

Les enseignants de la Non-Dualité : du distanciel au présentiel



DU MÊME AUTEUR

Astrologie et pleine Conscience
 Les douze états de félicité
 Essai sur L'Harmonie Universelle
 Quels métiers me correspondent ?
 Astrologie et élixirs floraux
 Mon cahier de rencontres
 Pluton, Neptune et Pluton en Astrologie
 Astrologie et culture
 Le Thème Astral : Miroir de la Psyché Quantique
 Ascendant ↔ Soleil : 144 dialogues entre identités et destinées
 Le monde est ce que nous sommes
 La trinité heureuse
 Les silences de Saturne
 Pour une fraternité entre l'homme et l'animal
 Que dit l'astrologie sur votre animal de compagnie
 Le retour de Candide
 L'Astrologie : une aide pour mieux comprendre votre enfant
 La dualité masculin-féminin : une illusion au cœur de l'Unité
 Astrologie mondiale
 Les nœuds de la Lune en Astrologie
 Cérès en Astrologie
 La Lune en Astrologie : reflet de notre âme
 L'Ascendant en Astrologie : qui suis-je ?
 Les Aspects en Astrologie Tome 1 et Tome 2
 Astrologie et célébrités
 Vénus en Astrologie
 Mercure en Astrologie
 Mars en Astrologie
 Le Soleil en Astrologie
 Jupiter en Astrologie
 Uranus en Astrologie
 Neptune en Astrologie
 Pluton en Astrologie
 Les astéroïdes en astrologie

Chiron en Astrologie
Éris en Astrologie
Vesta en Astrologie
Junon en astrologie
Pallas en Astrologie
Nessus en astrologie
L'astéroïde Psyché en Astrologie
Lilith en Astrologie
Les planètes rétrogrades en Astrologie
Les signes interceptés en Astrologie
Manuel d'astrologie : cours et ateliers
Le chant de l'instant
L'arche quantique

Pour commander la version papier des livres de Zenastral
utilisez ce lien :

www.thebookedition.com/fr/48453_jerome-zenastral

ou scannez

ce QR CODE →



SOMMAIRE

Préface	7
Introduction	11
Le doute comme outil d'exploration	15
Les enseignants de la Non-Dualité	17
Eckhart Tolle	21
Francis Lucille	24
Rupert Spira	27
Adyashanti	30
Louise Kay	36
Gangaji	38
Éric Baret	41
Karl Renz	44
Mooji	47
Betty Quirion	50
David Hoffmeister	53
Claudette Vidal	56
David Spero	58
Wayne Liquorman	60
Roger Castillo	63
Darpan	65
Jean Bouchart d'Orval	67
Lisa Cairns	69
Armelle Six	71
Julie Ann	74
Caroline Bianco	77
Canela Michelle Meyers	79
Vishrant	81
OM C. Parkin	83
Richard Sylvester	85
Jac O'Keeffe	87

Unmani Liza Hyde	89
Gérard.....	91
Somasekha.....	93
Emmanuelle Errera.....	95
Suyin Lamour.....	97
Marion Renault.....	99
Caroline Pol.....	101
Sandra Ney	103
Pierre Leré Guillemet	105
Louise Robidoux	107
Kamala	109
Conclusion.....	111
Les enseignants spirituels qui ont marqué leur époque	115
Les enseignants tchanistes et taoïstes.....	117
Mystiques et maîtres chrétiens	125
Mystiques et enseignants orientaux.....	135
Les enseignants soufis	145
Figures modernes occidentales.....	151
Conclusion.....	159
Bibliographie.....	161

Préface

Dans un monde en constante évolution, de plus en plus de gens sont en quête de spiritualité. Les interrogations existentielles telles que le sens de la vie, la conscience de soi et la quête du bonheur, universelles et intemporelles, demeurent au cœur de leur recherche.

Dans notre ère moderne, la transmission des enseignements spirituels a été profondément influencée par les développements technologiques, une tendance qui a été encore plus accentuée par des événements mondiaux récents. La pandémie de COVID-19, qui a balayé le globe, a eu un impact considérable sur la pratique spirituelle et les enseignements spirituels.

Suite aux restrictions sanitaires, un grand nombre de méditations guidées, de cours de yoga et d'autres activités spirituelles ont trouvé refuge en ligne. Grâce aux technologies de vidéoconférence, les communautés ont pu rester connectées et maintenir leurs pratiques, même à distance. Certains groupes ont également exploré des approches plus innovantes, comme la réalité virtuelle, pour créer des espaces sacrés numériques où les gens peuvent se rassembler.

Un autre aspect remarquable de la pandémie est qu'elle a donné lieu à des formes de spiritualité plus individualisées et personnalisées. En l'absence de rassemblements communautaires, beaucoup ont exploré leur propre chemin spirituel, combinant différents enseignements et pratiques de manière unique et

personnelle. Cette accessibilité sans précédent aux enseignants spirituels à travers le monde donne une pertinence particulière à ce livre, car toute personne peut désormais accéder à l'enseignement de son choix, quel que soit son emplacement.

C'est avec la volonté d'éclairer que l'auteur a entrepris la rédaction de cet ouvrage. Il offre un aperçu des grandes figures spirituelles contemporaines, véritables phares guidant notre quête. Il fournit des informations précises sur ces enseignants, leur parcours, leur approche de l'enseignement, et comment les contacter ou suivre leurs enseignements, que ce soit par le biais de webinaires, de visioconférences, ou de retraites et rencontres en présentiel.

Ce livre n'est pas une introduction théorique à la non-dualité. C'est plutôt un guide pratique, un panorama destiné à celles et ceux qui souhaitent s'immerger directement dans les diverses formes d'enseignement de la non-dualité dispensées par ces figures spirituelles contemporaines.

"Les Enseignants de la Non-Dualité : du distanciel au présentiel" se révèle être une ressource précieuse pour quiconque cherche à découvrir quel enseignant de la non-dualité pourra l'aider à comprendre et expérimenter cette philosophie, et avec qui il se sentira en harmonie. Ce livre se positionne à la croisée des chemins pour tout chercheur de vérité, informant sur les différents enseignements de la non-dualité adaptés aux défis et besoins de notre monde moderne.

À cette exploration des figures spirituelles contemporaines s'ajoute désormais un voyage à travers le temps, à la rencontre des maîtres et enseignants qui ont profondément marqué leur époque. Leurs écrits, leurs poèmes et leurs témoignages continuent de transmettre la lumière de leur expérience d'éveil. De l'Inde ancienne aux mystiques chrétiens, du Tchan chinois au soufisme, ces voix du passé offrent un panorama des grandes orientations spirituelles qui se sont déployées au fil des siècles. Leur présence silencieuse rappelle que la quête de vérité est intemporelle et que, quelles que soient les époques, l'être humain a toujours cherché à s'affranchir des illusions pour s'ouvrir à la clarté de la conscience.

Introduction

Nous évoluons dans un monde rapide, un monde en perpétuel changement qui laisse rarement place à la réflexion et à la contemplation. Pourtant, il nous manque quelque chose, une insatisfaction profonde s'ancre dans la course effrénée de la vie quotidienne.

Il existe des moments particuliers où nous nous interrogeons sur le sens de la vie, l'univers infini, l'impermanence, le pourquoi de la souffrance, la nostalgie du divin et la quête du bonheur.

La question sur les origines de la souffrance, Siddharta Gautama, plus connu sous le nom de Bouddha, se l'est posé. Il a défié les fondements de la condition humaine en se questionnant sur la nature de la souffrance. Il s'est interrogé sur l'aspect inévitable de la souffrance dans l'existence humaine et notre capacité à la transcender pour atteindre un état de paix et de libération.

Le Bouddha a exposé les Quatre Nobles Vérités en tant que voie pour comprendre et finalement éliminer la souffrance. Ces vérités, qui englobent la reconnaissance de la souffrance, la compréhension de sa cause, la réalisation que la cessation de la souffrance est possible et le chemin qui conduit à cette cessation, ont profondément marqué la pensée spirituelle mondiale.

Cette prise de conscience de la souffrance est souvent le point de départ de tout chercheur spirituel. C'est la reconnaissance que quelque chose dans notre existence

est insatisfaisant et que nous aspirons à une réalité plus profonde, plus significative.

Adyashanti, un enseignant de la non-dualité contemporain, a sondé les profondeurs de la nature de la souffrance et de la non-dualité dans ses enseignements. Ses réflexions trouvent un écho dans les enseignements du Bouddha, tout en y apportant sa perspective unique.

Pour Adyashanti, la souffrance naît de notre attachement à l'ego, à ce sens de l'identité personnelle que nous élaborons à travers nos pensées, nos émotions et nos expériences. Cet ego repose sur une illusion de séparation, sur la croyance que nous sommes distincts du reste de l'univers.

Selon lui, la clé pour mettre fin à cette souffrance est de réaliser notre véritable nature. Cette nature est non-duelle, c'est-à-dire qu'elle ne connaît pas de séparation entre soi et l'univers. C'est un état de conscience où nous reconnaissons notre connexion intrinsèque avec tout ce qui existe.

C'est dans cet état de réalisation non-duelle que nous pouvons transcender l'ego et, par conséquent, la souffrance. En reconnaissant notre véritable nature, nous voyons que nous ne sommes pas nos pensées, nos émotions, ni même nos expériences. Nous sommes quelque chose de plus grand et de plus profond. C'est un état de liberté et de paix qui existe au-delà de l'ego et de la souffrance.

Toutefois, Adyashanti avertit que cette réalisation n'est pas un événement ponctuel, mais un processus continu de réveil et d'approfondissement dans la vérité de notre être. Cela demande une honnêteté radicale, une ouverture et la volonté de laisser derrière soi tout ce qui n'est pas authentique ou vrai.

Ainsi, le cheminement de chaque chercheur spirituel peut être vu comme une quête constante pour comprendre la nature de la souffrance et pour découvrir, à travers cette compréhension, la véritable nature non-duelle de l'existence.

Nous sommes conscients également que le vertige de l'impermanence est une réalité difficile à affronter et que tout ce qui existe dans notre univers est soumis au changement. Les astronomes affirment que les étoiles naissent et meurent, et nous observons tous que les saisons changent, et même que notre propre corps subit constamment des transformations. Cette impermanence peut sembler effrayante, mais elle est en réalité une invitation, dans le silence de chaque instant d'éternité, à apprécier le moment présent, à vivre chaque instant pleinement. Lorsque nous contemplons la voûte céleste, la nostalgie du divin se manifeste en nous comme une sensation profondément en résonance avec notre être. C'est comme un sentiment d'appartenance à quelque chose de plus grand que nous, une aspiration à un état de bonheur et de paix éternels. C'est ce sentiment qui nous pousse à chercher, à explorer et à progresser sur le chemin spirituel.

Dans cette exploration spirituelle, une notion ressort souvent comme essentielle et particulièrement évocatrice : la non-dualité. Il s'agit d'un concept qui peut paraître complexe au premier abord, mais qui, en réalité, invite à une simplicité radicale et à une redécouverte de notre essence profonde.

Francis Lucille, un enseignant spirituel contemporain, nous propose une compréhension de la non-dualité qui résonne avec notre quête de sens et notre aspiration au divin. Pour Lucille, la non-dualité n'est pas une théorie abstraite ou un idéal élevé à atteindre, mais notre réalité la plus fondamentale, ici et maintenant. C'est la reconnaissance que nous ne sommes pas ces êtres séparés que nous pensons être, avec nos histoires personnelles, nos succès et nos échecs, nos joies et nos peines. Au contraire, notre véritable nature est une et indifférenciée, en harmonie avec tout l'univers.

Le doute comme outil d'exploration

Tout au long de notre existence, nous avons pressenti que notre quête de sens nous mènerait bien au-delà des limites de la ville où nous avons grandi. Au cœur de notre voyage spirituel, une force intrinsèque nous incite à explorer, à questionner et à chercher à comprendre le monde qui nous entoure. C'est un appel à l'introspection, à la découverte de soi et à la compréhension de l'essence de l'existence.

Néanmoins, au carrefour des chemins diversifiés de la spiritualité, le doute surgit : suis-je sur le bon chemin ?

Au sein des différentes approches de cette quête, le doute revêt une importance primordiale. En lisant une citation du philosophe et éducateur spirituel Jiddu Krishnamurti : "Le scepticisme est la plus grande des vertus ; et la vérité est le produit du scepticisme", nous nous sentons rassurés.

Le doute, en tant qu'outil d'exploration spirituelle, n'est pas un rejet ou une négation pure et simple. Il incarne plutôt une ouverture, une volonté d'aller au-delà des apparences et des certitudes préétablies. C'est une invitation à remettre en question nos croyances, nos valeurs, nos perceptions et nos attentes. Le doute n'est pas une fin en soi, mais un moyen d'accéder à une vérité plus profonde et plus authentique.

Ainsi, ce livre représente un voyage dans le monde de la spiritualité occidentale, vu à travers le prisme du doute et

de l'interrogation. Nous allons adopter une posture d'observateur sceptique et explorer les enseignements de divers maîtres spirituels occidentaux.

Les enseignants de la Non-Dualité

La spiritualité occidentale contemporaine est un paysage riche et diversifié, formé par des influences de différentes traditions et cultures. De nombreux enseignants de la non dualité jouent un rôle crucial dans la formation de cette mosaïque d'idées et de pratiques.

Un maître spirituel est une personne qui, grâce à une compréhension profonde de la nature de la réalité, sert de guide sur le chemin de la découverte spirituelle. Ces individus ont souvent traversé des expériences de transformation profonde qui les ont conduits à voir au-delà des illusions de l'ego et de la séparation.

Eckhart Tolle, par exemple, a connu de longues années de dépression avant d'expérimenter une transformation personnelle radicale à l'âge de 29 ans. Cet événement, déterminant dans sa vie, a marqué le début de son rôle en tant qu'enseignant spirituel.

Byron Katie, quant à elle, a vécu une existence ordinaire en tant que femme d'affaires et mère. C'est après une sévère dépression et une dépendance à l'alcool et aux médicaments qu'elle a vécu un éveil spirituel lors d'un séjour dans un centre de désintoxication.

Ramana Maharshi offre une autre illustration de ce parcours. Né dans le Sud de l'Inde, ce dernier a connu une intense peur de la mort à l'âge de 16 ans, expérience qui a débouché sur une prise de conscience soudaine de sa nature spirituelle.

Quant à Gangaji, cette enseignante spirituelle américaine, c'est après avoir fait face à plusieurs crises personnelles qu'elle a entamé sa quête spirituelle.

Enfin, Jeff Foster, enseignant spirituel britannique, a connu une profonde transformation intérieure à la suite d'une période de dépression et de maladie. Ce changement a radicalement transformé sa perception de la vie.

Ces parcours d'enseignants spirituels montrent comment leurs expériences personnelles, couplées à l'influence de diverses traditions spirituelles et de la culture occidentale, ont façonné leurs enseignements. Ce sont souvent des moments de crise ou de transformation profonde qui ont été le catalyseur de leur éveil et qui les ont inspirés à enseigner, dans le but d'aider les autres à naviguer dans leurs propres défis et à trouver un sens et une paix intérieure.

De nombreux enseignants spirituels occidentaux se voient comme des guides ou des facilitateurs qui aident les autres à trouver leur propre chemin vers la vérité spirituelle.

Ils encouragent une approche égalitaire et dialogique de l'enseignement spirituel, dans laquelle les étudiants sont encouragés à poser des questions, à remettre en question les enseignements et à trouver leur propre compréhension.

De nombreux enseignants spirituels contemporains se distinguent par leur approche et leurs enseignements uniques.

Voici une liste non exhaustive des enseignants de la non-dualité. Pour chaque enseignant, une description ainsi que les liens vers leurs sites internet sont fournis.

Eckhart Tolle



Eckhart Tolle est un enseignant spirituel contemporain, connu pour son approche simple et directe de l'éveil spirituel. Il se distingue par son enseignement, qui repose sur deux concepts principaux : le pouvoir du moment présent et le détachement de l'ego, ou du "moi pensant".

Tolle met l'accent sur l'importance de vivre dans le "maintenant". Il soutient que le moment présent est tout ce qui existe réellement, et en se concentrant sur celui-ci, on peut transcender les souffrances causées par le passé et les inquiétudes pour l'avenir. Il recommande des techniques de méditation, comme la pleine conscience, l'observation de la respiration, ou simplement être pleinement présent dans les activités quotidiennes.

L'enseignement de Tolle est aussi profondément ancré dans la notion de l'ego, qu'il définit comme notre identité

personnelle construite à partir de nos pensées, de nos expériences et de nos perceptions. Cette identité est, selon lui, une illusion, car notre véritable identité est notre "Soi profond", qui est en lien avec l'univers tout entier. Il encourage à observer les pensées et les émotions sans jugement, de manière à ne pas s'identifier à elles, afin de se détacher de cet ego et découvrir notre vraie nature, qui est la paix et la joie.

Les éléments de son enseignement s'inspirent fortement des traditions bouddhistes et hindoues, du christianisme et de la psychologie occidentale. Son approche est non-dualiste, suggérant que tout est un aspect de la même réalité ultime, et que chaque individu a le potentiel de réaliser cet état d'éveil.

Tolle est surtout connu pour son livre à succès "Le pouvoir du moment présent", où il développe ces concepts. Il a également écrit d'autres ouvrages, comme "Nouvelle Terre", où il élargit ses idées sur l'éveil de la conscience et la transformation personnelle et sociétale.

Plus qu'un simple enseignant par ses mots, Eckhart Tolle est également un guide par sa présence. Il incarne ce qu'il enseigne : un état de présence consciente, une paix et une joie profondes qui sont contagieuses pour ceux qui l'écoutent ou le lisent.

-Site officiel de Eckhart Tolle URL :



<https://www.eckharttolle.fr/>

-Evénements :

<https://eckharttolle.com/events/>



Francis Lucille



Francis Lucille est un enseignant spirituel français qui s'inscrit dans la tradition de la non-dualité ou "Advaita Vedanta", une ancienne philosophie indienne qui affirme que la réalité ultime n'est pas divisée en un sujet et un objet, en un soi et un autre.

Né en France, Lucille a été initié à l'enseignement de l'Advaita Vedanta à l'âge de 19 ans par un ami. C'est à ce moment-là qu'il a rencontré Jean Klein, qui est devenu son maître spirituel. Après le décès de Klein, Lucille a poursuivi l'enseignement de l'Advaita Vedanta, soulignant la reconnaissance de la conscience comme notre véritable nature. Ses enseignements sont le reflet de son propre parcours spirituel et de son expérience directe de la non-dualité.

Lucille est reconnu pour sa capacité à allier rigueur scientifique et profondeur spirituelle dans ses enseignements.

Son enseignement repose sur l'expérience directe de la présence consciente, qu'il décrit comme le fondement de notre véritable identité. Selon lui, notre véritable nature est cette présence consciente toujours présente, indépendamment de notre expérience à un moment donné. Il suggère que notre souffrance provient de notre identification erronée à des objets transitoires : nos pensées, nos émotions, notre corps et le monde matériel.

Pour guider les étudiants vers la reconnaissance de leur véritable nature, Lucille utilise différentes méthodes, dont l'investigation directe (une forme d'auto-enquête), la méditation, et le dialogue socratique. Ce dernier est une forme de questionnement qui vise à remettre en question les croyances fondamentales d'une personne afin de favoriser une prise de conscience plus profonde.

Dans sa pratique, Lucille propose souvent à ses étudiants de se poser des questions telles que : "Qui suis-je ?", "D'où vient cette pensée ?", "Qu'est-ce que je suis réellement ?". Le but n'est pas de trouver une réponse intellectuelle à ces questions, mais de diriger l'attention vers la conscience elle-même, qui est la source de toute expérience.

Lucille enseigne également que la beauté, la joie et l'amour sont des voies vers la reconnaissance de notre véritable nature. Il propose que ces expériences soient

des reflets de la vérité ultime et qu'elles puissent servir de "pointeurs" vers notre véritable nature.

Il est important de noter que Lucille n'encourage pas la répression ou le déni des pensées et des émotions négatives. Au contraire, il recommande de les accueillir pleinement, tout en reconnaissant qu'elles sont des phénomènes transitoires qui apparaissent et disparaissent dans la conscience.

-Site officiel de Francis Lucille URL :

[Home \(francislucille.com\)](http://francislucille.com)



Remarque : Pour accéder aux événements de Francis Lucille il faut créer un compte sur le site meetup. Ecrire "Francis Lucille" dans le premier champ du moteur de recherche et "Temecula" dans le deuxième champ.

Rupert Spira



Rupert Spira est un enseignant britannique de la philosophie non-duelle, qui s'est intéressé dès son plus jeune âge à la nature de la réalité. Il a étudié la philosophie et l'art avant de rencontrer son maître spirituel, Francis Lucille. C'est à travers cet enseignement qu'il a découvert la tradition de l'Advaita Vedanta et l'enseignement de la non-dualité. Il insiste sur la reconnaissance de la conscience comme la réalité fondamentale de l'existence.

Spira étant céramiste, il a appliqué la précision et l'attention au détail de cet art à ses enseignements sur la non-dualité, qui se distinguent par leur clarté et leur capacité à rendre des concepts profonds accessibles.

Il enseigne que notre vraie nature est la conscience pure, et que tout ce qui est perçu est une expression de cette conscience. Voici quelques-uns des aspects clés de son enseignement :

1. La Conscience comme Fondamentale : Selon Spira, la conscience n'est pas simplement une fonction du cerveau, mais la réalité ultime à partir de laquelle tout le reste émerge. Il considère toutes nos expériences, y compris nos pensées, sensations et perceptions, comme des manifestations de cette conscience.

2. L'Auto-enquête : Spira encourage à la reconnaissance de notre véritable nature par l'auto-enquête. Il incite à se poser des questions profondes telles que "Qui suis-je vraiment ?" ou "D'où viennent mes pensées ?", non pas pour fournir des réponses intellectuelles, mais pour diriger l'attention vers la conscience elle-même.

3. La Méditation : Il considère la méditation comme un moyen de s'ancrer dans la conscience et de découvrir notre véritable nature. Il suggère que la méditation est moins une activité que nous faisons, et plus un état naturel d'être dans lequel nous reconnaissons que nous sommes la conscience elle-même.

4. La Non-dualité : Spira enseigne que la réalité est non-duelle, c'est-à-dire sans séparation entre le sujet et l'objet, entre nous et le monde. Il suggère que cette séparation est une illusion créée par l'esprit, et que la reconnaissance de notre véritable nature en tant que conscience nous libère de cette illusion.

5. L'Art et la Beauté : En plus de ses enseignements formels, Spira utilise l'art et la beauté comme des moyens de pointer vers notre véritable nature. En tant qu'artiste

céramiste, il utilise son art comme une expression de la conscience.

L'enseignement de Rupert Spira peut être profond et parfois difficile à saisir, car il remet en question de nombreuses suppositions que nous avons sur nous-mêmes et le monde. Néanmoins, de nombreuses personnes trouvent que ses enseignements offrent une voie claire et directe vers la réalisation de la vérité de notre véritable nature."

-Site officiel de Rupert Spira URL :

<https://rupertspira.com/>



Adyashanti



Adyashanti est un enseignant spirituel américain qui est connu pour son approche contemporaine et accessible de la spiritualité. Son enseignement est principalement basé sur les principes du Zen bouddhiste, mais il incorpore également des éléments de différentes traditions spirituelles.

Son message central met l'accent sur la réalisation directe de notre véritable nature et sur la libération de la souffrance en reconnaissant notre nature fondamentalement non-duelle. Il encourage les pratiquants à découvrir leur essence spirituelle profonde au-delà des identifications et des histoires personnelles.

Adyashanti est réputé pour sa clarté et sa simplicité dans l'expression de l'enseignement non-duel. Il met l'accent sur la possibilité d'éveil instantané et sur la présence profonde dans le moment présent.

En ce qui concerne les lieux où il enseigne, Adyashanti a donné des enseignements dans de nombreux endroits à travers le monde. Il a organisé des retraites et des ateliers

dans des villes telles que San Francisco et Santa Cruz en Californie, ainsi que dans d'autres États des États-Unis et dans différents pays, notamment en Europe.

Adyashanti a également établi l'Open Gate Sangha, une organisation qui soutient ses enseignements et facilite les retraites et les événements qu'il organise. Les retraites et les programmes d'enseignement se déroulent souvent dans des centres de retraite, des salles de conférence ou des centres dédiés à la pratique spirituelle.

-Site officiel d'Adyashanti URL :

<https://adyashanti.opengatesangha.org/>



Programmes en ligne

Vidéos gratuites en direct

Ces diffusions en direct gratuites avec Adyashanti représentent un excellent moyen de recevoir ses enseignements actuels, où que vous soyez.

Vidéos préenregistrées gratuites

Ces vidéos préenregistrées gratuites d'Adyashanti sont des rediffusions de diffusions précédentes que nous

avons sélectionnées pour leur popularité ou leur traitement de sujets d'importance.

Pratique communautaire dominicale

Ceci est une communauté permanente qui se réunit en ligne deux fois par mois pour une pratique spirituelle approfondie et une enquête.

Retraite en ligne de 6 semaines

Une retraite en ligne de 6 semaines, "A Revolution of Being", est une excellente opportunité pour passer un temps prolongé avec Adyashanti, plongeant dans les profondeurs de la spiritualité tout en poursuivant votre vie quotidienne.

Retraites en ligne de fin de semaine et d'une semaine

Pour ceux qui souhaitent consacrer une fin de semaine ou une semaine entière à la pratique spirituelle et à la recherche, ces retraites silencieuses en ligne avec Adyashanti ou Mukti vous offrent l'opportunité d'expérimenter une retraite dans le confort de votre environnement préféré.

Cours en ligne de 4 semaines

Ces cours en ligne de 4 semaines se concentrent sur un sujet spécifique choisi par Adyashanti et encouragent une enquête contemplative et expérientielle sur le sujet. En plus des enseignements hebdomadaires en direct, ces

cours offrent des pratiques hebdomadaires pour approfondir et appliquer les enseignements entre les sessions.

Journées intensives en ligne

Adyashanti propose des journées intensives en ligne qui abordent un sujet spécifique choisi.

Cours autodirigés

Ces cours autodirigés ont été dispensés en direct par Adyashanti. Chaque cours propose une approche étape par étape qui vous permet de revoir facilement le matériel et d'appliquer les enseignements comme si vous aviez assisté au cours en direct.

"Byron Katie



Byron Katie, de son vrai nom Byron Kathleen Mitchell, est une conférencière et auteure américaine née en 1942. Elle a mis au point une méthode d'auto-interrogation appelée "The Work" (Le Travail), destinée à aider les individus à questionner leurs pensées stressantes et à trouver la paix intérieure. Son approche pratique et pragmatique reflète l'esprit concret de la culture occidentale.

Dans les années 1980, Katie traversait une période extrêmement sombre de sa vie, marquée par la dépression, l'agoraphobie, une suralimentation compulsive, et une addiction à l'alcool et aux médicaments. En 1986, à l'âge de 43 ans, elle a vécu un éveil spirituel soudain et intense. Selon ses propres termes, elle s'est réveillée un matin et a compris que toutes ses souffrances étaient le fruit de ses propres pensées. Elle a découvert qu'en interrogeant ces pensées, elle pouvait trouver la paix et la clarté.

Depuis cet éveil, Katie a développé "The Work" et a commencé à partager cette méthode avec d'autres. Elle a

écrit plusieurs livres sur le sujet, dont "Loving What Is: Four Questions That Can Change Your Life" (Aimer ce qui est : quatre questions qui peuvent changer votre vie). Elle organise des ateliers et des conférences dans le monde entier et propose également des ressources gratuites sur son site web pour aider les personnes à appliquer "The Work" dans leur propre vie.

Site officiel de Byron Katie URL :

<https://thework.com/sites/francais/>



On peut la rejoindre sur Zoom le lundi, mardi et mercredi.

Louise Kay



Louise Kay est une enseignante spirituelle contemporaine originaire du Royaume-Uni, connue pour sa clarté et son authenticité. Elle partage des enseignements non-duels basés sur sa propre expérience d'éveil et de réalisation du Soi.

Louise a eu une vie ordinaire avant son éveil. Après avoir traversé une crise personnelle, elle s'est engagée dans une quête spirituelle qui l'a finalement amenée à une compréhension plus profonde de la réalité et de son propre moi véritable. Cela s'est produit lors d'une retraite en silence où elle a expérimenté une dissolution complète de l'ego et du sens du moi individuel.

Dans son enseignement, Louise partage l'idée que nous sommes tous une seule et même conscience et qu'il n'y a pas de séparation entre nous. Elle invite les individus à reconnaître la vérité de leur propre nature en explorant leurs propres expériences. Pour elle, le but ultime de la vie n'est pas de devenir quelqu'un ou quelque chose, mais

plutôt de se rendre compte que nous sommes déjà ce que nous recherchons.

Louise Kay propose des rencontres en ligne, des ateliers, des retraites et des sessions individuelles. Ces rencontres offrent un espace sûr et aimant pour que les individus puissent explorer leurs expériences, poser des questions et se plonger dans leur véritable nature. Son approche est douce mais directe, combinant des périodes de méditation, des discussions, et des séances de questions-réponses.

Elle souligne la pratique de l'attention et de l'acceptation de ce qui est, en ce moment même. Pour Louise, il est important de reconnaître et d'accepter toutes les émotions et expériences qui surgissent, car cela permet de réaliser que nous sommes l'espace d'acceptation et de conscience dans lequel tout se déroule.

Louise Kay a partagé ses enseignements avec des personnes du monde entier, touchant la vie de nombreuses personnes avec sa présence aimante et ses paroles inspirantes. Elle continue de toucher des vies à travers ses retraites, ses ateliers et ses sessions individuelles, en aidant les autres à découvrir la vérité de leur être.

Site officiel de Louise Kay URL :

<https://www.louisekay.net/>



Gangaji



Gangaji est une enseignante spirituelle contemporaine américaine qui met l'accent sur l'éveil à la vérité de notre identité véritable, au-delà de toutes les constructions mentales. Née au Texas, elle a poursuivi une intense quête spirituelle avant de rencontrer son maître, H.W.L. Poonja, aussi connu sous le nom de Papaji, en Inde. Papaji était un disciple direct de Ramana Maharshi, l'un des grands sages non-duels de l'Inde. Sous la tutelle de Papaji, Gangaji a fait l'expérience d'un profond éveil qu'elle a ensuite partagé avec d'autres.

Voici quelques éléments clés de son enseignement :

La Vérité de Qui Vous Êtes : Gangaji invite les individus à découvrir la vérité de leur nature, au-delà de toute identité ou histoire personnelle. Elle suggère que notre véritable nature est la conscience pure, et que toutes nos souffrances proviennent de notre identification à des identités éphémères.

L'Enquête : À l'instar de nombreux enseignants non-duels, Gangaji utilise l'auto-interrogation comme méthode pour pointer vers notre nature véritable. Elle encourage les individus à se poser des questions profondes comme "Qui suis-je vraiment ?" ou "Qu'est-ce qui reste quand tout est enlevé ?".

Le Silence : Gangaji met l'accent sur le silence comme moyen d'accéder à notre nature véritable. Elle propose que dans le silence, nous pouvons faire l'expérience directe de la conscience pure qui est notre véritable identité.

L'Arrêt : Un autre aspect central de l'enseignement de Gangaji est l'invitation à cesser toute recherche ou effort pour atteindre un certain état, et à simplement reconnaître ce qui est déjà présent. Selon elle, c'est dans cet arrêt que nous pouvons découvrir la paix et la liberté qui sont notre véritable nature.

Gangaji enseigne partout dans le monde, notamment aux États-Unis, en Europe et en Australie. Elle a animé des retraites, des ateliers et des satsangs (réunions spirituelles) dans de nombreuses villes et a également partagé son enseignement à travers des livres, des vidéos et des enregistrements audio. Elle a également fondé la Gangaji Foundation, qui offre des ressources pour soutenir ceux qui s'intéressent à son enseignement.

Site officiel de Byron Katie URL :

<https://gangaji.org/>



Éric Baret



Éric Baret est un enseignant spirituel français connu pour sa transmission du Yoga du Cachemire, aussi appelé le Shivaïsme du Cachemire, et son approche de la non-dualité. Cette ancienne tradition indienne se concentre sur la reconnaissance et l'expérience de la conscience comme réalité fondamentale.

Le Shivaïsme du Cachemire est une philosophie non-duelle qui considère la conscience (ou Shiva) comme la substance de toutes choses. Contrairement à ce que l'on pourrait penser en entendant le terme "yoga", la pratique de cette tradition n'implique pas une série d'exercices physiques mais est plutôt une exploration de la nature de notre conscience.

L'enseignement d'Éric Baret est axé sur la non-dualité. Il propose qu'il n'y a pas de séparation entre le soi et le monde, entre l'observateur et l'observé. Tout est un, et cette unité est la conscience. Il suggère que nos souffrances proviennent de notre identification à des pensées et objets transitoires, alors que notre véritable

nature est la conscience, libre et non affectée par ces phénomènes éphémères.

Un aspect unique de son enseignement est son exploration du désir. Il suggère que le désir n'est pas quelque chose à éliminer mais plutôt un outil pour découvrir notre véritable nature. Il propose que le désir, lorsqu'il est correctement compris et vécu, nous ramène à notre nature essentielle.

En termes de pratique, Éric Baret ne promeut pas un ensemble spécifique de techniques ou de rituels. Au lieu de cela, il encourage à écouter notre corps et notre intuition, à vivre pleinement chaque moment et à embrasser nos désirs sans attachement. Il propose également des dialogues (des discussions ouvertes avec les étudiants) comme moyen d'exploration et de découverte.

Éric Baret souligne l'absence d'effort dans la voie spirituelle. Selon lui, la quête de l'éveil ou de l'illumination comme un objectif à atteindre est en elle-même une forme de souffrance. Il invite plutôt à reconnaître que nous sommes déjà ce que nous cherchons : la pure conscience.

Éric Baret a écrit plusieurs livres qui détaillent ses enseignements, dont "Le Sacre du Dragon Vert", une exploration de la non-dualité et du désir, et "De l'Abandon", qui explore l'art de vivre sans effort. Bien qu'il n'offre pas de cours, de stages ou de retraites, il invite à une exploration basée sur l'écoute, suggérant que

l'absence de désir et de peur laisse place à la joie de vivre.

Site officiel d'Éric Baret URL :

<https://www.bhairava.info/>



Karl Renz



Karl Renz est un enseignant spirituel allemand contemporain connu pour son approche directe et sans concession de la non-dualité. Avant de commencer à partager ses propres enseignements, il a connu une série de transformations spirituelles. Avant son éveil, Renz travaillait comme informaticien. Il est connu pour son approche non conventionnelle et souvent humoristique de l'enseignement.

Le cœur de l'enseignement de Karl Renz est la non-dualité, la notion selon laquelle il n'y a pas de séparation entre nous et le monde, entre le sujet et l'objet. Il suggère que notre véritable nature est la pure conscience et que toutes nos souffrances proviennent de notre identification à un "je" séparé.

Contrairement à certains autres enseignants, Karl Renz n'offre pas de méthode ou de technique pour réaliser la

non-dualité. Il considère toute méthode comme un effort, une recherche, qui ne fait que renforcer l'idée d'un "je" séparé en quête de réalisation. Au lieu de cela, il pointe directement vers la réalité non-duelle.

L'enseignement de Karl Renz se fait principalement sous forme de dialogues. Il répond aux questions et remet en question les croyances de ceux qui viennent à lui. Ces dialogues peuvent être parfois déconcertants, car il ne donne pas de réponses confortables ou rassurantes. Au lieu de cela, il cherche à démanteler les suppositions et les croyances sous-jacentes de l'interlocuteur.

Un aspect unique de l'enseignement de Karl Renz est son utilisation de l'humour. Il se sert souvent du rire comme moyen de pointer vers la non-dualité, suggérant que le rire est une expression naturelle de la liberté et de la joie qui sont notre véritable nature. Il utilise une variété de méthodes pour défier les idées conventionnelles de réalité, y compris l'humour et les paradoxes, et éveiller les individus à leur vraie nature.

Bien qu'il ne se présente pas comme un gourou, il se positionne comme quelqu'un qui pointe vers la vérité de l'existence. Ses enseignements, malgré leur apparence extérieure parfois excentrique, mettent en lumière la simplicité profonde de la réalité non-duelle.

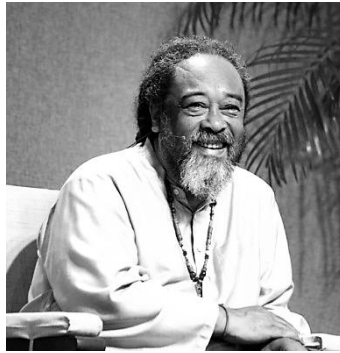
Karl Renz enseigne dans divers endroits à travers le monde. Il anime des satsangs (réunions spirituelles), des retraites et des ateliers, et partage son enseignement à travers des vidéos et des enregistrements audio.

Site officiel de Karl Renz URL :

<http://www.karlrenz.com/index2.htm>



Mooji



Anthony Paul Moo-Young, plus connu sous le nom de Mooji, est un enseignant spirituel reconnu dans la tradition Advaita Vedanta. Né en Jamaïque et ayant grandi à Londres, Mooji a subi une transformation spirituelle suite à une rencontre avec un disciple de Ramana Maharshi. Par la suite, son propre maître, Papaji, lui a donné sa bénédiction pour partager son enseignement.

L'enseignement de Mooji s'appuie sur le concept de non-dualité, hérité de la tradition Advaita Vedanta. Il propose que tout est un et que la séparation n'est qu'une illusion. Selon lui, nous sommes tous des expressions de la même conscience universelle.

Mooji met en avant l'auto-enquête, une méthode qui consiste à interroger nos croyances et perceptions personnelles pour découvrir notre vraie nature. Cette

méthode dérive directement de Ramana Maharshi et est souvent résumée par la question "Qui suis-je ?".

Les Satsangs, ou "être en compagnie de la vérité", sont une partie centrale de son enseignement. Il s'agit de rassemblements où les étudiants peuvent poser des questions et obtenir des réponses directes. Ces sessions sont souvent diffusées en ligne pour permettre à ceux qui ne peuvent pas être physiquement présents de participer.

Mooji souligne l'importance de la présence, ou l'attention portée à l'expérience directe du moment présent, pour réaliser notre véritable nature. Il encourage ses étudiants à demeurer dans l'état de "je suis", une expérience de pure présence qui transcende pensées et perceptions.

Mooji partage ses enseignements dans divers lieux du monde, notamment en Inde, en Europe et en Amérique du Nord. Son principal centre d'enseignement se situe à Monte Sahaja, au Portugal, où il organise ses retraites et ses satsangs. Ces événements sont souvent retransmis en ligne pour toucher un public plus large. Il a également écrit plusieurs livres et partage régulièrement ses enseignements par le biais de vidéos et de podcasts.

Mooji a souvent enseigné à Rishikesh, en Inde, considérée comme la "capitale mondiale du yoga". Cette ville sainte pour l'hindouisme attire de nombreux chercheurs spirituels du monde entier. Mooji y organise des satsangs pendant la "saison des satsangs", une

période de l'année pendant laquelle les enseignants spirituels, dont Mooji, organisent des séries de satsangs. Ces rassemblements durent généralement de quelques jours à quelques semaines, voire plus.

Rishikesh, située dans le nord de l'Inde, dans l'État de l'Uttarakhand, près de l'Himalaya, accueille la saison des satsangs pendant les mois d'hiver et de début de printemps, généralement de février à mars, lorsque le climat est plus clément. Pendant cette période, de nombreux enseignants spirituels du monde entier viennent à Rishikesh pour organiser des satsangs, des ateliers et des retraites.

Pour Mooji, cette période est marquée par des enseignements publics intenses centrés autour de la non-dualité et de la pratique de l'auto-enquête. Ces sessions comprennent souvent des méditations guidées, des séances de questions-réponses, et des moments de silence pour l'introspection.

Site officiel de Mooji URL :

<https://mooji.org/>



Betty Quirion



Témoignage de Betty¹

À l'automne 2008, en me promenant seule un soir, je me suis arrêtée tout à coup et j'ai fait un foudroyant constat : au plus profond de moi, je voyais que j'étais incapable de trouver la paix, car je n'étais pas équipée pour cela.

Mon cheminement spirituel, mes efforts et ma recherche d'expériences ne m'avaient amenée nulle part. J'étais totalement dégoûtée. Je me suis dit : « Je laisse tout tomber, advienne que pourra, je me fiche de n'être rien et seule. »

Je constatais qu'après de grandes souffrances inutiles, je me retrouvais dans un état neutre, comme dans un désert. Je n'étais ni bien ni mal, je refusais de me laisser atteindre par les pensées, mais je n'avais aucune résistance, je n'essayais pas de les repousser : « Vous

¹ Témoignage repris dans son intégralité depuis le site internet de Betty.

existez les pensées! Parfait, faites votre travail : moi, je ne me sens plus concernée. »

Je ne croyais plus en moi, j'étais glacée, prête à mourir. Est-ce que l'éveil survient quand il y a une insupportable urgence dans l'appel, quand il y a acharnement? Je ne sais pas. L'année qui a précédé ce séisme, j'avais pourtant un franc désir d'absolu, mais je constate maintenant qu'il y avait une peur qui m'habitait : la grande peur de ne pas exister.

L'amour que je pensais à la base de tout, cet amour que je définissais à l'opposé de la haine alimentait cette peur. Elle s'immiscait partout : dans mes relations amoureuses, dans le dialogue avec mes filles, dans ma vie professionnelle.

Je voyais l'absurdité de ces situations au gré de mes expériences : avoir peur de ces choses qui devaient m'apporter le bonheur n'avait pas de sens. J'avais une réelle motivation à me libérer de cette peur qui engendrait de la douleur et de la souffrance, mais je ne voulais pas abandonner qui j'étais, je voulais continuer d'exister en tant que « moi ».

Après cette soirée où j'ai honnêtement lâché prise, je ne marchandais plus, j'accueillais le moment pour ce qu'il était, le laissant glisser sur moi, quelquefois interprété comme douloureux, quelquefois interprété comme joyeux, mais toujours acceptable, car il existait dans ce monde que je projetais moi-même. J'en ai donc pris l'inévitable et entière responsabilité.

Ce faisant, il ne restait qu'une soif d'inconnu, non identifié, intouchable, inqualifiable, qui s'étendait et créait de l'espace. La vie a répondu.

Mon témoignage est simple, accessible et sans but.

Je me suis créé une invitation à abandonner le monde instable de la forme et j'y ai répondu.

Reconnaître que l'on Est l'essence même de la Vie, c'est vivre en permanence la Paix, comme les fleurs, sans rien attendre, sans rien demander.

La Conscience est intemporelle, non individuelle et ne subit pas de processus évolutif : elle EST! C'est ce que nous sommes tous!

-Site officiel de Betty



-Betty sur Facebook



David Hoffmeister



David Hoffmeister est un enseignant spirituel de renom, connu principalement pour son interprétation profonde du "Cours en miracles", un livre de sagesse spirituelle autodidacte. Né aux États-Unis, Hoffmeister a consacré une grande partie de sa vie à l'étude et à la pratique de ces enseignements et les a incorporés dans sa propre philosophie spirituelle.

Sa quête spirituelle a commencé dans les années 1980 après avoir découvert "Un cours en miracles". Il a été immédiatement touché par la profondeur et la clarté de ce texte et a décidé de consacrer sa vie à son étude et à son application. Il a passé de nombreuses années à voyager, à partager ses idées et à apprendre des autres, développant progressivement sa propre compréhension de la non-dualité et de l'amour inconditionnel.

Hoffmeister est connu pour son approche directe et accessible de l'éveil spirituel. Il encourage ses étudiants à embrasser le présent et à abandonner leurs peurs et leurs désirs pour l'avenir. Il affirme que la clé de la paix intérieure réside dans la prise de conscience que le monde tel que nous le percevons est une illusion et que la vérité réside en nous.

Au cœur de son enseignement se trouve la notion de pardon, qu'il considère comme l'instrument ultime pour transcender l'ego et atteindre une conscience plus élevée. Pour Hoffmeister, pardonner signifie libérer son esprit des pensées de jugement et d'attaque et accepter le monde tel qu'il est.

Il a écrit de nombreux livres sur le sujet de "Un cours en miracles", y compris "Awakening Through A Course In Miracles" et "Unwind Your Mind Back to God". En plus de ses livres, Hoffmeister offre également des enseignements à travers des ateliers, des retraites, des conférences en ligne et des vidéos YouTube. Il a également fondé la "Foundation for the Awakening Mind", une organisation à but non lucratif dédiée à la diffusion des enseignements du "Cours en miracles".

Site officiel de David Hoffmeister URL :

<https://un-cours-en-miracles.org/qui-sommes-nous/david/>



Claudette Vidal



Claudette Vidal est une enseignante spirituelle connue pour son approche directe et claire de la non-dualité. Née et élevée en France, Claudette a été initiée à la spiritualité dès son plus jeune âge. Sa quête personnelle l'a finalement amenée à rencontrer plusieurs maîtres spirituels, dont certains ont eu une influence significative sur son propre enseignement.

Un des points forts de l'enseignement de Claudette Vidal est sa capacité à traduire des concepts spirituels profonds en des termes simples et compréhensibles. Elle souligne l'importance de la non-dualité, l'idée que tout est un, et que la séparation perçue entre nous-mêmes et le reste du monde est une illusion. Selon elle, notre véritable nature est la conscience pure, non affectée par les circonstances de la vie.

Claudette propose une pratique centrée sur l'observation de soi et le questionnement. Elle encourage ses élèves à interroger leurs propres croyances et perceptions, afin de révéler la vérité de leur nature non-duelle. Son approche met l'accent sur l'expérience directe plutôt que sur la conceptualisation intellectuelle.

En plus de ses enseignements oraux, Claudette a écrit plusieurs livres sur la non-dualité, dont certains ont été traduits en plusieurs langues. Ses écrits transmettent la même clarté et simplicité que ses enseignements oraux, ce qui les rend accessibles à un large public.

Claudette organise régulièrement des retraites, des ateliers et des satsangs (réunions spirituelles) en France et à l'étranger. Elle offre également des enseignements en ligne, ce qui permet à ceux qui ne peuvent pas la rencontrer en personne de bénéficier de ses orientations.

Site officiel de Claudette Vidal URL :

<https://eveilspirituel.net/>



David Spero



David Spero est un enseignant spirituel américain reconnu pour ses conférences et ses écrits sur l'éveil spirituel et la réalisation de soi. Il est né en 1961 à Cleveland, Ohio. Ayant été touché par des expériences spirituelles profondes dans son enfance, il s'est tourné vers diverses traditions spirituelles à la recherche de réponses.

En 1999, il a connu une transformation profonde de la conscience, qu'il a décrite comme une "descente de la Grâce", un moment de libération spirituelle radicale. Depuis cette expérience, il s'est engagé à partager ce qu'il a appris avec d'autres. Ses enseignements mettent l'accent sur l'expérience directe de l'Être, transcendant les croyances et les concepts habituels du moi et de la réalité.

David Spero a publié plusieurs livres sur la spiritualité et l'éveil de la conscience, dont "Beyond the Place of Laughter and Tears in the Land of Devotion" et "Rays of

the Absolute: The Legacy of Sri Nisargadatta Maharaj". Ses conférences et ses rencontres publiques sont appréciées pour leur nature directe et authentique, et pour leur capacité à transmettre une expérience profonde de paix et de libération.

Veuillez noter que ces informations étaient exactes jusqu'à ma dernière mise à jour en septembre 2021. Pour des informations plus récentes, je vous suggère de faire une recherche en ligne ou de consulter son site Web officiel.

<https://davidspero.org/>



Wayne Liquorman



Wayne Liquorman est un enseignant spirituel respecté et reconnu internationalement pour ses enseignements sur la non-dualité. Né aux États-Unis, Liquorman a commencé sa quête spirituelle dans la jeunesse, explorant diverses traditions philosophiques et spirituelles avant de découvrir l'Advaita Vedanta, une philosophie indienne qui prône la non-dualité.

Son enseignement a été profondément influencé par son maître spirituel, Ramesh Balsekar, qui était lui-même un disciple de Nisargadatta Maharaj. Après avoir passé plusieurs années à étudier avec Balsekar à Mumbai, en Inde, Liquorman a finalement eu sa propre réalisation de la non-dualité, après quoi Balsekar l'a encouragé à commencer à enseigner.

Voici quelques points clés de son enseignement :

L'enseignement de Liquorman repose sur le concept de non-dualité, l'idée que tout est un, et que la séparation entre nous et le reste de l'univers est une illusion. Selon lui, notre véritable nature est la conscience pure, indivisible et immuable.

Liquorman insiste sur l'idée que la réalisation spirituelle n'est pas un résultat de nos efforts ou actions. Au lieu de cela, il enseigne que la réalisation est une grâce qui se produit spontanément et sans cause apparente. Cela reflète l'enseignement de son maître Balsekar sur le concept de "non-volition", qui soutient que nous n'avons pas de contrôle réel sur nos actions ou notre éveil spirituel.

Liquorman a un style d'enseignement très direct et sans fioritures. Il utilise un langage simple et clair pour exprimer des vérités spirituelles profondes, et il est connu pour son humour sec et son penchant pour la provocation, qui peuvent souvent surprendre et déstabiliser les auditeurs.

En plus de donner des satsangs (réunions spirituelles) et des ateliers à travers le monde, Liquorman a écrit plusieurs livres sur la non-dualité. Il est également le fondateur de la Fondation Advaita, une organisation à but non lucratif qui se consacre à la diffusion des enseignements de la non-dualité.

Site officiel de Wayne Liquorman URL :

<https://www.advaita.org/fr/>



Roger Castillo



Roger Castillo est un enseignant spirituel respecté, centré sur l'Advaita Vedanta, une philosophie hindoue de non-dualité. Originaire d'Australie, Roger a été profondément influencé par le maître spirituel indien Ramesh Balsekar, lui-même disciple de Nisargadatta Maharaj. La rencontre avec Balsekar a été le point de basculement de la vie de Castillo, marquant le début de son cheminement en tant qu'enseignant spirituel.

Roger enseigne la non-dualité avec un accent particulier sur la compréhension que tout ce qui se produit est le résultat de la volonté divine ou du destin cosmique. Pour lui, la libération ou l'éveil spirituel vient de la réalisation que l'individu n'est pas l'auteur de ses actions, mais qu'elles se produisent simplement dans le cadre de la vie.

Ses enseignements sont également ancrés dans l'idée que le bonheur que nous recherchons tous est déjà notre nature fondamentale. Selon Castillo, ce bonheur est souvent obscurci par notre identification erronée à nos pensées, sentiments et actions comme étant "les nôtres".

Par conséquent, une part importante de son enseignement consiste à déconstruire cette fausse identification pour révéler la paix et le contentement qui sont notre état naturel.

Roger Castillo offre des satsangs, des entretiens individuels et des retraites en Australie et à l'étranger. En plus des rencontres en personne, il propose également des enseignements en ligne et une abondance de ressources gratuites, y compris des vidéos de satsangs et des écrits, sur son site web.

Malgré son approche profonde et sérieuse des questions spirituelles, Roger est également connu pour son sens de l'humour et sa capacité à rendre les concepts de non-dualité accessibles et compréhensibles. Son objectif principal est de guider les autres vers la réalisation de leur véritable nature, et il le fait avec compassion, clarté et dévouement.

Site officiel de Roger Castillo URL :

<https://www.rogercastillo.org/events>



Darpan



Darpan, un enseignant spirituel indépendant, se distingue par son approche pragmatique et concrète de l'éveil et de la libération personnelle, sans être lié à une tradition, une lignée ou une religion particulière. Il partage son savoir au cours de ses temps libres et ses vacances, alternant entre sa vie professionnelle et son rôle d'enseignant.

Avec une vision pratique et logique, Darpan s'attaque aux défis spirituels en se concentrant sur le processus de libération du poids du passé et l'exploration consciente de la véritable identité. Il aborde la croissance intérieure et les défis associés, tels que le passage du concept de "personne" à "l'Être" et l'acte de mourir à soi-même.

Ses ateliers, renommés pour leur cohérence et leur intégrité, offrent un éventail de sujets relatifs à la connaissance de soi et à divers aspects de la vie, tels que l'amour, la mort, la souffrance, les relations, la sexualité et le voyage intérieur. Ces enseignements sont reconnus

pour leur capacité à faciliter une croissance en sagesse et en amour, tout en aidant à se débarrasser des chaînes douloureuses et restrictives du passé.

En outre, Darpan propose une fusion unique d'une compréhension "éclairée" des processus intérieurs et du dépouillement personnel nécessaire à l'exploration consciente de soi. Souvent, ceux qui viennent à Darpan ont déjà fait un voyage à travers le développement personnel, la thérapie et la méditation. Pris entre des approches orientales et des techniques occidentales, ils cherchent une vision claire et un "guide" efficace et accessible pour poursuivre leur chemin spirituel.

Site officiel de Darpan URL :

<https://www.aventure-interieure.ch/>



Année 2024 année sabbatique pour Darpan,

Jean Bouchart d'Orval



Jean Bouchart d'Orval, né à Montréal en 1948, a suivi un parcours académique en physique et génie nucléaire, mais a été conduit vers une quête existentielle plus directe à cause de questions fondamentales restées sans réponse. Après des séjours dans l'Himalaya indien, il a approfondi son intuition de l'existence en Occident. Depuis plus de 30 ans, il écrit des livres et organise des rencontres publiques, encourageant une exploration de la joie sans cause.

Son enseignement se base sur l'intuition de la Lumière consciente comme seule réalité. Pour lui, une fois cette intuition intégrée, nous pouvons laisser notre nature humaine agir librement et sereinement. En cessant de défendre l'image d'une existence limitée, aucune situation ne devient problématique. Notre vraie nature est de la pure Lumière consciente, indépendante de toute situation.

Il défend l'idée que toute tentative de devenir autre chose que ce que nous sommes actuellement est futile. Le seul chemin vers la sérénité est de se concentrer sur le présent. Notre malaise individuel et collectif provient d'une méprise fondamentale sur notre existence, qui ne peut être corrigée que par une attention passionnée et sans intention. Il propose des rencontres au Québec et en Europe, sans chercher à convaincre ou à prouver, mais à vivre ouvertement.

Entretiens individuels sur Zoom :

<http://www.jeanbouchartdorval.com/>



Lisa Cairns



Lisa Cairns est une enseignante spirituelle, qui partage des enseignements de non-dualité et d'éveil spirituel. Influencée par les philosophies anciennes de l'Advaita Vedanta et du bouddhisme, elle parle de la recherche de la vérité et de la réalisation profonde que rien n'est séparé.

Avant de devenir enseignante, Lisa a vécu une période de dépression et de désillusion, qui a finalement conduit à une transformation profonde. C'est à partir de cette expérience personnelle d'éveil à la réalité non-duelle qu'elle enseigne aujourd'hui, utilisant un langage clair et simple pour transmettre ces vérités profondes.

Contrairement à certains enseignants, Lisa n'adhère pas à une "méthode" d'enseignement spécifique. Au lieu de cela, elle partage ses propres expériences et guide les autres dans leur propre processus de découverte spirituelle. Elle souligne que la véritable liberté et la paix émanent de la réalisation que tout est une expression de la conscience divine, et qu'il n'existe aucune séparation réelle entre le "soi" et le "monde".

Lisa propose des réunions, des retraites, des ateliers et des séances individuelles, tant en personne qu'en ligne. Elle utilise également les médias numériques, y compris les médias sociaux et sa chaîne YouTube, pour partager ses enseignements. Ses satsangs sont généralement informels et interactifs, mêlant discours, méditation guidée et sessions de questions-réponses.

Au fil des années, Lisa a enseigné dans divers endroits à travers le monde, notamment en Europe et en Asie. Elle a organisé des retraites en Espagne et en Thaïlande, entre autres. Cependant, la pandémie de COVID-19 l'a amenée, comme de nombreux autres enseignants spirituels, à déplacer une grande partie de son enseignement en ligne.

Elle est également connue pour son amour des chiens. Il n'est pas rare de la voir accompagnée d'un de ses fidèles compagnons lors de ses satsangs en ligne.

Site officiel de Lisa Cairns URL :

<https://www.lisacairns.com/>



Armelle Six



Armelle Six est une enseignante spirituelle qui partage des enseignements basés sur la non-dualité et l'éveil à la conscience pure. Sa philosophie centrale est que chacun de nous est une expression de la conscience universelle, et que notre véritable nature peut être réalisée en transcendant l'illusion de la séparation individuelle.

La trajectoire de vie d'Armelle a pris un tournant décisif en 2000 lorsqu'elle a vécu un éveil spontané, une expérience transformatrice qui a changé sa perception du monde. Cet éveil a été caractérisé par la réalisation que tout est un, et que l'identité personnelle n'est qu'une construction illusoire.

Depuis cette réalisation, Armelle a commencé à partager ses expériences et ses perspectives avec les autres, offrant des enseignements qui encouragent l'auto-réalisation et l'éveil à notre véritable nature. Son approche est centrée

sur le cœur et encourage les gens à se connecter avec leur essence intérieure de manière authentique et personnelle.

Armelle propose des ateliers, des retraites et des sessions individuelles, à la fois en personne et en ligne. Son travail se caractérise par un profond respect pour l'unicité de chaque individu et une invitation à embrasser la vie telle qu'elle se présente, sans jugement ni résistance.

Elle a également écrit plusieurs livres sur le sujet de l'éveil spirituel et la non-dualité, qui ont été bien reçus et ont aidé de nombreuses personnes sur leur chemin vers la réalisation de soi. Parmi ceux-ci, "La Vie est ce que tu en fais", qui décrit son voyage d'éveil et offre des conseils pratiques pour ceux qui cherchent à approfondir leur propre compréhension spirituelle.

Armelle Six est également connue pour son engagement à utiliser sa plate-forme pour soutenir la justice sociale et environnementale. Elle souligne la connexion entre l'éveil individuel et le bien-être collectif, affirmant que la réalisation de notre unité fondamentale est la clé pour créer un monde plus juste et durable.

Site officiel d'Armelle Six URL :

<https://www.rencontreenpresence.com/>



Julie Ann



Julie Ann est une enseignante spirituelle contemporaine connue pour sa clarté et sa sincérité. Basée au Royaume-Uni, elle offre des enseignements centrés sur la non-dualité et l'éveil à la véritable nature de soi. Ses enseignements sont influencés par les philosophies de l'Advaita Vedanta, mais restent largement universels et accessibles à tous, indépendamment des antécédents religieux ou spirituels.

Julie Ann a expérimenté un profond éveil spirituel qui a transformé sa perception du monde et de soi. Elle partage cette compréhension profonde de manière directe, incitant les individus à se tourner vers leur propre expérience et à découvrir leur véritable essence au-delà des pensées et des identités construites.

Elle offre des satsangs, des ateliers, des retraites, ainsi que des sessions individuelles, qui sont tous conçus pour faciliter un espace d'investigation profonde et de

réalisation de la vérité ultime. La plupart de ces événements sont également disponibles en ligne, permettant à un public plus large d'accéder à ses enseignements.

Un aspect distinctif de l'enseignement de Julie Ann est son approche pratique et terre-à-terre. Elle parle souvent de la nécessité de vivre l'éveil dans la vie quotidienne, affirmant que la spiritualité n'est pas une échappatoire mais une immersion complète dans la réalité telle qu'elle est. En conséquence, ses enseignements sont souvent imprégnés d'exemples concrets et de conseils pratiques.

Julie Ann est également une écrivaine prolifique, ayant publié plusieurs livres sur la spiritualité et la non-dualité. Ses œuvres sont appréciées pour leur clarté, leur profondeur et leur capacité à évoquer une reconnaissance intérieure de la vérité ultime. Son livre le plus connu, "The Simplicity of This", est un guide précieux pour ceux qui sont sur le chemin de l'éveil spirituel, offrant des réflexions profondes et des conseils pratiques pour vivre dans la présence de l'instant présent.

Site officiel de Julie Ann URL :

<https://www.just-be-love.com/>



Caroline Bianco



Caroline Bianco est une thérapeute spécialisée dans la libération de la mémoire cellulaire, mais elle est aussi auteure et formatrice. Elle est à l'origine de la méthode de Guérison Intuitive©, élaborée en 2011, fruit de ses expériences personnelles autour de la libération des souvenirs inscrits dans la mémoire cellulaire.

Après avoir vécu une expérience d'éveil en 2015, intégrée peu à peu à son existence, Caroline accompagne désormais les personnes en quête de réalisation spirituelle. Elle transmet son savoir sur le concept de non-dualité, souvent désigné dans le langage courant sous l'expression "le moment présent".

Des heures de méditation, de profondes recherches intérieures et la découverte de sa véritable essence ont affiné sa clairvoyance, la rendant redoutablement précise. Avec son œil perçant, elle détecte immédiatement toute stratégie mentale, toute blessure cachée et toute tentative

de l'égo de nous éloigner de notre essence. Par un geste prompt et incisif, elle déjoue les mécanismes habituels, réduisant l'ego à l'impuissance. Dans ce vide, dans cette confusion mentale, la possibilité de découvrir l'essentiel, notre véritable Soi, émerge.

Selon Caroline, chaque interaction est une chance de se libérer, de se délester de ce qui entrave notre capacité à vivre l'instant présent dans une profonde paix et une joie intense.

Site officiel de Caroline Bianco URL :

<https://www.carolineblanco.com/>



Canela Michelle Meyers



Canela est une enseignante spirituelle et une guérisseuse dotée d'une profonde empathie. Depuis 1999, elle assiste les individus dans leur éveil personnel (et donc universel) à travers des rassemblements de satsang et des sessions privées menées partout dans le monde. Canela se dédie à aider autrui à transcender la lutte, pour vivre avec davantage de joie, de paix, d'abondance et une prise de conscience accrue de leur propre être.

Site officiel de Canela URL :

<https://www.canelamichelle.com/>



Vishrant



Vishrant est un enseignant spirituel contemporain dont le travail se situe principalement en Australie, bien qu'il soit également connu internationalement. Il a fondé "The Vishrant Society", une communauté non religieuse axée sur la recherche de la vérité et de l'éveil spirituel.

Vishrant prône un cheminement vers l'éveil qui intègre la vie quotidienne. Il encourage les individus à mener une vie équilibrée, à être en contact avec la nature et à maintenir des relations saines tout en poursuivant l'éveil spirituel. Il propose un mélange de méthodes traditionnelles et modernes pour aider les individus à découvrir la vérité et à vivre une vie d'amour, de compassion et de service.

Il offre une variété de retraites, de cours et d'ateliers, ainsi que des sessions privées de counseling et de coaching spirituel. Son approche est centrée sur l'individu

et se concentre sur la découverte et la réalisation de la vérité intérieure de chacun.

En tant qu'enseignant spirituel, Vishrant souligne l'importance de la vigilance, de l'acceptation et de la présence à chaque instant. Il enseigne que l'éveil n'est pas une fin en soi, mais une étape dans un voyage continu vers une plus grande conscience et une plus grande compréhension.

Site officiel de Vishrant URL :

<https://www.vishrant.org/>



OM C. Parkin



OM C. Parkin est un enseignant spirituel moderne et un mystique allemand. Son travail s'inspire d'une variété de traditions spirituelles, et il se concentre principalement sur l'enseignement de la non-dualité et de l'éveil.

Né en Allemagne en 1957, OM C. Parkin a passé plusieurs années en Inde à étudier avec divers enseignants spirituels. Parmi ces enseignants figurent le maître spirituel indien Sri H.W.L. Poonja (également connu sous le nom de Papaji), qui était un disciple de Ramana Maharshi, l'un des enseignants spirituels les plus respectés de l'Inde moderne.

Après avoir passé du temps à approfondir sa propre réalisation spirituelle, OM C. Parkin est retourné en Allemagne, où il a commencé à enseigner. Il a fondé l'Enneallionce - School for Inner Work, un centre spirituel dédié à l'éveil de l'individu.

OM C. Parkin enseigne que la réalisation du Soi est possible pour chacun de nous et il encourage ses étudiants à chercher la vérité de leur nature intérieure. Il propose des retraites, des conférences et des sessions individuelles pour aider les autres dans leur quête spirituelle.

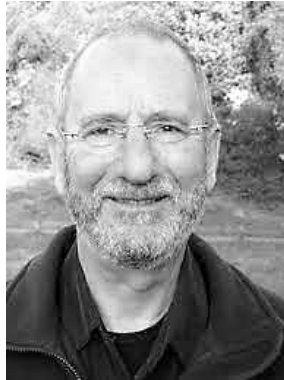
Veuillez noter que les informations spécifiques à propos de OM C. Parkin peuvent avoir changé après ma dernière mise à jour en septembre 2021. Pour obtenir des informations plus précises et à jour, veuillez consulter directement les ressources ou le site Web officiel de OM C. Parkin.

Site officiel d'OM C. Parkin URL :

<https://www.om-c-parkin.de/en>



Richard Sylvester



Richard Sylvester est un enseignant de non-dualité basé au Royaume-Uni, qui est souvent associé au mouvement de l'advaita contemporain. Il est également l'auteur de plusieurs livres sur le sujet de la non-dualité et de l'éveil spirituel.

Né à Londres, Richard a d'abord poursuivi une carrière en psychologie avant de se tourner vers les pratiques spirituelles et la philosophie non-duelle. Après des années de recherche spirituelle, il déclare avoir vécu une expérience d'éveil qui a radicalement changé sa compréhension de lui-même et de la réalité.

Dans ses enseignements, Richard Sylvester souligne que la non-dualité n'est pas un état à atteindre ou une réalisation à acquérir, mais plutôt la reconnaissance que tout est déjà un, et que la séparation est une illusion. Il

parle de manière directe et sans fioritures, en utilisant l'humour et des anecdotes de sa propre vie pour illustrer ses points.

Il a écrit plusieurs livres sur le sujet, dont "I Hope You Die Soon" et "The Book of No One", qui parlent de son expérience de l'éveil et des implications de la non-dualité dans la vie quotidienne. Ses écrits et ses conférences sont accessibles à ceux qui sont nouveaux dans la non-dualité, ainsi qu'à ceux qui ont déjà une certaine expérience dans ce domaine.

Site officiel de Richard Sylvester URL :

<http://www.richardsylvester.com/>



Jac O'Keeffe



Jac O'Keeffe est une enseignante spirituelle irlandaise reconnue pour ses contributions à la philosophie de la non-dualité. Ses enseignements sont axés sur l'éveil et la réalisation du Soi, et elle est connue pour sa capacité à aider les individus à naviguer dans le processus d'éveil spirituel.

Née en Irlande, Jac a initialement poursuivi une carrière dans le développement communautaire avant de se tourner vers la spiritualité. Elle a connu une série de transformations spirituelles personnelles qui ont conduit à un éveil profond.

Dans son enseignement, Jac O'Keeffe met l'accent sur l'importance de la réalisation personnelle de la vérité au-delà des concepts et des croyances. Elle guide les individus à travers le processus d'éveil et les aide à naviguer dans les défis qui peuvent survenir le long du chemin. Jac insiste sur le fait que l'éveil spirituel n'est pas

une fin en soi, mais plutôt un processus continu d'approfondissement et de découverte.

En plus de son travail en tant qu'enseignante spirituelle, Jac O'Keeffe est également l'auteur de plusieurs livres, dont "Born to Be Free" et "How to Be a Spiritual Rebel". Ses livres et ses enseignements ont aidé de nombreux individus à travers le monde à comprendre et à naviguer dans le processus d'éveil spirituel.

Il est important de noter que mes informations sont basées sur des données disponibles jusqu'en septembre 2021. Pour obtenir des informations à jour, je recommande de visiter le site officiel de Jac O'Keeffe ou d'autres ressources directement liées à son travail.

Site officiel de Jac O'Keeffe URL :

<https://www.jac-okeeffe.com/>



Unmani Liza Hyde



Unmani Liza Hyde, généralement connue simplement sous le nom d'Unmani, est une enseignante spirituelle connue pour ses enseignements de non-dualité. Originnaire d'Angleterre, elle a passé une grande partie de sa vie à voyager à travers le monde pour partager ses enseignements. Son travail vise à aider les gens à réaliser leur vraie nature et à voir au-delà de l'illusion de la séparation individuelle.

Unmani encourage les individus à remettre en question leurs croyances et leurs perceptions de soi et du monde, soutenant que la véritable libération vient de la réalisation de la vérité de la non-dualité - que nous ne sommes pas séparés du reste de l'existence, mais intrinsèquement liés à tout ce qui est.

Unmani a écrit plusieurs livres sur la non-dualité et conduit régulièrement des retraites et des ateliers.

Site officiel de Unmani URL :

<https://www.die-to-love.com/>



Gérard



Gérard propose des vidéos et des formations sur la non-dualité, une approche de la spiritualité qui vise à la réalisation que le Soi est au-delà de la dualité entre le sujet et l'objet, le moi et le monde.

Gérard est un ancien ingénieur qui a commencé sa recherche spirituelle il y a plusieurs années. Il a suivi différentes formations en non-dualité, notamment auprès de Gangaji et de Mooji. Il est aujourd'hui un guide spirituel expérimenté qui propose des retraites et des formations en France et en Europe.

Les vidéos de Gérard sont accessibles à tous et abordent des thèmes variés, tels que la nature de la conscience, la souffrance, l'amour et la liberté. Il propose une approche accessible et pratique de la non-dualité, qui peut être un chemin de transformation profond pour ceux qui sont prêts à l'emprunter.

Gérard propose également des formations en ligne et en présentiel sur la non-dualité. Ces formations sont conçues pour accompagner les participants dans leur propre processus de transformation.

Site officiel de Gérard :

<https://regarder-ce-qui-est.org>



Somasekha



Somasekha est originaire du Cambodge et a fui son pays en guerre à cinq ans. Elle s'est établie en France, où elle a poursuivi ses études de droit et est devenue juriste. Depuis son jeune âge, elle s'est intéressée à la recherche de sens et de bonheur véritable, ce qui l'a conduite vers la philosophie bouddhiste. Elle a approfondi ses connaissances en bouddhisme pendant quatre ans en Inde, au Kibi (Institut international des hautes études philosophiques bouddhiques) et a participé à des retraites méditatives qui lui ont permis de cultiver une expérience directe du corps et de l'esprit, ainsi que de développer un talent pour le soin.

Somasekha raconte elle-même le basculement qui s'est produit lors d'un voyage, et qu'elle nomme "l'évidence cachée" :

"Par un bel après-midi hivernal, alors que je me promenais dans les rues et les jardins d'Amsterdam, le voile se déchira ; le sentiment d'être un individu séparé s'évanouit. Il n'y avait alors plus de temps, ni d'intérieur

ni d'extérieur. Plus de sujet ni d'objet. Ce que je croyais être le monde apparaissait sous un jour nouveau et dans une fraîcheur insoupçonnée. Au-delà de la frontière duelle, il se révèle comme étant la radiance naturelle de la conscience infinie; l'expression libre de sa joie, de son extase, de son amour inconditionnel. L'amour est le chant de liberté de la conscience; son parfum de vie ; son sourire divin. Il embrasse toute chose; il est toute chose. Dans l'espace ouvert et clair de cette évidence, Il y avait plénitude et éveil à la beauté de la vie. Plénitude d'avoir retrouvé sa terre originelle; Plénitude de paix et d'amour; Plénitude du Cœur."

Somasekha propose des rencontres en ligne et des rencontres en présentiel.

Site officiel de Somasekha :

<http://espaceducoeur.com/>



Emmanuelle Errera



Emmanuelle Errera est une exploratrice de la non-dualité, partageant ses expériences et réflexions sur des plateformes telles que YouTube et Instagram. En janvier 2017, une méditation guidée par Eckhart Tolle a conduit à un arrêt spontané de son activité mentale habituelle, entraînant un profond silence intérieur. Cette expérience lui a permis de réaliser que, lorsque le mental s'apaise, l'attention peut se tourner vers elle-même, révélant une présence consciente silencieuse qui accueille tous les phénomènes sans identification à une histoire personnelle. Elle a découvert une complétude dans cet état de conscience présente, où rien ne manque et où l'attention demeure dans l'instant présent sans se disperser.

Emmanuelle Errera propose des Ateliers-Satsang du Soi : rencontres en présence, partages/méditations/exercices et échanges pour la reconnaissance et l'établissement dans le Soi.

Emmanuelle Errera accompagne celles et ceux qui souhaitent finir leur quête spirituelle, ou approfondir leurs réalisations en consultations individuelles (durée 1h, sur Zoom, WhatsApp ou tél).

Site officiel de Emmanuelle Errera :

<https://www.emmanuelleerrera.com/>



Suyin Lamour



Suyin Lamour est une auteure, artiste et formatrice française spécialisée dans la spiritualité et la connaissance de soi. Son parcours spirituel débute dans les années 2000, inspirée par les œuvres de Carlos Castaneda et Jiddu Krishnamurti. En 2001, à l'âge de 28 ans, elle vit une expérience d'illumination qui transforme sa perception de la réalité, la menant à une quête profonde de son essence véritable.

Durant cette période, Suyin explore diverses pratiques, notamment le chamanisme, les thérapies énergétiques et émotionnelles, l'analyse jungienne, la méditation et la contemplation. En 2014, après avoir reconnu les limites de ses efforts pour atteindre un éveil total, elle expérimente une reddition intérieure qui conduit à une dissolution de l'ego et à une perception impersonnelle de la conscience.

Depuis 2016, Suyin partage son expérience à travers des séminaires et des formations en soins énergétiques basés sur la Présence.

Elle est l'auteure de plusieurs ouvrages. À travers ses écrits, ses œuvres artistiques et ses formations, Suyin Lamour aide les individus à reconnaître leur essence profonde, à se libérer de la souffrance et à laisser émerger leur plein potentiel. Elle transmet "le pouvoir de l'Amour" : l'ouverture du cœur, l'accueil, le "oui" à ce qui est, et l'écoute, pour une spiritualité inclusive et incarnée.

Site officiel de Suyin Lamour : <https://suyin-lamour.fr/>



Marion Renault



Marion Renault est une accompagnatrice spirituelle française spécialisée dans la non-dualité et la connaissance de soi. Mère de quatre enfants, sa quête intérieure débute dès l'enfance avec une profonde interrogation sur sa véritable nature. Cette exploration la conduit à étudier diverses approches thérapeutiques et corporelles, notamment la Gestalt-thérapie, l'Approche Centrée sur la Personne (ACP), le focusing, les massages, les soins énergétiques, le tai-chi et la méditation.

En novembre 2013, Marion vit une expérience d'éveil spontanée, une réalisation directe de la nature de la réalité, marquant un tournant irréversible dans sa perception du monde. Elle reconnaît alors que sa véritable identité est une "Présence Conscience" enveloppant et accueillant tout, y compris sa personne avec ses imperfections, dans un élan d'amour inconditionnel.

Depuis cette réalisation, Marion se consacre à partager cette perspective à travers des accompagnements individuels, des satsangs et des retraites spirituelles. Elle anime également une chaîne YouTube intitulée "Au Cœur de l'Être - Marion", où elle propose des réflexions et des enseignements sur la non-dualité.

En 2024, Marion coécrit avec Julie Ann, Emmanuelle Errera et Ginette Forget le livre "La non-dualité au féminin", qui explore la réalisation de l'absence de séparation entre soi et le monde, permettant de vivre pleinement l'instant présent, sans jugement ni résistance, conduisant à un état de paix, d'amour et de sérénité, libéré de la souffrance.

Site officiel de Marion Renault : <https://cequiest.org/>



Caroline Pol



"Accompagnement & Enseignement sur la Nature Véritable de l'Etre

Du corps, à Je Suis, à Tout Ce Qui Est, Cela.

...Un Retour à notre Pure Essence...

...La Reconnaissance du Soi...

Etre libre de toute souffrance, un chemin de Guérison et d'Amour

C'est dans la Joie du Cœur que je vous accompagne d'investiguer, observer, dissoudre, au cœur même de cet espace Présence, Amour, les émotions, les croyances, les conditionnements, les attachements, les concepts... lever les voiles de l'illusion qui empêchent de goûter pleinement à notre Véritable Nature ...

Alors l'Absolu se révèle dans une complétude totale et infinie...

Je vous partage ce qui est perçu depuis cet espace de Vérité Absolue pour vous accompagner à réaliser ce que nous sommes déjà...

Sat-Chit-Ananda, Etre-Conscience-Béatitude.

Dans la Lumière du Cœur

Amour Joie Paix" Caroline Pol

Caroline Pol propose des satsang, séminaires et des accompagnements individuels en visioconférence.

Site officiel de Caroline Pol :

<https://coeurpresence.wixsite.com/>



Sandra Ney



Sandra Ney est une praticienne en Jin Shin Jyutsu, une forme d'harmonisation énergétique japonaise, et spécialiste en équilibre énergétique. Elle propose des soins énergétiques japonais, des lectures des structures inconscientes et des accompagnements vers la réalisation du Soi.

Dès l'enfance, Sandra a vécu des moments d'unité spontanés qui ont suscité en elle une quête d'éveil spirituel. Vers l'âge de 30 ans, elle a suivi un enseignement auprès d'Arnaud Desjardins pendant une décennie et a voyagé en Inde et au Portugal pour rencontrer divers Maîtres spirituels. Malgré une paix intérieure, elle ressentait un sentiment d'incomplétude jusqu'à ce qu'une expérience transformative en France dissolue l'illusion de séparation, mettant fin à sa quête.

Aujourd'hui, Sandra anime des ateliers intitulés "Lever les Voiles" et des rencontres en présence, notamment au Québec, visant à explorer la nature véritable de l'être et à dissoudre les croyances limitantes. Elle offre également

des accompagnements individuels pour ceux qui aspirent à la réalisation du Soi.

Site officiel de Sandra Ney :

<https://sandraneysat.wixsite.com>



Pierre Leré Guillemet



Pierre Leré Guillemet est un enseignant spirituel français, auteur et conférencier, connu pour son parcours dédié à la quête de l'Éveil et à la réalisation du Soi.

À l'âge de 19 ans, Pierre a vécu une expérience spirituelle décisive qui l'a poussé à rechercher sans relâche l'Éveil. Cette quête l'a conduit à une introspection profonde durant 17 ans, jalonnée de rencontres avec des sages d'Orient et d'Occident, ainsi que de voyages, notamment dans les Himalayas, où il a séjourné plusieurs années auprès de yogis. Finalement, c'est à son retour en France, dans la simplicité de la vie quotidienne, que la Libération tant désirée s'est révélée, mettant fin à toute quête.

Depuis cette réalisation, Pierre partage son expérience à travers des rencontres sous forme de questions-réponses, ainsi que des méditations silencieuses ou guidées.

Site officiel de Pierre Leré Guillemet :

www.yoga-traditionnel-angers.com



Louise Robidoux

Louise Robidoux est une auteure et enseignante spirituelle québécoise spécialisée dans la non-dualité, également connue sous le nom d'Advaita Vedanta. Cette approche, présente dans plusieurs traditions spirituelles comme l'hindouisme, le bouddhisme et le taoïsme, souligne que tout est une seule et même Conscience indivisible, notre état naturel.

Après une quête spirituelle de plus de trente ans, Louise a vécu ce qu'elle décrit comme la "Réalisation du Soi", une expérience d'éveil à notre véritable nature. Elle partage désormais ses connaissances et son expérience à travers des livres, des partages et des rencontres en présence, visant à accompagner ceux qui ressentent un appel à retrouver leur vraie nature.

Son ouvrage, composé de 25 chapitres, offre des enseignements basés sur la non-dualité et propose des exercices et des pratiques simples pour accompagner les chercheurs spirituels sur leur propre voie. Ces outils, utilisables dans la vie quotidienne ou en méditation, visent à dissoudre l'illusion de séparation et à reconnaître notre être véritable.

Site officiel de Louise Robidoux :

www.louiserobidoux.com



Kamala



Kamala est une enseignante spirituelle spécialisée dans la non-dualité intégrale. Elle combine les pratiques du yoga et de la méditation pour guider les individus vers la réalisation du Soi.

Née au Laos dans une famille d'origine chinoise, Kamala a émigré à Paris à la fin des années 1970. Après une carrière dans le commerce international, elle a vécu une profonde transformation intérieure qui l'a menée sur la voie du yoga et de la spiritualité.

Elle s'est formée à différentes formes de yoga, notamment le hatha yoga, le kundalini yoga et le yoga prénatal. Très tôt, elle a souligné l'importance d'associer le yoga et la méditation dans son enseignement. De 2008 à 2018, elle a dirigé son propre studio de yoga à Paris, approfondissant sa pratique et sa transmission.

Son parcours l'a finalement conduite à la non-dualité, où elle enseigne aujourd'hui l'investigation du Soi et la nature véritable de la conscience.

Kamala propose des retraites, des ateliers et des accompagnements individuels intégrant le yoga, la méditation et les enseignements de la non-dualité. Son approche vise à aider chacun à reconnaître sa véritable nature et à expérimenter une joie pure.

Elle partage également ses enseignements à travers des vidéos et des conférences sur sa chaîne YouTube et son site internet.

Site officiel de Kamala :

Cours de Yoga collectifs ou individuels, Retraites Yoga et Formation yoga.



Conclusion

Après avoir exploré l'ensemble des enseignants de non-dualité, leurs parcours uniques et leurs enseignements variés, il est temps de prendre du recul pour examiner les grandes lignes qui se dégagent. Deux courants principaux semblent se dessiner, avec des nuances et des approches spécifiques à chaque enseignant, bien sûr. Mais ces courants peuvent nous aider à mieux comprendre les dynamiques à l'œuvre dans l'enseignement de la non-dualité et à naviguer plus sereinement sur notre propre chemin spirituel.

D'un côté, nous avons des enseignants qui insistent sur l'idée qu'il n'y a "rien à faire" pour atteindre l'éveil spirituel. Cette école de pensée est souvent associée à des figures comme Tony Parsons et Karl Renz...

Selon eux, la recherche de l'éveil ou de la libération est en soi une forme d'attachement qui entrave la réalisation de notre nature fondamentale. Ils soutiennent qu'il n'y a pas de cheminement vers l'éveil, car nous sommes déjà, en essence, éveillés. Les pratiques spirituelles traditionnelles, telles que la méditation ou le yoga, sont parfois perçues comme renforçant l'illusion d'un "moi" séparé qui doit atteindre quelque chose.

De l'autre côté, nous trouvons des enseignants qui proposent des pratiques comme la méditation pour aider les individus à apaiser leur esprit et à se tourner vers leur expérience directe. Des figures comme Francis Lucille, Eckhart Tolle et Rupert Spira pourraient être associées à

cette approche. Bien qu'ils reconnaissent aussi que notre nature fondamentale est déjà libre et éveillée, ils voient une valeur dans les pratiques qui aident à dissiper les illusions et les identifications qui nous empêchent de réaliser cette vérité.

Il est important de noter que ces deux approches ne sont pas nécessairement en contradiction. Elles peuvent être perçues comme deux aspects de la voie spirituelle. L'approche "rien à faire" cherche à nous faire réaliser la liberté qui est déjà la nôtre, tandis que l'approche basée sur la pratique cherche à nous aider à intégrer cette réalisation dans notre vie quotidienne. Les deux peuvent être précieuses, et différentes approches peuvent résonner avec différentes personnes en fonction de leur tempérament et de leur contexte de vie.

Bien que la spiritualité soit souvent associée à l'élimination de l'ego, le parcours spirituel peut lui-même engendrer un nouveau type d'ego - l'ego spirituel. Il est essentiel d'approcher ce phénomène avec une ouverture d'esprit, en étant conscient du piège potentiel qu'il peut représenter.

Au début de notre quête, nous prenons conscience que l'ego, avec son besoin d'auto-affirmation et sa soif de reconnaissance, peut être un obstacle majeur sur la voie de la véritable paix intérieure. Cependant, à mesure que nous avançons sur notre chemin spirituel, nous commençons à observer une nouvelle forme d'ego - un ego qui s'orne de spiritualité.

Nous pouvons alors commencer à nous percevoir comme "spirituellement supérieurs" à ceux qui ne sont pas engagés dans une quête spirituelle. Nous sommes fiers de nos progrès, de nos expériences de méditation profonde. Cet ego spirituel, bien que revêtu de terminologies et d'idées spirituelles, n'est pas différent de l'ego ordinaire. Il cherche toujours à se comparer, à se mesurer et à s'affirmer.

En prenant conscience de l'existence de l'ego spirituel, nous réalisons qu'il ne s'agit pas de rejeter ou de détruire l'ego, mais plutôt de le reconnaître et de le comprendre. Le but n'est pas de devenir "sans ego", mais de voir l'ego pour ce qu'il est réellement - une construction mentale, une fausse identité que nous prenons pour réelle.

L'ego spirituel n'est donc pas un ennemi à vaincre, mais une réalité à comprendre et à intégrer dans notre parcours vers l'éveil. En reconnaissant et en acceptant notre ego - y compris l'ego spirituel - nous pouvons avancer sur le chemin de la spiritualité avec plus de sagesse et de compassion.

Les enseignants spirituels qui ont marqué leur époque

Dans les pages qui suivent, nous abordons une autre lignée d'enseignants spirituels. Ils ne s'adressent plus directement à nous aujourd'hui, car ils ont quitté ce monde ou choisi le silence. Pourtant, leurs paroles demeurent vivantes, préservées dans des écrits, des poèmes ou des témoignages qui continuent d'éclairer le chemin de l'éveil.

Ces enseignants appartiennent à des horizons divers – chrétiens, soufis, taoïstes, bouddhistes, ou encore sans affiliation religieuse – mais tous ont en commun d'avoir connu le basculement intérieur, l'expérience de l'éveil qui dissout les illusions de l'ego et ouvre à la clarté de la conscience.

Leur style d'enseignement reflétait leur temps et leur culture : certains parlaient en paraboles, d'autres en aphorismes ou en prières, d'autres encore par le silence et la présence. S'ils n'enseignent plus aujourd'hui, leurs écrits continuent d'être lus, médités, étudiés, et de toucher ceux qui cherchent à vivre plus près de leur véritable nature.

Les enseignants tchanistes et taoïstes

Lao Tseu (VI^e – IV^e siècle av. J.-C. ?)

La figure de Lao Tseu (ou Laozi, « le vieux maître ») est entourée de mystère, entre histoire et légende. On situe généralement sa vie entre le VI^e et le IV^e siècle av. J.-C., en Chine. Selon la tradition, il aurait été archiviste à la cour impériale des Zhou avant de se retirer dans la solitude. La légende raconte que, quittant la Chine pour l'Ouest, il laissa en héritage son enseignement sous la forme d'un petit livre, le **Dao De Jing** (*Livre de la Voie et de la Vertu*).

Son expérience d'éveil fut celle d'une union intime avec le **Dao**, la Voie cosmique qui régit et harmonise l'univers. Pour Lao Tseu, l'éveil ne résidait pas dans la maîtrise ou la volonté humaine, mais dans le **Wu Wei** (« non-agir »), c'est-à-dire l'accord spontané avec le flux de la vie. Reconnaître que toute chose naît, vit et disparaît selon une intelligence naturelle et mystérieuse, voilà la source de la paix intérieure et de la sagesse.

Son style d'enseignement était concis, poétique et paradoxal. Le *Dao De Jing* est composé de courts aphorismes et de métaphores qui bousculent la pensée rationnelle pour éveiller une compréhension intuitive. Lao Tseu enseignait la simplicité, la souplesse, l'humilité et la douceur comme voies de transformation intérieure, invitant à laisser tomber les artifices et à revenir à l'essence.

Son principal écrit est précisément le **Dao De Jing**, texte fondateur du taoïsme, qui a traversé les siècles et influencé autant la philosophie que la spiritualité, la médecine et les arts chinois. Cet ouvrage, d'une grande profondeur, reste l'un des plus traduits au monde et continue d'inspirer les chercheurs spirituels.

Lao Tseu demeure une figure intemporelle de l'éveil : un témoin de la sagesse de l'alignement avec la nature et le cosmos, où la simplicité et le non-agir révèlent l'harmonie originelle.

Tchouang-Tseu (vers 369 – 286 av. J.-C.)

Contemporain de la fin de la période des Royaumes combattants en Chine, Tchouang-Tseu (ou Zhuangzi) fut fonctionnaire local avant de se retirer dans la vie simple et contemplative. Il est considéré comme l'un des plus grands maîtres du taoïsme, au même titre que Lao Tseu, dont il prolongea et approfondit l'inspiration.

Son expérience d'éveil se manifesta comme une compréhension radicale de la relativité de toutes les perspectives humaines et de l'unité fondamentale de la vie. L'un de ses récits les plus célèbres illustre ce basculement : il rêva qu'il était un papillon, puis, à son réveil, se demanda s'il était un homme ayant rêvé être papillon ou un papillon rêvant qu'il était un homme. Cette expérience révèle l'éveil comme dissolution des frontières entre soi et le monde, entre rêve et réalité.

Son style d'enseignement était poétique, ironique et souvent paradoxal. Tchouang-Tseu utilisait l'humour, les fables et les dialogues imaginaires pour déstabiliser la pensée rationnelle et ouvrir à une compréhension intuitive du Dao. Il se moquait des conventions sociales et des rigidités morales, affirmant que la vraie sagesse réside dans la spontanéité, la liberté et l'accord avec le cours naturel des choses.

Son principal écrit est le **Livre de Tchouang-Tseu** (*Zhuangzi*), recueil de textes attribués à lui et à ses disciples, composé d'histoires, d'aphorismes et de paraboles. Cet ouvrage explore des thèmes tels que la liberté intérieure, le détachement, le relativisme des points de vue et la fusion avec le Dao.

Tchouang-Tseu demeure une figure universelle de la sagesse taoïste. Son éveil s'exprima comme une invitation à la liberté, au rire et à la légèreté, montrant que l'accord avec la Voie ne passe pas par l'effort mais par la souplesse et la confiance dans la vie telle qu'elle est.

Bodhidharma (Ve – VIe siècle)

Originaire du sud de l'Inde, Bodhidharma était un moine bouddhiste formé dans la tradition du Mahāyāna. Vers le début du VIe siècle, il entreprit un long voyage jusqu'en Chine afin d'y transmettre l'essence du bouddhisme. La légende raconte qu'il arriva au monastère de Shaolin, où il se retira neuf années durant en méditation face à un mur.

Son expérience d'éveil était enracinée dans la pratique du **dhyāna** (méditation profonde), considérée comme la voie directe pour réaliser la nature de l'esprit. Pour Bodhidharma, l'éveil signifiait la reconnaissance immédiate et sans intermédiaire de la vacuité et de la clarté de l'esprit, indépendamment des écritures et des rituels.

Son style d'enseignement fut radical et dépouillé. Bodhidharma insistait sur la transmission directe de l'esprit à l'esprit, au-delà des mots et des concepts. Il rejetait l'attachement aux textes, affirmant que la véritable compréhension ne peut se trouver que dans l'expérience personnelle de la méditation. Cette approche s'accorda profondément avec l'esprit taoïste, donnant naissance au chan (zen en japonais), un bouddhisme marqué par la simplicité, la spontanéité et l'harmonie avec la nature.

Son principal écrit, attribué par la tradition, est le **Traité des deux accès et des quatre pratiques**, où il décrit deux portes vers l'éveil :

- l'accès par le principe (la compréhension directe de la nature ultime),
- et l'accès par la pratique (patience, détachement, accord avec le Dao).

Bodhidharma demeure une figure fondatrice du chan. Son éveil s'exprima comme une mise à nu de la voie : une méditation silencieuse, sans dépendance aux formes

ni aux doctrines, où l'on reconnaît directement la véritable nature de l'esprit.

Huineng (638 – 713)

Né dans une famille pauvre du sud de la Chine, Huineng était illettré et vivait de la vente de bois. Sa vie prit un tournant décisif lorsqu'il entendit par hasard un passant réciter le **Sūtra du Diamant**. Ces paroles éveillèrent en lui une compréhension soudaine et profonde de la vacuité et de la non-dualité. Cette expérience intérieure fut son basculement : il sut alors qu'il n'était pas séparé du principe ultime.

Il rejoignit le monastère du cinquième patriarche du chan, Hongren. Là, malgré son statut modeste, il composa le célèbre poème affirmant que la nature de Bouddha est originellement pure et qu'il n'y a rien à polir. Reconnaisant son éveil, Hongren transmit à Huineng la robe et le bol, symboles de la succession spirituelle. Huineng devint ainsi le sixième patriarche du chan.

Son style d'enseignement était direct, iconoclaste et profondément en résonance avec l'esprit taoïste. Huineng rejetait l'idée d'un éveil progressif à atteindre par des pratiques laborieuses : pour lui, l'éveil est soudain (*dunwu*) et accessible ici et maintenant à quiconque reconnaît la nature de son esprit. Il valorisait la méditation, non comme technique, mais comme état naturel d'attention ouverte et libre.

Son principal écrit est le **Sūtra de l'estrade** (*Liùzǔ Tánjīng*), seul texte canonique du chan attribué à un maître chinois. Dans ce recueil de sermons et de dialogues, Huineng expose la voie de l'éveil soudain, la non-dualité, l'importance de l'absence de fixation, et l'unité entre méditation et sagesse.

Huineng demeure une figure majeure de la tradition du chan et du zen. Son éveil s'exprima comme une libération immédiate, indépendante des conditions sociales ou intellectuelles, et son enseignement ouvrit la voie à une spiritualité simple, dépouillée, centrée sur la reconnaissance directe de la nature de l'esprit.

Jérôme Calmar

Jérôme Calmar fut un instructeur du Tchan de l'Ouest (Xi-Tchan), tradition issue du bouddhisme chinois et en profonde affinité avec le taoïsme philosophique. Instructeur du 3^e degré de Jade, il reçut la mission d'implanter en France un Centre Tchan de langue française, établi à Limoges dans les années 1960.

Son expérience d'éveil prit forme dans le cadre du Tchan non religieux, qui conçoit le Bouddha historique, Siddhârta Gautama, non comme fondateur de religion mais comme découvreur d'une psychologie libératrice.

Cette approche s'inscrivait dans la lignée du Xi-Tchan, école apparue au IX^e siècle dans le Xinjiang, où le Tchan s'était étroitement allié au taoïsme pour former une voie de méditation et de libération.

Le style d'enseignement de Jérôme Calmar se distingua par son adaptation à la culture occidentale francophone. Suivant la tradition des *fang zi kai* (« demeures ouvertes »), il proposa un enseignement par correspondance, fidèle à la méthode ancienne du Tchan, où les exercices de méditation et de transformation de soi étaient transmis par écrits et suivis de programmes personnalisés. Son travail consista à élaborer un Nouvel Enseignement Tchan spécifiquement conçu pour les femmes et les hommes de culture française, en sélectionnant des techniques de libération compatibles avec la mentalité occidentale.

Son principal écrit est **L'Éveil selon le Tchan — Les carnets de Sou-tchien** (2001), où il expose les fondements du Tchan de l'Ouest et reconstitue une méthode d'éveil inspirée des pratiques anciennes. Ce livre témoigne de son effort de rendre accessible aux francophones une tradition millénaire de méditation et de libération intérieure.

Après son décès en 2006, le Centre Tchan de Limoges ferma ses portes. Il laisse cependant l'empreinte d'un passeur : celui qui sut introduire en Occident une école méconnue du Tchan, en lui donnant un visage adapté à la sensibilité française, fidèle à l'esprit d'universalité de cette voie de méditation.

Mystiques et maîtres chrétiens

François d'Assise (1181 ou 1182 – 1226)

Né à Assise dans une famille aisée de marchands, François vécut dans sa jeunesse une existence insouciant, marquée par le goût du plaisir, de l'aventure et de la gloire militaire. Vers l'âge de vingt-cinq ans, une série d'épreuves – maladie, captivité, faillite de ses projets chevaleresques – provoqua en lui un retournement intérieur. C'est dans une petite chapelle délabrée, en priant devant le crucifix de San Damiano, qu'il connut son basculement : une rencontre fulgurante avec le Christ vivant, qui l'appela à « rebâtir son Église ».

À partir de cette expérience, François renonça à tous ses biens et embrassa une vie de pauvreté radicale. Il choisit de vivre parmi les plus démunis, dans la simplicité et la joie, voyant dans chaque être une expression du divin. Son éveil se manifesta par une fraternité universelle : il parlait aux animaux, chantait la beauté de la nature et reconnaissait en toute créature un frère ou une sœur.

Son style d'enseignement était direct et exemplaire : plutôt que de longs traités, il transmettait avant tout par la force de son témoignage de vie. Sa parole prônait la pauvreté volontaire, la paix, l'humilité et la joie simple d'être. Il ne cherchait pas à convaincre par des arguments, mais à rayonner une manière d'être fondée sur l'amour et la fraternité.

Son principal écrit est le **Cantique des Créatures** (ou *Cantique du Frère Soleil*), un hymne poétique célébrant la beauté et la sainteté de la création, où chaque élément – soleil, lune, eau, feu, terre – devient louange à Dieu. Ses *Admonitions* et ses lettres constituent également un héritage spirituel précieux.

François d'Assise incarne l'éveil vécu comme transparence, dépouillement et fraternité universelle. Sa voie reste celle d'un abandon joyeux à la vie telle qu'elle est, vécue dans l'innocence retrouvée.

Maître Eckhart (vers 1260 – vers 1328)

Dominicain né en Thuringe, en Allemagne, Maître Eckhart fut à la fois théologien, prédicateur et mystique. Il enseigna dans les grandes universités de son temps (Paris, Cologne), et occupa des charges importantes dans l'ordre dominicain. Mais ce qui le distingue, c'est l'expérience intérieure qui transforma son regard : l'éveil à ce qu'il nommait « la naissance de Dieu dans l'âme ».

Pour Eckhart, l'éveil est ce retournement silencieux où l'homme s'ouvre à son essence divine. Il enseignait que le cœur de l'expérience spirituelle ne réside pas dans les pratiques extérieures, mais dans le détachement radical (*Gelassenheit*) : un abandon de soi-même, des images et des concepts, pour accueillir en son centre la présence de Dieu. C'est cette plongée dans le « fond de l'âme » qui permettait, selon lui, de réaliser l'unité avec l'Être.

Son style d'enseignement était à la fois simple et profond. Il prêchait en allemand vernaculaire (plutôt qu'en latin) afin que le peuple puisse comprendre directement ses paroles. Ses sermons sont empreints de paradoxes et de formules fulgurantes, destinées à briser les représentations mentales et à ouvrir l'auditeur à une expérience immédiate de l'Absolu.

Son principal héritage écrit est constitué de ses **Sermons allemands**, qui restent l'un des sommets de la mystique rhénane. On y trouve des thèmes récurrents comme le détachement, le silence intérieur, l'union à Dieu au-delà de toute image. Ses *Questions parisiennes* et ses **traités latins** développent une pensée théologique plus systématique.

Maître Eckhart demeure une figure majeure de la mystique chrétienne : un témoin d'un éveil vécu comme transparence absolue à la présence divine, où l'âme et Dieu se rejoignent dans l'unité sans forme.

Hildegarde de Bingen (1098 – 1179)

Née en Rhénanie, Hildegarde fut confiée dès l'enfance au couvent bénédictin de Disibodenberg. Elle connut très tôt des visions lumineuses, qu'elle décrivit comme une « lumière vivante » traversant son esprit sans effacer sa lucidité. Longtemps silencieuse par crainte de l'incompréhension, elle finit par obéir à ce qu'elle percevait comme un appel divin : témoigner de cette expérience intérieure et transcrire ce qui lui était révélé.

Son éveil se manifesta sous la forme d'une ouverture constante à cette « lumière de Dieu » qui lui inspira une compréhension unifiée du monde, de l'homme et de la création. Elle ne dissociait pas le spirituel du corporel : pour elle, la santé, la musique, la cosmologie et la théologie faisaient partie d'un même tissu vivant.

Son style d'enseignement était multiforme : visionnaire et poétique dans ses écrits spirituels, pédagogique et concret dans ses conseils médicaux et diététiques, inspiré et fervent dans ses compositions musicales. Hildegarde s'adressait aussi bien aux papes et empereurs qu'aux simples fidèles, n'hésitant pas à rappeler avec fermeté les exigences de justice et de vérité.

Parmi ses principaux écrits, on peut citer le **Scivias** (*Connais les voies*), une vaste fresque visionnaire décrivant le chemin de l'âme et le plan divin de la création, accompagné d'illustrations symboliques. Elle composa aussi le *Liber divinorum operum* (*Le Livre des œuvres divines*), le *Liber vitae meritorum*, ainsi que de nombreux chants liturgiques rassemblés sous le titre *Symphonia armonie celestium revelationum*.

Hildegarde de Bingen incarne une mystique incarnée et intégrative, où l'éveil ne se réduit pas à une expérience intérieure mais rayonne dans la médecine, la musique, la théologie et la vision cosmique. Elle demeure un témoin de l'unité vivante entre l'homme, la nature et le divin.

Jean de la Croix (1542 – 1591)

Né en Castille dans une famille modeste, Jean de la Croix entra jeune chez les Carmes. Sa rencontre avec Thérèse d'Avila fut déterminante : elle le convainquit de participer à la réforme du Carmel pour retrouver une vie de dépouillement et de silence. Ce choix radical l'exposa à de fortes oppositions, allant jusqu'à son emprisonnement. C'est dans cette solitude contrainte qu'il connut ses expériences mystiques les plus profondes.

L'éveil de Jean de la Croix se manifeste à travers ce qu'il appelle la « Nuit obscure » : une traversée d'épreuves intérieures, d'abandon et de dépouillement total où l'âme, privée de tout appui sensible ou intellectuel, s'ouvre à l'union transformante avec Dieu. Ce n'est pas une extase passagère, mais une métamorphose où l'ego se dissout pour laisser place à l'unité divine.

Son style d'enseignement est poétique, symbolique et théologique. Par ses poèmes d'une intensité rare, il décrit l'expérience de l'âme en quête de l'Aimé, dans une langue d'une beauté saisissante. Dans ses commentaires en prose, il explicite ces images pour guider les chercheurs spirituels à travers les étapes du dépouillement, de la purification et de l'union mystique.

Son principal écrit est le poème et le traité de la **Nuit obscure**, qui illustre la traversée spirituelle vers l'union divine. À cela s'ajoutent le **Cantique spirituel** et la **Vive flamme d'amour**, qui célèbrent l'union nuptiale entre

l'âme et Dieu. Ses œuvres constituent l'un des sommets de la mystique chrétienne et une cartographie précise du chemin intérieur.

Jean de la Croix demeure le témoin d'un éveil vécu comme passage à travers l'obscurité et l'absence, débouchant sur une transformation radicale de l'être. Son message résonne comme un appel à la confiance totale dans la lumière qui se révèle au cœur même du vide.

Thérèse d'Avila (1515 – 1582)

Née dans une famille noble de Castille, Thérèse entra au Carmel d'Avila à l'âge de vingt ans. Les premières années furent marquées par la maladie, les hésitations et une certaine mondanité de couvent. C'est au milieu de sa vie qu'elle connut une expérience intérieure bouleversante : des extases et visions où elle se sentit saisie par l'amour divin. Ces expériences, qu'elle appelait « grâces », la menèrent à une réforme profonde de sa vie religieuse et de l'ordre carmélitain.

L'éveil de Thérèse fut progressif et intense, marqué par des moments d'extase mystique où son être entier semblait consumé par la présence divine. Elle décrivit ces instants comme des unions transformantes, où l'âme se trouve envahie par un amour brûlant et se reconnaît comme épouse du Christ. L'une de ses visions les plus célèbres, la « transverbération », exprime symboliquement cette consommation intérieure : un ange transperce son cœur d'une flèche de feu.

Son style d'enseignement est à la fois intime, imagé et pédagogique. Elle utilise des comparaisons concrètes pour guider les chercheurs spirituels à travers les étapes de l'oraison intérieure. Son langage, vivant et simple, rend accessible une expérience mystique pourtant vertigineuse. Elle n'enseignait pas de manière abstraite, mais en racontant ses propres expériences pour encourager les autres à persévérer dans la prière et l'abandon.

Son principal écrit est le **Livre de la vie**, autobiographie spirituelle où elle relate son chemin d'éveil et ses expériences mystiques. Mais son œuvre majeure demeure **Le Château intérieur** (*Las Moradas*), une métaphore des étapes de l'âme cheminant à travers les « demeures » intérieures jusqu'à l'union ultime avec Dieu. À cela s'ajoutent *Le Chemin de la perfection* et de nombreuses lettres.

Thérèse d'Avila reste l'une des grandes figures de la mystique chrétienne. Elle incarne un éveil vécu comme transformation progressive, à travers l'oraison silencieuse et l'abandon amoureux, conduisant à une union intime et joyeuse avec le divin.

Thomas Merton (1915 – 1968)

Né à Prades, en France, de parents artistes, Thomas Merton grandit entre l'Europe et les États-Unis. Sa jeunesse fut marquée par un sentiment de quête et d'errance intérieure. Après une période d'études à Columbia University et une vie bohème, il connut une

conversion décisive en 1938. En 1941, il entra à l'abbaye trappiste de Gethsemani, dans le Kentucky, où il vécut comme moine contemplatif.

Son éveil spirituel s'approfondit dans la vie monastique : silence, prière, solitude et écriture. Mais il connut aussi un moment clé en 1958, lors d'une expérience soudaine à Louisville, où il perçut l'unité fondamentale entre lui-même et toute l'humanité. Il décrivit ce basculement comme la reconnaissance immédiate de la lumière de Dieu en chaque être, dissolvant la séparation entre « moine » et « monde ».

Le style d'enseignement de Merton était celui d'un écrivain contemplatif. Ses journaux, essais et lettres révèlent un langage à la fois clair, poétique et profondément engagé. Il cherchait à traduire l'expérience mystique dans une forme accessible aux hommes et femmes de son époque. Il sut créer des ponts entre la tradition chrétienne et d'autres voies spirituelles, notamment le bouddhisme zen et la pensée soufie, en dialogue avec des maîtres comme D.T. Suzuki et le Dalaï-Lama.

Son principal écrit est **La Nuit privée d'étoiles** (*The Seven Storey Mountain*, 1948), autobiographie spirituelle qui fit connaître son parcours et inspira des milliers de lecteurs. Parmi ses autres œuvres majeures, citons *Nouvelles semences de contemplation*, *Conjectures d'un spectateur coupable*, ou encore ses *Journaux*, publiés après sa mort, qui révèlent son cheminement intérieur et son ouverture universelle.

Thomas Merton demeure une figure du XXe siècle qui témoigne de l'éveil vécu au cœur même du monde moderne : une conscience unitive et contemplative, à la fois enracinée dans le christianisme et ouverte au dialogue interspirituel.

Mystiques et enseignants orientaux

Bouddha Shakyamuni (vers 563 – 483 av. J.-C.)

Né dans une famille princière au nord de l'Inde, sous le nom de Siddhartha Gautama, il fut élevé dans le luxe et protégé de toute souffrance. Mais à l'âge adulte, il découvrit la vieillesse, la maladie et la mort, ce qui déclencha en lui une profonde crise existentielle. Il quitta alors palais, épouse et fils pour chercher la vérité sur la condition humaine.

Après des années d'ascèse rigoureuse auprès de maîtres spirituels, Siddhartha comprit que ni l'excès de jouissance ni l'excès de privation ne menaient à la libération. Assis sous l'arbre de la Bodhi, il fit vœu de ne pas se relever avant d'avoir trouvé la vérité. C'est là qu'il connut l'éveil (bodhi) : la vision directe des causes de la souffrance et de la voie qui mène à sa cessation. Il réalisa l'impermanence de tous les phénomènes, l'absence de soi séparé, et l'état de paix et de liberté intérieure que l'on nomme Nirvana.

Son style d'enseignement fut simple, pratique et universel. Le Bouddha n'enseigna pas une doctrine à croire mais une voie à expérimenter. Il transmet les Quatre Nobles Vérités (constat de la souffrance, origine, possibilité de cessation, voie à suivre) et le Noble Chemin Octuple (éthique, méditation, sagesse). Ses paroles s'adressaient aussi bien aux moines qu'aux laïcs, et visaient à libérer chacun des illusions et de l'attachement.

Ses enseignements furent d'abord transmis oralement par ses disciples, puis consignés par écrit dans le **Tipitaka** (ou Canon pali), qui rassemble les discours (Suttas), la discipline monastique (Vinaya) et les traités de philosophie (Abhidhamma). Parmi les textes fondateurs, le *Dhammapada* reste l'un des recueils les plus accessibles et inspirants.

Bouddha Shakyamuni demeure la figure centrale du bouddhisme : un être humain ayant réalisé la liberté intérieure et ayant laissé une voie universelle de libération, centrée sur l'attention, la méditation et la sagesse.

Ramana Maharshi (1879 – 1950)

Né sous le nom de Venkataraman Iyer dans un village du sud de l'Inde, Ramana Maharshi eut une jeunesse ordinaire, sans formation spirituelle particulière. À l'âge de seize ans, il connut une expérience fulgurante qui bouleversa son existence : saisi par une peur soudaine de mourir, il s'abandonna totalement à ce qui se produisait et observa intérieurement le processus de la mort. À sa stupeur, il découvrit que, même si le corps pouvait mourir, il demeurerait en lui une présence immuable et indestructible : le « Je » essentiel, pur être. Ce basculement constitua son éveil définitif.

Peu après, il quitta sa famille et se rendit à la montagne sacrée d'Arunachala, où il vécut d'abord en ascète, plongé dans un silence méditatif. Sa seule présence attirait les chercheurs, qui venaient s'asseoir près de lui.

Peu à peu, une communauté se forma autour de lui, et il demeura à Arunachala jusqu'à sa mort.

Son style d'enseignement était simple et direct, souvent silencieux. Quand il parlait, il insistait sur l'auto-investigation (*atma-vichara*) : la recherche de la source du « Je ». À la question « Qui suis-je ? », il renvoyait l'attention du disciple vers l'intériorité, jusqu'à ce que le mental se dissolve dans la conscience pure. Il rejetait les rituels compliqués, affirmant que l'éveil est toujours déjà là, à reconnaître dans l'instant présent.

Ses paroles furent recueillies par ses disciples et compilées. L'un de ses écrits les plus connus est **Qui suis-je ?**, court texte fondamental exposant la méthode de l'auto-investigation. On peut également citer les *Entretiens avec Sri Ramana Maharshi* et les *Quarante strophes sur la Réalité*.

Ramana Maharshi demeure une figure majeure de la spiritualité du XXe siècle : un sage de l'Advaita vivant l'éveil dans une simplicité désarmante, témoin de la présence immuable qui demeure au-delà du corps et de l'ego.

Papaji – H.W.L. Poonja (1910 – 1997)

Né à Gujranwala (actuel Pakistan) dans une famille brahmane, Harilal W. L. Poonja montra dès l'enfance une profonde dévotion pour Krishna. Marié jeune et engagé dans la vie familiale et professionnelle, il vécut longtemps en tension entre ses obligations mondaines et

son aspiration spirituelle. Son basculement survint lorsqu'il rencontra Ramana Maharshi, au mont Arunachala, dans les années 1940.

Au contact silencieux du maître, son esprit s'apaisa radicalement. Ramana lui montra que le divin qu'il cherchait à travers des visions extérieures de Krishna se trouvait en lui-même, comme pure conscience. Cette reconnaissance immédiate fut pour Papaji un éveil définitif : il réalisa que la liberté est déjà là, sans qu'aucun effort ne soit requis.

Son style d'enseignement fut direct, percutant et souvent empreint d'humour. Il répétait sans cesse : « Gardez le silence. Restez tranquille. Vous êtes déjà libre. » Papaji n'invitait pas à une discipline progressive mais à une reconnaissance immédiate de ce qui est, au-delà de l'ego et du mental. Son approche, héritée de Ramana Maharshi, s'inscrivait dans la voie de l'Advaita Vedānta mais sans formalisme religieux.

Ses paroles ont été compilées par ses disciples. L'un de ses principaux recueils est **Wake Up and Roar** (*Réveille-toi et rugis*), où sont retranscrits ses dialogues avec les chercheurs. Il a également laissé des entretiens publiés sous divers titres, notamment *The Truth Is*.

Papaji demeure une figure marquante du XXe siècle, dont l'éveil a inspiré de nombreux enseignants contemporains de l'Advaita, parmi lesquels Gangaji, Mooji ou Andrew Cohen. Il incarne un éveil vécu comme

simplicité et immédiateté : rien à atteindre, tout est déjà là.

Nisargadatta Maharaj (1897 – 1981)

Né à Bombay dans une famille modeste, Maruti Shivrampant Kambli mena une vie simple comme marchand de cigarettes. Marié et père de famille, il n'avait pas d'aspiration spirituelle particulière jusqu'à sa rencontre, en 1933, avec son maître Siddharameshwar Maharaj, de la lignée Navnath. Celui-ci lui transmet une instruction directe : « Tu n'es pas ce corps, tu es la conscience. » Nisargadatta se consacra aussitôt avec intensité à cette contemplation.

Son éveil survint peu après, lorsqu'il réalisa pleinement l'identité de son être véritable avec la conscience pure, au-delà du corps et du mental. Il vécut dès lors dans cette évidence non-duelle, continuant une vie extérieure très simple, mais rayonnant d'une présence intérieure saisissante.

Son style d'enseignement fut abrupt, sans concession, et centré sur l'essentiel. Dans son petit appartement de Bombay, il recevait les visiteurs du monde entier et dialoguait sans détour. Il insistait sur la question de l'identité : « Restez avec le sentiment 'Je suis'. Enquêter sur ce 'Je suis' mène à la vérité ultime. » Il refusait les systèmes compliqués, affirmant que la vérité ne peut être atteinte que par une attention directe et persistante à la conscience de soi.

Son principal écrit est **Je Suis Cela** (*I Am That*), recueil de dialogues avec ses disciples occidentaux, devenu un classique de l'Advaita moderne. On trouve également d'autres recueils de ses entretiens, tels que *La Conscience et l'Absolu*.

Nisargadatta Maharaj incarne un éveil vécu dans la vie ordinaire, sans ornements ni institutions. Sa voix reste celle d'un maître tranchant, qui ramène inlassablement à la conscience immédiate comme vérité ultime.

Krishnamurti (1895 – 1986)

Né en 1895 à Madanapalle, dans le sud de l'Inde, Jiddu Krishnamurti fut découvert adolescent par les dirigeants de la Société Théosophique, qui le désignèrent comme le futur « instructeur mondial ». Éduqué en Occident, il fut placé au centre d'un vaste mouvement spirituel destiné à préparer sa mission. Mais en 1929, lors d'un discours resté célèbre, il rejeta publiquement toute autorité spirituelle et dissout l'Ordre de l'Étoile qui avait été créé autour de lui. Il affirma alors que la vérité est un pays sans chemin et qu'aucune organisation ne peut la contenir.

Son expérience d'éveil, qu'il appelait parfois « le processus », fut marquée dès les années 1920 par des états intenses d'expansion de conscience et de transformations intérieures, vécus comme une libération radicale de l'ego et des conditionnements. Pour Krishnamurti, cet éveil n'était pas un aboutissement

personnel mais l'expression d'une liberté universelle accessible à chacun, ici et maintenant.

Son style d'enseignement était unique : ni maître, ni gourou, il se présentait simplement comme un ami partageant une enquête. Il refusait toute hiérarchie et invitait ses auditeurs à observer directement leur propre esprit. Par des dialogues, des conférences et des entretiens, il encourageait l'attention pure, la compréhension des mécanismes du conditionnement et la découverte d'une intelligence libre de toute autorité.

Son principal écrit est **La première et dernière liberté** (*The First and Last Freedom*, 1954), qui synthétise sa vision et ses dialogues. On peut aussi citer *Se libérer du connu* (*Freedom from the Known*) et *Le vol de l'aigle*. Une grande partie de son héritage est constituée de conférences enregistrées et de dialogues avec des scientifiques et des enseignants spirituels (par exemple David Bohm).

Krishnamurti demeure une figure radicale de la spiritualité du XXe siècle : un témoin d'un éveil vécu comme liberté absolue, inséparable d'une vigilance lucide à chaque instant.

Rajneesh / Osho (1931 – 1990)

Né en Inde centrale, à Kuchwada, sous le nom de Chandra Mohan Jain, Rajneesh manifesta très jeune une indépendance d'esprit et un tempérament rebelle. Après une enfance marquée par des expériences intérieures

profondes, il poursuivit des études de philosophie et devint professeur. À l'âge de vingt et un ans, il connut une expérience décisive : une plongée soudaine dans le silence intérieur, vécue comme une dissolution du moi et une immersion dans la conscience universelle. Cet éveil marqua le point de départ de son rôle d'enseignant.

Son style d'enseignement était direct, provocateur et multiforme. Rajneesh, plus tard connu sous le nom d'Osho, invitait ses disciples à embrasser pleinement la vie, sans rejeter le corps, les émotions ou les plaisirs. Pour lui, l'éveil ne s'opposait pas à la vie terrestre, mais la transfigurait. Ses discours couvraient un éventail immense : de la méditation silencieuse au rire, de la danse à l'amour, des commentaires sur les grands mystiques (Bouddha, Jésus, Lao-Tseu, Zarathoustra, Maître Eckhart) à des réflexions sur la psychologie moderne. Il insistait sur la méditation comme art de vivre, et développa ses propres techniques, dites « méditations actives », adaptées à l'homme moderne.

Son œuvre écrite est vaste, issue de milliers de discours donnés à ses disciples. Parmi ses livres les plus connus figurent **Le Livre des secrets**, commentaire sur les pratiques tantriques du *Vigyana Bhairava Tantra* ; **Au-delà de l'illumination** ; et **La liberté, première et dernière**. Ses propos furent traduits dans de nombreuses langues, diffusant largement sa vision d'une spiritualité vivante, joyeuse et non conformiste.

Rajneesh/Osho demeure une figure controversée, en raison de son mode de vie et de certaines polémiques

liées à sa communauté, mais il incarne un éveil vécu dans l'intensité, l'humour et la provocation. Son héritage est celui d'un maître qui invita à dépasser les conditionnements et à découvrir une liberté intérieure qui englobe et transforme toute l'existence.

Sri Ramakrishna (1836 – 1886)

Né dans un village près de Calcutta, Gadadhar Chattopadhyay (son nom de naissance) manifesta dès l'enfance une sensibilité mystique intense et une inclination naturelle à la prière et à l'extase. Adolescent, il fut nommé prêtre du temple de Dakshineswar, dédié à la déesse Kali. C'est là qu'il connut des expériences spirituelles fulgurantes, souvent vécues comme une absorption totale dans le divin, au point de perdre toute conscience du corps et du monde extérieur.

Son éveil se développa dans une pluralité d'approches. Ramakrishna pratiqua successivement les grandes traditions spirituelles : l'hindouisme (dévotion à Kali, pratiques tantriques, yoga), mais aussi l'islam et le christianisme. Dans chacune, il vécut l'union directe avec l'Absolu, ce qui le conduisit à affirmer que toutes les religions mènent à la même vérité ultime. Son expérience la plus caractéristique fut la vision permanente de la Mère divine en toute chose, vécue comme une adoration joyeuse et spontanée de la vie entière.

Son style d'enseignement était simple, imagé, souvent transmis sous forme de paraboles, de chants et d'exemples quotidiens. Ramakrishna ne développa pas de

système philosophique, mais parlait directement à partir de son expérience. Sa pédagogie se fondait sur la proximité avec ses disciples, qu'il inspirait par son état de conscience et sa ferveur débordante. Il insistait sur l'amour, la sincérité et le renoncement à l'ego comme clés de la réalisation spirituelle.

Son principal écrit est constitué par le **Gospel of Sri Ramakrishna** (*Sri Ramakrishna Kathamrita*), recueil des conversations notées par son disciple Mahendranath Gupta. Ce texte, traduit dans le monde entier, restitue la vivacité de son enseignement oral et l'atmosphère de Dakshineswar.

Sri Ramakrishna demeure une figure majeure de la spiritualité indienne moderne. Son éveil incarne la reconnaissance universelle du divin dans toutes les traditions, et son héritage inspira profondément Swami Vivekananda, qui porta son message en Occident.

Les enseignants soufis

Jalâl ad-Dîn Rûmî (1207 – 1273)

Né à Balkh (actuel Afghanistan) dans une famille de savants et de mystiques, Jalâl ad-Dîn Muhammad Rûmî fut contraint, enfant, de quitter sa ville natale lors des invasions mongoles. Sa famille s'installa finalement à Konya, en Anatolie (Turquie actuelle), où il devint un érudit reconnu, théologien et maître spirituel. Sa vie prit un tournant décisif en 1244, lorsqu'il rencontra Shams de Tabriz, un derviche errant au regard brûlant.

La rencontre avec Shams fut pour Rûmî un véritable basculement : il y découvrit l'amour divin dans toute son intensité, une présence qui consumait le voile de l'ego et l'ouvrait à l'union avec le Bien-Aimé éternel. La disparition soudaine de Shams provoqua chez lui une brûlure intérieure qui se transforma en un jaillissement poétique ininterrompu. Cet éveil prit la forme d'une transmutation de la douleur en célébration mystique.

Son style d'enseignement était lyrique, symbolique et inspiré. Rûmî enseignait moins par des discours doctrinaux que par des poèmes, des paraboles et la danse extatique. Il est à l'origine de l'ordre des derviches tourneurs (Mevlevi), pour qui la danse en spirale symbolise l'ivresse divine et le retour au centre immobile. Sa pédagogie reposait sur l'amour comme voie unique : l'ego se dissout dans l'ardeur amoureuse qui embrase tout l'être.

Son œuvre écrite est monumentale. Son principal recueil est le **Masnawi** (*Mathnawī*), vaste poème mystique de six volumes, souvent appelé « le Coran en persan » en raison de sa profondeur spirituelle. On peut aussi citer son *Divân de Shams de Tabriz*, où il chante l'extase et la douleur de l'amour, et ses *Discours* (*Fîhi mâ fîhi*).

Rûmî demeure l'une des plus grandes figures de la mystique soufie et universelle. Son éveil s'exprime comme une ivresse de l'amour divin, une danse où l'âme se perd dans le Bien-Aimé pour devenir pure lumière. Ses poèmes continuent d'inspirer, au-delà des frontières culturelles et religieuses.

Al-Hallâj (858 – 922)

Né près de Bassora, en Perse (actuel Irak), Husayn ibn Mansûr al-Hallâj fut initié très jeune au soufisme. Chercheur infatigable de vérité, il voyagea longuement à travers la Perse, l'Arabie et l'Inde, rencontrant de nombreux maîtres. Sa vie fut marquée par une intensité spirituelle hors du commun, qui culmina dans une expérience d'union totale avec le divin.

Son éveil se résume dans sa célèbre proclamation : « **Ana al-Haqq** » (« Je suis la Vérité »). Par cette phrase, il ne s'identifiait pas en tant qu'individu à Dieu, mais témoignait de l'extinction de l'ego dans la Réalité divine. Pour lui, le « Je » séparé avait disparu et seul subsistait l'Absolu. Cette parole audacieuse, incomprise par les autorités religieuses et politiques, fut considérée comme blasphématoire et le mena à la condamnation.

Son style d'enseignement était passionné, poétique et souvent paradoxal. Al-Hallâj ne prônait pas une démarche ésotérique réservée à quelques initiés, mais s'adressait à tous, parlant ouvertement de l'amour divin et de l'union mystique. Son message reposait sur l'ivresse spirituelle et l'abandon total à l'Amour, au point de faire de sa vie entière une offrande.

Son principal écrit est le **Kitâb al-Tawâsîn**, un recueil d'aphorismes, de poèmes et de méditations mystiques, où transparaît sa vision de l'unité divine et de la dissolution de l'ego. Ses poèmes, transmis et traduits, demeurent des jalons essentiels de la littérature soufie.

Al-Hallâj fut exécuté à Bagdad en 922, crucifié et supplicié, devenant ainsi le martyr de l'amour divin. Son héritage demeure celui d'un mystique radical, témoin de l'éveil vécu comme annihilation de soi dans la Vérité absolue. Sa voix continue d'inspirer les chercheurs spirituels qui aspirent à une union sans compromis avec le divin.

Ibn 'Arabî (1165 – 1240)

Né à Murcie, en Andalousie musulmane, Muhyî-d-Dîn Ibn 'Arabî grandit dans un contexte de grande effervescence culturelle et spirituelle. Dès l'adolescence, il connut des expériences visionnaires d'une intensité exceptionnelle, où il se sentit appelé par la Présence divine. À l'âge de 20 ans, il fit une expérience fondatrice

: une illumination intérieure qui lui révéla l'unité absolue de l'existence, au-delà des formes et des croyances.

Son éveil se développa dans une vie de voyages incessants à travers l'Andalousie, le Maghreb, l'Égypte, la Mecque, la Syrie et la Turquie. Partout, il rencontra des maîtres et des disciples, partageant sa vision universelle. Pour Ibn 'Arabî, la réalité ultime est l'**Unité de l'Être** (*wahdat al-wujûd*) : Dieu est l'Être unique qui se manifeste à travers toutes les créatures. L'éveil consiste à reconnaître cette unité dans la diversité, à percevoir chaque phénomène comme un miroir du divin.

Son style d'enseignement alliait une profondeur métaphysique et une poésie mystique. Il transmettait à la fois par des traités philosophiques très élaborés et par des poèmes d'amour, où la relation entre l'âme et Dieu s'exprime dans le langage de la passion. Ibn 'Arabî ne séparait pas l'intellect de l'expérience directe : il voyait dans la connaissance de soi une voie d'accès à la connaissance de Dieu.

Son œuvre est immense. Ses deux écrits majeurs sont les **Fusûs al-Hikam** (*Les Gemmes de la Sagesse*), où il expose sa vision des prophètes comme symboles de la sagesse divine, et les **Futûhât al-Makkiyya** (*Les Révélations de La Mecque*), somme encyclopédique de mystique et de métaphysique. Sa poésie, notamment dans le *Tarjumân al-Ashwâq* (*L'Interprète des désirs*), exprime l'union mystique en langage amoureux.

Ibn ‘Arabî demeure l’une des plus grandes figures du soufisme et de la mystique universelle. Son éveil s’exprima comme une vision cosmique de l’unité, où chaque être est une théophanie. Il incarne l’expérience d’une conscience élargie embrassant la totalité de l’existence comme manifestation du divin.

Hazrat Inayat Khan (1882 – 1927)

Né à Baroda, en Inde, dans une famille de musiciens soufis, Inayat Khan fut dès l’enfance initié à l’art de la musique classique indienne. La musique resta pour lui la première voie d’accès au spirituel, un langage universel capable d’éveiller l’âme. En 1907, il reçut de son maître soufi, Abu Hashim Madani, la mission de transmettre en Occident le message de l’unité spirituelle. Ce départ marqua pour lui un basculement : il comprit que sa vocation n’était pas seulement d’être un musicien inspiré, mais un guide spirituel pour un monde en quête d’unité.

Son éveil prit la forme d’une ouverture universelle. Formé dans la tradition soufie de l’ordre Chishti, il réalisa que l’essence du soufisme – l’amour, l’harmonie et la beauté – transcende les frontières religieuses. Pour Inayat Khan, la vérité divine est unique et se reflète dans toutes les traditions. Son expérience intérieure se traduisit par une vision inclusive, où l’éveil signifie reconnaître l’unité derrière la diversité.

Son style d’enseignement était poétique, simple et accessible. Il mettait l’accent sur l’expérience directe du cœur, plus que sur les doctrines. Il transmettait par des

conférences, des écrits et des pratiques inspirées du soufisme (chants, méditations, silence). Son message central, qu'il appelait « **Le Message Soufi** », visait à éveiller l'homme moderne à l'unité spirituelle, au-delà des religions et des clivages.

Son principal écrit est **Le Message Soufi**, mais son héritage est rassemblé dans de nombreux recueils comme *La Musique de la Vie*, *La Philosophie soufie de l'amour*, *La Religion de l'Unité* ou *La Liberté de l'âme*. Dans ces textes, il insiste sur la beauté comme expression de la Vérité et sur l'harmonisation de l'homme avec lui-même et avec le monde.

Hazrat Inayat Khan demeure une figure majeure du soufisme moderne. Son éveil s'exprima comme une mission universelle : rappeler que toutes les traditions spirituelles mènent à la même réalité divine, et que l'amour et la beauté sont les clés de cette reconnaissance.

Figures modernes occidentales

Jean Klein (1912 – 1998)

Né à Berlin dans une famille francophone, Jean Klein grandit en France où il étudia la médecine et la musique. Sa quête spirituelle se précisa après la Seconde Guerre mondiale : animé d'un besoin de comprendre la nature profonde de l'existence, il voyagea en Inde dans les années 1950. C'est là qu'il rencontra un maître anonyme de l'Advaita Vedānta, auprès duquel il connut un basculement intérieur décisif : la reconnaissance soudaine et irréversible de la conscience comme réalité ultime.

Son éveil prit la forme d'un dépouillement radical. Jean Klein découvrit que l'ego, le mental et les identifications n'étaient que des constructions passagères, et que ce qui demeure en toute expérience est la conscience pure, sans sujet ni objet. À partir de là, il vécut dans une transparence paisible, témoignant de la non-dualité avec simplicité et clarté.

Son style d'enseignement était doux, direct et empreint de silence. Il privilégiait l'entretien, la présence et l'écoute, plus que les discours théoriques. Jean Klein invitait à une attention ouverte, sans effort, où le chercheur découvre par lui-même que tout est déjà là, dans l'instant. Il utilisa aussi le corps comme porte d'accès, introduisant des pratiques de yoga non volontaristes et de relaxation profonde, pour amener ses élèves à une perception subtile de la présence.

Son principal écrit est **La Joie sans objet**, un livre lumineux qui résume son approche de la non-dualité. On peut également citer *L'évidence de l'Être, Qui suis-je ?* et *L'unique quête*, recueils d'entretiens où transparaît la clarté de son langage et la qualité de son silence.

Jean Klein demeure l'une des grandes figures contemporaines de la tradition de l'Advaita en Occident. Son éveil se manifesta comme une invitation à reconnaître la simplicité de la présence consciente, vécue non comme un idéal à atteindre mais comme notre état naturel, toujours déjà là.

Douglas Harding (1909 – 2007)

Né à Suffolk, en Angleterre, Douglas Edison Harding fut formé comme architecte avant de se consacrer à la recherche spirituelle. Son éveil prit racine dans une profonde interrogation sur la question « Qui suis-je ? », qui le conduisit à explorer aussi bien la philosophie occidentale que les traditions orientales. C'est dans les années 1940 qu'il connut une expérience fulgurante : en randonnée dans l'Himalaya, il vit soudain qu'il n'avait « pas de tête », que son identité véritable n'était pas le visage ou la personne, mais l'espace conscient dans lequel tout apparaissait. Cette révélation constitua son basculement.

L'éveil de Harding fut une découverte radicale de la non-dualité vécue de manière directe et ordinaire. Il réalisa que l'ego est une construction mentale et que la véritable

identité de chacun est la vacuité consciente, sans limites, toujours disponible dans l'instant présent.

Son style d'enseignement fut expérimental, simple et accessible. Douglas Harding inventa ce qu'il appela les « **expériences de Vision Sans Tête** » : des exercices concrets et ludiques (pointer du doigt, se regarder dans un miroir, inverser la perspective) pour amener chacun à constater par lui-même qu'il n'est pas un individu enfermé dans un corps, mais la conscience ouverte qui accueille le monde. Sa pédagogie, dénuée de tout dogme, cherchait à rendre l'éveil directement vérifiable par l'expérience personnelle.

Son principal écrit est **Vivre sans tête** (*On Having No Head*, 1961), témoignage de son éveil et manuel d'expériences directes. Parmi ses autres ouvrages, on peut citer *La Vision Sans Tête* et *Le Procès de l'Homme qui disait qu'il était Dieu*, dans lequel il explore la reconnaissance de la nature essentielle à travers une mise en scène philosophique.

Douglas Harding demeure une figure singulière du XXe siècle, témoin d'un éveil vécu comme simplicité radicale : voir que notre identité véritable n'est pas une personne séparée, mais l'espace vivant et conscient où tout se manifeste.

Alan Watts (1915 – 1973)

Né à Chislehurst, en Angleterre, Alan Watts grandit dans une famille ouverte à la spiritualité et à la culture

asiatique. Dès l'adolescence, il s'intéressa au bouddhisme, au taoïsme et à l'hindouisme, qu'il découvrit à travers des lectures et des rencontres avec des maîtres orientaux vivant en Occident. Ordonné prêtre anglican dans sa jeunesse, il finit par quitter le clergé pour suivre sa propre voie, plus libre et universelle. Installé aux États-Unis, il devint un pont entre la sagesse d'Orient et la culture occidentale moderne.

Son éveil prit la forme d'une compréhension profonde de la non-dualité et de l'interdépendance de toute chose, inspirée du bouddhisme zen et du taoïsme. Pour lui, la séparation entre l'individu et le monde est une illusion : la conscience et l'univers sont un seul et même processus vivant. Cette intuition l'amena à témoigner d'une vision de l'existence empreinte de liberté, de jeu et de légèreté.

Son style d'enseignement était vivant, accessible et souvent empreint d'humour. Alan Watts excellait dans l'art de traduire les notions complexes du zen, du taoïsme et de l'advaita en un langage moderne, imagé et percutant. Par ses conférences, ses cours et ses écrits, il s'adressait aussi bien aux chercheurs spirituels qu'au grand public. Il insistait sur le caractère illusoire du contrôle, invitant à s'abandonner au flux de la vie comme à une danse.

Son principal écrit est **La Voie du zen** (*The Way of Zen*, 1957), ouvrage qui fit connaître en Occident les fondements et la pratique du zen. Parmi ses autres livres importants, on trouve *La Sagesse de l'insécurité* (*The*

Wisdom of Insecurity) et *Le Livre de la vie et de la mort* (*The Book on the Taboo Against Knowing Who You Are*).

Alan Watts demeure une figure charismatique de la contre-culture spirituelle du XX^e siècle. Son éveil s'exprima comme une célébration de l'instant, un art de vivre la non-dualité au quotidien, et il inspira des générations de chercheurs en quête d'une spiritualité libre et joyeuse.

Chögyam Trungpa (1939 – 1987)

Né au Tibet oriental, Chögyam Trungpa fut reconnu dès l'enfance comme l'incarnation d'un tulkou (lama réincarné) de la lignée Kagyu. Il reçut une formation monastique approfondie, maîtrisant les enseignements bouddhistes traditionnels. Après l'invasion chinoise, il quitta le Tibet en 1959 et entreprit un périple périlleux à travers l'Himalaya, avant de s'installer d'abord en Inde, puis en Angleterre et finalement aux États-Unis.

Son éveil se manifesta à travers une intégration audacieuse de la tradition tibétaine et de la modernité occidentale. Trungpa comprit que pour toucher les chercheurs d'Occident, il fallait aller au-delà des formes culturelles tibétaines. Son basculement intérieur se traduisit par une vision claire : l'éveil ne dépend pas d'un contexte religieux particulier, mais peut se vivre au cœur même de la vie contemporaine.

Son style d'enseignement était percutant, iconoclaste et profondément adaptatif. Il introduisit la notion de «

dharma appliqué », reliant la méditation à tous les aspects de l'existence : art, politique, éducation, relations humaines. Il parlait de la « guerre sainte » comme lutte contre l'ego, et du « guerrier spirituel » comme celui qui vit avec courage, ouverture et tendresse. Sa pédagogie reposait sur l'assise méditative (shamatha-vipashyana), mais aussi sur la créativité et l'humour.

Son principal écrit est **Pratique de la voie tibétaine** (*Cutting Through Spiritual Materialism*, 1973), où il met en garde contre l'ego qui récupère même la spiritualité pour se renforcer. On peut également citer *Le mythe de la liberté* et *Shambhala : la voie sacrée du guerrier*.

Chögyam Trungpa demeure une figure marquante du bouddhisme moderne. Son éveil prit la forme d'une incarnation radicale et décomplexée de la sagesse, cherchant à rendre la méditation et la voie bouddhiste accessibles à l'Occident sans compromis sur l'essentiel.

Ram Dass – Richard Alpert (1931 – 2019)

Né à Boston dans une famille juive, Richard Alpert fit une brillante carrière universitaire comme professeur de psychologie à Harvard. Dans les années 1960, avec Timothy Leary, il mena des recherches sur les effets des substances psychédéliques, cherchant à explorer les états modifiés de conscience. Mais cette exploration le laissa insatisfait : il pressentait une vérité plus profonde, irréductible aux expériences temporaires.

En 1967, il partit pour l'Inde où il rencontra son maître Neem Karoli Baba (Maharaj-ji). Cette rencontre fut son basculement : une reconnaissance immédiate de l'amour inconditionnel et de la présence divine. Transformé, il prit le nom de Ram Dass (« Serviteur de Dieu ») et dédia sa vie à l'enseignement spirituel.

Son éveil se manifesta comme une ouverture du cœur et une immersion dans la conscience universelle. Pour lui, l'éveil n'était pas une abstraction métaphysique mais la découverte tangible de l'amour comme essence de l'être.

Son style d'enseignement était chaleureux, direct et accessible. Ram Dass parlait le langage de sa génération, reliant la sagesse indienne (bhakti yoga, méditation, service désintéressé) aux questionnements de l'Occident moderne. Il mettait l'accent sur la compassion, la présence et le service aux autres comme portes de la réalisation spirituelle. Même après l'AVC qui le frappa en 1997 et le laissa partiellement paralysé, il poursuivit son enseignement, parlant de la souffrance et de la mort avec une grande authenticité.

Son principal écrit est **Be Here Now** (1971), livre emblématique de la contre-culture spirituelle, qui inspira des générations de chercheurs. On peut également citer *Still Here (Toujours vivant)* et *Polishing the Mirror*.

Ram Dass demeure l'une des grandes figures spirituelles de l'Amérique contemporaine. Son éveil se manifesta comme une intégration joyeuse de l'amour, de la

compassion et de la conscience, vécue dans le service de l'humanité.

Conclusion

Cette traversée n'a pas la prétention d'être exhaustive. Bien d'autres enseignants spirituels, connus ou restés dans l'ombre, ont marqué leur époque et laissé une empreinte durable. Chaque culture, chaque siècle a vu surgir des voix singulières qui, par leur expérience de l'éveil, ont éclairé le chemin de leurs contemporains.

Le choix présenté ici n'est qu'un itinéraire, un voyage à travers le temps destiné à faire apparaître les principales orientations qui ont jalonné l'histoire spirituelle. De siècle en siècle, les maîtres ont emprunté des voies différentes, mais tous ont cherché à révéler l'essentiel : la possibilité pour l'être humain de se libérer des illusions et de vivre dans la clarté de la conscience.

Bibliographie

Adyashanti, La voie de la délivrance
 Baret Eric, De l'abandon
 Betty, La fraîcheur de l'instant
 Calmar Jérôme, L'éveil selon le Tchan
 Darpan, L'aventure intérieure
 Harding Douglas, Vivre sans tête
 Jourdain Stephen, Voyage au centre de soi
 Klein Jean, Être
 Krishnamurti J., Commentaires
 Krishnamurti J., Plénitude de la Vie
 Lucille Francis, Le sens des choses
 Maharshi Ramana, Je suis celui qui est
 Nisargadatta Maharaj, Je suis
 Parsons Tony, Ce qui est
 Rajneesh Osho, La Mort, l'ultime illusion
 Spira Rupert, Présence
 Tolle Eckhart, Le pouvoir du moment présent

Les Enseignants de la Non-Dualité : du distanciel au présentiel



Dans un monde en constante évolution, de plus en plus de personnes sont en quête de sens et de profondeur spirituelle.

Cet ouvrage propose un double regard. D'une part, il présente les grandes figures spirituelles contemporaines, véritables phares vivants qui guident notre chemin à travers leurs enseignements, leurs retraites, leurs rencontres ou encore leurs webinaires et visioconférences. D'autre part, il rend hommage aux maîtres qui, au fil des siècles, ont marqué leur époque par leur expérience d'éveil et dont la voix continue de résonner à travers leurs écrits.

