



# La psychologie.

## L'Énigme de Carl Jung, psychanalyste.

Un jour, Krishna dit à Arjuna, dans la Bhagavad-gita:

"Jamais ne fut un temps où nous n'existions, Moi, toi et tous ces rois et jamais aucun de nous ne cessera d'être." "Si je te révèle cette part du savoir, la plus secrète, c'est que tu es mon ami très cher. Écoute Ma parole, car je te la dis pour ton bien." "Ce savoir secret ne saurais être dévoilé aux hommes ni austères, ni dévoués, ni engagés dans le service de dévotion, ou qui M'envient."

Beaucoup de gens au Canada et aux États-Unis font une démarche thérapeutique avec un psychologue. En effet, la psychologie conventionnelle est reconnue officiellement comme une fonction appartenant au domaine scientifique. Elle s'est ramifiée par la suite dans de nombreux types de thérapie alternative et à ce qu'on a appelé, le Nouvel âge. Le psychanalyste suisse bien connu, Carl Gustave Jung a joué un rôle important dans l'expansion de cette nouvelle science à laquelle il a tenté de redonner les lettres de noblesse spirituelle ("Psychologie et religion", "L'homme à la recherche de son âme" etc.) Celui-ci concevait intuitivement que la connaissance de soi avait un lien avec la dimension spirituelle. L'aboutissement de sa recherche visait à intégrer la spiritualité à la science et vice et versa. "Qui suis-je?", "d'où venons-nous?", "où allons-nous?" sont les questions qui hante le cerveau humain, mais aussi sophistiqué qu'il puisse être, il n'a pour références que les informations acheminées par le mental, l'intelligence, les émotions et les sensations reliés au corps. Il n'a pas d'informations stables quant à un soi spirituel. Ainsi, malgré tous ses efforts, Jung n'a pu définir ce qu'il appelait "l'Énigme". Il a su toutefois respecter ce mystère et en faire un sujet de réflexion.

L'humain est attiré par la guérison et cherche naturellement la voie de passage via la santé, l'équilibre et la paix, souvent à travers les thérapies qui font légions actuellement. Après avoir lu le livre "Écoute ton corps," après avoir fait une bonne révision de ses blessures d'enfance, après avoir assisté à de multiples séances de "chanelling", il ne reste ni plus ni moins qu'à réaliser que les limites de cette guérison psychologique escomptée se collent au paramètres d'une identité physique temporaire.

Selon les écritures védiques, il existe deux formes de maladie. Il s'agit du désir de contrôler la nature matérielle, soit de compétitionner avec le Seigneur Suprême (1), et subséquemment, pour qui devient désabusé de son échec, le désir de se fondre en Dieu (2). Srila Prabhupada qualifie cette deuxième maladie de "suicide spirituel". La vérité telle que décrite dans la Bhagavad-gita précise que nous ne nous fondrons pas en Dieu et nous ne cesserons pas d'exister. Elle enseigne que nous sommes simultanément éternellement individuels et liés au Seigneur Originel. Indépendants, nous possédons pleinement le privilège de désirer. Mais attention! Du désir viennent les pensées et des pensées, les actions. Le désir de contrôler à petite ou à grande échelle est à l'origine de notre présence ici, dans le monde matériel. Il est vérifiable que les actions qui sont liées à ce désir nous enlissent, par les réactions qu'elles entraînent, dans un conditionnement limitatif aux expériences ayant ce but intéressé. On pourrait dire, grosso modo, que l'être conditionné se fabrique lui-même une prison faite d'ignorance.

La science de la guérison matérialiste a pour vocation d'annuler les réaction de ces actions, ou, du moins, de les accepter afin de les rendre plus supportables, mais cela, sans en considérer la cause véritable. Sur ce point, les védas nous enseignent que le but fondamental de la recherche humaine ne s'arrête pas sur cette demie mesure. Ils affirment que, pour résoudre "l'Énigme", il est essentiel d'entendre l'enseignement d'un maître authentique, c'est-à-dire d'un être qui a totalement assumé le désir de s'abandonner à Dieu. Krishna Lui-même nous dit dans la Bhagavad-gita qu'Il instruit Son dévot parce que celui-ci n'est pas envieux. C'est pourquoi la science de la réalisation spirituelle est décrite comme le plus secret des savoirs. Il n'est pas accessible à celui qui, obnubilé par l'envie, désire rivaliser avec Dieu ou jouir de Sa création indépendamment de Lui.

Il est important ici de considérer combien nous sommes tous influencés par ceux avec lesquels nous partageons notre vie. Afin d'anticiper l'expérience de la santé spirituelle, il devient donc essentiel de s'associer de près avec le pur dévot. Tout commence avec le désir. Par la suite, le médicament qu'Il prescrit fera son effet et les symptômes de la santé deviendront de plus en plus visibles. Naturellement, nous serons de plus en plus en mesure de détecter les désirs matériels et les désirs spirituels en nous. Les premiers tournent en rond car ils débouchent sur la roue des morts et des renaissances, dans ce monde difficile à contrôler. Les deuxième s'attachent au Guérisseur Originel, Sri Hari, un Nom du Seigneur Suprême qui veut dire: "Celui qui libère du cycle des morts et des renaissances." Il nous a envoyé Sa Grâce personnifiée, A.C.Bhaktivedanta Swami Prabhupada qui nous tend les clefs du plus Secret des Savoirs, ce Mystère que Carl Jung se contentait de respecter sans le connaître. À nous de faire le travail qui nous revient. Il est dit dans les Écritures que, dans la Kali-yuga, l'ère de querelle et d'hypocrisie dans laquelle nous vivons, l'être conditionné est si envieux qu'il l'est aussi de sa propre personne. Armé de la connaissance et oint de l'amour de notre Bienfaiteur éternel, il devient possible de confronter notre vieil ennemi, le serpent de l'envie et de retrouver le sens de notre identité spirituelle de serviteur aimant de Krishna. Srila Prabhupada est le thérapeute parfait. De plus, il est disponible à chaque instant dans Ses livres ainsi dans le cœur de Son disciple.

Chantons Hare Krishna et soyons heureux! C'est gratuit!

Écrit par Hari Bhakti d.d.

---

## Le changement de corps.

En 1974, au centre rural de l'A.I.C. K., près de Francfort, en Allemagne de l'Ouest, Sa Divine Grâce A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada s'entretient avec le professeur Karlfried Graf von Dürckheim. Ce dernier, psychanalyste religieux de renom, auteur de *Daily Life as Spiritual Exercise* ("La vie quotidienne en tant qu'exercice spirituel ") et docteur en psychologie psychanalytique, est le fondateur bien connu d'une école thérapeutique bavaroise où l'on utilise à la fois les conceptions occidentales et orientales en matière de psychologie de la conscience. Dans cette conversation, srila Prabhupada explique le principe fondamental de la réincarnation -à savoir que l'être spirituel distinct diffère du corps matériel. Après avoir établi que le moi conscient et le corps forment deux entités distinctes, srila Prabhupada décrit la manière dont le moi conscient, l'âme, transmigre d'un corps à un autre lors de la mort.

Professeur Dürckheim:

Au cours de mes recherches, j'ai découvert que l'ego naturel n'aime pas mourir. Toutefois, si vous passez par là (une expérience qui frôle la mort), vous semblez franchir le seuil de la mort et accéder à une réalité toute différente.

Srila Prabhupada.

Oui, elle est très différente. Cette expérience est analogue à celle d'un malade qui recouvre la santé.

Prof. Dürckheim:

Dans ce cas, la personne qui meurt accède à un plus haut niveau de réalité?

Srila Prabhupada: Ce n'est pas la personne qui meurt, mais son corps. Le savoir védique nous révèle que le corps est toujours mort. Prenons l'exemple d'un microphone fait principalement de métal. Lorsque l'électricité passe à travers cet appareil, celui-ci convertit le son en impulsions électriques qui sont amplifiées et transmises au moyen de hauts-parleurs. S'il n'y a pas d'électricité, rien ne se produit. Que le microphone fonctionne ou non, ce n'est rien de plus qu'un assemblage de métal, de plastique, etc. De même, le corps humain fonctionne parce qu'il est animé par la force vitale qui est à l'intérieur. Quand cette force vitale quitte le corps, on dit qu'il est mort; or, en fait, le corps est toujours mort. C'est la force vitale qui est l'élément important; seule sa présence confère au corps une apparence de vie. Qu'il soit "vivant" ou "mort", le corps physique n'est rien d'autre qu'une masse de matière inerte.

La Bhagavad-gita nous enseigne pour commencer que la condition du corps matériel n'est en fin de compte pas très importante.

*acocyā anvasocas tvam  
prajna-vadams ca bhasase  
gatasu agatasums ca  
nanusocanti panditah*

Le Seigneur Bienheureux dit: "Bien que tu tiennes de savants discours, tu t'affliges sans raison. Ni les vivants ni les morts, le sage ne les pleure." (B.g., II.11)

Le corps privé de vie n'est pas le véritable sujet d'une recherche philosophique. Nous devrions plutôt nous concentrer sur le principe actif -celui qui fait se mouvoir le corps privé de vie, l'âme.

Prof. Dürckheim.

Comment enseignez-vous à vos disciples à devenir, conscients de cette force qui n'est pas de la matière, mais qui donne' à celle-ci un aspect vivant? Intellectuellement, je puis apprécier une conception philosophique qui contient la vérité. Mais comment pouvez-vous faire ressentir ces choses-là à quelqu'un?

### **Comment percevoir l'âme**

Srila Prabhupada:

C'est très simple. Un principe actif anime le corps; si ce principe est absent, le corps n'est plus animé. Voici donc la véritable question. "Quel est ce principe actif?" Cette question est au cœur de la philosophie du Vedanta. En fait, le Vedanta-sutra commence par l'aphorisme athato-brahma-jijnasa. "Quelle est la nature du moi à l'intérieur du corps?" Celui qui étudie la philosophie védique apprend donc d'abord à distinguer un corps vivant d'un cadavre. S'il est incapable de comprendre ce principe, nous lui demandons alors de considérer le problème du point de vue logique. Tout le monde peut voir que le corps se transforme et se meut grâce à la présence du principe actif, l'âme. En l'absence de ce principe actif, le corps est incapable de se transformer ou de se mouvoir. Il doit donc y avoir quelque chose dans le corps qui l'anime. Ce concept n'est pas très difficile à saisir.

Le corps est toujours mort. Il est pareil à une machine complexe. Un magnétophone est constitué de matière inerte, mais dès que vous, l'être vivant, le mettez en marche, l'appareil fonctionne.

Pareillement, le corps est également de la matière inerte; mais à l'intérieur de celui-ci, il y a la force vitale. Tant que ce principe actif demeure dans le corps, ce dernier fonctionne et semble vivant. A titre d'exemple, nous possédons tous la faculté de parler. Si je demande à l'un de mes disciples de venir, il viendra; mais si le principe actif quitte son corps, même si je l'appelais pendant des milliers d'années, il ne viendrait pas. C'est là une chose très simple à comprendre...

Mais quel est donc exactement ce principe actif? Voilà un tout autre sujet, et la réponse à cette question constitue le commencement du savoir spirituel.

Prof. Dürckheim.

Je saisis très bien ce que vous avez voulu dire à propos du corps privé de vie -il doit y avoir quelque chose à l'intérieur de celui-ci qui le rend vivant. La seule conclusion possible est que nous parlons de deux choses distinctes- le corps et le principe actif. Mais ma véritable question est celle-ci: comment devenons-nous conscients du principe actif par une expérience directe, et non simplement par le biais d'une conclusion intellectuelle? Pour celui qui emprunte la voie intérieure, n'est-il pas important de véritablement faire l'expérience de cette réalité plus profonde?

### **"Je suis esprit -je suis Brahman"**

Srila Prabbapada:

Vous êtes vous-même le principe actif. Le corps vivant et le cadavre sont des choses différentes. Seule la présence du principe actif les distingue. Quand ce dernier est absent, le corps est dit mort. Le moi véritable est donc identique au principe actif. Dans les Vedas, nous trouvons l'aphorisme so 'ham: "Je suis le principe actif. " Il y est également dit, aham brahmasmi: "Je ne suis pas ce corps matériel. Je suis esprit -je suis Brahman." Voilà donc la prise de conscience spirituelle du moi. La Bhagavad-gita décrit la personne qui a pris conscience de son moi spirituel en ces termes, brahma-bhutah prasannatma na socati na kanksati: Celui qui atteint ce niveau de conscience spirituelle n'éprouve aucun désir et n'est jamais affligé. Samah sarvesu bhutesu: Il est égal envers tous -hommes, bêtes, tous les êtres vivants.

Prof. Dürckheim:

Un cas peut se présenter. L'un de vos disciples peut dire: "Je suis esprit", mais en restant incapable d'en faire l'expérience.

Srila Prabhupada:

Comment pourrait-il ne pas le ressentir? Il sait qu'il est lui-même le principe actif. Fondamentalement, tous les hommes savent qu'ils ne sont pas leur corps; même un enfant sait cela. Il suffit de nous observer lorsque nous parlons. Nous disons: "Ceci est mon doigt." Jamais nous ne dirons: "Moi, le doigt." Or, qu'est-ce que ce "moi"? Voilà en quoi consiste la réalisation spirituelle: "Je ne suis pas le corps de matière."

Cette prise de conscience peut également s'étendre à d'autres êtres vivants. Pourquoi l'homme tue-t-il des animaux? Pourquoi nuire à autrui? Celui qui a pris conscience de son moi spirituel constate: "Voici un être distinct. Il a tout simplement revêtu un corps différent, mais le même principe actif qui existe dans mon corps agit également dans le sien." L'être devenu conscient de son moi spirituel voit d'un œil égal tous les êtres vivants, sachant que le principe actif -le moi- est présent non seulement chez les êtres humains, mais également dans les corps d'animaux, d'oiseaux, de poissons, d'insectes, d'arbres et de plantes.

### **La réincarnation au cours de notre vie**

L'âme, le principe actif, transmigre d'un corps à un autre lors de la mort. Le corps peut avoir un aspect différent, mais le moi demeure le même. Nous pouvons observer ce passage d'un corps à un autre même au cours de notre propre vie. Nous sommes en effet passés d'un corps de nourrisson à celui d'un enfant, de celui d'un enfant à celui d'un adolescent, et enfin de celui d'un adolescent à celui d'un adulte. Pourtant, l'être conscient -l'âme- demeure toujours le même. Le corps est matériel, et le vrai moi est spirituel. On dit de celui qui en vient à comprendre ces choses, qu'il a pris conscience de son moi spirituel.

Prof. Dürckheim:

Je crois que l'Occident aborde maintenant un tournant décisif; en effet, pour la première fois dans notre histoire, les habitants de l'Europe et de l'Amérique s'intéressent sérieusement aux expériences intérieures grâce auxquelles la vérité est révélée. Bien entendu, l'Orient a toujours eu des philosophes qui, par leurs expériences, ont cessé de considérer la mort comme quelque chose de terrifiant; elle devient alors le seuil d'une vie plus complète. Les gens ont besoin de cette expérience par laquelle ils peuvent vaincre leurs habitudes physiques. Et, s'ils parviennent à dépasser cette expérience physique, soudainement, ils se rendent alors compte qu'en eux-mêmes un principe tout à fait différent est à l'oeuvre. Ils deviennent conscients d'une vie intérieure.

Srila Prabhupada:

Un dévot de Krsna prend naturellement conscience de ce principe différent, parce qu'il ne pense jamais qu'il est son corps de matière. Il pense plutôt, aham brahmasmi: "Je suis une âme spirituelle." Voici la première instruction que Krsna donne à Arjuna dans la Bhagavad-gita: "Cher Arjuna, tu prends à cœur la condition du corps, mais les hommes qui possèdent la connaissance accordent peu d'importance au corps matériel, qu'il soit mort ou vivant." Voilà donc la première prise de conscience sur la voie du progrès spirituel. Chaque être humain en ce monde s'intéresse beaucoup à son corps, et lorsque celui-ci est vivant, il en prend soin d'innombrables manières. Lorsqu'il meurt, on lui érige souvent de grandes statues et d'imposants monuments funéraires. C'est là ce qu'on appelle la conscience du corps; néanmoins, personne ne comprend ce principe actif qui donne au corps sa beauté et sa vie. Quand vient la mort, personne ne connaît la destinée du vrai moi, du principe actif. C'est ça l'ignorance.

Prof. Dürckheim:

Durant la Première Guerre mondiale, lorsque j'étais jeune homme, j'ai passé quatre ans au front. Je suis l'un des régiment à ne pas avoir été blessé. Sur le champ de bataille, je vis la mort à maintes reprises. J'ai vu des hommes qui se tenaient tout près de moi être foudroyés, et la force vitale les quitter soudainement. Tout ce

qu'il en restait, comme vous le dites, c'était un corps sans âme. Mais, lorsque la mort était proche et que j'acceptais le fait que j'allais peut-être devoir également mourir, je me rendais compte que mon moi était une chose totalement étrangère à mon corps.

Srila Prabhupada:

Oui. C'est là ce qu'on appelle la prise de conscience de son moi.

Prof. Dürckheim:

Cette expérience de guerre m'a profondément marqué. Elle a été le commencement de mon cheminement intérieur.

Srila Prabhupada:

Les Vedas enseignent, narayana-parah sarve na kutasana bibhyati: Celui qui a pris conscience de Dieu, n'a peur de rien.

Prof. Dürckheim:

Le processus qui conduit à la réalisation spirituelle est une suite d'expériences intérieures, n'est-ce pas? Ici, en Europe, les hommes sont passés par des expériences de ce genre. En fait, je crois que c'est la véritable richesse de l'Europe -que tant de gens aient connu les champs de bataille, les camps de concentration et les bombardements. Au fond de leur cœur, ils gardent le souvenir de ces moments où la mort était proche; ils se rappellent lorsqu'ils étaient blessés, lorsqu'ils furent presque déchiquetés; ces expériences leur donnèrent un aperçu de leur nature éternelle. Mais aujourd'hui, il est nécessaire de montrer aux hommes qu'ils n'ont pas besoin d'un champ de bataille, de camps de concentration ou de bombardements pour prendre au sérieux ces expériences intérieures propres à celui qui est soudainement touché par un sentiment de la réalité divine et qui comprend que son existence physique ne constitue pas la seule et unique réalité.

### **Le corps est comme un rêve**

Srila Prabhupada:

Chaque nuit, nous pouvons vivre cette expérience. Lorsque nous rêvons, notre corps est étendu sur le lit, mais nous allons ailleurs. De cette manière, nous savons tous que notre identité réelle est distincte de notre corps. Lorsque nous rêvons, nous oublions le corps qui repose sur le lit. Nous agissons en d'autres corps et dans d'autres lieux. Pareillement, durant la journée, nous oublions ces corps que nous avons revêtus dans nos rêves et qui nous ont transportés en tant d'endroits différents, nous permettant même parfois de voler dans le ciel. La nuit, nous oublions le corps physique que nous avons à l'état de veille, et, durant le jour, nous oublions notre corps de rêve. Toutefois, notre moi conscient, l'âme, n'en continue pas moins d'exister, et nous demeurons conscients de notre existence en chacun de nos corps. Nous devons ainsi en conclure que nous ne sommes aucun de ces corps. Pendant un certain temps, nous existons en un certain corps; puis, lorsque vient la mort, nous l'oublions. Le corps n'est en réalité qu'une structure mentale ressemblant à un rêve, mais le moi diffère de toutes ces structures mentales. Voilà à quoi correspond la prise de conscience du moi véritable. Sri Krsna dit dans la Bhagavad-gita:

*indryani parany ahur  
indriyebhyah param manah  
manasas tu para buddhir  
yo buddheh paratas tu sah*

"Les sens prévalent sur la matière inerte, mais supérieur aux sens est le mental, et l'intelligence surpasse le mental. Encore plus élevée que l'intelligence, cependant, est l'âme." (B.g., III. 42)

Prof. Dürckheim:

Vous parliez il y a un moment du faux ego. Voulez-vous dire que le véritable ego est l'âme?

Srila Prabhupada:

Oui. Voilà le véritable ego. Par exemple, j'habite ce corps indien de 78 ans, et mon faux-ego pense: "Je suis indien", "Je suis ce corps". C'est là une conception erronée. Un jour, ce corps temporaire disparaîtra et j'obtiendrai un autre corps éphémère. Il ne s'agit là que d'une illusion temporaire. En vérité, l'âme transmigre d'un corps à un autre, compte tenu de ses désirs et de ses activités.

Prof. Dürckheim:

La conscience peut-elle exister de façon distincte du corps matériel?

Srila Prabhupada:

Oui. La pure conscience, l'âme, ne requiert pas un corps matériel. Prenons un exemple: lorsque vous rêvez, vous oubliez votre corps actuel; néanmoins, vous demeurez conscient.

L'âme, la conscience, est comme l'eau: cette dernière est pure, mais dès que les gouttes de pluie rencontrent le soi, elles se transforment en boue.

Prof. Dürckheim:

Je vois...

Srila Prabhupada:

Pareillement, nous sommes des âmes spirituelles; nous sommes purs, mais dès que nous quittons le monde spirituel et entrons en contact avec ces corps matériels, notre conscience est en quelque sorte recouverte. La conscience demeure pure, mais elle est maintenant recouverte par la boue (notre corps). Et c'est la raison pour laquelle les hommes se battent. Ils s'identifient faussement avec le corps et pensent. "Je suis allemand", "Je suis anglais", "Je suis noir", "Je suis blanc", "Je suis ceci", "Je suis cela" -rien de plus que des désignations corporelles. Ces désignations physiques sont des impuretés. C'est la raison pour laquelle les artistes sculptent ou peignent des nus. En France, par exemple, la nudité est considérée comme étant de l'art pur. Pareillement, lorsque vous comprenez la "nudité" ou la véritable condition de l'âme spirituelle sans ces désignations physiques, vous avez alors une idée de ce qu'est la pureté.

Prof. Dürckheim:

Il semble qu'il soit très difficile de comprendre que nous sommes différents du corps; pourquoi?

### **Chacun sait qu'il n'est pas un corps de matière**

Srila Prabhupada:

Cela n'a rien de difficile, et vous pouvez en faire l'expérience. Si les gens pensent autrement, c'est par pure sottise; mais en réalité, chacun sait bien qu'il n'est pas un corps de matière. Nous pouvons très facilement en faire l'expérience. J'existe, je sais que j'ai existé dans un corps de nourrisson, j'ai ensuite existé dans un corps de jeune enfant ainsi que dans un corps d'adolescent. Je suis passé par un grand nombre de corps, et me voici maintenant dans celui d'un vieillard. Ou, à titre d'exemple, disons que vous ayez mis une veste noire. Dans un instant, vous pourrez en mettre une blanche. Mais vous n'êtes ni la veste noire, ni la veste blanche; vous avez tout simplement changé de veste. Si je vous appelle "Monsieur noir", ce serait là une sottise de ma part. De même, au cours de mon existence, j'ai maintes fois changé de corps, mais je ne suis aucun d'entre eux. Voilà le véritable savoir.

Prof. Dürckheim:

Et pourtant, n'y a-t-il pas une difficulté? Par exemple, peut-être avez-vous intellectuellement très bien compris que vous n'êtes pas votre corps mais il se peut que vous ayez encore .a crainte de la mort. Cela veut donc

dire que vous ne l'avez pas vraiment réalisé? Autrement, vous ne craindriez plus la mort, parce que vous sauriez que vous ne pouvez pas vraiment mourir.

Srila Prabhupada:

La connaissance réalisée nous est transmise par une autorité supérieure, par quelqu'un qui possède un savoir supérieur. Au lieu de passer des années à essayer de prendre conscience que je ne suis pas mon corps, je peux recevoir cette connaissance de Dieu, Krsna, la source parfaite. Alors, j'ai fait l'expérience de mon immortalité par le simple fait d'avoir écouté une autorité incontestée. Voilà qui est parfait.

Prof. Dürckheim: Oui, je saisis.

Srila Prabhupada:

C'est pourquoi l'on trouve une injonction védique disant, tad-vijnanartham sa gurum evabhigacchet: Pour avoir une expérience probante de la perfection de la vie, vous devez consulter un guru. Et qu'est-ce qu'un guru? Qui devrais-je consulter? Tout simplement quelqu'un qui a lui-même parfaitement reçu le message de son propre guru. Voilà ce qu'on appelle la succession de maître à disciple. Je reçois les paroles d'un être parfait, et je transmets ce savoir de la même façon, sans la moindre altération. Sri Krsna nous donne ce savoir dans la Bhagavad-gita, et nous transmettons ce même savoir, sans rien y changer.

Prof. Dürckheim: Au cours des dernières vingt ou trente années, nous avons pu remarquer que l'Occident s'intéresse de plus en plus aux choses spirituelles. Mais, d'un autre côté, si les hommes de science veulent éliminer le moi humain, ils sont certainement sur la bonne voie avec leurs bombes atomiques et autres innovations techniques. S'ils veulent toutefois guider l'humanité vers un but supérieur, ils doivent cesser de voir l'homme d'une manière toute matérielle, c'est-à-dire avec les yeux de la science; ils doivent nous voir tels que nous sommes -comme des individus pourvus de conscience.

---

## Le visage est le reflet du mental.



Un proverbe anglais déclare: "Le visage est le reflet du mental." Si quelqu'un éprouve de la colère, celle-ci s'exprime aussitôt sur son visage. Pareillement, d'autres états psychologiques sont reflétés par les activités du corps grossier. En d'autres termes, les activités du corps grossier sont les conséquences de la condition mentale de l'être. Penser, ressentir et vouloir sont les fonctions du mental, et la volonté est rendue manifeste par les activités corporelles. Bref, les activités du corps et des sens donnent une idée de la condition du mental, et cette dernière est influencée par les activités accomplies au cours d'une existence antérieure.

Lorsque le mental s'unit à un sens particulier, les pensées se manifestent sous une forme concrète. A titre d'exemple, lorsque le mental est animé par la colère, la langue profère alors de nombreuses imprécations. De même, quand la colère du mental s'exprime par l'intermédiaire des mains, il s'ensuit une bagarre. Qu'elle vienne s'exprimer par les jambes, et il y aura des coups de pied. Ainsi, les activités subtiles du mental s'expriment de différentes manières par le truchement des divers organes des sens. Le même principe s'applique d'ailleurs au mental d'une personne qui est consciente de Krsna. La langue chantera alors Hare Krsna, le maha-mantra, les mains se lèveront au ciel dans un geste d'extase et les jambes danseront.



Ces manifestations ont pour nom asta-sattvika-vikara. Le sattvika-vikara est la transformation de la condition mentale sous l'effet de la vertu ou parfois de l'extase spirituelle.

Tiré du Srimad-Bhagavatam. (Chant 4.29.63)

---

## Le reflet de nos désirs.



Cet article est une compilation de différentes parties de textes puisées dans les livres de Srila Prabhupada. Il explique que notre corps est le résultat de nos désirs intérieurs. Il est possible de découvrir les désirs de tous individus par les traits de leur corps. Celui-ci, est le reflet grossier d'une combinaison de nos désirs qui sont des éléments plus subtils. Nous obtenons le corps que nous avons souhaité. Nous pouvons utiliser nos désirs pour jouir de ce monde de matière ou en sortir pour finalement posséder un corps spirituel. Celui-ci, sera libéré de ce cycle sans fin des morts et renaissances en ce monde matériel pour connaître en plus, la maladie et la vieillesse.

Le corps éphémère est tout entier sous la dépendance de l'âme immortelle qui l'habite, et il doit prendre la forme que celle-ci impose par ses désirs. La nature matérielle façonne les corps selon les désirs de chaque être vivant avec un art et un raffinement sans égal. Celui qui désire manger des ordures obtiendra un corps approprié, tel celui d'un porc, et celui qui aime se nourrir de sang et de chair deviendra un tigre.

Les êtres s'incarnent en divers corps matériels mais tous leur sont étrangers. Selon la forme de jouissance qu'ils convoitent et le cycle d'évolution des espèces, ils transmigrent d'un corps à un autre, passant des formes aquatiques aux formes végétales, des végétaux aux reptiles, des reptiles aux oiseaux, des oiseaux aux mammifères terrestres, pour finalement obtenir une forme humaine.

En ce monde, la nature nous force à transmigrer d'un corps à l'autre selon nos désirs matériels. Chaque être, du microbe au parfait deva, possède un corps en conformité avec ses désirs. L'homme intelligent ne se laisse pas tromper par les apparences variées de ces corps; il voit au contraire, l'unité spirituelle de tous les êtres. Qu'elle habite un porc ou un deva, l'âme est toujours la même; elle demeure une partie infime de Dieu. Le désir de dominer la nature matérielle est le mal dont souffre l'être conditionné, fasciné par les plaisirs de ce monde. Il est contraint d'accepter différents corps matériels.

Le fait que des formes subtiles existent dans l'éther a été prouvé par la science moderne à travers le phénomène de la transmission des ondes télévisées - des formes ou des images sont transmises d'un lieu à un autre par l'action de l'élément éthéré. Nous pouvons comprendre comment des formes subtiles sont engendrées à partir de l'éther, quelles sont leurs caractéristiques et leurs mouvements, ainsi que la façon dont les éléments tangibles, à savoir l'air, le feu, l'eau et la terre, sont manifestés depuis la forme subtile. Les activités du mental, ou fonctions psychologiques -soit penser, ressentir et vouloir-, se déroulent également au niveau de l'éther. L'assertion de la Bhagavad-gita, selon laquelle la condition du mental au moment de la mort sert de fondement à l'existence suivante, se trouve corroborée ici. L'existence mentale prend effectivement une forme tangible dès que s'en présente l'occasion, du fait de quelque souillure matérielle ou du développement des éléments grossiers à partir de formes subtiles.

Srimad-Bhagavatam, 3.26.34 (Car, certes, ce sont les pensées, les souvenirs de l'être à l'instant de quitter le corps qui déterminent sa condition future.

Bhagavad-gita: 7.6)

La coordination judicieuse des influences astrales n'est jamais une création de la volonté humaine, mais repose dans les mains d'autorités supérieures, d'agents du Seigneur Suprême. Bien entendu, l'agencement des influences prédominantes au moment de la naissance est déterminé en fonction des actes passés, bons ou mauvais, de l'être vivant. De là vient l'importance des actes vertueux ou coupables qu'il accomplit. Ainsi, ce n'est que par des actes pieux que l'on peut obtenir de grandes richesses, une bonne éducation et des traits corporels harmonieux.

Srimad-Bhagavatam, 1. 12.12

Alors si nous voulons changer nos désirs matériels pour des désirs spirituels, nous quitterons ce monde pour un autre meilleur. Nous n'aurons plus dans ce monde à reprendre naissance et à mourir dans un cycle sans fin. Voici ce que dit la Bhagavad-gita à ce propos:

Quiconque, au trépas, à l'instant même de quitter le corps, se souvient de Moi seul, atteint aussitôt Ma Demeure, n'en doute pas.

Bhagavad-gita: 8.5

Pour se souvenir de Krishna au moment de la mort, nous devons nous préparer en cette vie même. La façon recommandée est de glorifier les Noms de Krishna par le chant du maha-mantra: Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare Hare Hare Rama Hare Rama Rama Rama Hare Hare.

La Conscience de Krishna n'est pas un dogme mais c'est une science comme vous avez sans doute remarqué dans cet article.

Ecrit et compilé par Aprakrita dasa

---

## Vos pensées déterminent votre prochain corps.



Le fait que des formes subtiles existent dans l'éther a été prouvé par la science moderne à travers le phénomène de la transmission des ondes télévisées: des formes ou des images sont transmises d'un lieu à un autre par l'action de l'élément éthéré. Ceci est très bien expliqué ici, qui peut dès lors servir de base à de vastes travaux de recherche scientifique; il est expliqué en effet comment des formes subtiles sont engendrées à partir de l'éther, quelles sont leurs caractéristiques et leurs mouvements, ainsi que la façon dont les éléments tangibles, à savoir l'air, le feu, l'eau et la terre, sont manifestés depuis la forme subtile.

Les activités du mental, ou fonctions psychologiques soit penser, ressentir et vouloir, se déroulent également au niveau de l'éther. L'assertion de la Bhagavad-gita, selon laquelle la condition du mental au moment de la mort sert de fondement à l'existence suivante, se

trouve corroborée ici.

L'existence mentale prend effectivement une forme tangible dès que s'en présente l'occasion, du fait de quelque souillure matérielle ou du développement des éléments grossiers à partir de formes subtiles.

Tout vient du mental, les constructions, les autos, les avions etc... à partir de ce que nous pensons des formes sont créées. Au moment de la mort notre dernière pensée déterminera notre prochain corps. Cette dernière pensée sera l'ensemble de toutes les pensées que nous avons eues en cette vie. Au long de notre vie notre

mental ira chercher dans l'éther ce dont il a besoin pour former notre prochain corps. En cette vie même nous préparons notre prochain corps. Les spiritualistes parce qu'ils n'agissent que pour plaire à Krishna et ne font que des activités spirituelles acquièrent un corps spirituel.

Pour spiritualiser notre conscience, il faut réciter le maha mantra: Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare Hare Hare Rama Hare Rama Rama Rama Hare Hare

Par: Aprakrita Dasa

---

## Le mental.

Buvez ceci, mangez cela, habillez vous ainsi, conduisez telle automobile, écoutez tel film etc... Telles sont les paroles des publicités qui savent bien contrôler notre mental en nous dictant ce que nous devons faire. Les agences de publicité ont bien compris le fonctionnement du mental. Ils peuvent ainsi contrôler des masses de gens et nous faire consommer au maximum. En nous entrant une publicité dans la tête nous concrétisons cette idée. La pensée est au début une forme subtile qui deviendra par la suite une forme plus grossière.

En fait, tout vient du mental. Tout ce qui a été créé par l'homme fut au tout début une forme subtile de pensée. Les plus gros gratte-ciel, les avions, les barrages, les satellites, tout ce que nous pouvons voir devant nous etc.. fut avant leur création dans la tête de son créateur. Le mental peut donc créer. Nous avons donc un pouvoir de création. Ceci n'est pas difficile à comprendre. Même l'enfant peut créer. Il peut dessiner, construire de petits objets et plus il grandira plus son pouvoir de créativité se développera. Il en arrivera un jour à pouvoir créer des choses impressionnantes. Derrière chaque mental il y a le concepteur et finalement le créateur.

Nous sommes si facilement fascinés par les créations des humains mais si nous regardons bien il y a aussi le Créateur de ce monde. Il a construit de grands océans, des montagnes, des forêts, des planètes, des univers etc... Imaginez quel doit être la puissance de Son mental! Il est dit dans la Bhagavad-gita:

La splendeur du soleil, qui dissipe les ténèbres de l'univers entier, sache le, procède de Ma Personne. Et aussi celle de la lune, et aussi celle du feu. J'entre en chacune des planètes, et, à travers Mon énergie, les maintiens dans leur orbite. Je deviens la lune, et par là donne le sue de la vie à tous les végétaux.

Chap: 14 versets 12 et 13

Savez-vous que malgré notre petite puissance, nous pouvons créer notre prochain corps? Le mental est le mécanisme qui permet les transmigrations, car c'est lui qui fait passer l'âme dans de nouveaux corps. La Gita explique à ce propos:

Car, certes, ô fils de Kunti, ce sont les pensées, les souvenirs de l'être à l'instant de quitter le corps qui déterminent sa condition future.

Bhagavad-gita: chapitre 8 verset 6

Tout ce à quoi nous avons pensé durant notre vie, tout ce que nous avons fait, laisse des impressions sur notre mental, et l'ensemble de ces impressions influence la dernière pensée que nous aurons quand nous mourrons. La nature matérielle nous octroiera le corps qu'aura déterminé la qualité de nos pensées. Le corps que nous revêtons aujourd'hui est donc l'expression de notre conscience au moment de notre dernière mort.

Le fait que des formes subtiles existent dans l'éther a été prouvé par la science moderne à travers le phénomène de la transmission des ondes télévisées - des formes ou des images sont transmises d'un lieu à un autre par l'action de l'élément éthéré. Ceci est très bien expliqué ici, qui peut dès lors servir de base à de travaux de recherche scientifique; il explique en effet comment des formes subtiles sont engendrées à par-

tir de l'éther, quelles sont leurs caractéristiques et leurs mouvements, ainsi que la façon dont les éléments tangibles, à savoir l'air, le feu, l'eau et la terre, sont manifestés depuis la forme subtile. Les activités du mental, ou fonctions psychologiques -soit penser, ressentir et vouloir-, se déroulent également au niveau de l'éther. L'assertion de la Bhagavad-gita, selon laquelle la condition du mental au moment de la mort sert de fondement à l'existence suivante, se trouve corroborée ici. L'existence mentale prend effectivement une forme tangible dès que s'en présente l'occasion, du fait de quelque souillure matérielle ou du développement des éléments grossiers à partir de formes subtiles.

Srimad-Bhagavatam, 3.26.34

Alors à quoi penserez vous au moment de votre prochaine mort? IL faut dès maintenant se préparer à penser à Krishna en récitant le maha mantra. Ainsi nous retournerons dans notre vraie demeure en compagnie de Krishna, Dieu la Personne Suprême.

*Compilé et écrit par Aprakrita dasa*

---

## Chanter Hare Krishna.



Le docteur Daniel Goleman, rédacteur de Psychology Today et auteur de Thé Varieties of Meditative Experiences, déclare après avoir étudié les techniques méditatives des membres du Mouvement pour la Conscience de Krishna: "Les dévots de Krishna m'apparaissent comme des êtres humains charmants et productifs. Dans une culture comme la nôtre, où l'évolution spirituelle intérieure est quasiment ignorée au profit d'objectifs matériels, nous y gagnerions peut-être à étudier leurs pratiques méditatives."

Tout le monde sait qu'il faut jouir d'une bonne santé pour vivre heureux. Bien manger, faire de l'exercice et se reposer suffisamment s'avèrent essentiels pour demeurer en pleine forme. Si nous négligeons ces besoins, notre corps s'affaiblit et sa résistance décroît. Sujets à l'infection, nous contractons finalement quelque maladie.

Mais plus important encore, bien que moins connu, est le besoin de nourriture' et de soins spirituels de l'âme. Si nous oublions notre santé spirituelle, les tendances matérielles négatives comme l'anxiété, la haine, la solitude, les préjugés, l'avidité, l'ennui et la colère nous envahiront. Afin de protéger l'âme contre ces souillures subtiles, les Ecritures védiques recommandent d'intégrer à notre vie un programme d'examen de conscience et d'épanouissement intérieur constant, fondé sur la force spirituelle et la clarté d'esprit.

L'énergie transcendantale requise pour acquérir une satisfaction psychologique totale est innée. Il s'agit toutefois de l'éveiller grâce à un procédé authentique. D'entre toutes les pratiques spirituelles autorisées, les Védas éternels de l'Inde nous informent que la méditation sur le montra Hare Krishna est la plus puissante.

Le premier fruit du chant du montra est résumé ainsi par Shrila Prabhupada dans son commentaire sur la Bhagavad-gita: "L'expérience nous montre que quiconque chante ou récite les Saints Noms (Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare/ Hare Rama, Hare Rama, Rama Rama, Hare Hare) ressent en temps opportun une joie spirituelle incomparable et se purifie très bientôt de toute souillure matérielle."

Au début, celui qui adopte ce chant voit sa conscience s'éclaircir, son mental s'apaiser et toute impulsion ou habitude indésirable le quitter. Et plus sa réalisation s'approfondit, plus il perçoit la nature originelle de l'âme spirituelle. Selon la Bhagavad-gita, l'illumination permet à l'être, une fois son mental purifié, de réaliser son

identité véritable et de goûter une joie intérieure.

D'autre part, le Chaitanya-charitamrita, commentaire de dix-sept volumes sur la vie et les enseignements du Seigneur Chaitanya, le fondateur du Mouvement pour la Conscience de Krishna, décrit le bienfait ultime du chant des Saints Noms: "Ce chant éveille en l'être son amour pour Krishna et lui donne de connaître le bonheur absolu. Finalement, il obtient la compagnie de Krishna et s'engage dans Son service de dévotion, comme s'il plongeait dans un vaste océan d'amour."

Celui qui pratique le chant du mantra Hare Krishna en récoltera donc d'innombrables fruits qui culminent dans la conscience de Krishna et l'amour de Dieu. Il suffit d'appliquer méthodiquement ce procédé- de méditation. Pour permettre à tous de bien saisir les effets progressifs de ce chant, nous discuterons dans les prochains envois de ses bienfaits principaux.

Puisé dans le livre: Renaître

---

## **Vous êtes ce que vous mangez.**

Le végétarisme et le développement de la personne.

Pour que le végétarisme soit une aide à l'évolution humaine, il doit être un des premiers pas vers une vie meilleure sur tous les plans: physique, moral, mental, spirituel; sinon le végétarisme ne serait qu'une béquille supplémentaire pour le maintien du moi égoïste et ne ferait qu'entraver l'évolution de l'homme.

*Sundari-Spendjian*

Un mode de vie supérieur.

Lorsqu'une personne adopte le végétarisme, il lui est plus facile de rester paisible, heureuse, productive et soucieuse du bien d'autrui. Comme le disait si bien le brillant physicien Albert Einstein: "Le végétarisme, par son action purement physique sur la nature humaine, influencerait de façon très bénéfique sur la destinée de l'humanité."

Voici plusieurs citations de personnes célèbres montrant comment une diète végétarienne favorise notre développement physiologique, psychologique et spirituel.

"Comme dernière conséquence du meurtre des animaux, le sang humain, abruti, ne peut plus s'élever aux choses intellectuelles."

*Bossuet, théologien et écrivain français*

Le régime végétarien ne contribue pas pour peu de chose à la pureté de l'âme."

*Michelet, historien et philosophe français.*

"Le régime pythagoricien est un facteur puissant de haute évolution humaine, parce qu'il assure le rendement le plus parfait et le plus harmonieux des forces spirituelles, vitales et physiques. Sur l'esprit d'abord il agit en le purifiant, en lui épargnant des incitations à la brutalité et à la sensualité. Il permet un meilleur développement intellectuel, parce qu'il facilite à coup sûr le jeu des opérations cérébrales. Tous les individus qui abandonnent l'usage des viandes sont surpris de constater combien leur esprit devient plus lucide, leur clairvoyance plus grande et leur but plus élevé. La douceur, l'optimisme, le sang-froid et la joie de vivre se font jour progressivement. L'individu se sent transporté dans un monde supérieur, parce qu'il a libéré son

cerveau d'influences malsaines, fortifié son sens moral, élargi l'horizon de ses pensées, facilité l'éducation de sa volonté et accru sa valeur spirituelle."

*Dr Paul Cartori, médecin*

"Les corps, appesantis par les viandes, sont accablés de maladies; une vie frugale les rend plus saine, plus robustes et coupe la racine de tous les maux. La multitude des aliments étouffe la chaleur naturelle, et c'est de là que viennent toutes les maladies."

*Saint Basile-le-Grand, père et docteur de l'église chrétienne.*

"Notez que les races habituées à se passer de chair animale sont caractérisées en général par leur non-agressivité, leur pondération, la maîtrise de leurs passions, ceci parce que leurs vibrations émotives violentes n'ont pas été entretenues par celles fournies par l'alimentation. Les émotions pures, au contraire, sont favorisées par une alimentation pure et contribuent à leur tour à une pensée pure. C'est le cas de beaucoup dhindous."

*Dr. Ad Ferrière, docteur en chimie*

"La viande ne sert qu'à développer des instincts bestiaux, la lubricité, la luxure, l'alcoolisme."

*Tolstoi écrivain saviétique*

"Puisque vous savez déjà avec quelle ardeur j'ai abordé l'étude de la philosophie pendant ma jeunesse, je ne vous cache pas l'admiration que les préceptes de Pythagore m'ont inspirée. Sodon, et après lui Sextus, résolurent tous deux de s'abstenir de la chair des animaux. Ils le firent pour des raisons différentes, mais également nobles. Sodon pense que l'homme peut se satisfaire largement sans verser le sang des animaux."

Une fois la pratique du meurtre alimentaire devenue habituelle, dit-il, pour la satisfaction de l'appétit, la brutalité passera en même temps dans nos moeurs. De plus, il ajoute que cette variété d'alimentation n'étant pas naturelle à l'homme, est par suite nuisible à la santé. Et quand même je vous prive de la chair, dit-il, je vous prive seulement de la nourriture des lions et des vautours. Frappé de tels arguments, moi aussi j'ai quitté l'usage de la viande des animaux, et, à la fin d'une année, mes nouvelles habitudes m'étaient devenues, non seulement faciles, mais délicieuses; et même il me semblait que mes capacités intellectuelles devenaient de plus en plus actives."

*Sénèque savant stoïcien et moraliste*

"La nourriture carnée porte les inquiétudes, les convoitises, les acharnements, les agressivités de la bête; la nourriture végétale, la fraîcheur et la stabilité de la plante..."

*Lanza Del Vasto, pacifiste*

"Les animaux, à l'époque actuelle, sont assassinés industriellement dans une atmosphère d'horreur, de révolte et de souffrance sans nom... La conséquence de ce fruit, est que les contemporains n'absorbent pas seulement de la viande, ils absorbent en même temps de la colère, de la révolte et de la bestialité."

*Papus, docteur en philosophie*

Le Dr Bonnejoy, après avoir énuméré une longue série de saints dont il a étudié la vie, saint Martin, saint Benoît, saint François-Xavier, sainte Catherine de Sienne, saint Dominique, saint Yves de Kermartin, sainte Thérèse, saint Bernard, saint Charles de Borromée, etc., a trouvé qu'ils étaient végétariens stricts; il conclut: "Le végétarisme est pour ainsi dire la caractéristique constante des saints. Ils y sont tous venus à un moment de leur vie, ayant reconnu que c'était le plus sûr moyen pour préparer et activer leur développement spirituel."

*Dr Bonnejoy, tiré de: "Végétarisme et spiritualité."*

"Nos jardins nous présentent tous les délices imaginables, tandis que l'abattoir et la boucherie sont pleins de sang figé et de puanteur abominable."

*John Ray, botaniste*

"Si vous étiez convaincu qu'en donnant de la viande à vos enfants, vous leur communiquiez tous les vices, vous arrêteriez cette main malaisante, et vous aimeriez mieux qu'elle se desséchât, plutôt que de lui faire exécuter un tel acte."

*Francis Bacon, philosophe anglais*

"Ah! qu'il est doux, saint et innocent, le spectacle d'une table ainsi garnie, et quelle différence avec un repas composé de chair fumante d'animaux égorgés et massacrés. Assurément, l'homme ne possède nullement l'organisation d'un être carnivore; la rapine et la voracité ne lui sont pas naturelles; il ne possède ni dents pointues, ni griffes pour déchirer une proie; mais au contraire, il est pourvu de mains faites pour recueillir les fruits et les légumes, et de molaires propres à les mâcher."

*John Ray, botaniste*

"Spectacle étrange, de voir une mère donner à sa fille, qu'hier encore elle allaitait, cette grossière alimentation de viandes sanglantes, et ces dangeureux excitants; le vin, l'exaltation même; le café, poison des nerfs; et elle s'étonne de la voir violente, fantasque, passionnée. C'est elle-même quelle doit accuser."

*Michelet historien et philosophe français*

"Il est impossible d'établir une différence bien marquée, au point de vue logique et moral, entre l'habitude de manger la chair des bêtes et la manière d'agir des cannibales. Ce n'est que par habitude irréflechie que l'on excuse l'une et condamne l'autre."

"Je mange de tout ce qui ne jouit pas de la vie animale; ces aliments m'offrent une variété bien plus grande que le régime de chair."

"L'habitude de la dévoration, la soif de sang, ont rendu féroce l'homme physique et éteint l'homme moral..."

*Charles Ménard, philosophe français*

"Pour la femme et pour l'enfant, c'est une grâce, une grâce d'amour, d'être surtout frugivore, d'éviter la fétidité des viandes et de vivre plutôt des aliments innocents qui ne causent la mort de personne, des suaves nourritures qui flattent l'odorat autant que le goût."

*Michelet, historien et philosophe français*

"Ma mère croyait, et je le crois aussi, que cette nourriture (carnée), plus succulente et plus énergique en apparence, contient en soi des principes irritants et putrides qui agitent le sang et abrègent les jours de l'homme... Elle ne me laissa jamais manger de la viande avant l'âge où je fus jeté dans la vie pêle-mêle des collègues. Pour m'en ôter le désir, si je l'avais eu, elle n'employa pas de raisonnements, elle se servit de l'instinct qui raisonne mieux en nous que la logique... (L'auteur décrit la cour d'une boucherie qu'il visita avec sa mère.) Des ruisseaux de sang fumaient ça et là sur le pavé; une profonde pitié, mêlée d'horreur, me saisit; je demandai à passer vite. L'idée de ces scènes horribles et dégoûtantes, préliminaires obligés d'un de ces plats de viande que je voyais servis sur la table, me fit prendre la nourriture animale en dégoût et les bouchers en horreur... J'ai conservé une répugnance raisonnée pour la chair cuite, et il m'a toujours été difficile de ne pas voir, dans l'état de boucher, quelque chose de celui du bourreau. Je ne vécus donc, jusqu'à douze ans, que de pain, de laitages, de légumes et de fruits. Ma santé n'en fut pas moins forte, mon développement pas moins rapide, et peut-être est-ce à ce régime que je dus cette pureté de traits, cette sensibilité exquise d'expressions, et cette douceur sereine d'humeur et de caractère, que je conservai jusqu'à cette éfflue."

*Lamartine poète français*

"Le régime alimentaire basé sur la viande et les spiritueux, en rapprochant l'homme des espèces inférieures, immerge d'autant plus son âme pendant le sommeil dans les fluides, grossiers et inférieurs."

*Saint Yves d'Alveydre*

"Nous avons dit que le disciple d'Hermès doit pratiquer la purification sur les plans spirituel, animique et

physique à la fois. La purification physique requiert une alimentation exclusivement végétarienne..."

"La nourriture animale est la cause de toutes les corruptions organiques; son usage incite l'homme vers ses penchants instinctifs et il est l'origine de la laideur et de la difformité des races."

"La cruauté, la barbarie, la luxure, le crime sont issus du carnivorisme... le vrai, le beau, le bien naissent du végétarisme."

Jean Mavérie, tiré de: "La médecine hermétique des plantes." "Il est nécessaire de se soumettre à certaines règles d'alimentation; il faut choisir la nourriture qui rend l'âme la plus pure. Si vous allez dans une ménagerie, vous en aurez la preuve inunédiate. Voici les éléphants, animaux énormes, mais calmes et doux; et voici les lions et les tigres; vous les trouvez en perpétuel mouvement; cela vous montre bien les conséquences dues à la différence de nourriture."

*Vivekananda, philosophe bengali*

"Dis-moi ce que tu manges, je te dirai ce que tu es."

*Brillat-Savarin, gastronome et auteur français*

