

Bulletin of Sri Aurobindo International
Centre of Education

Bulletin du Centre International d'Éducation Sri Aurobindo
August 2021

Contents

THE SUPRAMENTAL MANIFESTATION UPON EARTH	8
LETTERS TO A YOUNG CAPTAIN	17
THE SANATANA DHARMA	30
TALK OF 25 MAY 1970	39
PURIFICATION OF THE HEART	42
SINCERE PRACTICE	45
ENTIRE SELF-GIVING	46
SADHANA OF THE BODY	49
SRI AUROBINDO ANSWERS	54
REPORT ON THE QUARTER	74
ILLUSTRATIONS	

Table des Matières

LA MANIFESTATION SUPRAMENTALE SUR LA TERRE	9
LETTRES À UNE JEUNE MONITRICE	16
LE SANÂTANA DHARMA	31
ENTRETIEN DU 25 MAI 1970	38
PURIFICATION DU CŒUR	43
PRATIQUE SINCÈRE	44
UN COMPLET DON DE SOI	47
LA SÂDHANÂ DU CORPS	48
SRI AUROBINDO RÉPOND	55
RAPPORT TRIMESTRIEL	75
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: 09791855433

SUBSCRIPTION RATES 2021

English-French Edition

	<u>For One Year</u>		<u>For Five Years</u>	
	Unregistered	Registered	Unregistered	Registered
Inland:	Rs. 200/-	Rs. 270/-	Rs. 1000/-	Rs. 1350/-
	<u>Overseas Subscription</u>			
Sea Mail:	U.S. \$ 25	U.S. \$ 30	U.S. \$ 125	U.S. \$ 150
Air Mail:	U.S. \$ 30	U.S. \$ 35	U.S. \$ 150	U.S. \$ 175

(Rates for five years are subject to revision.)

Subscription year begins from February issue. Last date for receiving subscriptions is 31st January. Subscriptions received late will be renewed for the same year only if all the back issues of the year are available. Otherwise they will be renewed from the next year.

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

The Supramental Manifestation upon Earth

The eight essays comprising *The Supramental Manifestation upon Earth*, Sri Aurobindo's last prose writings, first appeared in the quarterly *Bulletin of Physical Education* (at present called *Bulletin of Sri Aurobindo International Centre of Education*) in 1949 and 1950. The series was left unfinished on Sri Aurobindo's passing in December 1950. It was published as a book in 1952 under the title *The Supramental Manifestation upon Earth*.

La Manifestation supramentale sur la Terre

Ces huit essais, les derniers écrits en prose de Sri Aurobindo, ont paru pour la première fois dans le *Bulletin d'éducation physique* (aujourd'hui *Bulletin du Centre international d'éducation Sri Aurobindo*) en 1949 et 1950, année où Sri Aurobindo quitta son corps. Ces essais inachevés ont été publiés sous forme de livre en 1952 sous le titre « La Manifestation supramentale sur la Terre ».

Supermind and the Life Divine

(Continued)

THE divine life will give to those who enter into it and possess it an increasing and finally a complete possession of the truth-consciousness and all that it carries in it; it will bring with it the realisation of the Divine in self and the Divine in Nature. All that is sought by the God-seeker will be fulfilled in his spirit and in his life as he moves towards spiritual perfection. He will become aware of the transcendent reality, possess in the self-experience the supreme existence, consciousness, bliss, be one with Sachchidananda. He will become one with cosmic being and universal Nature: he will contain the world in himself, in his own cosmic consciousness and feel himself one with all beings; he will see himself in all and all in himself, become united and identified with the Self which has become all existences. He will perceive the beauty of the All-Beautiful and the miracle of the All-Wonderful; he will enter in the end into the bliss of the Brahman and live abidingly in it and for all this he will not need to shun existence or plunge into the annihilation of the spiritual Person in some self-extinguishing Nirvana. As in the Self, so in Nature, he can realise the Divine. The nature of the Divine is Light and Power and Bliss; he can feel the divine Light and Power and Bliss above him and descending into him, filling every strand of his nature, every cell and atom of his being, flooding his soul and mind and life and body, surrounding him like an illimitable sea and filling the world, suffusing all his feeling and sense and experience, making all his life truly and utterly divine. This and all else that the spiritual consciousness can bring to him the divine life will give him when it reaches its utmost completeness and perfection and the supramental truth-consciousness is fulfilled in all himself; but even before that he can attain to something of it all, grow in it, live in it, once the Supermind has descended upon him and has the direction of his existence. All relations with the Divine will be his: the trinity of God-knowledge, divine works and devotion to God will open within him and move towards an utter self-giving and surrender of his whole being and nature. He will live in God and with God, possess God, as it is said, even plunge in him forgetting all separate personality, but not losing it in self-extinction. The love of God and all the sweetness of love will remain his, the bliss of contact as well

Le Supramental et la vie divine

(Suite)

TOUS ceux qui pourront accéder à cette vie divine et la vivre, vivront en même temps, de plus en plus et enfin complètement, dans la conscience-de-vérité et tout ce qu'elle comporte. Elle apportera la réalisation du Divin dans le moi et du Divin dans la Nature. Tout ce que cherche l'aspirant à la divinité sera accompli dans son esprit et dans sa vie à mesure qu'il s'approchera de la perfection spirituelle. Il percevra la réalité transcendante, il possédera par expérience l'existence, la conscience et la félicité suprêmes ; il sera un avec Sat-chit-ânanda, un également avec l'Existence cosmique et avec la Nature universelle ; il contiendra le monde en lui-même, en sa conscience cosmique, et se sentira un avec tous les êtres ; il se verra en tous et verra tous les êtres en lui-même, il s'unira et s'identifiera au « Moi qui est devenu toutes les existences ». Il percevra la beauté du parfaitement Beau et le miracle du Tout-Merveilleux ; il s'immergera finalement dans la béatitude du Brahman et y vivra d'une façon permanente, sans pour autant avoir besoin de fuir l'existence ni d'abolir la Personne spirituelle en quelque Nirvâna d'annihilation de soi. Et il pourra réaliser le Divin dans la Nature comme il l'a réalisé en son moi. En sa nature, le Divin est Lumière, Pouvoir, Félicité ; l'aspirant peut les sentir au-dessus de lui et qui descendent en lui, remplissent toutes les fibres de sa nature, toutes les cellules et les atomes de son être, inondent son âme, son mental, sa vie, son corps, l'enveloppent telle une mer illimitée et remplissent le monde, imprègnent tous ses sentiments, ses sens, ses expériences, rendent toute sa vie vraiment et intégralement divine. Tout cela, et tout ce que la conscience spirituelle peut apporter, la vie divine le lui offrira quand elle atteindra sa plénitude et sa perfection absolues et quand la conscience-de-vérité supramentale sera accomplie dans toutes les parties de son être ; mais même avant, le chercheur pourra avoir un aperçu de cette totalité, croître en elle, vivre en elle, pour peu que le Supramental descende et guide son existence. Toutes les relations possibles avec le Divin seront siennes : la trinité de la connaissance de Dieu, des œuvres divines et de l'amour pour Dieu s'épanouira en lui et le conduira vers un don de soi absolu et une soumission de tout son être et de toute sa nature. Il vivra en Dieu et avec Dieu, possédera Dieu et, comme on le dit, s'immergera même en Lui, oubliant toute personnalité

as the bliss of oneness and the bliss of difference in oneness. All the infinite ranges of experience of the Infinite will be his and all the joy of the finite in the embrace of the Infinite.

The descent of the Supermind will bring to one who receives it and is fulfilled in the truth-consciousness all the possibilities of the divine life. It will take up not only the whole characteristic experience which we recognise already as constituting the spiritual life, but also all which we now exclude from that category but which is capable of divinisation, not excluding whatever of the earth-nature and the earth-life can be transformed by the touch of the Supermind and taken up into the manifested life of the Spirit. For a divine life on earth need not be a thing apart and exclusive having nothing to do with the common earthly existence: it will take up human being and human life, transform what can be transformed, spiritualise whatever can be spiritualised, cast its influence on the rest and effectuate either a radical or an uplifting change, bring about a deeper communion between the universal and the individual, invade the ideal with the spiritual truth of which it is a luminous shadow and help to uplift into or towards a greater and higher existence. Mind it will uplift towards a diviner light of thought and will, life towards deeper and truer emotion and action, towards a larger power of itself, towards high aims and motives. Whatever cannot yet be raised into its own full truth of being, it will bring nearer to that fullness; whatever is not ready even for that change, will still see the possibility open to it whenever its still incomplete evolution has made it ready for self-fulfilment. Even the body, if it can bear the touch of Supermind, will become more aware of its own truth, — for there is a body consciousness that has its own instinctive truth and power of right condition and action, even a kind of unexpressed occult knowledge in the constitution of its cells and tissues which may one day become conscious and contribute to the transformation of the physical being. An awakening must come in the earth-nature and in the earth-consciousness which will be, if not the actual beginning, at least the effective preparation and the first steps of its evolution towards a new and diviner world order.

This would be the fulfilment of the divine life which the descent of Supermind and the working of the truth-consciousness taking hold of the whole nature of the living being would bring about in all who could open themselves to its power or influence. Even its first immediate effect would be on all who are capable the possibility of entering into the truth-consciousness and changing all

séparée, sans pour autant la perdre dans une abolition de soi. Il goûtera l'amour de Dieu et toute la douceur de l'amour, le délice du contact autant que le délice de l'unité et de la différence dans l'unité. Toute la gamme infinie de l'expérience de l'Infini sera sienne et toute la joie du fini dans l'embrassement de l'Infini.

La descente du Supramental apportera toutes les possibilités de la vie divine à celui qui s'ouvrira à elle et aura réalisé en lui la conscience-de-vérité. Non seulement elle intégrera toutes les expériences particulières qui constituent la vie spirituelle telle que nous la connaissons, mais tout ce que nous excluons du domaine spirituel et qui, cependant, peut être divinisé. Elle n'excluera rien de la nature et de la vie terrestres qui puisse être transformé par le contact du Supramental et inclus dans la vie manifestée de l'Esprit. Car une vie divine sur la terre ne sera pas nécessairement une vie séparée, exclusive, sans aucun rapport avec l'existence terrestre générale : elle embrassera l'être humain et la vie humaine, transformera et spiritualisera tout ce qui peut l'être, répandra son influence sur le reste de l'humanité, effectuera un changement radical ou élèvera l'homme au-dessus de lui-même. Elle établira une communion plus profonde entre l'individu et l'univers, plongera l'idéal au cœur de la vérité spirituelle dont il est l'ombre lumineuse, et aidera à soulever l'ensemble vers une existence plus grande et plus haute, et à y vivre. Ainsi exaltés, le mental atteindra à la lumière d'une volonté et d'une pensée plus divines, la vie à une action plus vraie, à des émotions plus profondes, un plus large pouvoir, des mobiles et des buts supérieurs. Tout ce qui ne peut encore réaliser sa vérité d'être complète, elle le rapprochera de sa plénitude ; et même ce qui n'est pas encore prêt à ce changement verra s'offrir à lui la divine possibilité, dès que son évolution encore incomplète l'aura préparé à l'accomplissement de soi. Même le corps, s'il peut supporter le contact du Supramental, percevra mieux sa propre vérité ; car il existe une conscience corporelle possédant sa propre vérité instinctive, un pouvoir d'action vraie et d'état vrai, et même une certaine connaissance occulte inexprimée dans la constitution de ses cellules et de ses tissus, lesquels, un jour, pourront devenir conscients et contribuer à la transformation de l'être physique. Un éveil doit se produire dans la nature terrestre comme dans la conscience terrestre, qui sera, sinon le vrai commencement, du moins la préparation effective et les premiers pas d'une évolution de la terre vers un ordre mondial nouveau plus divin.

Tel sera l'accomplissement de la vie divine qu'apporteront la descente du Supramental et l'action de la conscience-de-vérité lorsqu'elle s'emparera, en

the movements of the nature more and more into the movements of the supramental truth, truth of thought, truth of will, truth in the feelings, truth in the acts, true conditions of the whole being even to the body, eventually transformation, a divinising change. For those who could so open themselves and remain open, there would be no limitation to this development and even no fundamental difficulty; for all difficulties would be dissolved by the pressure of the supramental light and power from above pouring itself into the mind and the life-force and the body. But the result of the supramental descent need not be limited to those who could thus open themselves entirely and it need not be limited to the supramental change; there could also be a minor or secondary transformation of the mental being within a freed and perfected scope of the mental nature. In place of the human mind as it now is, a mind limited, imperfect, open at every moment to all kinds of deviation from the truth or missing of the truth, all kinds of error and openness even to the persuasions of a complete falsehood and perversion of the nature, a mind blinded and pulled down towards inconscience and ignorance, hardly arriving at knowledge, an intellect prone to interpret the higher knowledge in abstractions and indirect figures seizing and holding even the messages of the higher intuition with an uncertain and disputed grasp, there could emerge a true mind liberated and capable of the free and utmost perfection of itself and its instruments, a life governed by the free and illumined mind, a body responsive to the light and able to carry out all that the free mind and will could demand of it. This change might happen not only in the few, but extend and generalise itself in the race. This possibility, if fulfilled, would mean that the human dream of perfection, perfection of itself, of its purified and enlightened nature, of all its ways of action and living, would be no longer a dream but a truth that could be made real and humanity lifted out of the hold on it of inconscience and ignorance. The life of the mental being could be harmonised with the life of the Supermind which will then be the highest order above it, and become even an extension and annexe of the truth-consciousness, a part and province of the divine life. It is obvious that if the Supermind is there and an order of supramental being is established as the leading principle in earth-nature, as mind is now the leading principle, but with a sureness, a complete government of the earthly existence, a capacity of transformation of all upon their level and within their natural boundaries of which the mind in its imperfection was not capable, an immense change of human life, even if it did not extend to transformation, would be inevitable.

tous ceux qui peuvent s'ouvrir à son pouvoir et à son influence, de la nature entière de l'être vivant. Mais son premier effet immédiat sur tous ceux qui sont prêts, sera la possibilité d'entrer dans la conscience-de-vérité et de transformer de plus en plus tous les mouvements de leur nature en mouvements de la vérité supramentale : vérité dans la pensée, dans la volonté, dans les sentiments, dans l'action. Ainsi la vérité s'établira dans tout l'être et même dans le corps, pour aboutir finalement à la transformation, à la divinisation. En tous ceux qui pourront s'ouvrir ainsi et demeurer ouverts, il n'y aura plus de limite au progrès, ni même aucune difficulté fondamentale, car toutes les difficultés seront dissoutes par la pression de la lumière et du pouvoir supramentaux qui se déverseront d'en haut dans le mental, dans la force de vie et dans le corps. Mais les effets de la descente supramentale ne se limiteront pas nécessairement à ceux qui peuvent s'ouvrir intégralement, ni à un changement supramental ; une transformation mineure ou secondaire de l'être mental lui-même pourrait également se produire au sein d'une nature mentale libérée et perfectionnée. Le mental humain tel que nous en faisons l'expérience, est limité, imparfait, il peut à chaque minute dévier de la vérité ou passer à côté, commettre toutes sortes d'erreurs et même se laisser convaincre par les purs mensonges et les perversions de la nature : un mental aveuglé, tiré vers le bas, vers l'inconscience et l'ignorance, à peine capable d'atteindre la connaissance, un intellect habitué à traduire la connaissance supérieure par des abstractions et des représentations indirectes et qui saisit et retient les messages de l'intuition supérieure elle-même d'une manière incertaine et contestée. Au lieu de cela, pourrait émerger un mental vrai, libéré, capable de se perfectionner spontanément et entièrement, ainsi que ses instruments, une vie gouvernée par un mental libre, illuminé, un corps qui répond à la lumière et qui a le pouvoir d'exécuter tout ce que la pensée et tout ce que la volonté libres exigent de lui. Ce changement pourrait se produire non seulement chez le petit nombre mais s'étendre à toute l'humanité. Si cette possibilité voyait le jour, cela signifierait que le rêve humain de perfection — le perfectionnement de l'homme, le perfectionnement de la nature humaine purifiée et illuminée, le perfectionnement de toutes ses manières de vivre et d'agir — ne serait plus un rêve mais une vérité réalisable et que l'humanité s'arracherait à l'emprise de l'inconscience et de l'ignorance. La vie de l'être mental pourrait s'harmoniser avec la vie du Supramental, qui dès lors serait le plan le plus élevé au-dessus de lui, et elle pourrait même devenir un prolongement, une annexe de la conscience-de-vérité, une parcelle ou une

It remains to consider what might be the obstacles in the way of this possibility, especially those offered by the nature of the earth-order and its function as a field of a graded evolution in which our humanity is a stage and, it might be argued, its very imperfection an evolutionary necessity, how far could or would Supermind by its presence and government of things overcome this difficulty while respecting the principle of gradation, and whether it could not rectify the wrong and ignorant order imposed by the Ignorance and Inconscience and substitute for it a right gradation in which the perfection and divinisation would be possible. Certainly, the way for the individual would be open; whatever group of human beings aspire as united in an endeavour at a perfect individual and collective living or aspire to the divine life, would be assisted towards the attainment of its aspiration: that at least the Supermind would make its minimum consequence. But the greater possibility is also there and might even be offered to the whole of humanity. This, then, we have to consider, what would the descent of the Supermind mean for mankind and what would be its result or its promise for the whole life and evolutionary future and destiny of the human race?

SRI AUROBINDO

province de la vie divine. Il est évident que si le Supramental est présent parmi nous et qu'un ordre supramental d'existence s'instaure et remplace le mental en tant que principe directeur de la nature terrestre, mais avec une sûreté et une autorité complète sur l'existence terrestre, une capacité de transformer chacun à son propre niveau et dans ses limites naturelles — ce que le mental est incapable d'accomplir en raison de son imperfection —, un immense changement de la vie humaine, même s'il n'allait pas jusqu'à la transformation, s'ensuivrait inévitablement.

Il reste à envisager les obstacles qui pourraient empêcher cette possibilité de se réaliser, surtout ceux qui tiennent à la nature de l'ordre terrestre et à sa fonction, qui en fait le terrain d'une évolution graduelle où notre humanité représente un stade, et son imperfection même, pourrait-on arguer, une nécessité évolutive. Dans quelle mesure le Supramental, par sa présence et son gouvernement des choses, pourra-t-il ou voudra-t-il surmonter ces difficultés, tout en respectant le principe de gradation ? Et ne pourra-t-il pas rectifier l'ordre faux et ignorant imposé par l'Ignorance et l'Inconscience et y substituer une gradation vraie où la perfection et la divinisation seraient possibles ? Certes, le chemin sera ouvert à l'individu ; mais également, tous ceux qui au sein d'une collectivité s'uniront dans une même tentative pour réaliser la perfection d'une vie individuelle et collective ou aspireront à la vie divine, recevront l'aide nécessaire pour réaliser leur aspiration. Ce sera la conséquence minimale de la présence du Supramental. Mais l'autre et plus grande possibilité existe aussi, et pourrait même être offerte à l'humanité tout entière. Il nous reste donc à examiner cette possibilité : que signifierait la descente du Supramental pour l'humanité et quel serait son effet, ou sa promesse, pour toute la vie et tout l'avenir évolutif et la destinée de l'espèce humaine ?

SRI AUROBINDO

Lettres à une jeune monitrice

À une jeune monitrice du Département
d'éducation physique

(Suite)

Douce Mère,

Comment est-ce qu'on doit lire tes livres, et les livres de Sri Aurobindo, pour qu'ils entrent dans notre conscience, au lieu de les comprendre seulement avec le mental?

LIRE mes livres n'est pas très difficile parce qu'ils sont écrits dans le langage le plus simple, presque le langage parlé. Pour en tirer profit, il suffit de les lire avec attention et concentration et une attitude de bonne volonté intérieure avec le désir de recevoir et de vivre ce qui est enseigné.

Lire ce que Sri Aurobindo écrit est plus difficile parce que l'expression est hautement intellectuelle et le langage est beaucoup plus littéraire et philosophique. Le cerveau a besoin d'une préparation pour pouvoir vraiment comprendre et généralement cette préparation prend du temps, à moins qu'on ne soit spécialement doué d'une faculté intuitive innée.

En tout cas, je conseille toujours de lire peu à la fois, en gardant le mental aussi tranquille que l'on peut, sans faire des efforts pour comprendre, mais en gardant la tête aussi silencieuse que possible, et en laissant entrer profondément la force contenue dans ce que l'on lit. Cette force reçue dans le calme et le silence fera son œuvre de lumière et créera, au besoin, dans le cerveau les cellules nécessaires à la compréhension. Ainsi, quand on relit la même chose quelques mois après on s'aperçoit que la pensée exprimée est devenue beaucoup plus claire et proche, et même parfois tout à fait familière.

Il est préférable de lire régulièrement, un peu tous les jours, et à heure fixe si possible ; cela facilite la réceptivité cérébrale.

2 novembre 1959

*

Letters to a Young Captain

To a young captain in the Department
of Physical Education

(Continued)

Sweet Mother,

*How should we read your books and the books of Sri Aurobindo
so that they may enter into our consciousness instead of being under-
stood only by the mind?*

TO read my books is not difficult because they are written in the simplest language, almost the spoken language. To get help from them, it is enough to read with attention and concentration and an attitude of inner good-will, with a desire to receive and live what is taught.

To read what Sri Aurobindo writes is more difficult because the expression is highly intellectual and the language far more literary and philosophic. The brain needs a preparation to really be able to understand and generally this preparation takes time, unless one is specially gifted with an innate intuitive faculty.

In any case, I always advise reading *a little* at a time, keeping the mind as quiet as one can, without making an effort to understand, but keeping the head as silent as possible and letting *the force* contained in what one reads *enter deep inside*. This force, received in calm and silence, will do its work of illumining and will create in the brain, if necessary, the cells required for understanding. Thus, when one re-reads the same thing some months later, one finds that the thought expressed has become much clearer and closer and even at times quite familiar.

It is preferable to read regularly, a little every day and at a fixed hour if possible; this facilitates the brain's receptivity.

2 November 1959

*

Douce Mère,

Pourquoi la méditation devant tes photos différentes donne une expérience différente ?

C'est parce que chaque photo représente un différent aspect, parfois même une différente personnalité de mon être ; et en se concentrant sur la photo on entre en relation avec cet aspect spécial ou cette personnalité différente qu'elle a saisie et dont elle porte en elle-même la représentation.

La photo est une présence réelle et concrète, mais fragmentaire et limitée.

4 novembre 1959

*

Douce Mère,

Pourquoi la photo est-elle une présence fragmentaire et limitée ?

Parce que la photo ne prend que l'image d'un moment, d'un instant de l'apparence d'une personne et de ce que cette apparence peut révéler d'une condition psychologique fugitive et d'un état d'âme fragmentaire. Même si la photographie est prise dans les meilleures conditions possibles à un moment exceptionnel et particulièrement expressif, elle ne peut, en aucune façon, reproduire toute la personnalité.

5 novembre 1959

*

Douce Mère,

Qu'est-ce que c'est exactement — le subconscient et l'inconscient ?

L'inconscient est cette partie de la Nature qui est si obscure et si endormie qu'elle semble être complètement dépourvue de conscience, en tout cas, comme dans la pierre, le règne minéral, la conscience y est totalement inactive et cachée. L'histoire de la terre commence avec cette inconscience.

Nous la portons aussi en nous, dans la substance de notre corps, puisque la substance de notre corps est identique à celle de la terre.

Mais par l'évolution, la conscience endormie et cachée s'éveille peu à peu

Sweet Mother,

Why does meditation in front of different photos of you give different experiences?

It is because each photo represents a different aspect, sometimes even a different personality of my being; and by concentrating on the photo, one enters into relation with that special aspect or different personality which the photo has captured and whose image it conveys.

The photo is a real and concrete presence, but fragmentary and limited.

4 November 1959

*

Sweet Mother,

Why is the photo a fragmentary and limited presence?

Because the photo catches only the image of a moment, an instant of a person's appearance and of what that appearance can reveal of a passing psychological condition and fragmentary soul-state. Even if the photograph is taken under the best possible conditions at an exceptional and particularly expressive moment, it cannot in any way reproduce the whole personality.

5 November 1959

*

Sweet Mother,

What exactly are the subconscious and the inconscient?

The inconscient is that part of Nature which is so obscure and asleep that it seems to be wholly devoid of consciousness; at any rate, as in the stone, the mineral kingdom, the consciousness there is entirely inactive and hidden. The history of the earth begins with this inconscience.

We too carry it in ourselves, in the substance of our body, since the substance of our body is the same as that of the earth.

But by evolution, this sleeping and hidden consciousness gradually awakens through the vegetal and animal kingdoms, and in them subconscience

à travers les règnes végétal et animal, et en eux commence la subconscience qui aboutit, avec l'apparition du mental dans l'homme, à la conscience. Cette conscience aussi est progressive et à mesure que l'homme évolue, elle se changera en supraconscience.

Nous portons donc en nous-mêmes aussi la subconscience qui nous rattache à l'animal, et la supraconscience qui est notre espoir et notre assurance de réalisation future.

7 novembre 1959

*

Douce Mère,

Qu'est-ce qu'on doit essayer de faire quand on médite avec ta musique au Terrain de Jeux ?

Cette musique a pour but d'éveiller certains sentiments profonds.

Pour l'écouter il faut donc se rendre aussi silencieux et passif que possible. Et si, dans le silence mental une partie de l'être peut prendre l'attitude du témoin qui observe sans réagir ni participer, alors on peut se rendre compte de l'effet que la musique produit sur les sentiments et les émotions ; et si elle produit un état de calme profond et de semi-transe, alors c'est tout à fait bien.

15 novembre 1959

*

Douce Mère,

Quel est le travail du « Surmental » ?¹

Le surmental est la région des dieux, des êtres d'origine divine qui ont été chargés de surveiller, de diriger et d'organiser l'évolution de l'univers ; et plus spécialement après la formation de la terre, ils ont servi de messagers et d'intermédiaires pour apporter à la terre l'aide des régions supérieures et pour présider à la formation du mental et à son ascension progressive. C'est généralement aux

1. Cette question, et les trois suivantes, portent sur certains termes employés par Sri Aurobindo dans *La Vie Divine*, notamment dans les derniers chapitres.

begins; this subconscious, with the appearance of mind in man, culminates in consciousness. This consciousness likewise is progressive, and in proportion as man evolves, it will change into superconscience.

We too, then, carry in ourselves the subconscious which links us to the animal, and the superconscience which is our hope and assurance of future realisation.

7 November 1959

*

Sweet Mother,

What should one try to do when one meditates with your music at the Playground?

This music aims at awakening certain profound feelings.

In listening to it, one should make oneself as silent and passive as possible. And if, in the mental silence, a part of the being can take the attitude of the witness who observes without reacting or participating, then one can notice the effect that the music produces on the feelings and emotions; and if it produces a state of deep calm and semi-trance, that is very good.

15 November 1959

*

Sweet Mother,

*What is the work of the Overmind?*¹

The overmind is the region of the gods, the beings of divine origin who have been charged with supervising, directing and organising the evolution of the universe; and more specifically, since the formation of the earth they have served as messengers and intermediaries to bring to the earth the aid of the higher regions and to preside over the formation of the mind and its progressive ascension. It is usually to the gods of the overmind that the prayers of the

1. This question and the three that follow are based on terms used by Sri Aurobindo in *The Life Divine*, especially in its final chapters.

dieux du surmental que s'adressent les prières des diverses religions qui le plus souvent choisissent pour des raisons diverses l'un de ces dieux et le transforment pour leur usage personnel en Dieu suprême.

Dans l'évolution individuelle, il faut développer en soi-même une zone correspondant au surmental et une conscience surmentale, avant de pouvoir s'élever au-dessus, vers le Supramental, ou de s'ouvrir à lui.

La presque totalité des systèmes et des disciplines occultes visent au développement et à la maîtrise du surmental.

27 novembre 1959

*

Douce Mère,

Que veut dire « une zone correspondant au surmental » et comment la développer en soi? Que veut dire « la maîtrise du surmental »?

L'être individuel est constitué d'états d'être correspondant aux zones ou plans cosmiques. Et c'est à mesure que ces états d'être intérieurs se développent que l'on devient conscient de ces domaines. Cette conscience est double, d'abord psychologique et subjective, en soi-même, se traduisant par des pensées, des sentiments, des émotions, des sensations; puis objective et concrète, quand on devient capable de s'extraire des limites du corps pour se mouvoir dans les diverses régions cosmiques, en prendre conscience et y agir librement — c'est cela que l'on appelle « la maîtrise »; c'est cela dont je parle quand je mentionne la maîtrise du surmental.

Il va sans dire que tout cela ne se fait pas en un jour, ni même en une année. Cette maîtrise, dans quelque domaine que ce soit, vital, mental, surmental, demande des efforts assidus et une grande concentration. Ces maîtrises-là ne sont pas plus faciles que la maîtrise du monde physique; et tout le monde sait combien de temps et d'efforts il faut pour apprendre seulement les choses indispensables à la bonne conduite de sa vie, sans même parler ici de « maîtrise » qui est vraiment sur terre une chose exceptionnelle.

28 novembre 1959

*

various religions are addressed. These religions most often choose, for various reasons, one of these gods and transform him for their personal use into the supreme God.

In the individual evolution, one must develop in oneself a zone corresponding to the overmind and an overmind consciousness, before one can rise above it, to the Supermind, or open oneself to it.

Almost all the occult systems and disciplines aim at the development and mastery of the overmind.

27 November 1959

*

Sweet Mother,

What is meant by “a zone corresponding to the overmind” and how can one develop it in oneself? What is meant by the “mastery of the overmind”?

The individual being is made up of states of being corresponding to cosmic zones or planes, and it is as these inner states of being are developed that one becomes conscious of those domains. This consciousness is double, at first psychological and subjective, within oneself, expressing itself through thoughts, feelings, emotions, sensations; then objective and concrete when one is able to go beyond the limits of the body in order to move about in the various cosmic regions, grow conscious of them and act freely in them — it is this that is called “mastery”; it is this that I spoke of when I mentioned the mastery of the overmind.

It goes without saying that all this is not done in a day, nor even in a year. This mastery, in whatever domain it may be, vital, mental, overmental, demands assiduous effort and a great concentration. These masteries are no easier than the mastery of the physical world; and everyone knows how much time and effort are needed merely to learn the things indispensable for leading one’s life properly, not to speak of “mastery”, which is truly something exceptional on earth.

28 November 1959

*

*Douce Mère,
Qu'est-ce que la Supranature ?*

La Supranature est la Nature supérieure à la Nature matérielle ou physique, ce que l'on appelle généralement « la Nature ». Mais cette nature que nous voyons, sentons et étudions, cette nature qui est notre environnement familier depuis notre naissance sur la terre, n'est pas la seule. Il y a une nature vitale, une nature mentale, et ainsi de suite. C'est cela qui, pour la conscience ordinaire, est la Supranature.

Très souvent le mot Nature est employé en synonyme de Prakriti, la force exécutive de Purusha. Mais pour répondre de façon plus précise, il faudrait avoir le contexte pour savoir à quelle occasion Sri Aurobindo a parlé de la Supranature.

15 décembre 1959

*

*Douce Mère,
Sri Aurobindo a écrit dans La Vie Divine : « Il n'y a encore aucun être surmental ni aucune nature surmentale organisée, aucun être supramental ni aucune nature supramentale organisée, qui agisse soit sur les parties superficielles de notre être, soit dans ses parties subliminales normales. »² Douce Mère, maintenant, après la descente du Supramental³, est-ce qu'il y en a ?*

Ce que Sri Aurobindo veut dire c'est que seuls quelques êtres exceptionnels qui n'appartiennent pas à l'humanité ordinaire ont un être surmental et une vie surmentale conscients et organisés et encore moins nombreux sont ceux qui ont un être supramental et une vie supramentale organisés, en admettant même qu'il y en ait. Certainement la toute récente descente des premiers éléments du Supramental dans l'atmosphère terrestre (pas encore tout à fait 4 ans) ne peut pas avoir changé cet état de choses.

Nous ne sommes encore que dans une période de préparation.

18 décembre 1959

*

2. *La Vie Divine*, p. 975.

3. Le 29 février 1956 eut lieu ce que la Mère appela « la manifestation du Supramental sur la terre » : « Alors la Lumière, la Force et la Conscience supramentales se répandirent en flots ininterrompus sur la terre. » (*Entretiens 1956*)

*Sweet Mother,
What is Supernature?*

Supernature is the Nature superior to material or physical Nature — what we usually call “Nature”. But this Nature that we see, feel and study, this Nature that has been our familiar environment since our birth upon earth, is not the only one. There is a vital nature, a mental nature, and so on. It is this that, for the ordinary consciousness, is Supernature.

Very often the word “Nature” is used as a synonym for Prakriti, the executive force of Purusha. But to answer your question more precisely, the context would be needed in order to know on what occasion SriAurobindo spoke about Supernature.

15 December 1959

*

Sweet Mother,

Sri Aurobindo has written in The Life Divine: “There is as yet no overmind being or organised overmind nature, no supramental being or organised supermind nature acting either on our surface or in our normal subliminal parts.”² Sweet Mother, now after the descent of the Supermind,³ is it still like that?

What Sri Aurobindo means is that only a few exceptional beings who do not belong to the ordinary humanity, have a conscious and organised overmind being and overmind life, and still fewer are those who have an organised supramental being and supramental life, even admitting that there are any at all. Certainly the very recent descent of the first elements of the Supermind into the earth’s atmosphere (not yet quite four years ago) cannot have changed this state of things.

We are still only in a period of preparation.

18 December 1959

*

2. CWSA, Vol. 22, p. 955.

3. On 29 February 1956 there took place, in the Mother’s words, “the manifestation of the Supramental upon earth”; “Then the supramental Light and Force and Consciousness rushed down upon earth in an uninterrupted flow.”

Douce Mère,

Que veut dire le yoga de la dévotion et le yoga de la connaissance ?

Le yoga de la connaissance est le chemin qui mène au Divin par la recherche exclusive de la Vérité pure et absolue.

Le yoga de la dévotion est le chemin qui mène à l'union avec le Divin par l'amour parfait, total et éternel.

Dans le yoga intégral de Sri Aurobindo, les deux se combinent avec le yoga des œuvres et le yoga de la perfection de soi et font un tout homogène pour aboutir au yoga de la réalisation supramentale.

5 février 1960

*

Douce Mère,

Qu'est-ce que c'est que les « facultés suprêmes » ?

Il est difficile de répondre sans avoir le contexte. De quelles « facultés suprêmes » est-il question ici ? Sont-ce celles de l'homme en voie de devenir surhomme, ou sont-ce celles que possédera l'être supramental quand il apparaîtra sur la terre ? Dans le premier cas, ce sont les facultés qui se développent dans l'homme à mesure qu'il s'ouvre au mental supérieur et au surmental, et qu'à travers ces régions, il reçoit la lumière de la Vérité. Ces facultés sont alors non pas une expression directe de la suprême Vérité, mais sa traduction, sa réflexion indirecte. Parmi ces facultés on peut signaler l'intuition, la prévision, la connaissance par identification et certains pouvoirs comme celui de guérir et, dans une certaine mesure, d'agir sur les circonstances.

S'il s'agit des « facultés suprêmes » de l'être supramental, nous ne pouvons guère en parler, car tout ce que nous pourrions en dire pour le moment appartiendrait plus au domaine de l'imagination qu'à celui de la connaissance, puisque cet être supramental n'est pas encore manifesté sur terre.

23 avril 1960

*

Sweet Mother,

What is meant by the yoga of devotion and the yoga of knowledge?

The yoga of knowledge is the path that leads to the Divine through the exclusive pursuit of the pure and absolute Truth.

The yoga of devotion is the path that leads to union with the Divine through perfect, total and eternal love.

In the integral yoga of Sri Aurobindo, the two combine with the yoga of works and the yoga of self-perfection to make a homogeneous whole, culminating in the yoga of supramental realisation.

5 February 1960

*

Sweet Mother,

What are the “supreme faculties”?

It is difficult to reply without having the context. Which “supreme faculties” are being referred to here? Those of man on the way to becoming superman, or those that the supramental being will possess when he appears on earth?

In the first case, they are the faculties that develop in man as he opens to the higher mind and overmind, and through those regions he receives the light of the Truth. These faculties are not a direct expression of the supreme Truth, but a transcription, an indirect reflection of it. They include intuition, foreknowledge, knowledge by identity and certain powers such as that of healing and, to an extent, of acting upon circumstances.

If it refers to the supreme faculties of the supramental being, we cannot say much about them, for all we can say at the moment belongs more to the realm of imagination than to the realm of knowledge, since this supramental being has not yet manifested on earth.

23 April 1960

*

Douce Mère,

Quelles sont « les différentes divisions psychologiques de l'être humain » ?

Ces divisions sont seulement arbitraires. Elles ont été fixées dans le but de faciliter l'étude de la nature humaine, et surtout pour constituer une base définie pour les diverses méthodes de développement et de discipline de soi. C'est pourquoi chaque système philosophique, éducatif ou yogique a, pour ainsi dire, sa propre division basée sur l'expérience de son fondateur. Pourtant, malgré ces divergences, il y a une sorte de tradition qui, derrière les termes différents, crée une analogie essentielle. Cette analogie peut être exprimée par une quaternaire : le physique, le vital, le mental et le psychique, ou âme.

Sri Aurobindo a écrit sur ce sujet en grands détails, dans certaines de ses lettres, dans *La Synthèse des Yogas* et dans les *Essais sur la Gîtâ*.

30 mai 1960

*

Douce Mère,

Est-il possible d'avoir une conception correcte du Divin ?

Aucune conception du Divin ne peut être correcte; car les conceptions sont des activités mentales, et nulle activité mentale n'est apte à manifester le Divin.

C'est seulement par expérience qu'on peut Le connaître et l'expérience ne peut pas se traduire en mots.

20 juin 1960

LA MÈRE

Sweet Mother,

What are “the different psychological divisions of the human being”?

These divisions are merely arbitrary. They have been established in order to facilitate the study of human nature and especially to constitute a definite basis for the various methods of self-development and self-discipline. That is why each philosophic, educational or Yogic system has, as it were, its own division based on the experience of its founder. Nevertheless, despite these divergences, there is a sort of tradition which, behind the different terms, makes for an essential analogy. This analogy can be expressed by a quaternary: the physical, the vital, the mental and the psychic or soul.

Sri Aurobindo has written on this subject in great detail in some of his letters, in *The Synthesis of Yoga* and in *Essays on the Gita*.

30 May 1960

*

Sweet Mother,

Is it possible to have a correct conception of the Divine?

No conception of the Divine can be correct; for conceptions are mental activities, and no mental activity is fit to manifest the Divine.

It is only by experience that one can know Him, and the experience cannot be translated into words.

20 June 1960

THE MOTHER

*The Sanatana Dharma**

WE speak often of the Hindu religion, of the Sanatana Dharma, but few of us really know what that religion is. Other religions are preponderatingly religions of faith and profession, but the Sanatana Dharma is life itself; it is a thing that has not so much to be believed as lived. This is the *dharma* that for the salvation of humanity was cherished in the seclusion of this peninsula from of old. It is to give this religion that India is rising. She does not rise as other countries do, for self or when she is strong, to trample on the weak. She is rising to shed the eternal light entrusted to her over the world. India has always existed for humanity and not for herself and it is for humanity and not for herself that she must be great.

*

Then a thing happened suddenly and in a moment I was hurried away to the seclusion of a solitary cell. What happened to me during that period I am not impelled to say, but only this that day after day, He showed me His wonders and made me realise the utter truth of the Hindu religion. I had had many doubts before. I was brought up in England amongst foreign ideas and an atmosphere entirely foreign. About many things in Hinduism I had once been inclined to believe that it was all imagination; that there was much of dream in it, much that was delusion and *maya*. But now day after day I realised in the mind, I realised in the heart, I realised in the body the truths of the Hindu religion. They became living experiences to me, and things were opened to me which no material science could explain. When I first approached Him, it was not entirely in the spirit of the Bhakta, it was not entirely in the spirit of the Jnani. I came to Him long ago in Baroda some years before the Swadeshi began and I was drawn into the public field.

When I approached God at that time, I hardly had a living faith in Him. The agnostic was in me, the atheist was in me, the sceptic was in me and I was not absolutely sure that there was a God at all. I did not feel His presence. Yet

* Two extracts from Sri Aurobindo's speech of Uttarpara on 30 May 1909, three weeks after his acquittal from the charges brought against him in the Alipore Bomb Trial.

Le *sanâtana dharma* *

ON parle souvent de cette Religion, du *sanâtana dharma* ou Religion éternelle, mais peu comprennent vraiment ce qu'elle représente. Les autres religions reposent, dans l'ensemble, sur la foi et les dogmes, mais le *sanâtana dharma* est la vie même ; ce n'est pas tant quelque chose en quoi il faille croire : il faut le vivre. C'est le dharma qui, pour le salut de l'humanité, a été entretenu avec amour depuis les temps anciens dans l'isolement de cette péninsule. Et si l'Inde se relève aujourd'hui, c'est pour offrir cette Religion au monde. Ce n'est pas seulement pour elle-même qu'elle se redresse, comme le font d'autres pays, ou, une fois devenue forte, pour écraser les nations plus faibles, mais pour répandre sur le monde la lumière éternelle dont elle est la gardienne. Depuis toujours, l'Inde existe pour l'humanité, non pour elle-même, et c'est pour l'humanité et non pour elle-même qu'elle se doit d'être grande.

*

Mais, soudain, un événement s'est produit et, en l'espace de quelques instants, je me suis retrouvé seul dans une cellule. Ce que j'ai vécu durant cette période, je ne me sens pas porté à le dire, sinon que, jour après jour, Il m'a révélé Ses merveilles et m'a fait comprendre l'absolue vérité de la Religion hindoue. J'avais eu bien des doutes auparavant. J'avais été élevé en Angleterre, dans une atmosphère complètement étrangère, entouré d'idées étrangères. Il y a de nombreux aspects de l'hindouisme que j'avais été longtemps enclin à considérer comme des imaginations ; j'avais tendance à penser que cette religion comportait une grande part de rêve, beaucoup d'illusion, de *mâyâ*. Mais alors, jour après jour, je vivais dans mon esprit, dans mon cœur, dans mon corps, les vérités de la Religion hindoue. Elles devenaient pour moi des expériences vivantes, et de nouveaux domaines s'ouvraient à moi qu'aucune science matérielle ne pourrait expliquer. Au début, quand je me suis tourné vers Dieu, ce n'était pas tout à fait dans l'esprit du *bhakta*, ni dans celui du *jnânî*. C'était il y a bien longtemps, à Barodâ, quelques années avant le début du *svadeshi*, avant d'entrer dans la vie publique.

* Deux extraits du discours que Sri Aurobindo fit à Uttarpara, le 30 mai 1909, trois semaines après avoir été acquitté à l'issue du « Alipore Bomb Case ».

something drew me to the truth of the Vedas, the truth of the Gita, the truth of the Hindu religion. I felt there must be a mighty truth somewhere in this Yoga, a mighty truth in this religion based on the Vedanta. So when I turned to the Yoga and resolved to practise it and find out if my idea was right, I did it in this spirit and with this prayer to Him, "If Thou art, then Thou knowest my heart. Thou knowest that I do not ask for Mukti, I do not ask for anything which others ask for. I ask only for strength to uplift this nation, I ask only to be allowed to live and work for this people whom I love and to whom I pray that I may devote my life." I strove long for the realisation of Yoga and at last to some extent I had it, but in what I most desired, I was not satisfied. Then in the seclusion of the jail, of the solitary cell I asked for it again. I said, "Give me Thy *adesh*. I do not know what work to do or how to do it. Give me a message." In the communion of Yoga two messages came. The first message said, "I have given you a work and it is to help to uplift this nation. Before long the time will come when you will have to go out of jail; for it is not my will that this time either you should be convicted or that you should pass the time as others have to do, in suffering for their country. I have called you to work, and that is the *adesh* for which you have asked. I give you the *adesh* to go forth and do my work." The second message came and it said, "Something has been shown to you in this year of seclusion, something about which you had your doubts and it is the truth of the Hindu religion. It is this religion that I am raising up before the world, it is this that I have perfected and developed through the *rishis*, saints and *avatars*, and now it is going forth to do my work among the nations. I am raising up this nation to send forth my word. This is the Sanatana Dharma, this is the eternal religion which you did not really know before, but which I have now revealed to you. The agnostic and the sceptic in you have been answered, for I have given you proofs within and without you, physical and subjective, which have satisfied you. When you go forth, speak to your nation always this word that it is for the Sanatana Dharma that they arise, it is for the world and not for themselves that they arise. I am giving them freedom for the service of the world. When therefore it is said that India shall rise, it is the Sanatana Dharma that shall rise. When it is said that India shall be great, it is the Sanatana Dharma that shall be great. When it is said that India shall expand and extend herself, it is the Sanatana Dharma that shall expand and extend itself over the world. It is for the *dharma* and by the *dharma* that India exists. To magnify the religion means to magnify the country. I have shown

À cette époque, c'est à peine si j'avais en Lui une foi vivante. Il y avait en moi un agnostique, un athée, un sceptique, et je n'étais même pas absolument sûr qu'il y eût un Dieu. Je ne sentais pas Sa présence. Cependant, quelque chose m'attirait vers la vérité des Védas, la vérité de la Gitâ, la vérité de la Religion hindoue. Je sentais qu'il devait y avoir une puissante vérité quelque part dans le yoga, une puissante vérité dans cette religion basée sur le Védânta. Aussi, quand j'ai abordé le yoga et décidé de le pratiquer, afin de voir si mon sentiment était justifié, je l'ai fait dans cet état d'esprit et Lui ai adressé cette prière : « Si Tu existes, Tu connais mon cœur, Tu sais que je ne demande pas la libération ; je ne demande rien de ce que les autres demandent. Je demande seulement la force de relever cette nation, je demande seulement la grâce de vivre et de travailler pour ce peuple que j'aime, et je prie qu'il me soit permis de lui consacrer ma vie. » Pendant longtemps, je me suis efforcé d'atteindre la réalisation dans le yoga, et, finalement, j'y suis parvenu dans une certaine mesure ; mais je n'étais pas satisfait sur le plan qui me tenait le plus à cœur. Aussi, durant ma détention, dans la solitude de ma cellule, j'ai imploré à nouveau le Seigneur : « Donne-moi Ton *âdesh*. J'ignore le travail que je dois faire, et comment le faire. Fais-moi connaître Ta volonté. » Alors, dans la communion du yoga, j'ai perçu deux messages. Le premier disait : « Je t'ai donné une œuvre à accomplir, c'est d'aider à relever cette nation. Bientôt le moment viendra où tu seras libéré car, cette fois, ce n'est pas ma volonté que tu sois condamné ou que tu aies, comme tant d'autres, à souffrir pour ton pays. Tu réclamais un *âdesh*, le voici : Va et accomplis mon œuvre, c'est là ce que j'attends de toi. » Le second message que j'ai reçu est celui-ci : « Une chose t'a été révélée durant cette année de détention, une chose que tu mettais en doute : la vérité de la Religion hindoue. C'est cette religion que je ranime et qu'aujourd'hui j'offre au monde, cette religion que j'ai développée et perfectionnée par l'intermédiaire des rishis, des saints, des âvatars, et qui, maintenant, commence à se propager parmi les nations afin que mon œuvre s'accomplisse. Je suis en train de relever cette nation pour qu'elle puisse répandre ma Parole. C'est là le *sanâtana dharma*, cette Religion éternelle dont tu n'avais auparavant aucune connaissance réelle, mais que je t'ai révélée. L'agnostique et le sceptique en toi ont reçu leur réponse, car je t'ai donné des preuves, intérieures et extérieures, physiques et subjectives, qui t'ont convaincu. Quand tu te lanceras dans l'action, parle au peuple de l'Inde, rappelle-lui toujours que s'il se redresse à présent, c'est pour le *sanâtana dharma*, c'est pour le monde, et non pas pour lui-même. Cette liberté que je lui donne, c'est pour

you that I am everywhere and in all men and in all things, that I am in this movement and I am not only working in those who are striving for the country but I am working also in those who oppose them and stand in their path. I am working in everybody and whatever men may think or do they can do nothing but help on my purpose. They also are doing my work; they are not my enemies but my instruments. In all your actions you are moving forward without knowing which way you move. You mean to do one thing and you do another. You aim at a result and your efforts subserve one that is different or contrary. It is Shakti that has gone forth and entered into the people. Since long ago I have been preparing this uprising and now the time has come and it is I who will lead it to its fulfilment.”

This then is what I have to say to you. The name of your society is “Society for the Protection of Religion”. Well, the protection of the religion, the protection and upraising before the world of the Hindu religion, that is the work before us. But what is the Hindu religion? What is this religion which we call Sanatana, eternal? It is the Hindu religion only because the Hindu nation has kept it, because in this peninsula it grew up in the seclusion of the sea and the Himalayas, because in this sacred and ancient land it was given as a charge to the Aryan race to preserve through the ages. But it is not circumscribed by the confines of a single country, it does not belong peculiarly and for ever to a bounded part of the world. That which we call the Hindu religion is really the eternal religion, because it is the universal religion which embraces all others. If a religion is not universal, it cannot be eternal. A narrow religion, a sectarian religion, an exclusive religion can live only for a limited time and a limited purpose. This is the one religion that can triumph over materialism by including and anticipating the discoveries of science and the speculations of philosophy. It is the one religion which impresses on mankind the closeness of God to us and embraces in its compass all the possible means by which man can approach God. It is the one religion which insists every moment on the truth which all religions acknowledge, that He is in all men and all things and that in Him we move and have our being. It is the one religion which enables us not only to understand and believe this truth but to realise it with every part of our being. It is the one religion which shows the world what the world is, that it is the *lila* of Vasudeva. It is the one religion which shows us how we can best play our part in that *lila*, its subtlest laws and its noblest rules. It is the one religion which does not separate life in any smallest detail from religion, which knows what

le bien du monde. Par conséquent, dire que l'Inde s'éveille, c'est dire que le *sanâtana dharma* s'éveille. Parler de la grandeur future de l'Inde, c'est parler de la future grandeur du *sanâtana dharma*. Dire que l'Inde se développera et étendra partout son influence, c'est dire que le *sanâtana dharma* se développera et se répandra sur le monde. C'est pour le *dharma* et par le *dharma* que l'Inde existe ; œuvrer à la grandeur de cette religion, c'est œuvrer à la grandeur du pays. Je t'ai montré que je suis partout, en tout homme et en toute chose, que je suis dans ce mouvement, et que je n'agis pas seulement à travers ceux qui luttent pour le pays, mais aussi à travers ceux qui s'opposent à eux et entravent leurs efforts. Eux aussi participent au plan divin, ce ne sont pas mes ennemis, mais mes instruments. En chacun je suis à l'œuvre, et quoi que pensent les hommes, quoi qu'ils fassent, ils ne peuvent que servir mes desseins. Vous tous, en toutes vos actions, vous avancez sans savoir où vous vous dirigez. Vous voulez faire une chose, et vous en faites une autre. Vous visez à un certain résultat, et vos efforts entraînent un autre, qui peut être différent, voire opposé. C'est la Shakti qui, à présent, se déploie ; c'est Elle qui anime le peuple de l'Inde. Depuis longtemps je préparais cette renaissance ; maintenant le temps est venu, et c'est moi qui la conduirai à son accomplissement. »

Voilà donc ce que j'avais à vous dire. Votre association a pour nom « Société pour la sauvegarde de la Religion hindoue ». Eh bien ! sauvegarder cette religion, la sauvegarder et l'offrir au monde, voilà le travail qui est le nôtre. Mais qu'est-ce que la Religion hindoue ? Quelle est cette religion que nous disons éternelle, *sanâtana* ? Si on l'appelle Religion hindoue, c'est parce que le peuple de l'Inde l'a maintenue vivante, parce qu'elle a grandi dans cette péninsule isolée, bornée par la mer et l'Himâlaya, et qu'elle a été confiée à la race âryenne, qui peuplait cette terre ancienne et sacrée, afin qu'elle puisse subsister à travers les âges. Mais cette religion n'est pas circonscrite aux confins d'un seul pays ; elle n'appartient pas exclusivement et pour toujours à une région limitée du monde. Ce que nous appelons la Religion hindoue est, en vérité, la Religion éternelle, car c'est la Religion universelle qui embrasse toutes les autres. Une religion qui n'est pas universelle ne peut être éternelle. Une religion étroite, sectaire, exclusive, ne peut se maintenir que pendant une période limitée et ne peut servir qu'un but limité. La Religion hindoue est la seule qui puisse triompher du matérialisme en intégrant, et même devançant, les découvertes de la science et les spéculations philosophiques. C'est la seule religion qui fasse sentir à l'homme combien Dieu est proche et qui englobe toutes les voies susceptibles de le conduire à Lui.

immortality is and has utterly removed from us the reality of death.

This is the word that has been put into my mouth to speak to you today. What I intended to speak has been put away from me, and beyond what is given to me I have nothing to say. It is only the word that is put into me that I can speak to you. That word is now finished. I spoke once before with this force in me and I said then that this movement is not a political movement and that nationalism is not politics but a religion, a creed, a faith. I say it again today, but I put it in another way. I say no longer that nationalism is a creed, a religion, a faith; I say that it is the Sanatana Dharma which for us is nationalism. This Hindu nation was born with the Sanatana Dharma, with it it moves and with it it grows. When the Sanatana Dharma declines, then the nation declines, and if the Sanatana Dharma were capable of perishing, with the Sanatana Dharma it would perish. The Sanatana Dharma, that is nationalism. This is the message that I have to speak to you.

SRI AUROBINDO

C'est la seule qui constamment insiste sur la vérité que toute religion admet : à savoir que Dieu est présent en tout être et en toute chose, et qu'en Lui nous avons notre existence, en Lui nous agissons. C'est la seule qui nous permette, non seulement de comprendre cette vérité et d'y adhérer, mais de la vivre en chaque partie de notre être. C'est la seule qui révèle au monde ce qu'il est : la *lîlâ* de Vâsudeva ; la seule religion qui nous montre comment jouer le mieux notre rôle dans cette *lîlâ*, et quelles en sont les lois les plus subtiles, les règles les plus nobles ; la seule qui ne sépare pas la vie, en ses moindres détails, de la religion même ; la seule qui sache ce qu'est l'immortalité, de telle sorte que pour nous la mort n'a plus de réalité.

C'est là le message qui, par ma bouche, vous est transmis aujourd'hui. Ce dont je voulais vous parler a été chassé de mon esprit, et je n'ai rien à dire en dehors de ce qui m'est dicté. Je ne peux vous transmettre que le message qui m'a été donné : c'est fait. Une fois déjà, je me suis exprimé avec cette force en moi, affirmant alors que notre mouvement n'était pas un mouvement politique, que le nationalisme n'était pas une doctrine politique, mais une religion, un credo, une foi. Je le répète aujourd'hui, mais en d'autres termes. Je ne dis plus que le nationalisme est un credo, une religion, une foi ; je dis que c'est le *sanâtana dharma* qui, pour nous, est le nationalisme. Cette nation hindoue est née avec le *sanâtana dharma* ; avec lui elle se meut, avec lui elle grandit. Quand décline le *sanâtana dharma*, la nation décline, et s'il était jamais possible que périsse le *sanâtana dharma*, la nation périrait avec lui. Le *sanâtana dharma*, c'est le nationalisme. Voilà le message que je devais vous transmettre.

SRI AUROBINDO

Entretien du 25 mai 1970

QUE faut-il faire pour sortir le pays de ses difficultés? Sri Aurobindo a prévu toutes les difficultés et il en a donné la solution. En ce moment son centenaire approche, cela paraît arrangé, vous savez, arrangé divinement, parce que ce serait une occasion merveilleuse de répandre l'enseignement dans le pays entier : un enseignement pratique, ce qu'il a dit pour l'Inde, comment organiser l'Inde, la mission de l'Inde. Ainsi, il me semble qu'à l'occasion du centenaire cela pourrait se répandre dans tout le pays, avec un peu plus d'organisation pour que ses idées se propagent. Ceux que la chose intéresse peuvent s'en charger, faire des réunions, apporter aux gens la lumière et la connaissance. C'est une occasion merveilleuse. Et c'est cela, seulement cela, qui donne la clef de toutes les difficultés.

À propos de tout ce qui s'est passé et de tout ce qui se passe en ce moment, il a dit clairement qu'il est inutile de revenir en arrière. Il faut donner au pays la vraie attitude, qui est de mettre sa confiance dans le Divin. Naturellement, c'est à l'opposé de ce que les gens pensent à présent. Mais Sri Aurobindo explique cela de telle manière que même ceux qui sont contre peuvent l'accepter. Vous comprenez? Il a trouvé une façon de dire cela qui peut être comprise par tout le monde. C'est la seule solution, à ce que je vois; c'est la seule solution. Tout le reste implique complications, contradictions et batailles.

Pour le moment, nous avons deux ans devant nous pour organiser une sorte de démonstration de ce qu'il enseignait. Et cela dépasse la politique, vous savez. Ce n'est pas une question de parti, ce n'est pas cela, parce que si les uns sont pour, les autres sont contre naturellement. C'est au-dessus de la politique. Cela veut dire organiser le pays au-dessus de la politique. Et c'est la seule manière. La politique, c'est toujours la lutte, une lutte vilaine. Et c'est devenu tellement mauvais. Il me disait que les choses iraient de mal en pis, parce que c'est la fin d'une époque. Nous entrons dans un âge nouveau où les choses doivent s'organiser autrement. C'est une période difficile à cause de cela.

Comme nous savons ce qui va se passer, nous pouvons aider pour que cela vienne plus vite et avec moins de bouleversements. Retourner en arrière ne donnerait rien; cela ne ferait qu'éterniser les choses. Il faut absolument avancer, dépasser les partis. Et cela, personne ne peut l'expliquer mieux que lui, parce qu'il avait tellement, tellement dépassé les partis; il voyait les avantages et les inconvénients de chaque parti et il les a montrés nettement.

Talk of 25 May 1970

WHAT must be done to pull the country out of its difficulty? Sri Aurobindo has foreseen all the troubles and he has given the solution. Just now we are approaching his Centenary; it seems arranged, you know, divinely arranged, because this would be a wonderful occasion to spread his teaching all over the country: the teaching, the practical teaching, his teaching about India, how to organise India, the mission of India. It seems to me that taking the Centenary as an occasion, his teaching could be spread all over the country with a little more organising — so that his ideas get spread. Those people who are interested can take it up and teach it, hold meetings and give the light and the knowledge to the people. It is a wonderful occasion. And it is only this that gives a clue to all these difficulties.

About all that has happened and all that is happening now, he has said clearly that to go back to it is useless. We must give the country its true position, that is, the position of relying on the Divine. Naturally, this is at the other end of what people try to believe now. But Sri Aurobindo explains it in such a way that even those who are against it can agree. You understand? He has found a way of saying it which can be understood by everybody. That's the only solution, as far as I can see; it is the only solution. All the rest will mean complication, contradiction and fighting.

Just now we have two years in front of us to organise a kind of demonstration of what he was teaching. And this is above politics, you see. It is not a question of party, it's not that: because some are for it, others will naturally not be. It is above all politics. It is to organise the country beyond politics. And it is the only way. In politics it is always fight and ugly fight — ugly. And it has become so bad. He was telling me always that things would become worse and worse, because it is the *end* of this age. We are entering into an age where things must be organised differently. It is a difficult time because of that.

Because we know what will come, we can help to make it come sooner and with less turmoil. There is no hope in going backwards; it would make things last endlessly. We must go forward, absolutely, and go beyond, beyond party. And nobody can explain that better than Sri Aurobindo, because he was so much, so much beyond party; he saw the advantages and disadvantages of all parties and he stated them exactly.

Si vous lisez attentivement ce qu'il a écrit — il y a tant de choses — vous trouverez la réponse à toutes les questions. Et en même temps vous saurez que vous avez le soutien total de la Force divine. Le Pouvoir qui était derrière lui est derrière cette transformation. C'est le moment de se transformer. On ne peut pas rester accroché au passé.

Le meilleur moyen d'aller au-delà de la politique est de répandre le message de Sri Aurobindo ; parce qu'il n'est pas un élément politique qui veut prendre le pouvoir. Il n'y a que ses idées et ses idéaux. Et naturellement si les gens pouvaient comprendre son programme et le mettre en pratique, le pays pourrait devenir très fort.

Ceux qui comprennent l'enseignement peuvent se charger d'organiser et de répandre.

Mais, Mère, à moins que les enfants de la Mère n'entrent au Gouvernement...

(*Riant*) Ils ne tiendront pas le coup. Et ils se sentiront terriblement limités. Si quelqu'un veut faire de la politique, c'est différent ; mais je pense que les autres seront plus forts s'ils restent en dehors.

Mais de toute façon il y a le Gouvernement. Si les enfants de Mère entrent au Gouvernement, alors il sera plus facile de changer les choses.

Mais il faut que ce soit des gens qui ont un tempérament politique.

La politique est toujours limitée par le parti, par les idées, par les obligations aussi. À moins de mettre sur pied un gouvernement sans partis, un gouvernement qui admet toutes les idées parce qu'il est au-dessus des partis. Le parti est une limitation. C'est comme une boîte : vous vous mettez dans une boîte (*Mère rit*). Naturellement, si des gens avaient le courage d'être dans le gouvernement sans appartenir à un parti : « Nous ne représentons aucun parti, nous représentons *l'Inde* » — ce serait magnifique.

Faites monter la conscience là-haut, là-haut, au-dessus des partis.

Et alors, naturellement, certaines personnes ne pourraient pas entrer dans des partis politiques — et ça, c'est vraiment travailler pour l'avenir. L'avenir sera ainsi. Toute cette agitation est là parce que le pays doit montrer le chemin, doit s'élever au-dessus de ces vieilles habitudes politiques. Un gouvernement sans partis. Oh ! Ce serait magnifique !

LA MÈRE

If you read carefully what he has written — so much — you will find the answer to all these questions. And at the same time you will know that you will have the full support of the Divine Power. The Power that was behind him is behind this transformation. It is time for transformation. We can't cling to the past.

The best way to go beyond politics is to spread the message of Sri Aurobindo. Because he is no more a political element wanting to take power; there are only his ideas and ideals. And, of course, if people could understand and realise his programme, the country could be very strong, very strong.

Those who understand the teaching can take up the work of organising and spreading it.

But Mother, unless Mother's children come into the government . . .

(*Mother laughs*) They will break. And they themselves will feel so restricted.

If there is a man who feels like going in for politics, that is different; but I think the others will be stronger without being inside.

But the government will be there in any case. If Mother . . .

But they must be political people in temperament.

Politics is always limited by party, by ideas, by duties also — unless we prepare a government that has no party, a government that admits all ideas because it is above parties. Party is limitation; it is like a box: you go into the box (*Mother laughs*). Of course, if there were some people who had the courage to be in the government without a party — “We represent no party! We represent India” — that would be magnificent.

Pull the consciousness up, up, above party.

And then, naturally, certain people who couldn't come into political parties — that! that is truly working for tomorrow. Tomorrow it will be like that. All this turmoil is because the country must take the lead, must go above all these old political habits. Government without party. Oh! it would be magnificent!

THE MOTHER

Purification of the Heart

IT is the inner offering of the heart's adoration, the soul of it in the symbol, the spirit of it in the act, that is the very life of the sacrifice [of love]. If this offering is to be complete and universal, then a turning of all our emotions to the Divine is imperative. This is the intensest way of purification for the human heart, more powerful than any ethical or aesthetic catharsis could ever be by its half-power and superficial pressure. A psychic fire within must be lit into which all is thrown with the Divine Name upon it. In that fire all the emotions are compelled to cast off their grosser elements and those that are undivine perversions are burned away and the others discard their insufficiencies, till a spirit of largest love and a stainless divine delight arises out of the flame and smoke and frankincense. It is the divine love which so emerges that, extended in inward feeling to the Divine in man and all creatures in an active universal equality, will be more potent for the perfectibility of life and a more real instrument than the ineffective mental ideal of brotherhood can ever be. It is this poured out into acts that could alone create a harmony in the world and a true unity between all its creatures; all else strives in vain towards that end so long as Divine Love has not disclosed itself as the heart of the delivered manifestation in terrestrial Nature.

SRI AUROBINDO

Purification du cœur

L'OFFRANDE intérieure de l'adoration du cœur, l'âme d'adoration dans le symbole, l'esprit d'adoration dans l'acte, sont la vie même du sacrifice. Pour que cette offrande soit complète et universelle, il est indispensable que toutes nos émotions soient tournées vers le Divin. C'est le moyen de purification le plus intense pour le cœur humain, et il est plus puissant qu'aucune catharsis éthique ou esthétique avec son pouvoir partiel et sa pression superficielle. Un feu psychique doit être allumé au-dedans, dans lequel tout est jeté revêtu du Nom Divin. Dans ce feu, toutes les émotions se dépouillent de leurs éléments grossiers; celles qui sont perverties, non divines, sont consumées, et les autres débarrassées de leurs insuffisances jusqu'à ce que l'esprit d'amour le plus vaste et la félicité divine sans tache jaillissent de la flamme et de la fumée et de l'encens. L'amour divin qui émerge ainsi, et qui s'étend au Divin dans tous les êtres humains et toutes les créatures par un sentiment intérieur d'égalité active et universelle, sera un instrument plus puissant et plus concret pour le perfectionnement de la vie que ne pourra jamais l'être l'inefficace idéal intellectuel de fraternité. Seul cet amour divin déversé au-dehors dans les actes peut créer l'harmonie dans le monde et une unité véritable entre les créatures; tout le reste s'efforce en vain d'atteindre ce but tant que l'Amour divin ne s'est pas révélé dans la Nature terrestre, au cœur d'un monde délivré.

SRI AUROBINDO

Pratique sincère

METTRE en pratique le peu que l'on sait est le meilleur moyen de savoir davantage, c'est le plus puissant moyen d'avancer sur la route — un tout petit peu de pratique, bien sincère. Par exemple, quand on sait que quelque chose ne doit pas être fait, ne pas le faire. Quand on a vu dans son être une faiblesse, une infirmité, ne pas lui permettre de se reproduire. Quand on a eu la vision de ce que l'on doit être, ne serait-ce qu'un moment, dans une ardente aspiration, ne pas — jamais — oublier de le devenir.

Il y a des personnes qui se lamentent toujours sur leurs infirmités. Ça ne mène pas très loin. Si on les a vues une fois vraiment, et que vraiment, sincèrement on a compris, on a vu que l'on ne doit pas être comme cela, c'est fini les lamentations, c'est l'effort quotidien, c'est la construction de la volonté, c'est la vigilance de chaque instant — on ne doit jamais permettre à une faute reconnue de se renouveler. Se tromper par ignorance, se tromper par inconscience, est une chose évidemment fort regrettable mais elle est réparable. Tandis que continuer à faire une faute en sachant qu'elle ne doit pas être faite, est une lâcheté et nous ne devons pas nous la permettre.

Dire : « Oh ! la nature humaine est comme ça. Oh ! nous sommes dans l'inconscience. Oh ! nous sommes dans l'ignorance. » Tout cela, c'est de la paresse et de la faiblesse. Et derrière cette paresse et cette faiblesse, il y a une grande mauvaise volonté. Voilà.

Je dis cela parce qu'il y a beaucoup de gens qui m'ont fait cette réflexion, beaucoup. Et c'est toujours une façon de se donner des excuses. Dire : « Oh ! nous faisons ce que nous pouvons. » Ce n'est pas vrai. Parce que si l'on est sincère, une fois qu'on a vu, cela devrait être définitif. Tant qu'on n'a pas vu, il n'y a rien à dire, mais le moment où l'on voit, c'est le moment où l'on reçoit la Grâce, et du moment où on a reçu la Grâce, on n'a plus le droit de l'oublier.

5 décembre 1958

LA MÈRE

Sincere Practice

TO put into practice the little you know is the best way to learn more; it is the most powerful means of advancing on the way — a little bit of really sincere practice. For example, not to do something that you know must not be done. When you have seen a weakness, a disability in your being, you must not allow it to happen again. When, if only for a moment, you have had the vision of what you must be, in an ardent aspiration, you must not — you must never forget to become that.

Some people are always complaining about their disabilities. But that doesn't lead you very far. If, once, you have truly seen your weaknesses and truly, sincerely understood, seen that you must not be like that — that's the end of complaining. Then there is the daily effort, the building up of the will, the vigilance of every moment — you must never allow a recognised mistake to renew itself. To err through ignorance, to err through unconsciousness, is obviously very unfortunate, but it can be put right. Whereas to go on making the same mistake, knowing that it must not be made, is an act of cowardice which we must not permit ourselves.

To say, "Oh, human nature is like this. Oh, we are in the inconscience. Oh, we are in the ignorance" — all this is laziness and weakness. And behind this laziness and weakness there is a huge bad will. There!

I say this because many people have made this remark to me, many. And it is always a way of justifying oneself: "Oh, we are doing what we can". It is not true. Because if you are sincere, once you have seen — as long as you have not seen, nothing can be said — but the moment you see is the moment when you receive the Grace, and once you have received the Grace, you no longer have the right to forget it.

5 December 1958

THE MOTHER

Entire Self-giving

“If” says the divine Teacher “even a man of very evil conduct turns to me with a sole and entire love, he must be regarded as a saint, for the settled will of endeavour in him is a right and complete will. Swiftly he becomes a soul of righteousness and obtains eternal peace.” In other words a will of entire self-giving opens wide all the gates of the spirit and brings in response an entire descent and self-giving of the Godhead to the human being, and that at once reshapes and assimilates everything in us to the law of the divine existence by a rapid transformation of the lower into the spiritual nature. The will of self-giving forces away by its power the veil between God and man; it annuls every error and annihilates every obstacle. Those who aspire in their human strength by effort of knowledge or effort of virtue or effort of laborious self-discipline, grow with much anxious difficulty towards the Eternal; but when the soul gives up its ego and its works to the Divine, God himself comes to us and takes up our burden. To the ignorant he brings the light of the divine knowledge, to the feeble the power of the divine will, to the sinner the liberation of the divine purity, to the suffering the infinite spiritual joy and Ananda. Their weakness and the stumblings of their human strength make no difference. “This is my word of promise,” cries the voice of the Godhead to Arjuna, “that he who loves me shall not perish.”

SRI AUROBINDO

Un complet don de soi

« Même un homme dont la conduite est très mauvaise, dit l'Instructeur divin, s'il se tourne vers Moi avec un amour unique et entier, il faut le regarder comme un saint, car sa ferme volonté dans l'effort en lui est une volonté juste et complète. Il devient rapidement une âme de rectitude et obtient la paix éternelle. » En d'autres termes, une volonté de complet don de soi ouvre grandes toutes les portes de l'esprit et, en réponse, amène une descente complète et un complet don de soi de la Divinité à l'être humain, ce qui, aussitôt, façonne autrement et assimile tout en nous à la loi de l'existence divine grâce à une rapide transformation de la nature inférieure en la nature spirituelle. Par sa force, la volonté de se donner arrache le voile qu'il y a entre Dieu et l'homme ; elle annule toutes les erreurs, annihile tous les obstacles. Ceux qui, en leur puissance humaine, aspirent par l'effort de la connaissance ou l'effort de la vertu ou l'effort d'une laborieuse discipline de soi, ceux-là, au prix de beaucoup d'inquiètes difficultés, grandissent vers l'Éternel ; mais lorsque l'âme abandonne au Divin son ego et son travail, Dieu lui-même vient à nous et se charge de notre fardeau. À l'ignorant, il apporte la lumière de la connaissance divine, au faible la puissance de la divine volonté, au pécheur la libération de la pureté divine, à celui qui souffre la joie spirituelle et l'Ânanda infinis. Leur faiblesse et les trébuchements de leur force humaine ne font point de différence. « Ainsi s'exprime Ma promesse, s'écrie la voix du Divin à Arjuna, celui qui M'aime ne périra point. »

SRI AUROBINDO

La sâdhanâ du corps

LA culture physique consiste à mettre de la conscience dans les cellules du corps. On le sait ou on ne le sait pas, mais c'est un fait. Quand nous nous concentrons pour faire agir nos muscles en accord avec notre volonté, quand nous faisons effort pour assouplir nos membres, pour leur donner une agilité ou une force ou une résistance ou une plasticité qu'ils n'ont pas naturellement, nous infusions dans les cellules de ce corps une conscience qui ne s'y trouvait point, et ainsi nous en faisons un instrument homogène, réceptif, et qui progresse dans et par son action. C'est cela l'importance capitale du développement physique. . . . Et quand on voit les résultats absolument merveilleux de cette culture, quand on observe à quel point le corps peut se perfectionner, on comprend combien cela peut être utile à l'action de l'être psychique qui est venu dans cette matière ; car naturellement, quand il est en possession d'un instrument organisé, harmonisé, plein de force, de souplesse et de possibilités, cela favorise considérablement son travail.

28 novembre 1958

*

Pour être un chef, il faut maîtriser son ego, et maîtriser son ego est le premier pas indispensable pour faire le yoga. Et c'est cela qui peut faire des sports une aide puissante pour la réalisation du Divin.

Peu de personnes le comprennent, et généralement ceux qui sont contre cette discipline extérieure qu'est le sport, cette concentration sur la réalisation matérielle, sont des gens qui manquent totalement de contrôle sur leur être physique. Et pour réaliser le yoga intégral de Sri Aurobindo, le contrôle de son corps est un premier pas in-dis-pen-sable. Ceux qui méprisent les activités physiques sont des gens qui ne pourront pas faire un seul pas sur le vrai chemin du yoga intégral, à moins qu'ils ne se débarrassent d'abord de leur mépris. Le contrôle du corps sous toutes ses formes est une base indispensable.

10 avril 1957

*

Sadhana of the Body

PHYSICAL culture is the process of infusing consciousness into the cells of the body. One may or may not know it, but it is a fact. When we concentrate to make our muscles move according to our will, when we endeavour to make our limbs more supple, to give them an agility, or a force, or a resistance, or a plasticity which they do not naturally possess, we infuse into the cells of the body a consciousness which was not there before, thus turning it into an increasingly homogeneous and receptive instrument, which progresses in and by its activities. This is the primary importance of physical culture. . . . And when one sees the absolutely marvellous results of this culture, when one observes the extent to which the body is capable of perfecting itself, one understands how useful this can be to the action of the psychic being which has entered into this material substance. For naturally, when it is in possession of an organised and harmonised instrument which is full of strength and suppleness and possibilities, its task is greatly facilitated.

28 November 1958

*

To be a leader one must master one's ego, and to master one's ego is the first indispensable step for doing yoga. And this is what can make sports a powerful aid for the realisation of the Divine.

Very few people understand this, and generally those who are against this outer discipline of sports, this concentration on the material realisation, are people who *completely* lack control over their physical being. And to realise the integral yoga of Sri Aurobindo the control of one's body is a first *indispensable* step. Those who despise physical activities are people who won't be able to take a single step on the true path of integral yoga, unless they first get rid of their contempt. Control of the body in all its forms is an indispensable basis.

10 April 1957

*

Nous avons trouvé, par expérience, qu'un système particulier d'exercices ne peut pas à lui seul être qualifié de système yogique, à l'exclusion des autres, et nous ne pouvons pas dire de façon définitive que de participer à ces seuls exercices aidera à obtenir la santé parce que ce sont des exercices yogiques.

Tout système rationnel d'exercices adapté aux besoins et aux capacités de chacun aidera celui qui le pratiquera à améliorer sa santé. D'ailleurs, c'est l'attitude qui importe le plus. N'importe quel programme d'exercices bien conçu et organisé scientifiquement deviendra yogique s'il est exécuté dans une attitude yogique, et la personne qui pratiquera ces exercices en tirera le plus grand profit au point de vue de la santé physique comme au point de vue du progrès moral et spirituel.

Début avril 1959

*

Si l'on considère le corps comme le tabernacle du Seigneur, la science médicale, par exemple, devient le rituel initiatique du service du temple, et les médecins de tous genres sont les prêtres officiants des différents rituels du culte. Ainsi, la médecine est vraiment un sacerdoce et doit être traitée comme telle.

La même chose peut être dite de la culture physique et de toutes les sciences qui s'occupent du corps et de son fonctionnement. Et si l'on considère l'univers matériel comme le revêtement extérieur et la manifestation du Suprême, alors on peut dire, d'une façon générale, que toutes les sciences physiques sont les rituels du culte.

10 octobre 1958

*

Il est de toute évidence que ceux qui pratiquent la culture physique d'une façon scientifique et coordonnée arrivent à un contrôle de leur corps qui est inimaginable pour les gens ordinaires. Nous avons vu, quand les gymnastes russes sont venus, avec quelle aisance ils faisaient des exercices qui pour un homme ordinaire sont impossibles, et ils les faisaient comme si c'était la chose la plus simple du monde, il n'y avait même pas le moindre signe d'effort ! Eh bien, cette maîtrise-là est déjà un grand pas vers la transformation du corps. Et eux qui sont, je pourrais dire par profession, des matérialistes, ils n'employaient aucune

From our experience we have found that a particular system of exercises cannot be stamped as the only yogic type of exercises and we cannot definitely say that participation in those exercises only will help to gain health because they are yogic exercises.

Any rational system of exercises suited to one's need and capacity will help the participant to improve in health. Moreover it is the attitude that is more important. Any well-planned and scientifically arranged programme of exercises practised with a yogic attitude will become yogic exercises and the person practising them will draw full benefit from the point of view of physical health and moral and spiritual uplift.

Early April 1959

*

If the body is considered as the tabernacle of the Lord, then medical science, for example, becomes the initiatory ritual for service of the temple and doctors of all categories are the priests who officiate in the different rituals of the worship. Thus, medicine is truly a priesthood and should be treated as such.

The same thing may be said of physical culture and of all the sciences dealing with the body and its working. And if the material universe is regarded as the external robe and manifestation of the Supreme, then it can be said, generally, that all the physical sciences are rituals of worship.

10 October 1958

*

It is very obvious that those who practise physical culture scientifically and with coordination acquire a control over their bodies that's unimaginable for ordinary people. When the Russian gymnasts came here, we saw with what ease they did exercises which for an ordinary man are impossible, and they did them as if it was the simplest thing in the world; there was not even the least sign of effort! Well, that mastery is already a great step towards the transformation of the body. And these people who, I could say, are materialists by profession, used no spiritual method in their education; it was solely by material means and an enlightened use of human will that they had achieved this result. If they had

méthode spirituelle dans leur éducation ; c'était uniquement par des moyens matériels et par un usage éclairé de la volonté humaine qu'ils étaient arrivés à ce résultat. S'ils avaient ajouté à cela une connaissance spirituelle et un pouvoir spirituel, ils auraient pu arriver à un résultat presque miraculeux... À cause des idées fausses répandues dans le monde, généralement on ne voit pas les deux choses ensemble, la maîtrise spirituelle et la maîtrise matérielle, et alors, toujours, à l'une il manque l'autre ; mais c'est justement ce que nous voulons faire et ce que Sri Aurobindo va expliquer : si l'on joint les deux, le résultat peut atteindre à une perfection qui est impensable pour la pensée humaine ordinaire et c'est cela que nous voulons essayer.

17 avril 1957

LA MÈRE

added to this a spiritual knowledge and power, they could have achieved an almost miraculous result. . . . Because of the false ideas prevalent in the world, we don't usually see the two things together, spiritual mastery and material mastery, and so one is always incomplete without the other; but this is exactly what we want to do and what Sri Aurobindo is going to explain: if the two are combined, the result can reach a perfection that's unthinkable for the ordinary human mind, and this is what we want to attempt.

17 April 1957

THE MOTHER

Sri Aurobindo Answers

81

But where is the possibility now of spilling peace or love on others? Firstly, there is none on whom it can be spilt. Secondly, I think I have had a lot of bitter experiences which, without much effort on my part, would prevent such activity. One knows at once that this is a process leading to that and has to be therefore avoided. It is not a case of “grapes are sour”, for here the grapes are really sour!

WELL, if the grapes are out of reach (no one to spill it on), so much the better. As opportunity makes the thief, so opportunity at least helps to make the spiller. Therefore absence of opportunity may be regarded as a boon! But if in addition the grapes are felt to be sour, that is best of all — because it inhibits or at least combats the temptation to spill!

The peace, accompanied by an intensification of some smell, comes almost in a flow and makes the body a little stiff and immobile. It is almost what is felt in laziness, but the difference is clear though there is the possibility of the inertia growing and the sex-feeling coming from it — it usually happens like that. At night this inertia is prominent, for when I get up at three I feel there is no need of sleep anymore. But I don't feel like getting up and try to sleep again.

There is always more chance of inertia at night because of the large part taken by the subconscious in sleep — but, apart from that there should be a reaction (internal) against the rising of inertia. A quietness in the cells of the body, even a sense of immobility (so that the body seems to be moved rather than to move) is a different thing and easily distinguishable from the inertia. The downflow of peace usually brings much of the static Brahman into the consciousness down to the physical, so that one feels the Upanishadic “unmoving it moves”.

I don't understand why I suddenly felt that I have lost contact with Mother today in the evening. Of course, I was so much in work and

Sri Aurobindo répond

81

Mais où est la possibilité maintenant de répandre la paix et l'amour sur les autres ? Premièrement, il n'y a personne sur qui les répandre. Deuxièmement, je peux dire que j'ai eu de nombreuses expériences amères qui, sans beaucoup d'efforts de ma part, devraient m'empêcher de recommencer. On sait tout de suite où mène ce processus et il faut donc l'éviter. Il ne s'agit pas d'amour déçu car ici l'amour était vraiment décevant.

EH BIEN, si l'amour est hors d'atteinte (personne sur qui le déverser), tant mieux. De la même façon que l'occasion fait le larron, l'occasion au moins contribue à faire le déverseur. L'absence d'occasion doit donc être considérée comme un bienfait ! Mais si par surcroît, les raisins sont ressentis comme amers, c'est ce qui peut arriver de mieux : car cela entrave ou tout au moins combat la tentation de le déverser !

La paix, alliée à une intensification de certaines odeurs, arrive presque à flots, ce qui raidit et immobilise le corps. C'est presque ce que l'on ressent dans la paresse, mais la différence est clairement perceptible. Toutefois il se peut que l'inertie se développe ainsi que la sensation sexuelle qui en découle. Cela se produit d'habitude ainsi. Pendant la nuit, cette inertie domine car lorsque je me lève à 3 heures, je sens que je n'ai plus besoin de dormir. Et pourtant je n'ai pas envie de me lever et j'essaie de me rendormir.

L'inertie a toujours plus de chances de se manifester la nuit parce que le subconscient joue un grand rôle dans le sommeil ; mais à part cela, il faut réagir (intérieurement) contre son apparition. Une tranquillité dans les cellules du corps, et même une sensation d'immobilité (où le corps se sent mû plutôt qu'il ne se meut lui-même), ce n'est pas la même chose, et c'est facile à distinguer de l'inertie. L'influx de paix apporte en général une grande descente du Brahman statique dans la conscience, jusqu'au physique, de sorte que l'on sent le "immobile il se meut" de l'Upanishad.

naturally the attention was outward, but that would not break the contact like that. And there was nothing which came from others with whom there could be any contact, such as C or M. Perhaps it was due to too much contact with workmen. But that cannot be for today only.

These things have not always a clear outer reason — or the outer reason is only an excuse for their acting. It is a sort of push that comes from somewhere in the consciousness and it finds itself suddenly out of its seat — one has to get the knack of getting back into the seat at once.

20 April 1935

Quite a different day than yesterday — a single workman and that too for sprinkling water on the slabs. As usual, I read as much French as possible. I got a book on arithmetic in French from S and got so absorbed in the terms and methods of explanation that it was difficult to come out of it even after two hours. It was like reading a primer after several years, and I found a peculiar charm in it. But here the charm was not in the subject itself, but in the language. Of course, all that is felt only when one feels “soutenu” [supported]; otherwise even the most beautiful things do not interest one.

That is true. The “soutien” [support] will, I hope, soon be fixed and stable.

21 April 1935

I have found that J manages to keep himself always cheerful and smiling. It must be the result of inner ease and true contentment; otherwise, it is not possible to be always smiling. Or is it because he has no special difficulties to brood over? When I told this one day to A, he was not satisfied with my appreciation. He said that J was cheerful only with some, but when it came to dealing with M, he was not like that — this is too small a point to pick a hole in him. Otherwise there is something very fine and solid in him.

J's nature is like that, I believe. His difficulties are of the ordinary kind and he is not likely to brood over them. He has an even balance and is not excitable and

Je ne comprends pas pourquoi j'ai tout d'un coup senti ce soir que j'avais perdu le contact avec Mère. Bien sûr, j'étais si absorbé dans mon travail que l'attention était tournée naturellement vers le dehors, mais cela ne devrait pas rompre ainsi le contact. Et il n'y a eu aucun contact venant d'autres, comme C. ou M. Peut-être était-ce dû à des rapports trop nombreux avec les ouvriers. Mais alors pourquoi seulement aujourd'hui ?

Ces choses n'ont pas toujours une raison extérieure précise — ou bien la raison extérieure n'est qu'une excuse pour leur apparition. C'est une sorte de poussée qui vient de quelque part dans la conscience et celle-ci est soudainement délogée de son siège : il faut trouver le truc pour qu'elle reprenne sa place aussitôt.

20 avril 1935

Quelle différence avec hier : un seul ouvrier présent et en plus pour asperger le béton d'eau. Comme d'habitude, je lis autant de français que possible. S. m'a passé un livre d'arithmétique en français et j'étais si absorbé par les termes et la logique des explications que j'ai eu du mal à en sortir, même au bout de deux heures. C'était comme si je lisais un livre élémentaire après plusieurs années, et j'y ai trouvé un attrait particulier. Mais l'attrait tenait à la langue et non pas au sujet en soi. Bien sûr, on ne ressent les choses ainsi que si l'on se sent « soutenu » ; autrement, même les choses les plus belles ne vous intéressent pas.

C'est vrai. J'espère que le « soutien » va vite s'établir de façon durable.

21 avril 1935

J'ai remarqué que J. trouve le moyen d'être toujours gai et souriant. Cela doit être le résultat d'une tranquillité intérieure et d'un vrai contentement ; sinon, il n'est pas possible d'être toujours souriant. Ou bien est-ce parce qu'il n'a pas de difficultés particulières sur lesquelles ruminer ? Un jour, j'en ai parlé avec A. qui n'était pas d'accord avec cette explication. Il m'a dit que J. était joyeux avec certaines personnes seulement, mais que quand il s'entretenait avec M., il n'était pas comme cela ; mais ce n'est qu'un détail qui ne vaut pas la peine d'être relevé. Autrement, il y a quelque chose en lui de beau et de solide.

when there is trouble faces it with a certain solid poise and assurance which prevents the trouble from becoming too troublesome.

P, C, and R came to see Nouveauté House where I was working. I had already made a wall of detachment against all the three, and they felt a little shrinking when they came to the place where I was standing. P asked me politely whether she could come to see. I smiled to myself at the effect of my wall. A question or two, and they quit. All the same, it looked as if by the very innocent-looking process of speaking even a few words, there was a deviation of the consciousness for a time. Of course, it must be because of the impression of past contacts that these things can occupy some part of the consciousness.

It is obviously because of the past impressions and the habitual movement of consciousness connected with them. In the physical being the power of past impressions is very great, because it is by the process of repeated impressions that consciousness was made to manifest in matter — and also by the habitual reactions of consciousness to these impressions, what the psychologists, I suppose, would call “behaviour”. According to one school consciousness consists only of these things — but that is the usual habit of stretching one detail of Nature to explain the whole of her.

The body is a bit tired but happy. One might ask, “What of the mind and the vital?” They don’t exist at all!

That is a very happy condition — (not the tiredness of the body, but the non-existence of the mind and vital). It is the first step towards the joy of Brahma-nirvana, *brahma nirvananda!*

22 April 1935

If it is the first step towards the joy of Brahma-nirvana, what a long way it must be! What does “towards” mean? Will it take months, years or lives? Patience, patience, patience always!

It need not imply such a long waiting — the farther steps may be only one or two. The only necessity is for this to fix itself — it usually develops soon enough

Selon moi, la nature de J. est ainsi faite. Ses difficultés sont ordinaires et il n'est pas du genre à les ressasser. Équilibré, il ne se met pas en colère et lorsque des ennuis se présentent, il leur fait face avec un certain calme solide et de l'assurance, qui empêchent les ennuis de devenir trop ennuyeux.

P., C. et R. sont venus à Nouveauté House où je travaillais. J'avais déjà dressé un mur de détachement contre eux trois, et ils ont eu un petit mouvement de recul quand ils sont arrivés à l'endroit où je me tenais. P. m'a demandé poliment si elle pouvait venir voir. J'ai souri intérieurement devant l'effet de mon mur. Une question ou deux et puis, ils sont repartis. Quoi qu'il en soit, il semble que par le fait apparemment si innocent de prononcer quelques mots, la conscience ait été déviée pendant un temps. Bien entendu, cela doit être dû à l'impression laissée par les contacts passés que ces choses peuvent occuper quelque partie de notre conscience.

C'est évidemment à cause de ces impressions passées et du mouvement habituel de conscience lié à elles. Dans l'être physique, ces impressions laissées par le passé ont un très grand pouvoir, car c'est à force d'impressions répétées que la conscience a été amenée à se manifester dans la matière, et aussi par les réactions habituelles de la conscience à ces impressions ; c'est, je suppose, ce que les psychologues appelleraient le « comportement ». L'une de leurs écoles soutient que la conscience n'est rien de plus, mais c'est là un effet de cette pratique qui consiste à généraliser un détail de la Nature pour en expliquer la totalité.

Le corps est un peu fatigué mais content. On pourrait demander : « Et qu'en est-il du mental et du vital ? » Ils n'existent pas du tout !

C'est un état très heureux, (non pas la fatigue du corps, mais la non existence du mental et du vital). C'est le premier pas vers la joie du Brahma-nirvâna, brahma nirvânanda !

22 avril 1935

Si c'est le premier pas vers la joie du Brahma-nirvâna, comme la route doit être longue ! Que signifie : « vers » ? Cela prendra-t-il des mois, des années ou des vies ? Patience, patience, patience, toujours !

by increasing intensity into that of which it is usually the definite beginning.

23 April 1935

I felt the vibrations of peace very concretely. They can almost be located between the two lobes of the brain at the roof of the ventricles and in the space between them. I don't remember what is in that interspace — probably the cerebro-spinal fluid. Of course, if that is the first to receive the peace, it can distribute to the periphery through the nerves to the arteries, and to the muscles. So "peace" also can be anatomised and imprisoned in neurology!

I presume that would mean that the peace had become or was becoming very material and solid and physically tangible — "peace in the cells". Everything is a "substance" — even peace, consciousness, ananda; only there are different orders of substance.

S called me while I was going to dine and asked me about the burning sensation she was feeling. How would I know about it? Yet I suggested it might be the burning for something higher. I could as well have said the reverse, that it could be the burning for something vital, or that it could be merely a physical sensation. But I vetoed them for the higher burning and asked her to bear it peacefully, as if I knew all that she felt!

Of course, a burning may be anything; but perhaps your suggestion might help her not to burn the wrong way!

G told me the other day that he had got the peace-descent down to the knees, and there remained only the portion below. This is also a positive proof that the peace is very tangible. But I must be very far yet, for I have felt it only in the ventricular portion of the cerebrum. So there remains yet the cerebellum, pons varolli, fundus, the spinal cord, the muscles, and lastly the bones! Long, long way to go for this traveller and guest! But probably the peace has other companions for whom it waits, or perhaps it has found barricades on the streets!

Cela n'implique pas nécessairement une si longue attente. Peut-être ne s'agit-il que d'un ou de deux pas de plus. La seule chose nécessaire est que cela se fixe. D'habitude cela se développe assez vite en augmentant l'intensité de ce qui est normalement le commencement certain.

23 avril 1935

J'ai senti très concrètement les vibrations de paix. Elles peuvent presque être localisées entre les deux lobes du cerveau au toit des ventricules et dans l'espace qui les sépare. Je ne me souviens plus de ce qu'il y a dans cet intervalle, probablement le fluide cérébro-spinal. Évidemment, si c'est la première zone du cerveau à recevoir la paix, elle peut la distribuer à la périphérie par l'intermédiaire des nerfs puis des artères et enfin des muscles. Ainsi, la « paix » aussi peut être anatomisée et emprisonnée en neurologie !

Je présume que cela voudrait dire que la paix est devenue ou était en train de devenir très matérielle, solide, et physiquement très tangible : c'est la "paix dans les cellules". Tout est "substance" même la paix, la conscience, l'Ânanda -mais il y a différents ordres de substance.

Alors que j'étais sur le point de dîner, S. est venue me demander ce que je pensais de sa sensation de brûlure. Comment le saurais-je ? Cependant, je lui ai répondu que c'était peut-être brûler pour quelque chose de supérieur. J'aurais pu tout aussi bien dire le contraire, que c'était brûler pour quelque chose de vital, ou qu'il s'agissait simplement d'une sensation physique. Mais j'ai repoussé ces deux dernières hypothèses pour choisir la brûlure supérieure et lui ai demandé de la supporter tranquillement Comme si je savais tout ce qu'elle ressentait !

Évidemment, une brûlure peut être due à n'importe quoi ; mais votre suggestion pourrait peut-être l'aider à ne pas brûler dans le mauvais sens !

L'autre jour, G.m'a dit que la paix était descendue jusqu'à ses genoux mais pas plus bas. C'est aussi la preuve indéniable que la paix est très concrète. Mais je dois être encore bien loin, car je ne l'ai ressentie que dans la partie ventriculaire du cerveau. Alors il reste encore le cervelet,

The descent into the body first in the head, then down to the neck and in the chest is the ordinary rule. For many there is a big stop before it gets below the navel owing to some vital resistance. Once it passes that barricade it does not usually take long to come down farther. But there is no rule as to the time taken. In some it comes down like a flood, in others it goes through with a methodical and deliberate increase. I don't think the peace descent is in the habit of waiting for companions — more often it likes at first to be all by itself and then call down its friends with the message, "Come along, I have made the place all ready for you."

24 April 1935

I have now a different attitude towards eating. I begin with the confidence that I will eat whatever is there, but as soon as I eat a few morsels I feel satisfied, and I eat the rest as if it is more than necessary. In the morning, it is for the taste rather than the hunger that I go on eating. At midday, there is hardly any hunger, but I eat as a rule. At night, there is not much work to be done, so the body has to be engaged in eating. I feel I should reduce the quantity of solids and take more water instead. It keeps the body cool and may be a good basis for the peace, though I should then prepare a dietetic for peace.

I suppose not. The peace can hardly depend on the diet! It is only the peace of the stomach that depends upon that, though perhaps it might be argued that all peace depends eventually on the peace of the stomach?

25 April 1935

Talking does not always seem to cloud the peace, though very often the exchange in the talk even with sadhaks is not conducive to peace. Often it is a movement of news-hunting: anything should be talked about, some rotten information collected, someone censured, and one thinks one has known something. But often one loses something. I wonder if anybody loses anything by not talking!

If the peace is very strong within, talking does not cloud it — because this peace is not mental or vital even when it pervades the mind and vital — or else it is a cloud that quickly passes without touching deeply. Usually however such talk

le pont de Varole, le fundus, la moelle épinière, les muscles, et enfin les os ! Un long, long chemin à parcourir pour cette voyageuse et cette hôtesse ! Mais la paix attend probablement d'autres compagnons, ou peut-être a-t-elle trouvé des barricades dans la rue !

En règle générale, la descente dans le corps s'effectue d'abord dans la tête, puis le long du cou et dans la poitrine. Chez de nombreux sâdhaks, un arrêt important se produit avant qu'elle ne se poursuive au-dessous du nombril, en raison d'une certaine résistance vitale. Une fois qu'elle a passé cette barricade, il ne lui faut en général pas très longtemps pour descendre plus bas. Mais il n'y a pas de règle quant au temps que cela prend. Chez certains elle inonde tout, chez d'autres elle pénètre méthodiquement, posément, de plus en plus. Je ne crois pas que la paix, pour descendre, ait coutume d'attendre des compagnons ; très souvent elle préfère tout d'abord être seule, puis elle appelle ses amis en leur disant : « Venez, j'ai tout préparé pour vous. »

24 avril 1935

J'ai maintenant une attitude différente envers la nourriture. Je commence par l'assurance que je mangerai ce qui est offert, mais après les premières bouchées, je suis rassasié, et je mange le reste comme si c'est plus que nécessaire. Le matin, c'est davantage pour la saveur que la faim que je continue à manger. À midi, je n'ai pratiquement pas faim mais je mange parce qu'il le faut. Le soir, comme je n'ai pas beaucoup de travail, le corps s'intéresse alors à la nourriture. J'ai l'impression que je devrais diminuer la quantité de solides et prendre plus d'eau à la place. Cela rafraîchit le corps et c'est peut-être une bonne base pour la paix, quoique je doive alors préparer un régime pour obtenir la paix.

Je ne pense pas. La paix ne peut vraiment pas dépendre du régime alimentaire! Seule la paix de l'estomac en dépend, bien qu'on puisse soutenir qu'en fin de compte toute paix dépend de la paix de l'estomac ?

25 avril 1935

Parler ne semble pas toujours obscurcir la paix, bien que très souvent discuter, même avec des sâdhaks, ne soit pas favorable à la paix. Il s'agit

disperses the consciousness and one can lose much. The only disadvantage of not talking is that it isolates too much, if it is absolute, but by not talking these things one loses nothing.

26 April 1935

One may think that there is nothing particularly impure in smiling or talking with the other sex, but it is not quite the same as with sad-haks. It is definitely not so simple a matter. Firstly, when one sees the other sex from a distance, a process begins in the mind as to whether to speak or smile to her. Secondly, after the smile or talk, a process of rumination continues for a time. This is what happens in the mind or physical mind, and one does not know exactly what happens in the vital and subconscious vital — the effect there is not as simple as one would like to think. It would be the rare few in whom the exchange with the other sex would have the same effect as with the same sex.

All that happens because the vital is conscious of sex in the approach and immediately assumes the “man to woman” attitude. To get rid of that, one must be able to look on the woman and feel to her as to a human being only. That is difficult and needs a certain training; for even if the mind is able to take the position, the vital is unreliable and one has to be on guard that it does not suddenly or surreptitiously get in into the relation with its partiality for the sex interchange.

I could not understand what Mother spoke to me in French. Afterwards I asked S and the meaning of her sentence became clear. I had asked S to read the Entretiens to me so that I may learn the pronunciation and get some practice in speaking French. Of course I am not giving up B’s class, but will go to S only on days when B does not take his class. I would have preferred to go to him, but he has already several classes. I think S pronounces sufficiently well — sufficient for me who has first to forget the half-learnt English pronunciation of French.

S’s pronunciation is rather good — you will get more benefit in this respect by going to him.

souvent de propos sur l'actualité : il faut discuter de tout et de n'importe quoi, recueillir des informations mensongères, critiquer quelqu'un, et l'on croit qu'on a appris quelque chose. Mais le plus souvent, on perd quelque chose. Je me demande si quiconque perd quelque chose en ne parlant pas !

Si la paix intérieure est très forte, la parole ne l'obscurcit pas, parce que cette paix n'est pas mentale ou vitale, même si le mental et le vital en sont imprégnés; ou alors c'est un nuage qui passe rapidement sans atteindre les profondeurs. En général, cependant, la discussion disperse la conscience et on peut y perdre beaucoup. Le seul inconvénient à ne pas parler est que l'on s'isole trop, si le silence est absolu, mais on n'a rien à perdre en s'abstenant de ce genre de discussion [sur l'actualité, etc.].

26 avril 1935

On peut penser qu'il n'y a rien de particulièrement impur à sourire ou à parler avec le sexe opposé, mais ce n'est pas tout à fait la même chose quand il s'agit de sâdhaks. La question n'est vraiment pas aussi simple que ça. Premièrement, quand on aperçoit une femme de loin, un processus dans le mental se met en place pour savoir s'il faut lui parler ou lui sourire. Deuxièmement, après le sourire ou les paroles, un processus de rumination se poursuit pendant un certain temps. Voilà ce qui se produit dans le mental et le mental physique, et l'on ne sait pas exactement ce qui se passe dans le vital et le vital subconscient : là, la conséquence n'est pas aussi simple qu'on voudrait bien le croire. Ce serait seulement une poignée de gens qui, dans leurs rapports avec les autres, ne feraient aucune différence entre les sexes.

Tout cela arrive parce que le vital est dès l'abord conscient du sexe et adopte aussitôt l'attitude "masculine" vis-à-vis de la femme. Pour se débarrasser de cela, on doit être capable de considérer la femme comme un être humain et de ne rien ressentir de plus envers elle. C'est difficile, et cela nécessite un certain entraînement ; car même si le mental est capable d'adopter cette attitude, on ne peut se fier au vital et on doit rester sur ses gardes pour qu'il ne s'imisce pas dans cette relation, subrepticement ou soudainement, en y introduisant sa prédilection pour les échanges sexuels.

This extra-intensity for learning French has almost replaced the more tangible condition of peace which I recently felt for some days. The physical mind is frequently revolving round the technique of language and all other activity is displaced by it. But it seems necessary, for otherwise the language cannot be mastered in a short time. In any case, there are periods of intense study during which the mind is turned to learning French instead of the experiences of sadhana. Or perhaps this also is a sort of sadhana!

It can be; but more easily if the condition of tangible peace settles down and remains conscious behind the activity.

27 April 1935

To learn to say “No” is sometimes very difficult for some natures. Sometimes when somebody asks for a thing, one readily says “Yes”, especially if it is said to the other sex and she is a little agreeable. The vital wants to be noble and help and gain some fame. But a “No” would have been useful and quite proper, since behind the willingness to help, there is often the desire for vital exchange. There is, I think, a stage in sadhana when one has to say “No” to any demand or craving of the vital.

Yes, obviously, the power to say “No” is indispensable in life and still more so in sadhana. It is the power of rejection put into speech.

Is it a blast furnace or electric cautery that is burning in me? Is it the duramater or piamater or arachnoid, or is it the “liquide cerebro-rachidien” (as the French say) that is being heated for burning the colon-bacilli that might have entered there by mistake to take a bath in it? Or perhaps the burning is to evaporate those three principles — psora, sycosis and syphilis — which Hahnemann, the Homeopath, thought are pervading in all human beings since Adam’s time. I am sure Hahnemann would have got a severe headache if the same heat had been applied to his grey and white matter in the brain, and he would have had to take a supra-microscopic dose of Natrum muriaticum! Or am I sure that it is heat? It may be frost as well, which may give the impression of heat!

Je n'ai pas compris ce que Mère m'a dit en français. Plus tard, j'ai demandé à S. et le sens de sa phrase s'est éclairci. J'avais demandé à S. de me lire les Entretiens pour que je puisse apprendre comment prononcer pour m'entraîner à parler français. Bien sûr, je ne renonce pas aux classes de B. mais j'irai chez S. seulement les jours où B. ne fera pas cours. J'aurais préféré aller chez lui mais il a déjà plusieurs classes. Je trouve que S. prononce assez bien — assez pour moi qui dois commencer par oublier la prononciation anglaise du français, déjà à moitié apprise.

La prononciation de S. est plutôt bonne. À cet égard, vous en profiterez davantage en allant à lui.

Cet enthousiasme déchaîné pour apprendre le français a presque remplacé l'état de paix plus tangible que je ressentais depuis plusieurs jours. Le mental physique tourne autour de la technique de la langue en déplaçant toute autre activité, mais cela semble nécessaire car sinon on ne peut maîtriser la langue en très peu de temps. Quoi qu'il en soit, il y a des périodes d'étude intense pendant lesquelles le mental se tourne vers l'apprentissage du français plutôt que vers les expériences de la sâdhanâ. À moins qu'il ne s'agisse aussi d'un genre de sâdhanâ !

C'est possible ; mais plus facilement si l'état de paix tangible s'installe et demeure conscient derrière l'activité.

27 avril 1935

Apprendre à dire « Non » est parfois très difficile pour certaines natures. Parfois si quelqu'un vous demande quelque chose, on répond volontiers « Oui », surtout si l'on s'adresse au sexe féminin et que la personne est assez agréable. Le vital veut être noble et serviable et gagner quelque réputation. Mais un « Non » aurait été utile et à propos, puisque derrière l'empressement à rendre service, se cache souvent le désir d'un échange vital. Je crois qu'il y a un stade dans la sâdhanâ quand il faut dire « Non » à toute exigence ou désir insatiable du vital.

Oui, évidemment, le pouvoir de dire “Non” est indispensable dans la vie et plus encore dans la sâdhanâ. C'est le pouvoir de rejet exprimé en paroles.

You have got beyond my depth, especially in company with Hahnemann. I can't very well say what it is because you do not seem to have made up your mind whether it is Agni (heat) or Shiva (frost) who is at work. If it were not for this doubt, we might assume that it is Surya Savitri trying to create a new piamater, duramater and all the rest of it — “burn out the old, burn in the new” etc.

28 April 1935

If and when chemistry advances and enters supraphysical regions, I suspect it will bring down peace in a vacuum bottle and analyse and synthesise it in some way. Just as I heard Kalelkar wanted to catch up with this Yoga in one or two years and utilise it for national work, these scientists — if some Edisonian type comes up here — would think of industrialising Elixir Peaceatum!

If you read the French romances about “psychic” matters, you will find that their highest imagination is machinery, — machines for registering people's thoughts, machines for storing up the psychic energy of a “living Buddha” (a Buddha, by the way, with some hundred concubines) into which he puts his will-force so that when it is turned on millions of soldiers will march in a hypnotised trance to battle performing manoeuvres according to silent orders from the machine, etc, etc. So your suppositions are not unlikely. One of the reasons why many Americans want Yoga is that it may make them powerful in all they undertake, prosperous businessmen etc.

Usually on non-pranam days I feel the time from morning to midday very very long. But today I felt it as on any other day. Of course, it is the work that keeps the mind engaged, but there must be something else which in spite of the work makes the non-pranam days long.

It is probably the absence of usual movement and the outer contact that create the feeling — but if the consciousness is in an equable condition, then it is not felt.

You have said, “One should not dwell on the lower nature or its obstacles,” but turn the attention more to the positive side of experience. But sometimes there are obstacles which prevent the experience of descent. In that case, I think one has to deal with them first and break

S'agit-il d'un haut fourneau ou d'un cautère électrique qui brûle en moi ? Est-ce le duramater, le plamater ou l'arachnoïde, ou bien le « liquide cérébro-rachidien » (comme disent les Français) qui est en train d'être chauffé pour brûler les bacilles du côlon qui ont pu entrer là par erreur pour y prendre un bain ? À moins que la brûlure ne serve à faire évaporer les trois principes suivants — psorique, sycotique et syphilitique — qui selon Hahnemann, l'homéopathe, sévissent dans tous les êtres humains depuis Adam. Je suis convaincu qu'Hahnemann aurait souffert d'un violent mal de tête si une telle chaleur avait été appliquée sur les matières grise et blanche de son cerveau, ce qui l'aurait poussé à prendre une dose hyper-microscopique de Natrum Muriaticum ! Mais suis-je bien certain qu'il s'agisse de chaleur ? C'est peut-être du gel, qui donnerait une sensation de chaleur !

Alors là vous me dépassez, surtout en compagnie d'Hahnemann. Il m'est vraiment difficile de dire de quoi il s'agit parce que vous ne semblez pas avoir décidé si c'est Agni (chaleur) ou Shiva (gel) qui se manifeste. Si ce n'était pour ce doute, nous pourrions supposer que c'est Surya Savitri qui essaie de créer un nouveau piamater, duramater et tout le reste — « brûlez l'ancien, allumez le neuf », etc.

28 avril 1935

J'ai le sentiment que si la chimie faisait un pas dans les régions supra-physiques, cela ferait alors descendre la paix dans une bouteille vide, puis on l'analyserait et la synthétiserait d'une certaine façon. De même que j'avais entendu dire que Kalelkar voulait combler son retard sur notre Yoga en une ou deux années afin de l'utiliser à une œuvre nationale, ainsi ces scientifiques, si un type du genre Edison se présentait ici, auraient l'idée d'industrialiser l'Élixir Peaceatum !

Si vous lisez les romans français qui parlent de questions « psychiques », vous trouverez que leur imagination la plus haute concerne les machines : des machines pour enregistrer les pensées des gens, des machines pour conserver l'énergie psychique d'un « Bouddha vivant » (un Bouddha, soit dit en passant, entouré de quelques centaines de concubines) qui y mettrait sa force de vie. Une fois mises en marche, des millions de soldats iraient, comme en transe, marcher au combat en exécutant des manœuvres, selon les ordres silencieux de

them entirely in order to clear the road. If one does not do something like that, one might either fall into inertia or wilfully support the lower nature. In such cases, I think it is necessary to dwell on these obstacles and awaken to the importance of "rejection".

The statement is a general one and like all general statements subject to qualification according to circumstances. What I meant was to discourage what some do which is to be always dwelling on their difficulties and shortcomings only, for that makes them turn for ever like squirrels in a cage always in the same circle of difficulties without the least breaking of light through the clouds. The sentence would be more accurate or generally applicable if it were written "dwell too much" or "dwell solely". Naturally, without rejection nothing can be done. And in hard periods or moments concentration on the difficulties is inevitable. Also in the early stages one has often to do a great amount of clearance work so that the road can be followed at all.

29 April 1935

M complained to me that "my friend" had quarrelled with her. I asked her, "Who is my friend?" She said, "P". Parbleu! Then she gave me the details of P's talkativeness. She said that P used to go for a walk from 9 to 10 with K, and N had to get up and open the door for her at 10. And now K and the two ladies talk till 10 in her room. I partly knew about it, but I can't intervene at all times. After all, each one is responsible for himself.

That is the best after all. But whether P quarrelled with M or M with P is a question of relativity that is not so easy to solve as M represents it.

30 April 1935

la machine, etc. etc. L'une des raisons pour lesquelles beaucoup d'Américains s'intéressent au Yoga, c'est que cela pourrait les rendre puissants dans tout ce qu'ils entreprennent, les faire devenir des hommes d'affaires prospères etc.

D'habitude, les jours sans prânam, le temps me semble toujours très très long du matin jusqu'à midi. Mais aujourd'hui, c'était comme n'importe quel autre jour. C'est bien sûr le travail qui tient le mental occupé mais il doit y avoir quelque chose d'autre qui, en dépit du travail, fait paraître si longs les jours sans prânam.

C'est probablement l'absence du mouvement habituel et du contact extérieur qui produisent ce sentiment ; mais si la conscience est dans un état d'égalité, alors cela n'est pas ressenti.

Vous avez dit : « il ne faut pas s'appesantir sur la nature inférieure ou les difficultés. », mais diriger son attention sur le côté positif de l'expérience. Mais parfois, il y a des difficultés qui empêchent la descente de l'expérience. Dans ce cas, je crois qu'il faut s'en occuper d'abord et les éliminer complètement afin d'éclaircir la voie. Si on ne le fait pas, on peut soit tomber dans l'inertie, soit soutenir délibérément la nature inférieure. Dans de telles situations, je pense qu'il est nécessaire de s'arrêter sur ces difficultés afin de s'éveiller à l'importance du « rejet ».

Cette phrase a un caractère général et, comme toutes les généralités, elle a besoin d'être nuancée selon les circonstances. Je m'adressais à ceux qui sont toujours en train de s'appesantir uniquement sur leurs difficultés et leurs points faibles, et mon intention était de les en dissuader, car cette attitude les fait tourner sans arrêt, comme un écureuil en cage, dans le même cercle de difficultés sans laisser filtrer la moindre lumière à travers les nuages. Cette phrase serait plus exacte ou d'une portée plus générale, si j'avais écrit : "pas trop s'appesantir" ou "ne pas s'appesantir uniquement". Rien ne peut évidemment se faire sans rejet. Et dans les périodes ou les moments difficiles, il est impossible de ne pas se concentrer sur les difficultés. Dans les premiers stades, on doit aussi se livrer à un gros travail de déblayage pour avancer tant soit peu sur le chemin.

29 avril 1935

M. est venue se plaindre à moi en disant que « mon amie » s'était disputée avec elle. Je lui ai demandé : « Qui est mon amie ? » Elle a répondu : « P. ». Parbleu ! Puis elle m'a donné des exemples de la loquacité de P. Elle a dit que P. avait l'habitude de sortir se promener avec K. de 9h à 10h le soir. Par conséquent, N. devait se lever pour lui ouvrir la porte à 10h. Et maintenant K. et les deux dames bavardent dans sa chambre jusqu'à 10h. Je le savais déjà en partie, mais je ne peux pas passer mon temps à intervenir. Après tout, chacun est responsable de soi.

C'est le mieux après tout. Mais savoir si c'est P. qui s'est disputée avec M. ou le contraire est une question relative qu'il n'est pas aussi aisé d'élucider que M. se l'imagine.

30 avril 1935

References to the Articles in This Issue

“The Supramental Manifestation upon Earth”: *Essays in Philosophy and Yoga*, The Complete Works of Sri Aurobindo (CWSA) vol. 13, pp. 563-68; French translation: *La Manifestation supramentale sur la Terre*, 2012, p. 92-100. “Letters to a Young Captain”: *Quelques réponses de la Mère I*, 1994, p. 235-42; English translation: *Some Answers from the Mother*, Collected Works of the Mother (CWM), second edition, vol. 16, pp. 231-38. “The Sanatana Dharma”: *Karmayogin*, CWSA vol. 8, pp. 6, 9-12; French translation published here for the first time. “Talk of 25 May 1970”: *Paroles de la Mère III*, 1982, p. 432-34; English translation: *Words of the Mother III*, CWM vol. 15, pp. 405-07. “Purification of the Heart” *The Synthesis of Yoga*, CWSA vol. 23, pp. 165-66; French translation: *La Synthèse des Yogas*, 1992, p. 183-84. “Sincere Practice”: *Pensées et Aphorismes de Sri Aurobindo*, 1994, p. 58-59; English translation: *On Thoughts and Aphorisms*, CWM vol. 10, p. 30; (2) *Entretiens 1957-58*, 1994, p. 88-89. English translation: *Questions and Answers 1957-1958*, CWM vol. 9, p. 82; (3) *Education*, 1994, p. 239; English translation: *On Education*, CWM vol. 12, p. 285; (4) *Paroles de la Mère III*, 2002, p. 379; English translation: *Words of the Mother III*, CWM vol. 15, p. 354. (5) *Entretiens 1957-58*, p. 93-94; English translation: *Questions and Answers 1957-1958*, CWM vol. 9, pp. 87-88. “Entire Self-giving” *Essays on the Gita*, CWSA, vol. 19, pp. 334-35; *Essai sur la Guîtâ*, 1992, p. 366. “Sadhana of the Body”: (1) *Pensées et Aphorismes de Sri Aurobindo*, 1992, p. 53-54. English translation: *On Thoughts and Aphorisms*, CWM vol. 10, pp. 34-35. “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 the equivalent *Lettres sur le Yoga I-VI*.

Report on the Quarter

24th April 2021

This was the message chosen for the April Darshan:

The future of the earth depends on a change of consciousness.

The only hope for the future is in a change of man's consciousness and the change is bound to come.

But it is left to men to decide if they will collaborate for this change or if it will have to be enforced upon them by the power of crashing circumstances.

So, wake up and collaborate!

The Mother

From 24th April onwards, lockdowns were progressively enforced by the Government to control the spread of Covid-19. As a result, the usual Darshan program could not be held. The Ashram main building, and the Mother's and Sri Aurobindo's rooms were closed on this day. The Darshan message card was distributed the previous day from the Ashram courtyard.

From 27th April onwards, a full lockdown was announced by the Government. The Ashram main building was closed, Departments (except for those providing essential services or those engaged in manufacturing) were shut down, the various grounds for physical education activities were closed, and the Dining Room was kept open only for tiffin-carrier pick-up. Teams of volunteers continued to deliver food from the Dining Room to the elderly and to those in home quarantine. This lockdown was extended several times.

A number of Ashramites fell ill due to Covid-19 in the months of April, May and June and had to be hospitalised. Regretfully, some of them passed away due to the disease. Testing was ramped up in response to the growing number of cases in the community, and a large number of persons were quarantined. Patients who did not require hospitalisation were housed in individual rooms in New Guest House where food and medical assistance was provided. Close-contacts who lived in buildings with shared spaces were also housed in a separate wing of New Guest House.

The Ashram Helpline received many calls and assisted many persons during this period. A team of volunteers comprising some of the older students and their teachers were involved in delivering drinking water, medicines, food and other supplies to Covid-19 patients who were at home, or to those admitted in various hospitals in town.

The lockdowns were progressively relaxed starting early June. The Ashram main building reopened on 9th June with restricted visiting hours. Departments also opened

Rapport trimestriel

24 avril 2021

Le message du Darshan d'avril était le suivant :

L'Avenir de la terre dépend d'un changement de conscience.

Le seul espoir pour l'avenir est dans un changement de la conscience humaine et il est inévitable que ce changement se produise.

Mais il appartient aux hommes de décider s'ils veulent collaborer à ce changement ou s'il devra leur être imposé par la force de circonstances catastrophiques.

Alors réveillez-vous et collaborez!

La Mère

À partir du 24 avril, des mesures de confinement ont été progressivement mises en place par le gouvernement pour contrôler la propagation du Covid-19. En conséquence, le programme habituel du Darshan n'a pas pu avoir lieu. Le bâtiment principal de l'Ashram et les chambres de la Mère et de Sri Aurobindo ont été fermés ce jour-là. La carte du message du Darshan a été distribuée la veille depuis la cour de l'Ashram.

À partir du 27 avril, un verrouillage complet a été annoncé par le gouvernement. Le bâtiment principal de l'Ashram a été fermé, les départements (à l'exception de ceux fournissant des services essentiels ou ceux engagés dans la fabrication) ont été fermés, ainsi que les divers terrains d'activités d'éducation physique, et la salle à manger a été maintenue ouverte uniquement pour la collecte des tiffin. Des équipes de bénévoles ont continué à livrer de la nourriture de la salle à manger aux personnes âgées et à celles en quarantaine à domicile. Ce confinement a été prolongé à plusieurs reprises.

Un certain nombre d'ashramites sont tombés malades à cause du Covid-19 au cours des mois d'avril, mai et juin et ont dû être hospitalisés. Malheureusement, certains d'entre eux sont décédés des suites de la maladie. Les tests ont été intensifiés en réponse au nombre croissant de cas dans la communauté, et un grand nombre de personnes ont été mises en quarantaine. Les patients qui n'ont pas nécessité d'hospitalisation ont été hébergés dans des chambres individuelles au New Guest House où de la nourriture et une assistance médicale ont été fournies. Les proches qui vivaient dans des bâtiments avec des espaces partagés étaient également logés dans une aile séparée de New Guest House.

La ligne d'assistance de l'Ashram a reçu de nombreux appels et a aidé de nombreuses personnes au cours de cette période. Une équipe de bénévoles comprenant certains des élèves plus âgés et leurs enseignants a été impliquée dans la livraison d'eau potable, de médicaments, de nourriture et d'autres fournitures aux patients Covid-19

gradually. Ashram Guest Houses reopened on 5th July, but guests were required to either have a vaccination certificate or a negative RT-PCR Test taken 72 hours before checking in. Dining Room reopened for dine-in on 8th July for Ashramites and Volunteers. Physical Education activities were resumed from 12th July for members of Groups B2 and above. The Swimming Pool, however, remained closed. Collective meditations around the Samadhi and in the Playground have not yet resumed.

Physical classes in the Centre of Education have remained fully suspended since 22nd March 2021. Online classes continued for all sections. Children living in the boardings were kept engaged in various in-house activities by some of their teachers and coaches.

The Government has been actively encouraging all eligible persons to be vaccinated against Covid-19. Vaccination was also made mandatory by the Government for certain workplaces. The Dispensary helped a number of Ashramites, taking them in groups to vaccination centres. Vaccination was also organised in the Ashram School building on 28th June. Government medical staff along with the Ashram's medical team administered vaccines to almost 200 Ashramites, volunteers and older students.

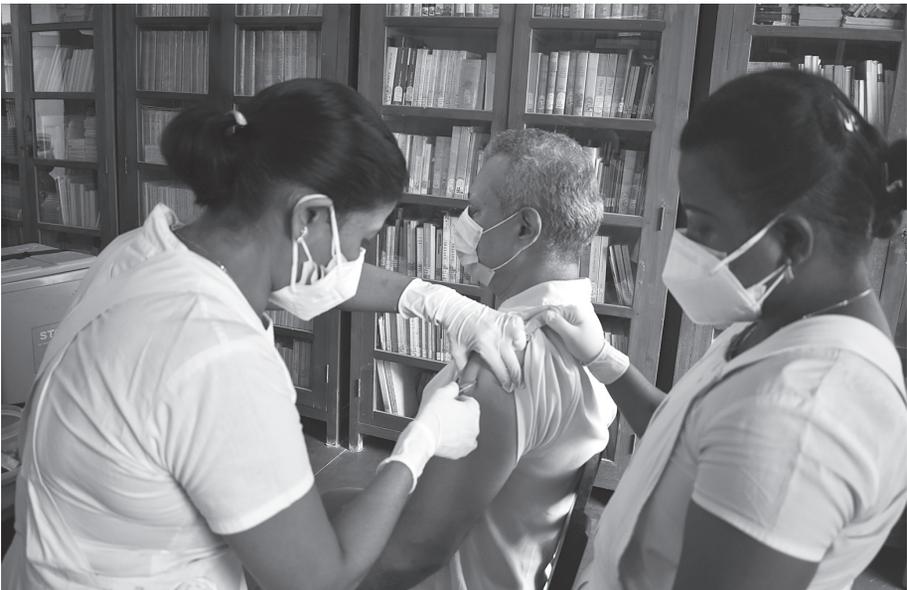


qui étaient à domicile ou à ceux admis dans divers hôpitaux de la ville.

Les confinements ont été progressivement assouplis à partir de début juin. Le bâtiment principal de l'Ashram a rouvert le 9 juin avec des heures de visite restreintes. Les départements se sont également ouverts progressivement. Les maisons d'hôtes de l'Ashram ont rouvert le 5 juillet, mais les invités devaient soit avoir un certificat de vaccination, soit un test RT-PCR négatif effectué 72 heures avant l'enregistrement. La salle à manger a rouvert le 8 juillet pour les Ashramites et les Volontaires. Les activités d'éducation physique ont repris à partir du 12 juillet pour les membres des groupes B2 et supérieurs. La piscine est cependant restée fermée. Les méditations collectives autour du Samadhi et au Terrain de jeu n'ont pas encore repris.

Les cours physiques au Centre d'éducation sont restés entièrement suspendus depuis le 22 mars 2021. Les cours en ligne se sont poursuivis pour toutes les sections. Les enfants vivant dans les internats ont été maintenus engagés dans diverses activités internes par certains de leurs enseignants et entraîneurs.

Le gouvernement encourage activement toutes les personnes éligibles à se faire vacciner contre le Covid-19. La vaccination a également été rendue obligatoire par le gouvernement pour les personnes travaillant dans divers départements. Le dispensaire a aidé un certain nombre d'ashramites, en les emmenant en groupes dans des centres de vaccination. La vaccination a également été organisée dans le bâtiment de l'école de l'Ashram le 28 juin. Le personnel médical du gouvernement ainsi que l'équipe médicale de l'Ashram ont administré des vaccins à près de 200 Ashramites, bénévoles et aux étudiants âgés de plus de 18 ans.









The Ashram School

The Mother opened l'École de Sri Aurobindo Ashram in 1943. In 1945, She founded the Department of Physical Education, which started its activities on a piece of land adjoining the original school building.

Over the course of the years, along with the growth of the school, this department also grew, and by the late fifties included some five venues, providing extensive opportunities for the pursuit of sports and other activities, not only for the students of the Ashram's school but for all its members.

In this issue we see the Mother participating in activities at the three principal venues of the Department of Physical Education — the Playground, the Tennis Ground, and the Sports Ground.

L'École de l'Ashram

La Mère a ouvert l'École de Sri Aurobindo Ashram en 1943. En 1945, Elle a fondé le Département d'éducation physique, qui a commencé ses activités sur un terrain attenant au bâtiment scolaire d'origine.

Au fil des années, parallèlement à la croissance de l'école, ce département s'est également développé et, à la fin des années cinquante, il comprenait quelque cinq sites, offrant de nombreuses possibilités de pratiquer des sports et d'autres activités, non seulement pour les étudiants de l'école de l'Ashram, mais pour tous ses membres.

Dans ce numéro, nous voyons la Mère participer à des activités dans les trois principaux sites du Département d'éducation physique : le terrain de jeu, le terrain de tennis et le terrain de sport.