



Printemps 09

”La seule chose que Je vous demande et qui Me rendra vraiment heureuse c’est de savoir que vous aimez les autres comme je vous aime”

Shri Mataji Nirmala Devi

# Au sommaire de cette lettre ouverte:

Éditorial : Lettre de Bokwe S'mafuna	3
Enseignement de Shri Mataji	5
L'Invitation par Grégoire de K.	7
Constructifs, les yogis du Cameroun	8
Come to Africa ! Venez en Afrique !	10
Colour of life couleur de la vie	11
Tour au Maroc	12
Brèves nouvelles d'Afrique	14
Un dernier mot	16

“Ce silence s'épanouit, se répand vers l'extérieur, poussant nos pensées à la périphérie de notre conscience. C'est ainsi que l'état de conscience-sans-pensées arrive... Dans cet état, nous sentons réellement la beauté du Silence qui est le coeur de la **création...**”

— Shri Mataji Nirmala Devi

On participé à ce premier numéro :

Oncle Bokwe (leader de l'Afrique), Lionel (Cameroun), Manu (Bénin), Setondji (Bénin), Emile (Bénin), Dieudonné (Bénin), Sita (Côte d'Ivoire), Emmanuelle (Côte d'Ivoire), Peter (Madagascar), Bamba (Côte d'Ivoire) Blaise (Cameroun), Grégoire (Suisse), Bernard (Belgique), Kabir (France), Sergio (Suisse), l'équipe de Sahajafrica.net et...

**...pourquoi pas vous ?**

Nourrissez la prochaine lettre ouverte francophone d'Afrique :

[webteam@sahajafrica.net](mailto:webteam@sahajafrica.net)

Editorial : Lettre de Bokwe S'mafuna

## **DEVELOPPEMENT DU SITE INTERNET SAHAJA YOGA AFRICA UN MESSAGE DE GRATITUDE**



*J'écris ce message pour exprimer, au nom du Collectif Africain, ma reconnaissance à notre Sainte Mère, Shri Mataji Nirmala Devi, pour toutes les bénédictions qu'Elle nous accorde pour l'Afrique, tout le temps : Pour Son Plan Divin par lequel Elle a décidé d'accorder à l'Afrique la qualité de Connaissance Pure du Virata, et qui*

*nous permet de devenir une partie de cela. Elle nous a permis de faire partie de Son Plan Divin, tout d'abord en nous accordant la Réalisation du Soi; en nous permettant d'être digne de devenir Ses enfants et de La connaître. Pour cela, nous la remercions. Elle nous a en outre accordés le bienfait d'être nés en Afrique, ou de pouvoir travailler à la propagation de Sahaja Yoga en Afrique, où que nous soyons; ou juste de pouvoir mettre l'Afrique dans notre attention en tant que yogis ou yoginis. Et enfin, en nous permettant d'avoir des responsabilités envers chacun, en aidant chacun à découvrir la Vérité de Son Message, de différentes façons, de partager cette Pure Connaissance avec les autres*

*Ce site internet est cela en partie. Nous remercions donc notre Mère pour l'avoir rendu possible. Nous sommes également bien conscients que cela n'est qu'une toute petite partie de la propagation du Message – le reste se fait grâce au bouche à oreille lorsque nous parlons à chacun de ce Message Divin, de Son Amour, de Sa compassion et de tout ce qu'Elle fait pour nous en tant que Mère.*

*Ce site internet est une tentative qui devrait permettre le dialogue entre les uns et les autres, mais le plus important c'est aussi avec les autres qui ne savent même pas que le Saint Esprit est présent en ce moment parmi nous, et qu'il est reflété à l'intérieur de nous par notre Kundalini, et qu'il se manifeste à travers nous par la Réalisation du Soi; que cette Mère Divine est en fait la Mère de l'Univers, et que nous sommes Ses enfants; et puis que nous sommes sur cette terre pour profiter de cette bénédiction incroyable.*

*Nous sommes ici aussi pour essayer, du mieux que nous pouvons, de partager La Bonne Nouvelle à tous ceux qui ne savent pas encore où aller pour étancher leur soif. Pour dire que les jours de misère sont finis. Nous le savons, car déjà nous sommes baignés dans la béatitude des miracles journaliers qui se produisent dans nos vies. Mais des Millions d'Africains sont encore dans l'obscurité. Des Millions ont faim et ont peur du lendemain. Nous, nous savons que demain signifie félicité pour*

*nous, et que tout ce que notre Mère demande c'est que nous partageons cette opportunité avec les autres; et que cette conviction et ce message d'espoir ne vient que par la Connaissance Pure qu'Elle nous a confiée. Nous avons été délivrés de l'esclavage, du manque, de l'ignorance. C'est l'essentiel.*

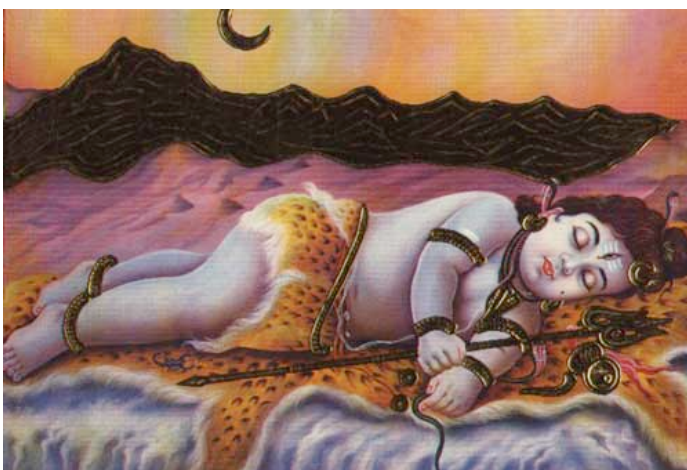
*C'est l'intention de ce site internet : le partage des bénédictions. La compréhension que nous sommes UN. Où que nous soyons ; quoi que nous pensions de nous, nous sommes UN. Et Elle nous a enseignés et fait réaliser que nous sommes l'Esprit ; même si nous avons des problèmes pour le comprendre. C'est donc ce que nous essayons de faire avec ce site, et nous espérons qu'il deviendra un instrument entre Ses mains, qui nous aidera à réaliser que nous sommes UN, pour atteindre l'Esprit. Pour La rendre heureuse lorsqu'Elle pourra voir le reflet du Divin en chacun de Ses enfants – en nous tous.*

*Ce site est dédié à notre Mère Sainte, et nous voudrions La remercier pour tous Ses bienfaits pour l'Afrique en ayant permis à tant d'entre nous d'avoir leur Réalisation du Soi, et pour nous avoir donnés l'honneur et le privilège d'accomplir Son travail de Saint-Esprit en donnant la Réalisation aux autres – en nous aimant les uns les autres.*

*En reconnaissance à Shri Mataji – l'Esprit Saint du Dieu Tout-Puissant – pour nous avoir accordés la Réalisation du Soi,*

*Bokwe Mafuna*

---



« LA MÉDITATION  
EST LE SEUL MOYEN  
PAR LEQUEL VOUS  
VOUS ENRICHISSEZ  
VOUS-MÊME DE PAR LA  
BEAUTÉ DE LA RÉALITÉ.  
IL N'Y A PAS D'AUTRE  
MOYEN. »

SHRI MATAJI NIRMALA DEVI  
- SAHASRARA PUJA 1998



## Enseignement de Shri Mataji



« ...Maintenant lorsqu'on dit qu'on doit méditer, on pense que c'est une sorte de rituel, ou peut-être une sorte de style dans Sahaja Yoga. Mais non. La méditation est pour vous le moyen d'aller au fond de vous-même, une façon d'atteindre tout ce que votre "Sahasrara" désire vous procurer. Pour atteindre ce degré de détachement, de compréhension, c'est seulement à travers la méditation que vous l'obtiendrez. Alors ce qui arrive dans la méditation est que votre conscience traverse votre "Agya", passe au-delà, et arrive désormais dans votre Sahasrara, là où

vous êtes en état de conscience sans pensées. Alors la réalité du Sahasrara, la beauté du Sahasrara commence à se déverser sur votre propre caractère, dans votre propre tempérament.

Ce n'est qu'en méditant, pas juste méditer pour vous sentir bien ou juste pour dire que vous méditez, mais le fait de méditer est très important pour vous tous pour que vous développiez votre Sahasrara et ainsi que vous pénétriez dans la beauté de votre Sahasrara. Si vous n'utilisez pas votre Sahasrara de cette façon, après quelque temps, vous verrez que votre Sahasrara se refermera. Vous n'aurez plus aucune vibrations et vous ne vous comprendrez plus vous-mêmes. Donc il est très important de méditer. Je peux immédiatement distinguer une personne qui a médité d'une autre qui n'a pas médité. Car une personne qui ne médite pas pense toujours que "Oh, c'est OK. Je fais ceci, je fais cela."

La Méditation est le seul moyen par lequel vous vous enrichissez vous-même de par la beauté de la réalité. Il n'y a pas d'autre moyen. Je ne connais aucun autre moyen par lequel vous vous élevez dans le royaume de la divinité. Par exemple, je pourrais dire que quoi que j'aie fait, c'est simple, j'ai été capable de trouver une méthode par laquelle je peux vous donner la Réalisation du Soi – et à des masses. Mais cela ne veut pas dire pour autant que lorsque je donne la Réalisation du Soi à des masses, ils sont tous des yogis. Non, vous avez vu que lorsqu'ils viennent aux programmes, ils obtiennent leur Réalisation lorsque je suis là, et puis ils viennent aux programmes pendant un moment, et puis ils abandonnent. La raison c'est qu'ils n'ont pas médité. S'ils avaient médité, ils auraient découvert leurs qualités, ce qu'ils sont vraiment.

Donc aujourd'hui est un jour où vous devez me promettre que vous méditerez chaque jour, chaque soir ou bien aussi chaque matin. Dès que cela vous est possible. Et si vous pouvez entrer dans cet état de méditation, vous serez en contact avec ce pouvoir divin. Et tout ce qui est bon pour vous, tout ce qui est bon pour votre société, pour votre pays, tout cela sera accompli par ce pouvoir divin. Vous n'avez pas à vaincre ce pouvoir divin, ni à ordonner, vous n'avez même pas besoin de demander. Simplement si vous méditez, vous obtenez l'union avec ce pouvoir tout puissant, qui agit comme une bénédiction.

Si votre Sahasrara n'est pas ouvert, alors toutes les bénédictions de ce pouvoir divin ne peuvent pas venir à vous, ne peuvent pas ! Peut-être gagnerez-vous un peu d'argent, peut-être obtiendrez-vous un travail, ou peut-être ceci ou cela. Mais votre développement personnel n'est seulement possible qu'à travers la méditation et quand votre Sahasrara est complètement ouvert, et ouvert à la vérité ...».

«...Maintenant, il y a une chose qui peut obstruer votre Sahasrara, c'est le mouvement de votre Agya par le flot de vos pensées. C'est la seule chose qui vous empêche d'entrer dans Sahaja Yoga. Car les pensées arrivent tout le temps parce que l'être humain est ainsi programmé pour

réagir à tout. Les réactions à ceci et les réactions à cela, et alors les pensées vont et viennent. Il y a une foule de pensées. Et à cause de cela, votre attention ne peut pas aller au delà de l'Agnya et ne peut pas s'installer dans le Sahasrara.

Alors, d'abord, on devrait essayer de voir quelles sortes de pensées arrivent. Vous devez parfois vous condamner vous-mêmes, et vous dire : "Quelles idioties ! qu'est-ce que j'ai fait ? Qu'est-ce qui se passe ? Comment j'ai pu faire tout cela ?" Une fois que vous commencez cela, ces pensées vont peu à peu disparaître.

Ces pensées arrivent de deux côtés : d'un côté, de l'égo, et de l'autre, de nos conditionnements. Et ils sont si ancrés en nous qu'ils bloquent notre Agnya. Et c'est pour cela que nous avons les deux Mantras Bija de "HAM » et « KSHAM ». Le premier est lorsqu'il y a trop de conditionnements. Vous avez cette sorte de peur : "Je ne devrais pas ... Je ne devrais pas faire comme cela, ce n'est pas permis, cela n'est pas permis." C'est tout simplement dû à des anciens conditionnements. Les conditionnements peuvent être de plusieurs sortes. Mais le côté de l'égo est lorsque : "Je dois dominer tout le monde ; je dois obtenir cela ; Je dois être capable de diriger tout le monde."

Ces deux tendances sont là dans l'intellect, qui sont sans arrêt en train de le traverser. Donc il est important que de pouvoir arriver à être en conscience sans pensées car cet état de conscience sans pensées est le seul moyen pour que votre Sahasrara soit nourri par la Kundalini. Car lorsque la Kundalini ne peut plus avancer, ne peut donc pas traverser ce centre, pour cela, j'ai dit qu'il y avait deux Mantras Bijas. L'un est « HAM », l'autre est "KSHAM".

Donc si vous avez trop de conditionnements, si vous êtes effrayés, vous avez des peurs ou vous avez des drôles d'idées sur vous-mêmes. Même parfois, les gens se disent : « Je suis un introverti ». Un autre dira : « Je suis un extraverti », tandis qu'un autre dira « Je suis un hippie », ou « je suis comme ceci, je suis comme cela ». Toutes ces caractéristiques, ils se les sont appropriées. Mais tout cela vient de l'extérieur, pas de l'intérieur. Pour connaître le côté intime de vous-mêmes, le côté subtil de votre être, vous devez permettre à votre Kundalini de traverser votre Agnya.

Ce pouvoir traverser l'Agnya est une chose très importante en ces temps modernes. Et pour cela, vous devez méditer. Si vous arrivez à méditer avec une foi complète en vous-même, cet Agnya va s'ouvrir. Vous devez vous abandonner au Divin et alors lorsque cet Agnya s'ouvre, vous serez très étonné. Votre Sahasrara ne demande que cela (ce transfert), pour pouvoir vous donner toute l'aide dont vous avez besoin à travers les pouvoirs du Tout-Puissant.

La connexion de votre Sahasrara avec les pouvoirs du Tout-Puissant est alors établie et c'est alors que vous serez étonné de voir comment tous ces sept chakras fonctionnent à l'intérieur de vous, comment ils vous aident, comment ils parviennent à vous donner toute la vraie connaissance au sujet de tout.

La vraie connaissance que vous obtenez c'est un vrai plaisir. Vous constaterez ce vrai savoir en toutes choses. Vous n'aurez pas besoin de lire tel ou tel livre sur le sujet. Dans toute situation et pour chaque personne, dans chaque fleur, dans n'importe quel événement naturel, vous verrez clairement la main du Divin. Et une fois que vous voyez la main du Divin, alors vous pourrez dire : "c'est Vous, c'est Vous qui faites tout", et alors votre ego va commencer à disparaître. »

H.H. Shri Mataji Nirmala Devi

Sahasrara Puja 1998

## *L' Invitation*

*Parfois dans mon travail aux Nations Unies, des collègues noirs m'ont dit que j'étais Africain, voulant peut être exprimer par là l'attention que je portais aux questions du continent.*

*J'ai été touché de leur courtoisie et apprécie la chaleur du compliment. Donc, si j'écris en tant qu'Africain, bien que n'étant qu'un homme du Nord, j'aimerais dire merci pour l'effort du team en vue de connecter l'Afrique. Merci à oncle Bokwe pour l'amour qu'il porte à notre continent, lui qui est bilingue et peut nous parler à tous.*

*Il est difficile pour nous de voyager, d'aller à des pujas, et si nous ne pouvons aller à la cour de la Déesse, il nous faut donc l'inviter chez nous, dans notre Sahasrara. Car, comme tous ses autres enfants nous désirons Sa proximité. Réussir cette invitation est ce qui est de plus haut, ce à quoi aspirent tous Ses enfants dans le monde entier. C'est la dévotion qui écrit le carton d'invitation et nous espérons qu'elle arrive à bon port, cette invitation, car nous avons le cœur, nous avons la musique.*

*Love to all*

*Grégoire*



## Constructifs, les yogis du Cameroun

Les frères et soeurs du Cameroun investissent leur énergie, argent et temps dans la construction d'un centre qui pourrait bien être le premier à être érigé ainsi sur le continent Africain.

Lionel, membre du conseil national du Cameroun, nous dit à ce sujet :

*Q: Qu'est-ce qui vous a poussé à vouloir construire votre propre centre ?*

R: Le désir d'avoir un patrimoine commun à tous et susceptible d'être un témoignage de notre Amour pour la postérité.

*Q: Comment financez-vous ce projet ?*

R: Par les cotisations volontaires des yogis et yoginis de notre centre.

*Q: Avez-vous besoin d'aide matériel ou manuel ?*

R: Matériel peut-être dans l'avenir quand les consciences seront plus élevées. Pour l'instant, n'ayant pas à tirer la sonnette d'alarme, nous souhaitons nous débrouiller par nous-mêmes. En tout cas, on a pas encore la main sur la sonnette d'alerte. Oui pour les manuels :) )

*Q: Nous voyons sur les photos que tout le monde met la main à l'édification du bâtiment. Avez-vous des spécialistes au sein de votre collectivité dans la construction ?*

R: Nous avons quelques spécialistes en soudure métallique qui feront nos grilles pour fenêtres et portes. Mais pour les autres aspect nos cotisations intégraient également la main d'oeuvre du personnel spécialisé. Nous autres servons seulement comme aide pour diminuer le coût de cette main d'oeuvre.

*Q: Avez-vous rencontré des obstacles administratifs ?*

R: Non

*Q: Combien de personne ce centre pourra-t-il accueillir ?*

R: Deux cent au minimum





*Q: Nous apprenons qu'un deuxième centre est en train d'être construit, pouvez-vous nous en dire plus ?*

R: Je vais m'atteler à avoir plus d'informations, que je te ferai parvenir aussitôt. Le frère Basile qui m'a informé de cette œuvre est en ce moment hors connexion.

*Q: Et sinon, comment Sahaja Yoga se développe-t-il au Cameroun ?*

R: De plus en plus en profondeur.

*Q: Quel message vous aimeriez faire passer à la collectivité des 4 autres continents ?*

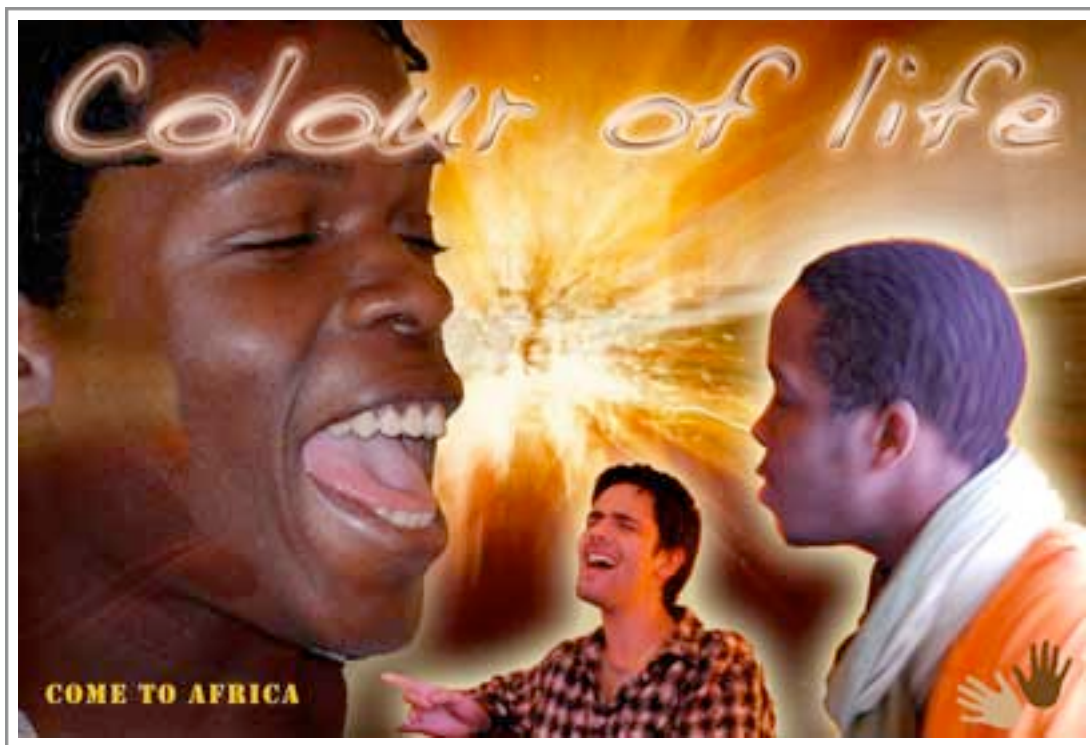
R: Qu'avec Sahaja Yoga, nous avons une toute autre géographie: celle d'un continent unique pour la terre entière.

Retrouvez plus de photos et de détails à ce sujet : <http://www.sahajafrika.net/wordpress/?p=127>



Pendant la méditation, vous ne devez faire aucun effort du tout. Il faut juste vous abandonner complètement et demeurer en conscience sans pensée."

— Shri Mataji Nirmala Devi



"Colour of Life" est une chanson écrite à 8 mains ; 4 noires et 4 blanches. 8 mains qui ne font qu'une. Ainsi que les notes qui l'a composent, noires et blanches et qui ne font qu'une également ; une chanson. Ainsi dansent ensemble rondes, pleines et croches mais sans anicroches. C'est pourquoi cette chanson douce, est dédiée à l'Amour de notre famille et au jour béni où une grande rencontre internationale réunira les enfants de Celle qui nous a donné cet amour des uns et des autres ainsi que de nous-même et à Son Amour, qui transcende toutes les dissensions.

Cette chanson est née du désir commun de voir l'Afrique honorée par une réponse massive à son invitation qu'elle adresse à ses frères et sœurs des 4 autres continents. On doit être conscient qu'il est extrêmement difficile pour un Africain de voyager en dehors de son pays. La plupart des gouvernements des 4 autres continents refusent les visas systématiquement. Des invitations existent, mais en quantité très limitée, permettant une personne d'accueillir un Africain chez lui en prenant de s'engageant administrativement à prendre toutes les responsabilités et charges en cas d'accident ou de maladie de son invité.

C'est pourquoi la presque totalité des Sahajis d'Afrique, n'ont jamais eut la chance de voir le darshan de Shri Mataji.

Ils invitent, ils espèrent et attendent de tout leur cœur et à bras ouvert la visite des Sahajis des 4 autres continent.

Aller en Afrique, c'est aussi aller dans le Swadisthan qui contient la connaissance pure autrement dit la Vérité qui n'est autre que cet Amour. Subtilement, il est possible que de ne pas y aller, c'est une manière de ne pas se tendre vers cette Connaissance Pure, voir de la refuser.

Nous sommes convaincus, par la fraîcheur des vibrations à ce sujet, que ce rendez-vous doit prendre place et qu'il sera le point de départ d'une nouvelle immersion dans notre conscience collective.

**Come to Africa ! Venez en Afrique !**

# Colour of life

Ma Mère est venue parler d'une histoire  
qui conte l'aventure de ses enfants, oui  
Ma mère est venue pour voir ses enfants  
qui habitent sur les cinq continents

Chorus :

We call you black, We call you white  
*Nous vous appelons noir, nous vous appelons blanc,*  
But the colour of the spirit is the light  
*Mais la couleur de l'Esprit est la Lumière,*  
We call you black, We call you white  
*Nous vous appelons noir, nous vous appelons blanc,*  
As the spirit is the source of life  
*Comme l'Esprit est la source de la vie,*

Nants ingonya bagadidi baba, hehe baba :2  
Et oui c'est le moment d'agir,  
de vivre le rêve de se réunir  
Et oui mes frères c'est le moment d'ouvrir  
la porte d'or de notre devenir  
Sur les rives des chutes de Niger,  
a l'eau vive de notre Mère la Terre

(Chorus)

COME COME COME COME COME TO AFRICA x4

Venez mes frères mes soeurs,  
welcome brothers sisters  
*Bienvenue frères et soeurs,*  
Par la porte de nos coeurs,  
to sit all around our Mother  
*Pour nous asseoir autour de notre Mère,*  
Shri Mataji went to Cabella,  
*Shri Mataji est allé \$à Cabella,*  
why don't you come to Africa ?  
*Pourquoi ne viens-tu pas en Afrique ?*  
We have nothing else to give you,  
*Nous n'avons rien d'autre à vous donner,*  
than our heart and it's love for you  
*Que notre coeur et son amour pour vous*

We call you black, We call you white,  
But, the Children of Mother are made of light  
*Mais les enfants de Mère sont fait de lumière*  
We call you black, We call you white  
But, the Children of Mother are made of light  
*Mais les enfants de Mère sont fait de lumière*



Composée le 7 février 2009  
au coin du feu après une belle  
soirée d'échange culturel  
Sahaj au centre de méditation  
de Genève par : Setondji et  
Manu, 2 frères aux racines  
Béninoises, Yoann puisant ses  
racines dans le Gospel et  
Sergio aux lointaines racines  
Sarrasines. Sur la photo ci-  
dessous, prise lors du Birthday  
Pooja 09 à Avully en Suisse,  
de g. à d. : Setondji, Sita et  
son mari Sergio, Manu, Yoann,  
Nicolas qui s'est joint à  
l'enregistrement, et Pascaline,  
la maman de Setondji et  
Manu.

La version audio  
est bientôt  
disponible  
sur le  
site



## Tour au Maroc



Samedi 14 février : merveilleuse soirée au palais Mnebi de Fez. Une soixantaine de personnes reçoivent leur réalisation et le programme se termine debout en dansant en présence du directeur artistique de la ville. Le lendemain, nous prenons tous le train pour nous rendre à Rabat, une jolie ville située sur la côte atlantique. Notre hôtel se trouve dans l'avenue principale de la ville, juste en face de l'Assemblée nationale, Rabat étant la capitale du pays.

Après un peu de repos, nous nous dirigeons vers le centre culturel AGDAL, un peu excentré dans la ville. Une salle de cinéma/théâtre confortable qui va

permettre d'accueillir une soixantaine de personnes pour le programme à 19h00.

A nouveau, nous commençons la soirée avec de la musique, un petit raga de Gabi au violon et tout de suite nous sentons l'attention profonde de tout le public.

Puis, c'est le tour du groupe de Layla qui donne le ton spirituel de la soirée avec un hommage au Prophète Mahomet dans son style arabo andalou très rythmé qui ouvre les coeurs ! Avant la présentation de Bernadette, Jessica nous démontre une fois de plus avec son étonnante facilité, la maîtrise parfaite du Kuchi Pudi que le public adore ! Ensuite, nous chantons un qawwali et un Jogawa puissants, encouragés par la participation de l'assistance.

Bernadette donne tout le coeur dont elle a le secret dans une présentation de SY et une expérience de la réalisation que toute la salle va vivre avec intensité.

De nombreuses personnes sentent les vibrations et les regards lumineux viennent illuminer les bons moments de musique qui vont suivre avec une rencontre des 2 groupes sur scène dans un qawwali-bhajan-arabo-sahaj qui fera danser le public ! La soirée se termine dans la joie avec les nombreux remerciements touchants de tous les participants.

Le lendemain doit avoir lieu le suivi du programme dans les salons de notre hôtel Balima au coeur de Rabat. En fin de matinée, nous partons tous dans la médina de Rabat en distribuant sur le chemin des tracts qui annoncent le programme du soir. L'accueil est chaleureux dans la rue et les passants prennent nos documents avec intérêt.

Nous faisons une longue visite de la médina jusqu'au bord de l'océan où certains iront prendre un bon bain de pieds.

Le soir vers 19h00, après avoir préparé le salon du 1<sup>er</sup> étage de l'immeuble, nous accueillons une bonne soixantaine de personnes à nouveau, nombreux sont ceux qui ont reçu nos tracts du matin ! Encore une magnifique soirée de vibrations: bhajans et qawwali, danse de Jessica, magnifique chanson de Layla et moments intenses dans l'expérience de la Réalisation. Puis les échanges musicaux vont à nouveaux faire se lever les coeurs et les corps pour une danse collective joyeuse dont tout le monde se souviendra ! Après la soirée les vibrations coulaient doucement entre nous tous et les visages réjouis des chercheurs donnaient vraiment la satisfaction que le travail de Mère avait porté ses fruits...



Le lendemain, nous reprenons tous le train pour un retour collectif à Fez. Voyage dans l'après-midi avec une lumière d'hiver superbe sur les collines marocaines. Dans le train, Gabi se trouve assis à côté d'une personne qui recevra la Réalisation et sera à notre follow up du mercredi soir ! Un indien de Dubai qui adore les qawwalis et les ghazals en urdu et qui connaît certaines de nos chansons par coeur !



Le suivi du mercredi soir accueille donc ce nouveau chercheur et trois autres personnes revenues de la première soirée à Fez. Petit nombre, mais très bonne attention et des participants qui méditent vraiment en profondeur. Les personnes présentes sont très intéressées par le travail vibratoire que nous leur proposons et nous quittent avec satisfaction non sans avoir écouté avec attention la musique proposée, dont le qawwali de Belos « Mohabatt Ka Khazana » que notre indien de Dubai va chanter avec entrain ! Musique et méditation, voilà nos nourritures de la soirée !

Il faut signaler que la veille notre amie Layla avait amené à l'hôtel une amie à elle, Latifa, qui est une très grande poétesse du Maroc, reconnue dans le Royaume, et chercheuse d'une étonnante sincérité. Sa réalisation a été une très belle expérience pour Jess et Gabi qui étaient avec elle, et qu'elle a elle-même qualifiée de « plus beau moment de sa vie » !



Les 2 jours restants sont mis à profit pour mieux visiter la ville magique de Fez, faire des achats sur place et découvrir les richesses artisanales de ce pays.

Pour terminer, il faut remercier du fond du coeur tous les organisateurs et participants de cette belle aventure dont Edith et Franz d'Autriche, très impliqués dans ce travail d'ouverture du Maroc à SY, mais aussi Layla pour son aide permanente localement, Luc pour sa générosité, Gabi pour toute la musique, et tous les autres, pour la joie d'être là !

Au plaisir d'y retourner !

Jai Shri Mataji !

Kabir

Retrouvez plus de photos et de détails à ce sujet : <http://www.sahajafrika.net/wordpress/?p=971>

## Brèves nouvelles d'Afrique

### Miracles à Madagascar

Les Sahaja yogis ont ici des expériences étonnantes.

Au cours de la médiation une personne a vu dans la salle a vu Shri Mataji assise sur son cheval blanc. Après nous avons eu discussion intéressante sur Shri Kalki et le Maha mantra du Sahasrara.

Hier, une personne partage une autre histoire intéressante. Dans la rue, il y avait un vol et tout le monde se demandait qui était le voleur. La Kundalini de notre sahaja yogi s'est manifestée et il a pu immédiatement désigner le voleur. Le voleur a de suite avoué qu'il était le coupable.

**Jaï Shri Mataji**

Peter

### Abidjan,

Hier au centre d'Akouedo à Abidjan, il y a eu un exposé sur la vie de SHRI MATAJI. Ainsi que celles de ses parents et de son frère BABA MAMA, qui a beaucoup contribué au développement de la musique Sahaj avec son académie de musique. On a aussi parlé de son mari et de ses enfants.

Ce qui a été retenu c'est qu'Elle est spéciale de par Sa naissance et de la Réalisation du Soi qu'elle donne en masse ainsi que de l'ouverture du Sahasrara.

Cet exposé a été fait par la soeur Rose et le frère Martin, membre de la Yuva Shakti.

Il y a eu aussi un programme public à la riviéra palmerais (Abidjan) à EDEC. Ce programme a été organisé par Bamba, Victoire. Emma doit donner plus de détails

Tantôt je vous ferai parvenir deux autres témoignages

**Jaï Shri Mataji**

Votre soeur, Sita

### Cameroun

Programme du mois de mars 2009 au centre de Yaoundé

- le 15/03/2009 : Conférence publique dans le sud du Cameroun plus précisément à ABAM. Petite ville frontalière avec le Gabon et la guinée Equatorial
- Le 20/03/2009 Technique simple de nettoyage plus méditation
- Le 21 à midi début du pujà d'anniversaire de Shri MATAJI.
- Le 22/03/2009 conférence publique à l'Asrham.

Blaise

### Cameroun

Un centre est en construction à Kribi, ville sis, à près de 300 km de Douala dans la région du sud du **Cameroun**.

Lionel

## Cote d'Ivoire

Depuis quelques années, le collectif Sahaj d'Abidjan en **Cote d'Ivoire** organise dans le mois de Mars, de préférence avant le 21, un programme publique en guise de cadeau d'anniversaire à Notre Divine Mère SHRI MATAJI NIRMALA DEVI. La tradition a donc été respectée :-)

Le Samedi 14 Mars nous étions à la Riviera Palmeraie, un quartier de la commune de Cocody, dans une des salles de l'Ecole de Danse et d'Echange Culturel (EDEC).

En face d'une quinzaine de chercheurs qui n'ont pas hésité à prendre leur Realisation du Soi, les Sahaja yogis présents ont donné et partagé ce qu'ils ont de plus important grâce à Shri Mataji : L'Amour

**JAI SHRI MATAJI!!!!**

Emmanuelle

## Bénin

Hier nous étions aux centre de Louho à Porto novo. Nous avons eu un séminaire sur les textes sacrés (Le Coran, la Bible et les Vedas) et la carte du Ciel de Sa Sainteté Shri Mataji Nirmala Devi. Il y avait plus d'une centaine de participants.

Emile

## Réunion

Nous étions 20 ! du 20 au 22 février Quelle bouffée d' air frais pour le collectif Réunionnais !!

Un programme très diversifié à fais le bonheur de tous. Musicothérapie, Kutchipudi sur les 3 mantras, poterie avec fabrication de Shri Ganesha, Pranayama, salutation au soleil et toute les techniques sahaj habituelle : bain de pied, shoebeat, camphre... discours de Shri Mataji et plein de rigolade et de succulent met pour satisfaire tous les Nabhi.

Nous étions dans les hauts de la Réunion, au frais, dans un très beau gîte. La joie et la profondeur s' installe doucement à la Réunion, pour notre plus grande joie à toutes et tous.

Plein d' amour à tous de la part de tous le collectif Réunionnais :-)

## Bénin

tout va bien par la grâce de Shri Mataji.

Hier c'était jour férié chez nous (la fête de "Maloud). Nous nous sommes retrouvés à Djeffa au centre Sahaj de Cotonou pour commémorer " la naissance de Shri Mahomet. nous étions environ une quarantaine. Après un entretien sur la vie du prophète Mahomet, nous avons offert un puja à Shri Mataji.[...]

Tout mon amour à tout le collectif

meilleures salutations,

**Jay Shri Mataji**

Emile

## Un dernier mot

Nous espérons que ce premier numéro vous a plu, qu'il est utile et permet à celles et ceux qui ne peuvent pas facilement se connecter sur le net, de suivre en partie le site de Sahaja Yoga en Afrique ; Sahajafrika.net

Ceux d'entre vous qui en ont la possibilité, imprimez-la et mettez-la à disposition de vos frères et soeurs dans vos centres respectifs s'il vous plaît.

Nous espérons pour la prochaine "Lettre Ouverte Francophone d'Afrique" avoir des nouvelles de plus de pays Sahaj d'Afrique. De nombreux pays n'ont pu donner réponses à notre requête d'information, principalement, comme cela nous a été dit, parce que l'état du réseau n'est pas toujours très bon, voir même inexistant parfois. Donnons tous ensemble des bandhans afin que la communication coule de plus en plus entre nous tous. Que tous les obstacles, techniques ou autres, soient détruits et que nous puissions communiquer aisément entre nous tous.

Le site Sahajafrika reçoit de nombreux messages de remerciements et d'encouragements. Nous pouvons tous, lecteurs et éditeurs, apprécier l'effet bénéfique et dynamisant que ce site relaye les nouvelles Sahaj du continent Africain.

Ce site devient la Tribune des Sahaja Yogis de tout le continent africain. Il offre de nombreuses possibilités et maintient l'attention des Sahajis du monde entier sur l'Afrique. Et cette attention a un effet positif sur le continent.

Nous espérons que par la grâce de notre Mère, ce site fera grandir le désir dans le coeur de nos frères et soeurs des 4 autres continents, de venir en Afrique. Et ce, jusqu'à sa maturité, c'est à dire, jusqu'au moment où ce désir se matérialisera et qu'une réunion internationale de toute la sangha, soit possible sur le sol africain.

Ainsi Sahajafrika est un début d'échange, une porte ouverte par laquelle espérons-le tous, chacun passera pour venir à la rencontre de l'autre.



Nous déposons aux Divins Pieds de Lotus de Notre Mère cet espoir.

**Jaï Shri Mataji**

Avec tout notre amour Sahaj'

L'équipe de Sahajafrika