

Cher Mysore Yoga Paris Sangha,

Notre Shala physique est maintenant fermé depuis plus d'une semaine, et pourtant je me trouve profondément connecté à vous tous d'une manière subtile et nouvelle.

Je continue à chanter le mantra d'ouverture chaque matin à 8 heures avec ma famille, comme je le fais avec vous depuis toutes ces années ! Et chaque matin, je réalise avec gratitude et émerveillement : quelle incroyable pouvoir c'est d'avoir cultivé une pratique autonome et une sangha, une communauté.

Quel que soit le défi auquel nous sommes confrontés, nous pouvons puiser dans ces vastes ressources en nous-mêmes et entre nous, pour créer un refuge intérieur. Il est tellement important de se souvenir de notre unité. Que nous sommes tous ensemble dans cette même situation.

Nous sommes tous effrayés et inquiets, face à nos vulnérabilités et à nos incertitudes. Mais ce sont les plus vulnérables dans notre société qui risquent de souffrir le plus.

Il n'y a jamais eu de temps plus pertinent - pour que nous avancions ensemble en tant que communauté plus large, pour pratiquer le vrai Sangha, pour ouvrir nos cœurs - qu'aujourd'hui.

Cela s'accompagne d'une grande responsabilité personnelle, mais aussi de possibilités. La possibilité de permettre à ces mêmes circonstances de nous ouvrir à l'amour, la compassion et le développement. De puiser les uns les autres dans l'énergie de ceux sur ce même chemin, voulant avancer tout en étant alignés avec le cœur.

Cela rappelle l'aspiration du Bodhisattva :

***Que tout ce qui se présente serve à l'éveil de la sagesse et de la compassion.***

En ce moment même, il existe une opportunité sans précédent de réveiller nos cœurs. De permettre à ce moment de se manifester comme une pause sacrée pour l'humanité où nous nous tournons vers nos ressources les plus profondes, notre sagesse et notre amour.

Avec amour et gratitude

x kia, Paris le 26 mars 2020