most remarkably. And then, suddenly, she wanted to express what she was feeling: she began writing letters which were wonderfully poetic; she said surprising things and in a still more surprising way; page followed page, and she wrote all with an extraordinary facility.

It happened that, due to certain circumstances, she had some difficulties,

Il s'est trouvé que, par suite de certaines circonstances, elle a eu des difficultés; il y avait quelque chose dans sa nature qui la retirait vers sa vieille nature qu'elle avait quittée — qui la rendait pratique et matérielle, qui lui faisait voir les choses extérieurement. Et immédiatement, elle ne pouvait plus mettre deux mots l'un après l'autre, elle ne pouvait pas écrire une ligne sans faire une quantité innombrable de fautes d'orthographe.

Quand elle était dans cet état d'inspiration, elle écrivait sans une faute, comme un grand écrivain; et dès qu'elle était sortie de cet état et qu'elle retombait dans sa conscience terre à terre — des besoins de la vie, des nécessités de chaque minute, etc. —, tout partait, elle ne pouvait même plus écrire une ligne sans faire de fautes et c'était d'une vulgarité totale.

Alors ça, n'est-ce pas, ça prouve que si l'on arrive à la conscience véritable, il n'y a plus de problème qui se pose. Ce que vous devez être, vous le devenez. Ce que vous devez savoir, vous le savez. Et ce que vous devez faire, vous avez le pouvoir de le faire. Et il s'ensuit naturellement que toutes ces prétendues difficultés disparaissent immédiatement. Dans le cas dont je parle, ce qui la tirait en bas, ce n'était pas quelque chose d'elle-même, c'était quelque chose d'un autre. Et malheureusement c'est ce qui arrive le plus souvent : on s'encombre dans la vie de certaines responsabilités et elles vous empêchent d'avancer.

Voilà mon histoire.

Il y a d'autres gens qui comprennent d'abord, qui sont très intellectuels, qui ont étudié, qui peuvent jouer avec les idées et les mots, qui vous feront des discours brillants sur toutes les philosophies, sur toutes les religions, toutes les conceptions humaines — et qui mettront peut-être des années à avancer d'un pas. Parce que tout ça se passe dans la tête.

Il se passe beaucoup de choses dans la tête. Je vous ai déjà dit cela plusieurs fois, la tête c'est comme une place publique. N'importe quoi peut y entrer, venir, passer, sortir, et mettre beaucoup de désordre. Et les gens qui ont l'habitude de jouer avec les idées, ce sont ceux qui sont les plus embarrassés pour aller plus loin. C'est un jeu qui est joli, qui est attractif, qui vous donne l'impression que l'on n'est pas tout à fait ordinaire, au niveau de la vie ordinaire — mais ça coupe les ailes.

Ce n'est pas la tête qui a des ailes, c'est le cœur. C'est ce... oui, ce besoin irrésistible. Rien d'autre ne compte. C'est tout. Seulement ça.

Et alors, après tout, on se moque bien des obstacles et des difficultés. Qu'est-ce que ça peut vous faire? Ça ne compte pas. On se moque bien du temps

there was something in her nature which pulled her back towards the old nature she had given up — which made her practical and materialistic, made her see things externally. And immediately she became incapable of putting two words together, she could not write a line without making numberless spelling mistakes.

When she was in the state of inspiration she wrote without a mistake, like a great writer; and as soon as she came out of that state and fell back into her down-to-earth consciousness — the needs of life, the necessities of each minute, etc. — everything disappeared, she could not even write a single line without making mistakes and it was totally unrefined stuff.

So you see, this proves that if one attains the true consciousness, there is no longer any problem to solve. What you have to be, you become. What you have to know, you know. And what you have to do, you have the power to do. And it naturally follows that all those so-called difficulties immediately vanish.

In the case I am speaking about, what pulled her down was not something in herself, it was in another person. And unfortunately that's what happens most often: one takes on in life the burden of certain responsibilities and they prevent him from advancing.

That's my story.

There are others who understand first, who are very intellectual, have studied, can play with words and ideas, who will give you brilliant lectures on all the philosophies, all the religions, all human conceptions and who, perhaps, will take years to advance one step. Because all that goes on in the head.

Many things go on in the head. I have told you this already several times, the head is like a public square. Anything at all can enter there, come, cross over, go out, and create a lot of disorder. And people who are in the habit of playing with ideas are the ones most hampered from going farther. It is a game that's pretty, attractive; it gives you the impression that you are not altogether ordinary, at the level of ordinary life, but it cuts the wings.

It's not the head which has wings: it's the heart. It's this. . . yes, this inevitable need. Nothing else counts. That's everything. Only that.

And so, after all, one doesn't care a rap for obstacles and difficulties. What can that do to you? . . . It doesn't count. One laughs at time also. What does it matter to you if it takes long? For a much longer time you will have the joy of aspiration, of consecration, of self-giving.

For this is the one true joy. And this joy fades away when there is something egoistic, and because there is a demand — which one calls a need — which is

aussi. Qu'est-ce que ça peut vous faire que ça prenne longtemps ? Pendant plus longtemps on aura la joie de l'aspiration, de la consécration, du don de soi.

Parce que c'est la seule joie vraie. Et quand elle s'efface, cette joie, c'est parce qu'il y a quelque chose d'égoïste, et parce qu'il y a une exigence — qu'on appelle un besoin — qui se sont mêlés à la consécration. Autrement la joie ne s'en va jamais.

C'est la première chose qu'on gagne; et c'est la dernière qu'on réalise. Et c'est le signe de la Victoire.

Tant que vous ne pouvez pas être dans une joie constante, calme, paisible, lumineuse, invariable, eh bien, c'est que vous avez encore à travailler pour vous purifier — et quelquefois à travailler beaucoup. Mais c'est ça le signe.

C'est avec le sens de la séparation que sont venues la douleur, la souffrance, la misère, l'ignorance, toutes les incapacités. C'est avec le don de soi absolu, l'oubli de soi dans une consécration totale, que la souffrance disparaît et qu'elle est remplacée par une joie que rien ne peut voiler.

Et c'est seulement quand cette joie sera établie ici dans ce monde qu'il pourra vraiment être transformé, et qu'il y aura une nouvelle vie, une nouvelle création, une nouvelle réalisation. La joie doit s'établir d'abord dans la conscience, et puis après, la transformation matérielle prendra place; mais pas avant.

LA MÈRE

mixed in the consecration. Otherwise the joy never disappears.

This is the first thing one obtains, and the last one realises. And it is the sign of Victory.

So long as you can't be in joy, a constant, calm, peaceful, luminous, invariable joy, well, it means that you have still to work to purify yourself, and sometimes work hard. But this is the sign.

It is with the sense of separation that pain, suffering, misery, ignorance, and all incapacities have come. It is with an absolute self-giving, self-forgetfulness in a total consecration that suffering disappears and is replaced by a joy which nothing can veil.

And only when this joy is established here in this world can it be truly transformed and there be a new life, a new creation, a new realisation. The joy must first be established in the consciousness and then later the material transformation will take place; but not before.

THE MOTHER

Physical Education and Transformation

OF all the domains of human consciousness, the physical is the one most completely governed by method, order, discipline, process. The lack of plasticity and receptivity in matter has to be replaced by a detailed organisation that is both precise and comprehensive. In this organisation, one must not forget the interdependence and interpenetration of all the domains of the being. However, even a mental or vital impulse, to express itself physically, must submit to an exact process. That is why all education of the body, if it is to be effective, must be rigorous and detailed, far-sighted and methodical. This will be translated into habits; the body is a being of habits. But these habits should be controlled and disciplined, while remaining flexible enough to adapt themselves to circumstances and to the needs of the growth and development of the being.

All education of the body should begin at birth and continue throughout life. It is never too soon to begin nor too late to continue.

THE MOTHER

*

Physical education has three principal aspects: (1) control and discipline of the functioning of the body, (2) an integral, methodical and harmonious development of all the parts and movements of the body and (3) correction of any defects and deformities.

It may be said that from the very first days, even the first hours of his life, the child should undergo the first part of this programme as far as food, sleep, evacuation, etc. are concerned. If the child, from the very beginning of his existence, learns good habits, it will save him a good deal of trouble and inconvenience for the rest of his life; and besides, those who have the responsibility of caring for him during his first years will find their task very much easier.

Naturally, this education, if it is to be rational, enlightened and effective, must be based upon a minimum knowledge of the human body, of its structure and its functioning. As the child develops, he must gradually be taught to observe the functioning of his internal organs so that he may control them more and more, and see that this functioning remains normal and harmonious. As for positions, postures and movements, bad habits are formed very early and

Éducation physique et transformation

DE tous les domaines de la conscience humaine, le physique est celui qui est le plus complètement régi par la méthode, l'ordre, la discipline, le procédé. Le manque de plasticité et de réceptivité de la matière doit y être remplacé par une organisation de détail, à la fois précise et compréhensive. Dans cette organisation, il ne faut pas oublier l'interdépendance et l'interpénétration de tous les domaines de l'être. Cependant, même une impulsion mentale ou vitale, pour s'exprimer physiquement, doit se soumettre à un procédé exact. C'est pourquoi toute éducation du corps, pour être efficace, doit être rigoureuse et détaillée, prévoyante et méthodique. Cela se traduira par des habitudes; le corps est un être d'habitudes. Mais celles-ci doivent être contrôlées et disciplinées, tout en restant suffisamment souples pour s'adapter aux circonstances et aux besoins de la croissance et du développement de l'être.

Toute éducation corporelle doit commencer à la naissance même et se prolonger toute la vie : il n'est jamais trop tôt pour commencer, jamais trop tard pour continuer.

LA MÈRE

*

L'éducation physique aura trois aspects principaux : (1) contrôle et discipline du fonctionnement du corps; (2) développement intégral méthodique et harmonieux de toutes les parties et de tous les mouvements du corps; (3) rectification des défauts et des déformations s'il y a lieu.

On peut dire que, dès les premiers jours, presque les premières heures de sa vie, l'enfant doit être soumis à la première partie de ce programme en ce qui concerne l'alimentation, le sommeil, l'évacuation, etc. Si dès le début de son existence, l'enfant prend de bonnes habitudes, cela lui évitera beaucoup d'ennuis et de désagréments pour tout le reste de sa vie. Et aussi ceux qui, durant ses premières années, auront la charge de veiller sur lui, trouveront leur tâche beaucoup plus facile.

Il est bien entendu que pour être rationnelle, éclairée et efficace, cette éducation doit être basée sur un minimum de connaissance du corps humain, de sa structure et de son fonctionnement. À mesure que l'enfant se développe,

very rapidly, and these may have disastrous consequences for his whole life. Those who take the question of physical education seriously and wish to give their children the best conditions for normal development will easily find the necessary indications and instructions. The subject is being more and more thoroughly studied, and many books have appeared and are still appearing which give all the information and guidance needed.

THE MOTHER

*

Wideness and calmness are the foundation of the Yogic consciousness and the best condition for inner growth and experience. If a wide calm can be established in the physical consciousness, occupying and filling the very body and all its cells, that can become the basis for its transformation; in fact, without this wideness and calmness the transformation is hardly possible.

SRI AUROBINDO

*

This [higher] destiny of the body has rarely in the past been envisaged or else not for the body here upon earth; such forms would rather be imagined or visioned as the privilege of celestial beings and not possible as the physical residence of a soul still bound to terrestrial nature. The Vaishnavas have spoken of a spiritualised conscious body, *cinmaya deha*; there has been the conception of a radiant or luminous body, which might be the Vedic *jyotirmaya deha*. A light has been seen by some radiating from the bodies of highly developed spiritual persons, even extending to the emission of an enveloping aura and there has been recorded an initial phenomenon of this kind in the life of so great a spiritual personality as Ramakrishna. But these things have been either conceptual only or rare and occasional and for the most part the body has not been regarded as possessed of spiritual possibility or capable of transformation.

SRI AUROBINDO

*

il faudra l'habituer petit à petit à percevoir le fonctionnement de ses organes internes, afin qu'il puisse progressivement les contrôler et veiller à ce que ce fonctionnement soit normal et harmonieux. Au point de vue des attitudes, des postures et des mouvements, les mauvaises habitudes se prennent très tôt et très vite, et elles peuvent avoir des conséquences funestes pour la vie tout entière. Ceux qui prennent au sérieux la question de l'éducation physique et veulent donner à leurs enfants les meilleures conditions pour se développer normalement, trouveront facilement les indications et instructions nécessaires. Le sujet est de plus en plus soigneusement étudié, et de nombreux ouvrages ont paru et continuent à paraître, donnant tous les renseignements voulus.

LA MÈRE

*

Le calme et l'ampleur sont le fondement de la conscience yogique et la meilleure condition de la croissance et de l'expérience intérieures. Si un vaste calme peut être établi dans la conscience physique, occupant et remplissant le corps lui-même et toutes ses cellules, ceci peut devenir la base de sa transformation ; en fait, sans cette ampleur et ce calme, la transformation n'est guère possible.

SRI AUROBINDO

*

Cette destinée [supérieure] du corps a rarement été envisagée dans le passé, du moins pas pour le corps sur terre ; de telles formes seraient plutôt imaginées ou vues comme dans une vision en tant que privilège des êtres célestes, mais non possibles en tant que résidence physique d'une âme encore liée à la nature terrestre. Les Vaishnavas ont parlé d'un corps conscient spiritualisé, *cinmaya deha* ; il y a eu la conception d'un corps rayonnant ou lumineux, qui pourrait être le *jyotirmaya deha* védique. Certains ont vu une lumière irradier du corps de personnes spirituelles hautement développées et se répandre même jusqu'à émettre une aura enveloppante ; un premier phénomène de ce genre a été enregistré dans la vie d'une personnalité spirituelle aussi grande que Râmakrishna. Mais ces choses ont été soit uniquement conceptuelles,

There can be no immortality of the body without supramentalisation; the potentiality is there in the Yogic force and Yogis can live for 200 or 300 years or more, but there can be no real principle of it without the Supramental.

Even Science believes that one day death may be conquered by physical means and its reasonings are perfectly sound. There is no reason why the Supramental Force should not do it. Forms on earth do not last (they do in other planes) because these forms are too rigid to grow expressing the progress of the spirit. If they become plastic enough to do that, there is no reason why they should not last.

SRI AUROBINDO

*

Death is there because the being in the body is not yet developed enough to go on growing in the same body without the need of change and the body itself is not sufficiently conscious. If the mind and vital and the body itself were more conscious and plastic, death would not be necessary.

As for immortality, it cannot come if there is attachment to the body, — for it is only by living in the immortal part of oneself which is unidentified with the body and bringing down its consciousness and force into the cells that it can come. I speak of course of Yogic means. The scientists now hold that it is (theoretically at least) possible to discover physical means by which death can be overcome, but that would mean only a prolongation of the present consciousness in the present body. Unless there is a change of consciousness and change of functioning, it would be a very small gain.

SRI AUROBINDO

soit rares et occasionnelles et, pour la plupart, le corps n'a pas été considéré comme possédant une possibilité spirituelle ou capable de transformation.

SRI AUROBINDO

*

Il ne peut y avoir d'immortalité du corps sans supramentalisation ; la potentialité est là, dans la force yogique, et les yogis peuvent vivre 200, 300 ans ou plus, mais le principe ne peut pas réellement exister sans la supramentalisation.

La Science elle-même croit qu'un jour la mort sera vaincue par des moyens physiques, et ses raisonnements sont tout à fait fondés. Il n'y a pas de raison que la Force supramentale ne le fasse pas. Sur terre, les formes ne durent pas (elles le font dans d'autres plans) parce qu'elles sont trop rigides pour exprimer par une évolution le progrès de l'Esprit. Si elles deviennent assez malléables pour le faire, il n'y a pas de raison qu'elles ne se perpétuent pas.

SRI AUROBINDO

*

La mort existe parce que l'être, dans le corps, n'est pas encore assez évolué pour continuer à se développer dans le même corps sans avoir besoin d'en changer, et le corps n'est pas lui-même assez conscient. Si le mental, le vital et le corps étaient plus conscients et plus malléables, la mort ne serait pas nécessaire.

On ne peut pas parvenir à l'immortalité si l'on est attaché au corps, car c'est seulement en vivant dans la partie immortelle de soi-même, qui ne s'identifie pas au corps, et en faisant descendre sa conscience et sa force dans les cellules, qu'elle peut venir. Je parle évidemment de moyens yogiques. Les hommes de science soutiennent maintenant qu'il est possible (au moins théoriquement) de découvrir des moyens physiques de vaincre la mort, mais cela reviendrait à prolonger la conscience actuelle dans le corps actuel. À moins que la conscience et les fonctions du corps ne soient transformées, le gain serait bien mince.

SRI AUROBINDO

Sri Aurobindo Answers

93

It is not at all true that I lost the thread of my sadhana at any time. I find in my letters that I had certain experiences every month. I remember quite well that even when there was dispersion or sex-movements, I had some experiences. And was there so much dispersion? It was scarcely for an hour that I talked to people on any given day, and that too not on superficial things. In the other dispersions, as when I told things about Purani to Jaswant or when I kept Romen near me, you could have asked me to stop doing it. What is the use then of writing all these letters if you cannot tell me to stop? As for the suggestions and attacks or what you call feelings against Mother, did I get them daily? At any rate, when you are determined to crush me and put me down as a rotten fellow in spite of all that I tried and did, I have nothing to say!

Your letters written from day to day gave me the impression that you were suffering very much because the sadhana was practically stopped and you were suffering all the time from being unable to stop either the sex feelings with crises of interchange with one or another or else imaginations and their result — also that you were too much dispersed outwardly to progress in sadhana. I regret it if the impression was a wrong one, but I do not see how I could have got any other. I saw no reason to stop your associating with Romen or Jaswant. I have no desire at all to crush you down in any way, only that you should get rid of your difficulties and progress in the sadhana.

5 August 1935

What is there in my room? As soon as I enter it, I find myself full of hostile thoughts against you and Mother and all the world. As soon as I go out, I find myself quite at ease. Of course, I wanted to see how far I could quarrel with you, but I did not enunciate my going away or demonstrate any further hostility. I don't know if it is a thickening of the atmosphere due to outside people. If this attitude is constant, I should find myself the same anywhere — why only in my room?

60

Sri Aurobindo répond

93

Il est tout à fait faux qu'à aucun moment j'ai perdu le fil de ma sâdhanâ. D'après mes lettres, j'avais d'indéniables expériences tous les mois. Je me souviens très bien que c'était le cas même lorsque je me dispersais ou que des impulsions sexuelles me troublaient. Et la dispersion était-elle si importante? Je ne parlais pas plus d'une heure par jour avec les autres et encore, pas sur des sujets superficiels. Quant aux autres occasions de me disperser quand, par exemple, je disais des choses sur Purani à Jaswant ou lorsque je gardais Romen auprès de moi, vous auriez pu me dire d'arrêter. À quoi bon alors écrire toutes ces lettres si vous ne pouvez pas me dire d'arrêter? En ce qui concerne les suggestions et les attaques ou ce que vous appelez des sentiments contre Mère, les ai-je ressentis tous les jours? De toute façon, je n'ai rien à dire puisque vous êtes résolu à m'écraser et à me considérer comme un type pourri en dépit de tout ce que j'ai fait et essayé!

Vos lettres au fil des jours m'ont donné l'impression que non seulement vous souffriez beaucoup parce que la sâdhanâ était pratiquement arrêtée mais aussi parce que vous étiez toujours incapable de mettre fin soit aux mouvements sexuels accompagnés de crises dans vos échanges avec l'un ou l'autre, soit aux fantasmes et à leurs résultats; et également parce que vous étiez trop tourné vers l'extérieur, ce qui vous empêchait de faire des progrès dans votre sâdhanâ. Je regrette si mon impression était fausse mais je ne vois pas comment j'aurais pu en avoir une autre. Je n'ai trouvé aucune raison pour que vous cessiez de fréquenter Romen ou Jaswant. Je n'ai pas le moindre désir de vous écraser de quelque façon que ce soit. Mon seul désir est que vous vous débarrassiez de vos difficultés et que vous avanciez dans votre sâdhanâ.

5 août 1935

Qu'y a-t-il dans ma chambre? Dès que j'y entre, je me sens rempli de pensées hostiles contre vous, Mère et le monde entier. Dès que j'en sors, je me sens bien. Je voulais voir, bien sûr, jusqu'où je pouvais m'empor-

You must have brought in a formation or created a vibration there which has taken hold of the atmosphere. It has now to be dissolved.

What kind of things come under dispersion? Does talking on sadhana or reading French come under it? Are these on the same level as talking about outside people or events, or reading newspapers, or having correspondence, or wandering about in the city, or wandering without any definite work even here? Or does it simply mean a want of concentration, in which case Jaswant's wandering about with Narbheram may not be called dispersion, as he can say that he is all the time concentrated on higher things? Or a person with a large correspondence would say he writes only about the Ashram and Yoga in order to draw people here, and he does not disperse himself. On the other hand, a man may keep aloof, retired, silent, and yet his mind and vital may be wandering — would not that be called dispersion?

Yes, certainly, dispersion is an inner fact. But certain outer things help the dispersion of the consciousness and if anybody like Jaswant says that he is not dispersed when he is wandering about with a companion like Narbheram, I would say he is either not telling the truth or he is deceiving himself. If one is always in the inner consciousness, then one can be not dispersed even when doing outward things — or if one is conscious of the Divine at all times and in all one does, then also can one read newspapers or do much correspondence without dispersion. But even then though there is not dispersion, yet there is less intensity of consciousness when reading a newspaper or writing a letter than when one is not putting part of oneself into quite external things. It is only when the consciousness is quite *siddha* that there is not even this difference. That does not mean one should not do external things at all, for then one gets no training in joining the two consciousnesses. But one must recognise that certain things do disperse the consciousness or lower it or externalise it more than others. Especially one should not deceive or pretend to oneself that one is not dispersed by them when one is. As for the people who want to draw others to the Yoga, I should say that if they draw themselves nearer to the inner goal that would be a much more fruitful activity. And in the end it would “draw” much more people and in a better way than the writing of many letters.

ter contre vous, mais je n'ai annoncé ni mon départ ni fait preuve d'une hostilité plus grande. Je ne sais pas si c'est la présence de gens de l'extérieur qui rend l'atmosphère plus lourde. Si cette attitude était constante, je devrais me sentir le même où que je sois. Alors pourquoi cela arrive-t-il seulement dans ma chambre?

Vous devez y avoir fait entrer une formation ou créer une vibration qui a pris possession de l'atmosphère. Il faut la faire disparaître tout de suite.

Qu'est-ce qui entre dans la catégorie des dispersions? Parler de la sâdhanâ et lire du français en font partie? Est-ce au même niveau que de parler de gens ou d'événements extérieurs, lire les journaux, entretenir une correspondance, flâner dans la ville, ou même errer ici sans travail particulier? Ou bien cela signifie-t-il simplement un manque de concentration, auquel cas les vagabondages de Jaswant avec Narbheram ne peuvent être qualifiés de dispersion, puisqu'il dit qu'il est tout le temps concentré sur des choses supérieures? Ou encore un sâdhak qui écrit beaucoup de lettres pourrait dire qu'elles ne concernent que l'Ashram et le Yoga, qu'elles servent à attirer des gens ici et que par conséquent, il ne se disperse pas. D'autre part, une personne peut garder ses distances, se retirer, rester silencieuse, et pourtant laisser vagabonder son mental et son vital : ne s'agirait-il pas de dispersion?

Oui, certes, la dispersion est un fait intérieur. Mais certains éléments extérieurs favorisent la dispersion de la conscience et si quelqu'un comme X. dit qu'il ne se disperse pas alors qu'il vagabonde avec un compagnon comme Y., je dirais ou bien qu'il ne dit pas la vérité, ou bien qu'il se ment à lui-même. Si l'on est toujours dans la conscience intérieure, on ne peut pas être dispersé, même dans des activités extérieures; ou si l'on est conscient du Divin à tout moment et dans tout ce que l'on fait, alors on peut aussi lire les journaux ou écrire quantité de lettres sans se disperser. Même dans ce cas, cependant, bien qu'il n'y ait pas de dispersion, l'intensité de la conscience est moindre que lorsqu'on ne projette pas une partie de soi-même dans des activités complètement extérieures. C'est seulement quand la conscience est devenue tout à fait *siddha* que cette différence n'existe même plus. Cela ne signifie pas que l'on ne doit rien faire d'extérieur, car alors on ne s'entraîne pas à joindre les deux consciences. Mais il faut bien

It is of course true that the nerves get upset by the habit of masturbation (frequently done daily or continued for a long time) apart from other untoward results. In Hathayoga and Rajayoga to carry on sex along with the Yoga is extremely dangerous. But it is not safe (physically) with any Yoga, unless the practice of Yoga is only nominal or unless the mind and nerves are made of iron. The spiritual unsafeness is of course always there.

When the nerves are so excitable the most important is not to touch or to be touched and at least to minimise any other occasions of excitement that usually trouble them. That is necessary in order to let them quiet down. The other thing is the imagination — for that I see no remedy except constant rejection and turning the mind to other things. Usually if persisted in, that treatment ends by getting the better of the imagination habit, though it may not be entirely successful at first.

6 August 1935

What peace and relief I feel after the Pranam and even some time before it! I wonder how one could do without it. When I see Harin going on a bike and moving about here and there for the whole day and not coming to Pranam and evening meditation, I wonder how he can do without these. And the peace and delight of feeling as if Mother is near and we are in her lap wherever we be — I do feel it today and I do not know what to say for not having been like this always. Will it be very long for me to become a true child of Mother?

It need not take long. As for Harin, his not coming to pranam is because the Mother does not think it good for him to come — at least as yet.

How difficult it is to escape the introduction with newcomers! Purani introduced me to Morarji, who belongs to Surat District and is of the same caste — I had heard of him as a Deputy Collector who joined the Satyagraha. I exchanged with him only a glance. And then I met from a distance the agile and restless Dr. Chandulal with whom I was in Sabarmati Jail — I had to smile and wave my hand as he did it to me. Of course, I immediately felt the dispersion I passed through.

reconnaître que certaines activités dispersent la conscience, l'abaissent ou l'extériorisent davantage que d'autres. En particulier, on ne doit pas se mentir à soi-même ni se leurrer en prétendant que l'on n'est pas dispersé par elles alors qu'on l'est. Quant aux gens qui veulent amener les autres au yoga, je dirais que s'ils s'approchaient eux-mêmes du but intérieur, ce serait une activité beaucoup plus fructueuse. Et cela finirait par « amener » beaucoup plus de gens, et d'une meilleure manière, que la rédaction d'une quantité de lettres.

Il est bien sûr vrai que les nerfs sont dérangés par l'habitude de la masturbation (pratiquée fréquemment tous les jours, ou continuellement pendant longtemps, outre à avoir d'autres conséquences fâcheuses). Sur les chemins du Hathayoga et du Râjayoga, il est extrêmement dangereux de poursuivre des activités sexuelles conjointement avec le Yoga. Mais c'est risqué (physiquement) dans tout Yoga, sauf si la pratique du Yoga ne l'est que de nom ou si l'on a un mental et des nerfs d'acier. Le danger spirituel est évidemment toujours présent.

Quand les nerfs sont si excitables, le plus important est de ne se laisser aller à aucun attouchement et à réduire tout au moins toute autre occasion d'excitation qui d'habitude les dérange. Ceci est nécessaire afin de leur donner le temps de se calmer. L'autre facteur concerne l'imagination et là, je ne vois pas d'autre remède que de la rejeter constamment et de détourner le mental vers d'autres choses. Habituellement, si l'on persiste, on finit par venir à bout de l'habitude de fantasmer, bien que cela ne réussisse pas complètement du premier coup.

6 août 1935

Quelle paix et quel soulagement je ressens après le Pranâm et même un peu avant! Je me demande comment on peut vivre sans. Lorsque je vois Harin aller et venir ici et là sur sa bicyclette pendant toute la journée, sans assister au Pranâm et à la méditation du soir, je me demande comment il peut s'en passer. Et la paix et la joie de sentir que Mère est proche et que nous sommes dans ses bras où que nous soyons — je le ressens très fort aujourd'hui, et je ne sais comment m'expliquer le fait de ne pas avoir toujours été dans cet état-là. Cela prendra-t-il longtemps pour que je devienne un vrai enfant de Mère?

It is natural — agile people always stir the air uselessly with their agility. But is it “restlessness” that brings him here or something else?

Suddenly after the evening meditation I felt a peculiar strength in the body, and I cried out in my mind to Chandulal that I will need more and more work as I have finished with reading now. Then I felt like singing and dancing. If a little descent can cause singing, jumping, etc., what would it be if the whole descent comes? That is again the want of a solid basis.

Yes, when things begin to descend, they must come down on a solid basis. That is why it is necessary to have peace as the first descent and that it should become as strong and solid as possible. But in any case to contain is the first necessity — then more and more can come and settle itself. Once these two things are settled — peace and strength, one can bear any amount of everything else, Ananda, Knowledge, or whatever it may be.

7 August 1935

There is a complete sense of contentment with what is going on and what is being done by Mother. I can't understand whether it is the same “I” that revolted the other day, was dissatisfied with everything, jealous of everything. In the ordinary life one would take it as a whim that comes up periodically, but here you say it is a different part that comes up and manifests its nature. The sense of contentment gives me also the sense of all-love, as if I am surrounded by the atmosphere of the Mother and I cannot but say, “Quel bonheur!”

It is the psychic being in you that has come forward — and when the psychic being comes forward all is happiness, the right attitude, the right vision of things. Of course in one sense it is the same I that puts forward different parts of itself. But when these different parts are all under the control of the psychic and turned by it towards the reception of the higher consciousness, then there begins the harmonisation of all the parts and their progressive recasting into moulds of the higher consciousness growing in peace, light, force, love, knowledge, Ananda which is what we call the transformation.

Pas nécessairement. Quant à Harin, il ne vient pas au Pranâm parce que Mère ne croit pas que ce soit bon pour lui de venir, en tout cas pas encore.

Comme il est difficile d'éviter à être présenté aux nouveaux venus! Purani m'a présenté à Morarji, qui vient du District de Surat et est de la même caste que moi. J'avais entendu parler de lui quand il était Deputy Collector et qu'il avait rejoint le Satyagraha. Je n'ai échangé qu'un regard avec lui. Ensuite j'ai aperçu de loin le Dr Chandulal, agile et agité, avec qui j'étais dans la prison de Sabarmati. Il m'a fallu lui sourire et le saluer de la main comme lui-même l'a fait. J'ai aussitôt ressenti de la dispersion.

C'est normal : les gens agiles brassent toujours de l'air inutilement avec leur agilité. Mais est-ce l'« agitation » qui l'amène ici ou quelque chose d'autre ?

Après la méditation du soir j'ai soudain ressenti une force particulière dans le corps, et j'ai appelé mentalement Chandulal pour lui dire que j'aurai besoin de plus en plus de travail puisque j'en ai terminé avec la lecture maintenant. Puis j'ai eu envie de chanter et de danser. Si une petite descente peut provoquer un tel désir de chanter, de sauter etc., que se passerait-il si la descente venait dans sa totalité? C'est à nouveau la base solide qui fait défaut.

Oui, quand les descentes commencent, elles doivent trouver une base solide. C'est pourquoi il est nécessaire que la paix descende la première et devienne aussi forte et aussi solide que possible. Mais, en tout cas, la première nécessité est d'être capable de contenir ce que l'on reçoit; ensuite les choses pourront venir et s'établir de plus en plus. La paix et la force une fois établies, on peut supporter une quantité de choses, l'Ânanda, la Connaissance, ou quoi que ce soit d'autre.

7 août 1935

J'éprouve un sentiment complet de contentement pour ce qui se passe en moi et pour ce que fait Mère. Je ne comprends pas si c'est le même « moi » qui se révoltait l'autre jour, qui était mécontent de tout, jaloux de tout. Dans la vie ordinaire, on prendrait cela pour de l'inconstance

After midday a drop in the consciousness. Especially the mind went on thinking aimlessly about the two leaders who have come. Everyone has begun to get interested in them — either their personalities have spread themselves or our external nature requires something new and interesting. Almost the same thing happened when Kalelkar came. I wonder what would happen if Gandhi were to come — people would almost forget the Mother and think only of Gandhi, though in the sense of him accepting the Mother. Perhaps it is so because we are glad that big people also recognise the thing that is here. But it does create a stir, a dispersion, which becomes almost an obstruction.

It is the difficulty of these occasions, so many people coming, with an invasion of another atmosphere and a tendency to disperse the consciousness.

8 August 1935

After midday, it was the day of the subconscious: incidents of the past came up, some so insignificant and clean forgotten that one wondered where they were hidden, in which furrows and crevices they had concealed themselves. But there was a difference — I was not passively carried away in the stream as I was more attentive to the work. That went away and there came up a retrospection of the last year during which I had contracted several friendships and had to break several of them till I am now all alone. In the evening I could not read my French as usual as I felt I must go on concentrating so as not to lose the way in trying to get Atalanta's apples, and to keep myself more and more in Mother's lap so that nothing may drag me away.

Very good.

It is always when the subconscious is being cleared that a host of forgotten things come up. They have simply to be looked at and dismissed.

The storm at night hardly allowed me to sleep the whole night, but in the morning I did not feel that I had not slept. When I came to the staircase for Pranam, I could not sit as usual but was kept standing by the sense of immobility and silence which came up and put me in a concentrated state. Afterwards I could sit as usual and with less of

qui se manifeste périodiquement, mais vous dites ici que c'est une partie différente de l'être qui apparaît et révèle sa nature. Ce sentiment de contentement me procure aussi le sens du tout-amour; c'est comme si l'atmosphère de Mère m'entourait et je ne peux que dire : « Quel bonheur! »

C'est le psychique en vous qui est venu en avant et quand cela se produit, tout n'est que bonheur, attitude juste, vue correcte des choses. Il est évident que dans un sens, c'est le même moi qui projette en avant différentes parties de lui-même. Mais lorsque ces différentes parties sont toutes sous le contrôle du psychique et orientées par lui afin de recevoir la conscience supérieure, alors commence l'harmonisation de toutes les parties et leur refonte progressive dans les moules de la conscience supérieure, et elles grandissent en paix, en lumière, en force, en amour, en connaissance, en Ânanda : voilà ce que nous appelons la transformation.

Après midi, chute de conscience : le mental surtout, s'est mis à penser sans but aux deux dirigeants qui sont venus. Tout le monde a commencé à s'intéresser à eux : soit leurs personnalités se sont imposées, soit c'est notre nature extérieure qui éprouve le besoin de quelque chose de nouveau et d'intéressant. Presque la même chose s'est produite lors de la venue de Kalelkar. Je me demande ce qui se passerait si Gandhi venait. Les gens en oublieraient presque Mère pour ne penser qu'à Gandhi, sans doute pour savoir s'il accepterait Mère. Il en va peut-être ainsi parce que nous sommes contents que des personnalités éminentes reconnaissent elles aussi ce qui se passe ici. Mais cela provoque une agitation, une dispersion qui devient presque un obstacle.

C'est la difficulté de ces événements où tant de gens viennent, produisant une invasion d'une autre atmosphère et une tendance à la dispersion de la conscience.

8 août 1935

La journée du subconscient a débuté l'après-midi : des incidents du passé ont resurgi, certains tout à fait insignifiants et oubliés depuis si longtemps qu'on se demande dans quels sillons ou fissures ils s'étaient cachés. Mais il y avait une différence : je n'ai pas été passivement

lethargy. After the Pranam I again felt a sort of strength in the head, as if it were full of force. At the same time I felt a peculiar emptiness in the abdomen — I don't know whether this was in contrast to the fullness of the head.

The emptiness may be an emptiness of the lower vital due to its being cleared of its lower movements — silent in a way, as the mind becomes silent. The fullness of force felt in the head might very well bring about that in the lower vital.

9 August 1935

A dream: Under a stone, I felt there was something. I got up and lifted it up. Something like a serpent, one foot long, came out and moved about. I threw a stone which struck it, yet it began to move to and fro rapidly. In a short time, on its body gathered large bees — instead of ants — and it gradually ceased to live. In this dream, I was showing the thing to Chandulal.

If symbolic “under the stone” would mean concealed in the subconscious and the bees would indicate Ananda getting rid of the thing.

I was in a different condition than during the last two days. There was either a drop or it was a sort of neutral state — I can't say which, though there was nothing precise about the nature of the drop.

Probably a neutral pause.

After midday, I was full of thoughts about the Governor's visit to the Mother. Even the workmen knew it and gave me the surprise by asking me about it. It was something to be glad about and the mind turned on all the possibilities connected with it till at last Narbheram told me all that had happened.

How could Narbheram know what had happened? But really nothing much happened. It was a very good visit and the Governor and his wife proved to be very pleasant people, that was all. But he is the first Governor to visit the Ashram and it was a friendly and not official visit — so that is a great step forward.

10 August 1935

emporté par le courant car j'étais plus attentif au travail. Les incidents ont disparu pour faire place à un examen rétrospectif de l'année écoulée : j'avais contracté plusieurs amitiés et avais dû en rompre plusieurs jusqu'à ce que, maintenant, je me retrouve tout seul. Dans la soirée, je n'ai pas pu faire du français comme d'habitude car je sentais que je devais continuer à me concentrer afin de ne pas m'égarer en essayant de ramasser les pommes d'Atalante et à toujours rester blotti dans les bras de Mère de sorte que rien ne puisse m'en arracher.

Très bien.

C'est toujours lorsque le subconscient se clarifie qu'une foule de choses oubliées remontent à la surface. Il faut simplement les regarder et les rejeter.

L'orage pendant toute la nuit m'a presque empêché de dormir, mais le matin je n'ai pas eu l'impression que je n'avais pas dormi. Quand je suis arrivé au bas de l'escalier pour le Pranâm, je n'ai pas pu m'asseoir comme d'habitude : j'ai dû rester debout, immobilisé par le silence qui montait et me plongeait dans un état de concentration. Peu après, j'ai pu m'asseoir comme de coutume et j'ai éprouvé moins de léthargie. Après le Pranâm, j'ai de nouveau ressenti une sorte de puissance dans la tête, comme si elle était remplie de force. Simultanément, un vide bizarre dans le ventre. J'ignore si c'était en opposition avec la tête qui était pleine.

Le vide est peut-être un vide du vital inférieur débarrassé de ses mouvements inférieurs, silencieux d'une certaine façon, comme le mental devient silencieux. La tête pleine de force peut très bien apporter cet état dans le vital inférieur.

9 août 1935

Un rêve : j'éprouvais la sensation qu'il y avait quelque chose sous une pierre. Je me suis levé et l'ai soulevée. Quelque chose ressemblant à un serpent, long de 30 cm, en est sorti et s'est déplacé ici et là. Je lui ai jeté une pierre qui l'a frappé et pourtant il a commencé à bouger rapidement. Peu après, de grosses abeilles — pas des fourmis — ont recouvert son corps et petit à petit il a cessé de vivre. Dans le rêve, je montrais la chose à Chandulal.

I cannot exactly understand today's condition. There is neither dispersion nor any positive experience. At the same time, there is the usual state of satisfaction and peace. After the Pranam I find a sort of emptiness in the chest and abdomen, but without the sense of fullness in the brain.

It is always like that — some days of experience, some days of no experience (or only experience of peace and quietude) alternating. It is only later on that the consciousness becomes capable of continuous experience and even then there are alternations of the level.

After midday a little activity of the subconscious, but as I gave no attention to it, there came up a sleepiness. I moved about so as not to sleep, but I got more and more sleepy in spite of it and went and lay down in bed. Then the sleep refused to come, but the lethargy remained till 5 p.m. On reading the Entretiens and mentally translating them into Gujarati, the mind got out of the lethargy and heaviness. Afterwards I sat in the Ashram, and there a little silence gave me a sense of detachment from the body, and the heaviness went away. The sense of silence with detachment remained for a time giving ease and freedom.

Very good. When the subconscious rajas was rejected, it sent up the tamas as an alternative, I suppose — that is its final weapon.

11 August 1935

From early morning at 4 o'clock I began to feel a lightness and almost a sense of freedom with it. The mind and all my being was easily concentrating on something — I don't know what — perhaps on peace or perhaps on something like nothing. Usually I am unable to concentrate in the sense of meditation — if I can't meditate I can only imagine myself lying eternally in Mother's lap.

That is the best possible kind of concentration.

Si ce rêve est symbolique, « sous une pierre » voudrait dire caché dans le subconscient et les abeilles indiqueraient l'Ânanda, qui élimine la chose.

Mon état a changé ces deux derniers jours. Je ne peux pas dire s'il s'agit d'une chute ou d'une sorte d'état neutre. Rien n'indique la nature de la chute.

Probablement une pause neutre.

Dans l'après-midi, je n'ai cessé de penser à la visite du Gouverneur à la Mère. Même les ouvriers étaient au courant et j'ai été surpris quand ils m'ont demandé de leur en parler. C'est un événement dont il faut se réjouir et le mental s'est mis à penser à toutes les possibilités en rapport avec cette visite jusqu'à ce qu'enfin Narbheram me raconte tout ce qui s'était passé.

Comment Narbheram pouvait-il savoir ce qui était arrivé? Mais en fait il ne s'est pas passé grand-chose. La visite a été très bonne et le Gouverneur et sa femme se sont révélés être des gens très agréables, c'est tout. Mais il est le premier Gouverneur à rendre visite à l'Ashram, et c'était une visite privée et non officielle : aussi est-ce un grand pas en avant.

10 août 1935

Je n'arrive pas à comprendre exactement l'état dans lequel je me trouve aujourd'hui. Il n'y a ni dispersion ni expérience concrète. En même temps, l'état habituel de contentement et de paix perdure. Après le Pranâm, j'ai ressenti une sorte de vide dans la poitrine et le ventre, mais sans la sensation d'avoir la tête pleine de force.

Il en est toujours ainsi : certains jours d'expérience en alternance avec d'autres sans expérience (ou uniquement celle de la paix et de la quiétude). C'est seulement plus tard que la conscience devient capable d'une expérience continue et même alors, se produisent des alternances de niveau.

Most people prepare Prasad on their birthdays — why not me? So I gave Prasad to three people — Dyuman, Shanti and Yogananda, as I have completed four years of being in the Ashram today. You will ask, “What Prasad?” The peppermint Mother gave me on the 1st!

For the 15th, if there are no workmen for me to supervise, I am thinking of doing gate-keeping. I feel it would need at least two gatemen to meet the requirements of so many people who would come — to call Nolini, wires, information, all of which requires two or more men there at the same time. However, I am not sure if the workmen will come for work or not. In any case, as a proviso, could I do the gate duty?

Yes, certainly. You can speak to Nolini about it.

12 August 1935

I read yesterday the Mother’s prayer of 12 December 1914 starting with, “Il faut à chaque instant savoir tout perdre pour tout gagner.”¹ I thought of translating it in Gujarati, and it led me at once to the verse in the Isha Upanishad tena tyaktena bhujñithāḥ — “one has to enjoy by renouncing”, which comes to the same as “gagner” and “perdre”. Both the experiences and ideas have perhaps the same source in their depths.

Yes, certainly. It is essentially the same truth put in different ways. It might be put in a negative form — “if we cling to things as they are in their imperfection in the Ignorance, we cannot have them in their truth and perfection in the Divine Light, Harmony and Ananda.”

Now when I try to remember yesterday’s Darshan, I find I have forgotten everything. Or perhaps I did not observe anything because I was at the gate doing duty for the whole day, and the large number of men coming and going may have confused my mind. When I tried to meditate yesterday night, I found it impossible; all the people seemed to move about in my consciousness and I could not get out of it. However, the

1. “One must know at every moment how to lose everything in order to gain everything.”

Après midi, une faible activité du subconscient à laquelle je n'ai pas prêté attention a produit de la somnolence. Je me suis mis à bouger pour ne pas m'endormir, mais pourtant j'ai eu de plus en plus sommeil et je me suis allongé sur le lit. Je n'ai pas trouvé le sommeil mais la léthargie est restée jusqu'à 5h. J'ai réussi à sortir de cette léthargie et de cet assoupissement en lisant les Entretiens et en les traduisant mentalement en gujarati. Plus tard, je suis allé m'asseoir à l'Ashram et là, un peu de silence a créé une sorte de détachement du corps et l'assoupissement a disparu. Cette sensation de silence et de détachement a persisté un certain temps en procurant du bien-être et un sentiment de liberté.

Très bien. Je crois que lorsque le rajas subconscient a été rejeté, il a envoyé le tamas pour le remplacer : c'est la seule arme qui lui reste.

11 août 1935

À partir de 4h du matin, j'ai commencé à éprouver de la légèreté et presque un sentiment de liberté. Tout mon être, corps et esprit, se concentrait facilement sur une chose, j'ignore laquelle, peut-être la paix ou peut-être quelque chose comme le néant. Habituellement, je suis incapable de concentration au sens de méditation. Si je ne peux pas méditer, je m'imagine alors reposant éternellement sur les genoux de Mère.

C'est la meilleure forme de concentration possible.

La plupart des gens préparent un Prasad le jour de leur anniversaire : pourquoi pas moi ? Aussi ai-je donné un Prasad à trois personnes — Dyuman, Shanti et Yogananda, car il y a quatre ans aujourd'hui que je suis à l'Ashram. Vous allez me demander : « Quel Prasad » ? Les pastilles de menthe que Mère m'a données le 1^{er} !

Le 15, s'il n'y a pas d'ouvriers à superviser, je pense garder la porte d'entrée de l'Ashram. Je crois qu'au moins deux gardiens seront nécessaires pour faire face aux demandes de la foule qui viendra : appeler Nolini, recevoir les télégrammes, donner des renseignements. Il faudra deux personnes ou plus pour ce travail. Cependant, je ne sais pas si les

isolation in my work acted in a way to relieve me of all the rush. Now when I try to remember whether Mother had put on a white saree during the Darshan or you had put on a silk dhoti, I am at a loss. Anyway, November Darshan is not far off.

I can quite understand that. With so many people whirling about in the atmosphere, so to speak, to keep a clear consciousness becomes a problem.

16 August 1935

(Suite de la page 75)

ouvriers viendront ou non travailler. Quoi qu'il en soit, s'ils ne viennent pas, puis-je être de garde à la porte d'entrée de l'Ashram ?

Oui, certainement. Parlez-en à Nolini.

12 août 1935

J'ai lu hier la prière de la Mère du 12 décembre 1914 qui commence par : « Il faut à chaque instant savoir tout perdre pour tout gagner. » J'ai pensé la traduire en gujarati et cette phrase m'a conduit aussitôt au verset de l'Isha Upanishad — tena tyaktena bhun̄jithāh — « C'est par le renoncement qu'on profite. » qui revient au même que « gagner » et « perdre ». Dans leur essence, les deux expériences et les deux idées ont peut-être la même source.

Oui, certainement. Il s'agit essentiellement de la même vérité formulée de manières différentes. On pourrait l'exprimer sous une forme négative : « Si nous nous accrochons aux choses telles qu'elles sont dans leur imperfection dans l'ignorance, nous ne pouvons les posséder dans leur vérité et leur perfection dans la Lumière, l'Harmonie et l'Ânanda du Divin. »

Lorsque j'essaie à présent de me souvenir du Darshan d'hier, je constate que j'ai tout oublié. Ou peut-être n'ai-je rien observé car j'ai passé la journée en service à la porte et le grand nombre de gens entrant et sor-

tant a dû embrouiller mon esprit. Il ne m'a pas été possible de méditer hier soir; c'était comme si tous les gens continuaient à bouger dans ma conscience et je n'arrivais pas à me libérer de cette impression. Cependant, ma concentration sur le travail m'a protégé d'une certaine façon de toute cette ruée. Maintenant si j'essaie de me rappeler si, pendant le Darshan, Mère portait un sari blanc et vous un dhoti de soie, j'en suis incapable. Heureusement, le Darshan de Novembre n'est pas très loin.

Je comprends ça parfaitement bien. Avec tant de gens tourbillonnant, pour ainsi dire, dans l'atmosphère, garder sa conscience claire n'est pas évident.

16 août 1935

References to the Articles in This Issue

“The Action of Equality”: *The Synthesis of Yoga*, Complete Works of Sri Aurobindo (CWSA) vol. 24, pp. 721-28; French translation: *La Synthèse des Yoga — III*, 1992, p. 131-39. “Correspondence with Parichand”: *New Correspondences of the Mother — [I]*, 2020 ed., pp. 285-95; French translation published here for the first time. “The Principle of the Integral Yoga”: *The Synthesis of Yoga*, CWSA vol. 24, pp. 612-13; French translation: *La Synthèse des Yoga — III*, 1992, p. 4-5. “The Divinity Within”: *Paroles d'autrefois*, 1983, p. 119; English translation: *Words of Long Ago*, *Collected Works of the Mother* (CWM, second edition) vol. 2, p. 107. “The Central Secret of the Sadhana”: *The Mother with Letters on the Mother*, CWSA vol. 32, pp. 154, 167, 172, 154; French translation: *Bulletin*, Apr. 2016, p. 35. “Extract from a Talk of 7 December 1955”: *Entretiens 1955*, 1991, p. 424-27; English translation: *Questions and Answers 1955*, CWM vol. 7, pp. 394-97. “Physical Education and Transformation”: (1) *Éducation*, 1994, 16; English translation: *On Education*, CWM vol. 12, p. 12; (2) *Éducation*, 1994, 16-17; English translation: *On Education*, CWM vol. 12, pp. 12-13; (3) *Letters on Yoga — II*, CWSA vol. 29, p. 125; French translation: *Lettres sur le Yoga*; (4) *Essays in Philosophy and Yoga*, CWSA vol. 13, p. 540; French translation published here for the first time; (5) *Letters on Yoga — I*, CWSA vol. 28, p. 313; French translation: *Lettres sur le Yoga*; (6) *Letters on Yoga — I*, CWSA vol. 28, pp. 313-14; French translation: *Lettres sur le Yoga*. “Sri Aurobindo Answers”: many replies (English originals and their French translations) published here for the first time; some replies or parts of them published in *Letters on Yoga — I-IV*, CWSA vols. 28-31, and in *Lettres sur le Yoga — I-VI*.

Report on the Quarter

24 April 2024

Meditation around the Samadhi in the morning.

Visit to Sri Aurobindo's room.

In the Playground, in the evening, March Past; music by the Ashram Band.

Meditation with the Mother's reading and her organ music.

Education — Physical

Competition Seasons I & II

On 1 April 2024, Competition Seasons I & II began with a March Past at the Sports Ground at 4:30 p.m. Then the Mother's message recorded on the occasion of the opening of the Competition Season in 1959 was played:

Behind the appearances that the physical eyes can see, there is a reality much more concrete and lasting. It is in this reality that I am with you today and will be during all the athletic season. The force, the power, the light and the consciousness will be in your midst constantly to give to each one, according to his receptivity, the success in his endeavour and the progress which is the crowning result of all sincere effort.

The competition programme for seasons I & II was as follows:

	Season I	Season II
Men	Athletics	Gymnastics
Women	Games	Aquatics
Juniors	Aquatics	Athletics
Older children	Gymnastics	Games
Younger children	Games	Athletics

Season I – April

Men – Athletics

86 members participated in this year's competitions: Group D – 56, F – 9, H – 14, Captains – 2, Casual Group – 1 and R&D – 1. All 35 events were held this year as scheduled. There were 12 competitors for Decathlon and a 21-year-old boy came first with 3749 points as compared to last year's best performance of 3552 points. The next two competitors scored 3431 and 3383 points respectively. The 14.6 km Cross-country Road Race was held on 11 February, a cooler time. The winning time was 1:09.24 sec.

Rapport trimestriel

24 avril 2024

Une méditation a eu lieu autour du Samâdhi le matin. Disciples et visiteurs ont pu se rendre dans la Chambre de Sri Aurobindo pour un Darshan.

Dans la soirée, au Terrain de jeu, il y a eu le défilé des groupes d'éducation physique et le concert de la fanfare.

Pendant la méditation du soir, nous avons entendu un enregistrement de paroles de la Mère puis un extrait de sa musique, une composition à l'orgue.

Éducation physique

Compétitions — 1^{ère} et 2^{ème} saisons

Les première et deuxième saisons des compétitions sportives ont débuté par un défilé le 1^{er} avril 2024 à 16h30, au Terrain de sport. Le message du 19 juillet 1959 donné par la Mère à l'occasion de l'ouverture des compétitions de 1959 a été diffusé.

Derrière les apparences que l'œil physique peut voir, il y a une réalité beaucoup plus concrète et durable. C'est dans cette réalité que je suis avec vous aujourd'hui et le serai pendant toute la saison d'athlétisme. La force, le pouvoir, la lumière et la conscience seront constamment avec vous pour donner à chacun selon sa réceptivité, le succès dans son entreprise et le progrès qui résulte de tout effort sincère.

Le programme pour ces deux saisons d'été est le suivant :

	Saison I	Saison II
Hommes	Athlétisme	Gymnastique
Dames	Jeux d'équipe	Natation
Juniors	Natation	Athlétisme
Enfants	Gymnastique	Jeux d'équipe
Jeunes enfants	Jeux d'équipe	Athlétisme

Première saison — avril

Hommes — athlétisme

86 membres ont pris part aux compétitions : 56 du groupe D, 9 du groupe F, 14 du groupe H, 2 capitaines, 1 du Hors-groupe, 1 du groupe R&D (recherche et développement). Les 35 épreuves se sont déroulées comme prévu. Le décathlon (12 inscrits) a été remporté par un étudiant de 21 ans avec un score de 3749 points. L'année der-

Women – Games

In all, 64 women participated: Group C – 37, E – 22 and G – 5. The participation was as follows: Basketball – 34, Volleyball – 57, Football – 26, Hockey – 33, and Softball – 41. The Triple Chase (comprising Basketball, Volleyball and Softball) had 24 participants.

Juniors – Aquatics

37 boys and girls from Group B1 and 40 from B2 totalling 73 children, participated in Swimming and Diving. Competitions were held in Crawl (Freestyle), Breast Stroke, Back Stroke, Butterfly Stroke, as well as Individual Medley, Relay Races, Diving and Underwater Swimming. Gruelling items like 200m Butterfly and 100m Individual Medley were also held. The winning timings for these events were 4:22.7 sec. and 8:25.1 sec. respectively. On the last day of the Competitions there was a display of Diving after which Water Polo matches were held.

Older children – Gymnastics

This year, 78 children of Groups A1 (39) and A2 (39) participated in the Gymnastic Competitions — Agility, Asanas, Balancing, Beam, Parallel Bars, Vaulting and Movements with Music. The team events were Asanas (only for A1), Marching, and Mass Exercises. On 29 April a display of the best routines on each apparatus were presented. There was a Demonstration of Movements with Music by A1 and Compositions by A2 on 30 April.

Younger children – Games

All 90 children from the Groups A5, A4 and A3 participated in the Games Tournament. The games, selected to suit each group, included Beat Ball, Chinese Wall, Circle Ball, Circle Pillar Ball, Dodge Ball, Dog and his Bone, Fisherman, Indian Kho, Kabaddi, King and the Fortress, Lungadi, Taming the Wild Horses, Square Dodge Ball. Some games were played again with bigger teams to increase the level of difficulty. Table-tennis was also played.

Season II – May

Men – Gymnastics

63 men from Groups D, F, and Captains participated in the Gymnastic Competitions. The Group-wise entries were: D – 57, F – 5 and Captains – 1. Competitions were held in three categories: Olympic Gymnastics – 22 participants, Gymnastic Test – 30 and Weight-lifting – 11.

In the optional items there were 27 participants in the 3-minutes Skipping. The winner skipped 650 times against last year's best of 666 steps. Competitions of Hand-stand on parallel bars and on the floor were held on the last day.

nière, score de 3552 points pour la meilleure performance. Les deuxième et troisième concurrents ont obtenu respectivement 3431 et 3383 points. Cette année, le cross de 14,6 km a eu lieu le 11 février pour éviter la canicule du mois d'avril. Le vainqueur a réalisé un temps de 1: 09.24 sec.

Dames — Jeux d'équipe

64 dames des groupes C-37, E-22, G-5 ont pris part aux tournois de basket-ball (34 inscrites), volley-ball (57), football (26), Hockey (33) et Softball (41). 24 dames réparties en 2 divisions de 2 équipes chacune ont pris part au Triple Chase (basketball, volleyball et softball) qui a eu lieu le 28 avril.

Juniors — Natation

37 garçons et filles du groupe B1 et 40 de B2 ont pris part aux épreuves de natation et de plongeon, en tout 73. Les quatre différentes nages étaient représentées : Crawl (nage libre), brasse, dos crawlé, brasse papillon ainsi que les relais individuel et d'équipe, plongeon, nage sous-marine... Le dernier jour a eu lieu une démonstration de plongeon et de matchs de Water Polo.

Enfants — Gymnastique

78 enfants des groupes A1 (39) et A2 (39) ont pris part aux épreuves suivantes : agilité, âsanas, équilibre, poutres, barres parallèles, voltige, mouvements en musique. Les âsanas (seulement pour A1), le marching et les exercices d'ensemble ont été présentés en équipes. Une démonstration a eu lieu le 30 avril de mouvements en musique par les enfants de A1 et aussi de compositions par A2.

Jeunes enfants — Jeux d'équipe

Les 90 enfants de A3, A4 et A5 ont joué à divers jeux, choisis en fonction de leurs capacités : beat ball, le mur chinois, circle ball, circle pillar ball, dodge ball, le chien et l'os, le kho indien, kabaddi, le roi et la forteresse, lungadi, le dressage des chevaux sauvages, square dodge ball, etc. Certains jeux ont été rejoués avec des équipes plus fortes pour augmenter le niveau de la difficulté. Le ping-pong aussi a été représenté.

Deuxième saison mai

Hommes — gymnastique

63 membres des groupes D (57), F (5), et un capitaine ont pris part aux trois catégories d'épreuves : gymnastique olympique (22 participants), tests de gymnastique (30), haltérophilie (11).

Parmi les autres épreuves proposées, 27 participants se sont présentés pour le saut à la corde (trois minutes). Le vainqueur a fait 650 tours (666 l'année dernière). Des épreuves d'équilibre sur les mains aux barres parallèles et au sol ont aussi eu lieu

Women – Aquatics

The Women's Aquatic Competitions were held in May in which 64 women participated: Group C – 41, E – 12, G – 10 and Captains - 1. There were 11 competitors in the gruelling 4x100m Individual Medley race, with a best timing of 8 min 12.7 sec. In the Underwater event 5 swimmers swam more than a length in the pool. All the competitions were keenly contested.

Juniors – Athletics

78 boys and girls from B1 (38) and B2 (40) participated in the competitions that began on 7 May. The team events of Tug-of-War and Relay Races were held on 30 May. The Heptathlon Competition was held for all sub-groups, except the beginners. For the stronger groups, the items included Decathlon items. The best performances for the Heptathlon and the Modified Heptathlon were 1974 and 2502 points respectively. Novelty Races were held on 31 May. The Mini Road Race (about 6.0 km) on 1 June concluded the Season. The winning time was 28min 48.0 sec.

Older children – Games

39 children from Group A1 and 40 from Group A2 participated in the Games Tournament. The games were Basketball, Football, 8-a-side Football, Softball, Throwball, Square Dodgeball, Lungadi and Triple Chase (Football, Softball and Square Dodgeball) for A1. There were 2 divisions with 2 teams each. Skill Tests in Basketball were also conducted for both the Groups.

Younger children – Athletics

All 90 children from A5, A4 and A3 participated in simple items of running, jumping, throwing and relay races suited to their capacity. The competitions concluded on 31 May with Novelty Races — items that require skill and at the same time are enjoyable.

Tennis

The Tennis Doubles Tournament was held from 4 to 15 March. There were 23 players: 18 men and 5 women. The Tournament was held on a single-league basis for all the 3 divisions.

The Singles Tournament in Tennis was held from 15 June to 19 July. There were 25 players: 21 men and 4 women. The Tournament was held on a league-cum-knock-out basis for the first two divisions and league basis for the third division.

All the matches were keenly contested.

A Promotion League followed; this would help the reclassification of the players.

le dernier jour.

Dames — natation

64 dames ont pris part aux compétitions de natation : 41 dames du groupe C, 12 du groupe E, 10 du groupe G, et une capitaine. 11 nageuses ont disputé le 100m quatre nages. Meilleure performance : 8mn 12.7 secondes. 5 participantes ont nagé plus d'une longueur du bassin dans l'épreuve de nage sous-marine. Toutes les épreuves ont été âprement disputées.

Juniors — athlétisme

78 garçons et filles des groupes B1 (38) et B2 (40) ont pris part aux divers concours qui ont débuté le 7 mai. Les épreuves d'équipe de tir à la corde et les courses de relai ont eu lieu le 30 mai. Hormis les débutants, tous ont pris part au heptathlon (meilleure performance : 1974 et pour le heptathlon modifié : 2502). Les courses de fantasia ont eu lieu le 31 mai pour tous les participants. La saison s'est terminée par le mini cross d'environ 6 km, disputé le 1er juin. (meilleur temps : 28mn 48.0 sec)

Enfants — jeux

39 enfants du groupe A1 et 40 du groupe A2 ont pris part aux différents tournois. Basket-ball, football, football à 8, softball, throw-ball, square dodge ball, lungadi et triple chase (football, softball, square dodge ball). Les enfants étaient répartis en deux divisions de deux équipes chacune. Des tests d'aptitude en basket-ball ont été conduits pour les deux groupes.

Jeunes enfants — athlétisme

Les 90 enfants des groupes A3, A4 et A5 ont pris part à diverses épreuves de course, de saut, de lancer et de relai. Les compétitions ont pris fin le 31 mai avec les courses de fantasia, qui demandent adresse et habileté et qui sont toujours appréciées.

Tennis

Du 4 au 15 mars, les doubles ont eu lieu avec 23 joueurs dont 18 hommes et 5 dames. Le tournoi s'est déroulé sur la base d'une ligue simple pour les 3 divisions. Tous les matchs ont été âprement disputés.

Du 15 juin au 19 juillet, les simples ont eu lieu avec 25 joueurs : 21 hommes et 4 dames. Le tournoi s'est déroulé sur la base d'une ligue à élimination directe pour les 2 premières divisions et de ligue pour la troisième division.

Tous les matchs ont été âprement disputés.

Une ligue de promotion a été organisée pour le reclassement des joueurs.

Annual Meeting of the Captains

The annual meeting of the Captains, Instructors and the Caretakers of all the grounds was held on Sunday, 23 June. 35 Captains and 16 coaches attended the meeting.

Lecture Demonstration

On 31 March, there was lecture-cum-demonstration on “Injuries — their cause, prevention and cure” by Dr. Senthil Coumar. It was specially organised for the Captains and Instructors.

Education – Academic

On 10 April, a student spoke on “Sri Aurobindo on Krishna”, her project-work in the final year of the Secondary Section. [Hall of Harmony]

On 16 July, Aditi Kakkar shared with the students her experiences in the field of fitness and weight-lifting. [Hall of Harmony]

Cultural Programmes

On 27 March, the students presented a programme of Odissi dance. [School courtyard]

On 13 April, the children of the Bengali classes presented a variety programme in the afternoon. [Hall of Harmony]

On 23 April, a programme of invocative music by the music section was held in the Hall of Harmony in the morning.

On 3 June, Sumati and Aurodyuti presented “Samarpan”, a Bharatanatyam dance offering. [School courtyard]

On 12 June, Dhriti Guha Biswas and Adrija Biswas offered a musical evening of devotional songs and hymns. [Hall of Harmony]

On 17 June, senior students of music presented an evening of light classical bhajans. [Hall of Harmony]

On 28 June, students of Kathak presented “Rang”, an offering of dances. [School courtyard]

On 3 July, members of Sri Aurobindo Society, South Kolkata, Behala presented “Looking at Savitri – the Mantra of the Future” with words from Sri Aurobindo’s epic interspersed with songs of Rabindranath Tagore. The concatenation was by Goutam Banerji and the music direction was by Ram Jiban Bandyopadhyay.

On 10 July, the younger students of the recorder section performed folk tunes and pieces by classical masters. [Hall of Harmony]

On 15 and 16 July, senior members of vocal music presented “Matru Sangeet”, songs in Odia on the Mother. [Hall of Harmony]

On 26 July, there was an offering of songs composed by Raghunath Pani. [Hall of Harmony]

Réunion annuelle des capitaines

La réunion annuelle des capitaines, moniteurs et personnes chargées de l'entretien des terrains s'est tenue le dimanche 23 juin. 35 capitaines et 16 moniteurs étaient présents.

Conférence-démonstration

Le 31 mars, une conférence-démonstration, spécialement organisée pour les capitaines et les moniteurs, a été présentée par le Docteur Senthil Coumar sur le sujet : « Blessures — causes, prévention et guérison ».

Cours et conférences

Le 10 avril, une élève a parlé de « Sri Aurobindo on Krishna », sujet de son projet de fin du Secondaire.

Le 16 juillet, Aditi Kakkar a partagé avec les élèves ses expériences dans le domaine de l'aptitude physique et de l'haltérophilie.

Vie culturelle

Le 27 mars, les élèves ont présenté un programme de danse Odissi. (Cour de l'École)

Le 13 avril, dans l'après-midi, les enfants de classes de Bengali ont présenté un spectacle de variétés. [Salle d'Harmonie]

Le 23 avril, la section de musique a présenté un récital de musique spirituelle dans la Salle d'Harmonie.

Le 3 juin, Sumati et Aurodyuti ont offert « Samarpan », un récital de danse bhâratnatyam.

Le 12 juin, Dhriti Guha Biswas et Adrija Biswas ont offert un récital de chants et hymnes dévotionnels. [Salle d'Harmonie]

Le 17 juin, de grands élèves de musique ont présenté une soirée de bhajans classiques. [Salle d'Harmonie]

Le 28 juin, des élèves de Kathak ont offert « Rang », un spectacle de danses. [Cour de l'École]

Le 3 juillet, des membres de la Sri Aurobindo Society, South Kolkata, Behala, ont présenté « Looking at Savitri — the Mantra of the Future », programme comprenant des vers de l'épopée épique de Sri Aurobindo en alternance avec des chansons de Rabindranath Tagore. Goutam Banerji avait orchestré l'enchaînement et Ram Jiban Bandopadhyay, la musique.

Le 10 juillet, de jeunes élèves de la section du synthétiseur ont interprété des airs folkloriques et des morceaux de grands maîtres classiques. [Salle d'Harmonie]

Les 15 et 16 juillet, « Matru Sangeet », chants en odia sur la Mère, par les seniors

On 29 July, students of Odissi dance presented “Nriya Naivedya”. [School courtyard]

Exhibition

On 19 and 20 July, an exhibition was organised on the theme “Olympics Paris 2024 . . . and More” for the students and teachers. The exhibition was also open on 21 July for the members of the Ashram. [Hall of Harmony]

During the morning recess on the first two days, senior students gave a demonstration of some of the Olympic items. [School courtyard]

Film Show

English: Chase a Crooked Shadow; The Great Escaper; Kung-Fu Panda 4; Migration; My Name is Nobody; Swallows and Amazon; Wonka.

French: Anatomie d'une chute.

Hindi: Article 370; Fighter; Laapata Ladies; The Vaccine War; Patna Shukla; Ghoomer.

Odia: Daman.

Thai: Trapped (Documentary).

Documentary: A Life on our Planet by David Attenborough; Highlights of Cricket World Cup 2024; India's Tribal Hockey Triumph; 'Be like Usain Bolt': India's Tribal Athletes; Highlights of the Opening Ceremony of Paris Olympics 2024.

Live streaming of Cricket World Cup Final and Wimbledon Ladies Singles Final.

de la section de musique vocale. [Salle d'Harmonie]

Le 26 juillet, récital de chants composés par Raghunath Pani.

Le 29 juillet, des élèves ont offert un récital de danse Odissi : « Nriya Naivedya ».
[Cour de l'École]

Expositions

Les 19 et 20 juillet, une exposition ayant pour thème « Jeux olympiques Paris 2024 ...et plus encore » a été présentée pour les élèves et les professeurs, pendant la récréation. Quelques élèves ont donné une démonstration dans la cour de l'École (planche à roulettes, saut en hauteur). Le 21 juillet, l'exposition a été ouverte au public.
[Salle d'Harmonie]

Films

Anglais: Chase a Crooked Shadow; The Great Escaper; Kung-Fu Panda 4; Migration; My Name is Nobody; Swallows and Amazon; Wonka.

Français: Anatomie d'une chute.

Hindi: Article 370; Fighter; Laapata Ladies; The Vaccine War; Patna Shukla; Ghoomer.

Odia: Daman

Thaï: Trapped (Documentaire)

Documentaire: A Life on our Planet by David Attenborough; Moments forts de la coupe du monde de cricket 2024; India's Tribal Hockey Triumph; « Be Like Usain Bolt » : India's Tribal Athletes; Moments forts de la cérémonie d'ouverture des Jeux Olympiques de Paris 2024.

En direct, finale de la coupe mondiale de cricket et finale des simples dames à Wimbledon.

ILLUSTRATIONS

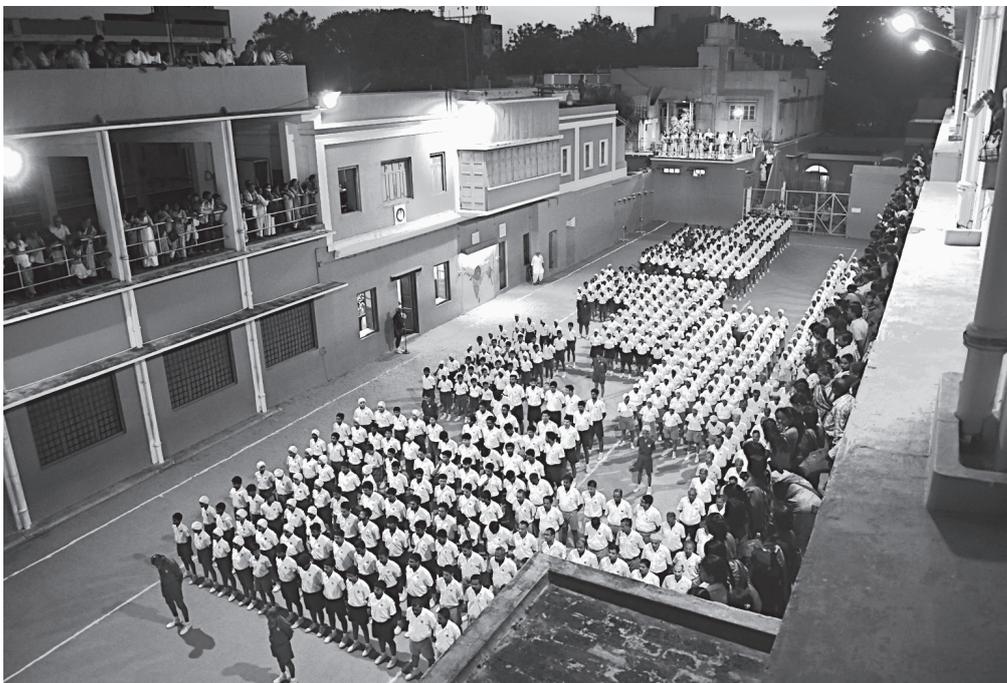


Sri Aurobindo at Baroda, 1906

Sri Aurobindo à Baroda, 1906

DARSHAN DAY : 24.4.2024

JOUR DU DARSHAN: 24.4.2024



“RANG” BY STUDENTS OF KATHAK « RANG » PAR DES ÉLÈVES DE KATHAK





OPENING OF COMPETITION
SEASONS I & II: 1.4.2024

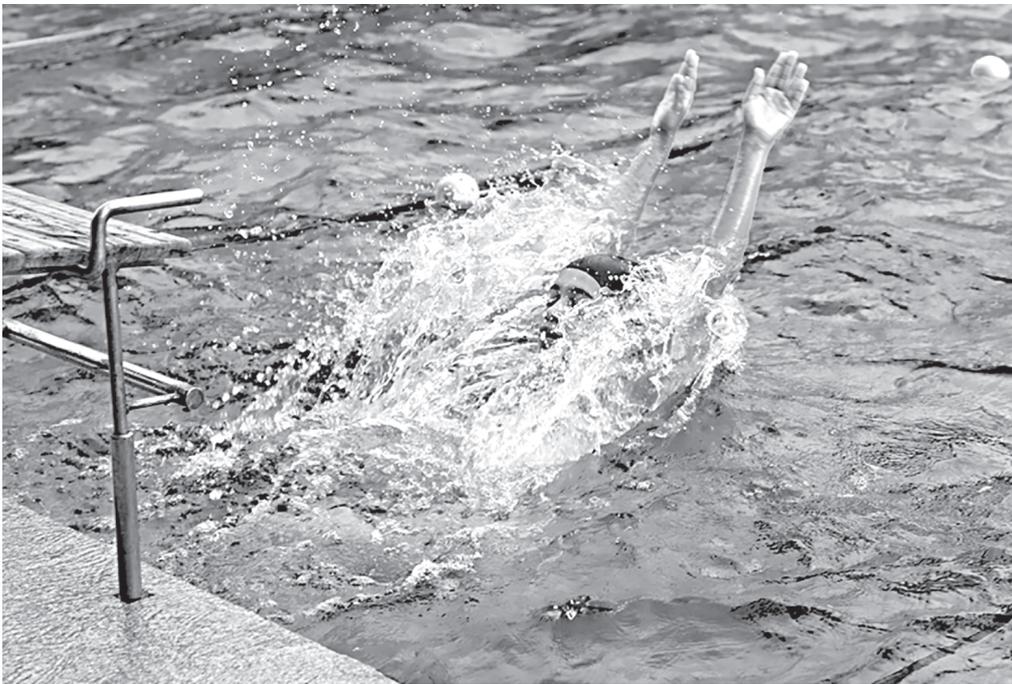
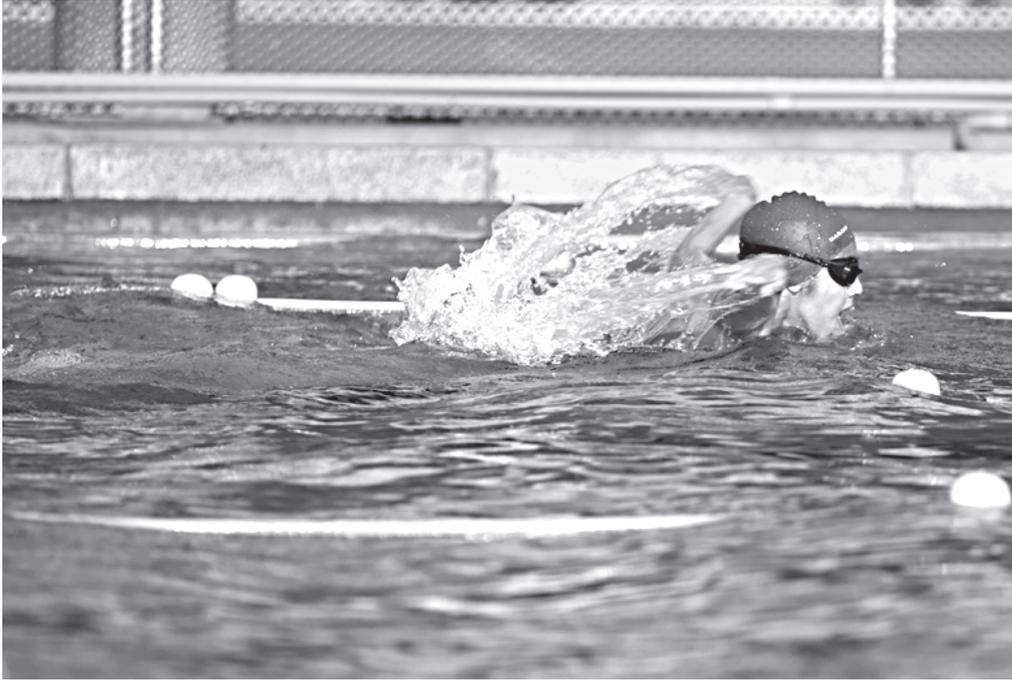
OUVERTURE DES COMPÉTITIONS :
1^{ÈRE} ET 2^{ÈME} SAISONS — 1.4.2024















WOMEN — GAMES

DAMES — JEUX D'ÉQUIPE

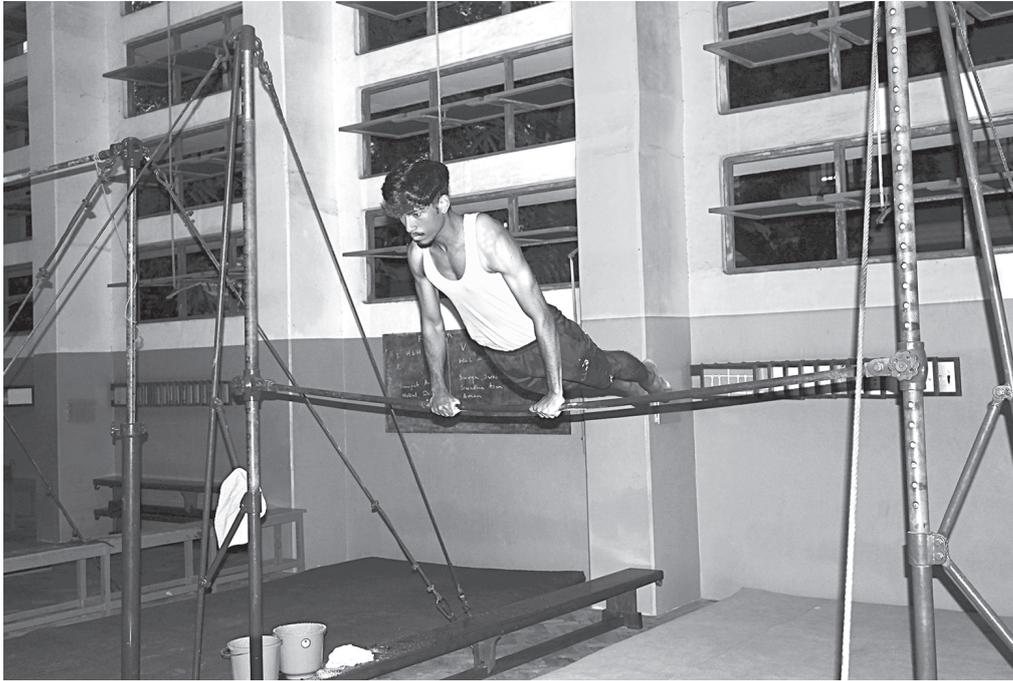






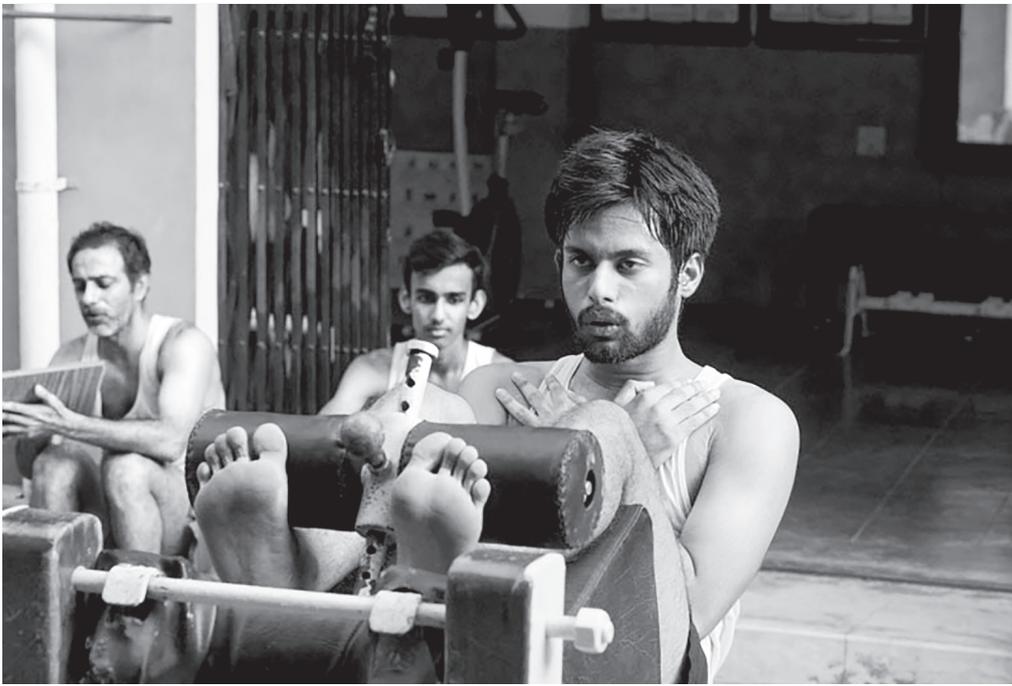






MEN — WEIGHT-LIFTING &
GYMNASTIC TEST

HOMMES — HALTÉROPHILIE ET
TESTS D'APTITUDE EN GYMNASTIQUE

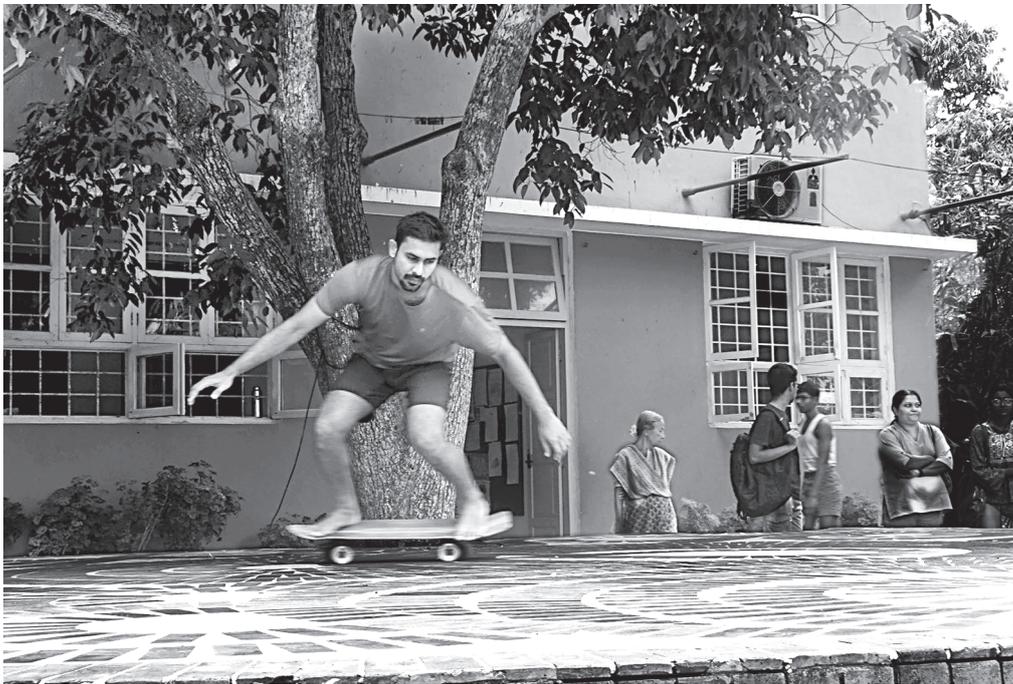


“OLYMPICS PARIS 2024
... AND MORE”

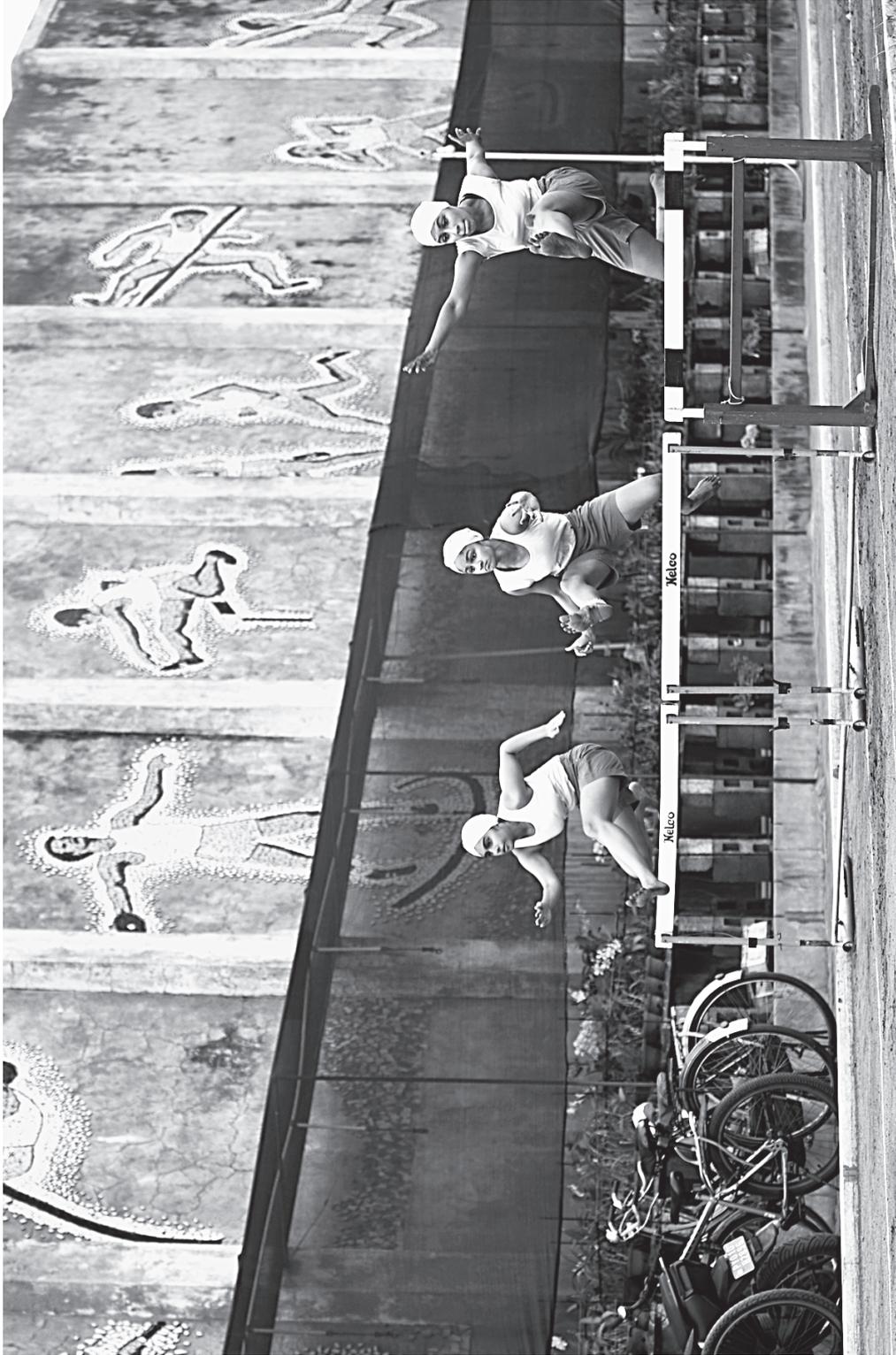
« JEUX OLYMPIQUES PARIS 2024
... ET PLUS ENCORE »













The Mother at the Ashram Press to view the newly acquired
Heidelberg Letterpress machine — 23.8.1961

La Mère à l'Imprimerie de l'Ashram venue voir la machine à imprimer
Heidelberg, nouvellement acquise — 23.8.1961