

R'shiNaya

Le saint cheminement Hindouiste

Le R'shinaya (prononcé « rishi-na-ya »; avec un accent sur le « nay ») est le cheminement Hindouiste de la sainteté. Un Rishi est connu comme étant un sage ou un saint. Il y a de cela 3000 ans, les Vedas (les plus anciens textes sacrés de l'Hindouisme) ont été révélés aux Rishis alors qu'ils étaient dans de plus hauts états de conscience. Le terme Naya signifie conduite ou comportement. R'shiNaya est le chemin à suivre pour devenir une sainte personne ou prophète—une personne ayant perfectionné ses perceptions.

Il s'agit d'une contemplation exhaustive, d'une manière de vivre, de cinq états d'être—la Paix, le Pardon, la Compassion, la Gratitude et la Conscience. La contemplation est une méditation passive : respirez, portez attention en vous, calmez votre mental et observez que vous êtes conscient de vous-même. Ensuite, récitez doucement le mantra d'un mot tout en observant un chakra. La récitation commence de manière audible, mais devient plus lente et plus douce jusqu'à ce que la vibration du mantra coule silencieusement en vous. Contemplez la signification de chaque mantra dans le texte ci-dessous et calmez votre mental, permettant ainsi aux révélations de conscience de se produire.

Il s'agit d'un processus de 10 jours. Méditez sur chaque état d'être pendant un jour, entre 5 à 20 minutes, tout en faisant de votre mieux pour percevoir que vous existez partout (référez-vous au 2ème siddhi si vous le connaissez). Le premier jour portera sur Shanti, le deuxième jour sur Anuja et ainsi de suite. Cette partie de la pratique durera cinq jours. Du sixième jour au dixième, méditez sur chaque état d'être comme vous l'avez fait les 5 premiers jours, mais plutôt qu'exister partout, placez votre attention sur les chakras.

Shanti

Visualisation : Inspirez et expirez lentement et visualisez une douce lumière bleue qui s'étend du chakra de votre 3^{ème} œil au chakra de la Couronne. C'est « la respiration de la paix ».

La définition du dictionnaire Sanskrit pour le mot Shanti est Paix. La prononciation de ce mantra est « shahn-ti ».

Sh—transformation

Anti—présence de pensée pure dans le monde tangible

La signification plus profonde révèle la présence d'une forme de pensée plus élevée laquelle transforme ce qui est tangible dans le monde. La Paix veut dire bien plus que d'être calme au milieu de l'une des nombreuses tempêtes de la vie. Nous expérimentons la perception transformée qu'il n'y a pas de guerre, qu'il n'y a pas de conflit—il n'y a rien qui puisse nous affecter.

Shanti.....shanti.....shanti.....shanti.....shanti



MAHAJRYA
tradition bouddhiste

Anuja

Visualisation : Portez attention à votre chakra de la Gorge tout en observant une lumière bleue qui s'étend de votre Porte de Jade au-dessus de votre chakra du Cœur. Le chakra de la Gorge est ce qui les sépare et il s'agit aussi de la compréhension entre l'Âme et le Corps. C'est là où se trouve l'acceptation de lâcher prise. Ce n'est pas un lien, mais un pont toujours ouvert qui canalise les flots de conscience.

La définition du dictionnaire Sanskrit du mot Anuja est Pardon. La prononciation du mantra est « ah-nou-jah » (avec un accent sur le « nu »).

Anu—présence d'une expérience claire; raffinée

Ja—connaissance; comment le mental fait les choses

La signification profonde—la compréhension vraie et élevée d'une expérience claire, est qu'une offense n'existe pas. Nous n'avons jamais rien fait de « mal »; nous n'avons jamais rien fait de « bien »; nous avons seulement fait des choses. Personne ne vous a jamais offensé; nous expérimentons seulement le déni, l'ignorance et l'incompréhension. Nous sommes les créateurs du drame et nous sommes les observateurs du drame. Il y a de l'harmonie entre celui qui expérimente le drame et celui qui l'observe. Anuja est une expérience de pardon universel—nous célébrons la perfection de Dieu.

Anuja.....anuja.....anuja.....anuja.....anuja

MAHAJRYA
tradition bouddhiste

Karuna

Visualisation : Lumière divine dans le chakra du Cœur. Pour chaque chaîne d'identité qui se défait, la lumière blanche s'étend de plus belle autour de vous. C'est votre Âme qui grandit et qui devient plus puissante.

La définition du dictionnaire Sanskrit pour le mot Karuna est Compassion. La compassion n'est pas à confondre avec la pitié ni avec la gentillesse. Il s'agit de la compréhension complète de votre souffrance et de celle des autres, ce qui peut effectivement amener à un acte de gentillesse. La prononciation de ce mantra est « kah-rou-nah » (accent sur le « ru »).

Ka—effet; une coupure—une action sans définition; cela provoque; faire le deuil

Ru—défini, ressentir l'expérience

Na—objectivité

La signification profonde de Karuna est de laisser aller et de faire le deuil de sa propre identité, de son expérience égocentrique, de nos besoins et nos désirs, et de notre sens de l'importance de soi. Toutes les parties de notre identité renforcent une forteresse autour de notre cœur, de nos mains et de nos organes sexuels; chaque partie de notre identité est un bloc et une chaîne. La libération de notre identité nous permet de vraiment comprendre la souffrance et de contempler qu'elle est un rêve basée sur des attachements. Nous ne repoussons pas notre identité, nos êtres aimés ou nos préférences; nous en faisons simplement le deuil et nous cessons de dépendre d'eux. Nous n'employons aucun effort à relâcher quoi que ce soit.

À partir du moment où nous lâchons prise sur l'égocentrisme nous pouvons aimer simplement, pour la simple raison d'aimer. L'expérience de joie devient alors plus intense—la nourriture goûte meilleure; les relations avec ceux qu'on aime nous font plus de bien, la sexualité est meilleure. Lorsque nous sommes libres des murs de notre forteresse, la béatitude survient et nous sommes dans un état d'Unité pour toujours.

Enseignement avancé : Il y aura des remords, du rejet et de l'abandon lorsque vous ferez le deuil de votre identité. Vous devez vous en occuper. Ce deuil est une forme de mort. Faire le deuil de notre propre mort. Faire le deuil des cellules qui meurent les aide à se régénérer plus vite. Sans le deuil, le corps s'attache à elles.

Karuna.....karuna.....karuna.....karuna.....karuna.....karuna

Krutajna

Visualisation : Une lumière flamboyante, dorée et infinie qui coule en vous en passant par le chakra de votre Plexus Solaire.

La définition du dictionnaire Sanskrit pour le mot Krutajna est Gratitude. Krutajna n'est pas la gratitude que nous ressentons lorsque nous recevons quelque chose à laquelle nous accordons de l'importance—quelque chose de matériel, d'émotionnel ou mental. Cet état d'être d'appréciation révèle que tout est merveilleux et que nous avons tout ce dont nous avons besoin, mais notre ressenti n'est fixé sur rien en particulier. La prononciation du mantra est « ker-tan-yah » (accent sur le « tan »).

La signification profonde de Krutajna provoque un changement dans notre structure mentale (de la chair à la partie Divine de nous) de la gratitude envers une expérience. Nous sentons un genre d'étonnement non-dramatique, étant reconnaissant pour rien en particulier.

Krutajna.....krutajna.....krutajna.....krutajna.....krutajna



MAHAJRYA
tradition bouddhiste

Manasvin

Visualisation : Portez attention à votre abdomen, le chakra Sacral et le chakra de la Base. Soyez conscient d'une présence assise en vous et laissez votre conscience s'étendre partout, en vous et autour de vous.

La définition du dictionnaire Sanskrit pour le mot Manasvin est Conscience de Soi.

Ma—intellect; pensée non-manifeste

Na—tangible

S—pouvoir

V—envahir

In—intention dans toute chose

Svin—entièrement investi, objectif, observer

La signification profonde révèle l'intention investie dans toutes choses; le mental absorbé dans tous les aspects de la conscience. Nous sommes conscients de tout; nous acceptons tout. Il n'y a pas de jugement ou de déni dans notre conscience.

Manasvin.....manasvin.....manasvin.....manas.....manasvin

MAHAJRYA
tradition bouddhiste

Vivre comme un saint Hindou est la pratique diligente de la perception parfaite:

- l'absence de conflit dans notre vie apporte la paix
- se libérer de la croyance que l'offense existe apporte le pardon
- la compréhension complète de notre propre souffrance dans la libération de notre identité apporte la compassion
- vivre dans un état de remerciement sans raison particulière apporte la gratitude
- absorber le mental dans la conscience apporte la conscience de soi

Nous pratiquons ces états à tout moment de notre vie.