



*December 2025*

# PREMA ANANDA VAHINI





# Prema Ananda Vahini

Décembre 2025

## SOMMAIRE

- 2. Satsang avec Swamiji – *Soyez libre de tous vos problèmes !*
- 6. Nouvelles des Centres Sri Premananda de Par le Monde
- 10. Célébrations de l'anniversaire de Swamiji à l'Ashram
- 11. Mes expériences avec Swamiji – *C.V. Wigneswaran*
- 14. Calendrier 2026 des fêtes à l'Ashram
- 16. Nouvelles de la Jeunesse Premananda

*« Vous êtes libre de vivre comme vous voulez, mais j'aimerais vous montrer un bon chemin, vous donner de bonnes connaissances, et résoudre vos problèmes et difficultés pour que vous puissiez suivre ce chemin avec succès. »*

*- Swamiji*



« Ne parlons pas trop et agissons plutôt. Ce n'est qu'en faisant du bien à notre monde qu'il pourra devenir un meilleur endroit. Nous rendrons les autres heureux et nous nous sentirons nous-mêmes satisfaits et inspirés pour accomplir différents types de bonnes actions. Que tous les fidèles de chaque Centre se réunissent et élaborent un projet pour aider les êtres de cette Terre. Ce projet peut être grand ou petit. C'est l'appel que je vous formule pour que vous m'aidiez à faire le bien dans le monde. Vous tirerez un immense bénéfice de cette expérience. Je prie le Divin de vous bénir tous afin que vous ayez la force spirituelle d'accomplir un service désintéressé. »





# Satsang avec Swamiji

## *Soyez libre de tous vos problèmes !*

*(Le satsang suivant a été prononcé par Swamiji à l'Ashram le 3 mars 1994)*

*Hari Om !*



Nous devrions tous pouvoir vivre heureux, le sourire aux lèvres et le cœur rempli de joie. Si notre esprit est pur et que nous sommes sincères, nous pouvons sourire intérieurement.

Nous sommes souvent en proie à des soucis et à des chagrins, et nous sommes confrontés à des difficultés, mais il existe un moyen de nous libérer de tous nos problèmes. Où se trouve cette liberté et comment allons-nous la trouver ? Il existe de nombreux chemins faciles qui mènent à cette liberté.

Vous devriez croire qu'il existe un Dieu, une puissance qui nous dépasse. Dans ce monde, il existe de nombreuses façons d'adorer cette puissance, et notre manière de la vénérer ainsi que nos prières varient en fonction de nos croyances et de nos habitudes.

Les chrétiens, les bouddhistes, les musulmans et les hindous ont des croyances religieuses différentes, mais si l'on réfléchit bien à ce qui constitue l'essence de toutes ces religions, on s'aperçoit qu'elle est la même dans chacune d'elles.

Il peut y avoir des divergences sur certains aspects des croyances et du culte, et cela s'explique par le fait que les chefs religieux sont nés à des époques différentes, où les gens avaient des comportements et des habitudes différentes.

Mais ce que tous ces chefs religieux ont dit visait à encourager et à inspirer les gens à vivre en véritables êtres humains. Les êtres qui peuplent ce monde ont peut-être l'apparence d'êtres humains, mais leurs comportements, leurs cultures et leurs habitudes ne sont pas ceux d'êtres humains. Extérieurement, ils ressemblent à des êtres humains, mais leurs pensées et leurs actes ne sont pas véritablement humains ; il était donc inutile pour eux de naître sous une forme humaine.



Quel est le but, la raison de votre naissance ? Pourquoi êtes-vous né en tant qu'être humain ? Combien de temps allez-vous encore vivre ? Autant de questions que vous devriez vous poser, au lieu d'interroger les autres comme vous le faites d'habitude. Tournez-vous vers votre propre corps, votre propre esprit : un autre monde réside en vous. Ne le voyez-vous pas ?

« Vous devez avoir à cœur de rendre service aux autres de manière désintéressée : c'est essentiel. L'éducation que vous recevez doit vous permettre d'enrichir vos connaissances. Parallèlement, il est nécessaire d'adopter de bonnes habitudes et un mode de vie sain pour gagner le respect des autres et s'intégrer dans la société. »

Pourquoi n'avez-vous pas pris conscience de la vérité qui réside en vous ? C'est parce que vous cherchez la vérité, la spiritualité et le Sanatana Dharma quelque part en dehors de vous-mêmes. Je suis venu ici pour vous aider à découvrir et à prendre conscience de la vérité qui est en vous. Or, bien qu'il y ait en vous la vérité, la divinité et la sagesse, celles-ci sont voilées par vos attachements au monde, à vos proches, à la richesse, etc. L'argent et les habitudes du monde moderne ont une influence sur vous.

Je ne dis pas que l'argent, le respect ou l'intelligence ne sont pas nécessaires : ce sont là des éléments indispensables que vous devez savoir mettre à profit selon les circonstances. Avez-vous fait des études pour acquérir des connaissances et obtenir un diplôme dans le seul but de montrer que vous êtes une personne instruite ? En tant que personne instruite, vous ne devrez pas vous vanter ni prendre de grands airs. Avez-vous fait des études uniquement pour trouver un emploi et gagner de l'argent ? Non. L'éducation est nécessaire pour acquérir des connaissances. De même, pour vivre dans ce monde, nous avons besoin d'argent pour acheter des vêtements et nous loger. Aujourd'hui, si vous voulez venir me voir, vous devez acheter un billet d'avion. Pour passer quelque temps à l'Ashram, vous avez besoin de certaines commodités, et pour cela, il vous faut de l'argent. Pour faire de bonnes actions caritatives, il faut de l'argent. Mais on peut aussi gaspiller son argent en cigarettes et en alcool. Pour vivre dans ce monde et mener une vie ordinaire, nous avons besoin de certaines choses. Je ne vous empêcherai pas de vous procurer ce qui vous est nécessaire ; je ne dirai pas non plus que ce n'est pas nécessaire.

Ce dont vous avez besoin, vous en avez besoin, mais ce qui est au-delà de ces besoins n'est pas nécessaire. Avoir trop de quoi que ce soit perturbe votre esprit, et ne pas en avoir assez provoque aussi des perturbations. Que vous en ayez ou non, dans tous les cas, l'argent sera pour vous une source de tourment. C'est pourquoi nous devons prendre conscience qu'il faut savoir dire « ça suffit maintenant ». Les gens peuvent amasser *des crores* ou *des centaines de milliers*<sup>1</sup> de roupies, mais qu'advient-il de cet argent une fois qu'ils ne seront plus là ? Ils

<sup>1</sup> Cent mille soit 100 000 ; Un crore équivaut à 100 lakhs, soit 10 millions.



estiment avoir besoin de cet argent et l'économisent, mais que va-t-il en advenir après leur mort ? Ils supposent qu'il reviendra à leurs enfants, mais cela ne fera que les gâter. C'est pourquoi seul ce qui est vraiment nécessaire est indispensable.

Vous devez avoir à cœur de rendre service aux autres de manière désintéressée : c'est essentiel. L'éducation que vous recevez doit vous permettre d'enrichir vos connaissances. Parallèlement, il est nécessaire d'adopter de bonnes habitudes et un bon mode de vie pour gagner le respect des autres et s'intégrer dans la société.

Les êtres humains devraient se respecter les uns les autres ; c'est une bonne façon de vivre. Les êtres humains naissent dotés d'un sixième sens et devraient donc dissiper leur ignorance en développant ce sixième sens. Lorsque l'on suit le véritable chemin spirituel vers Dieu, l'esprit devrait atteindre un stade où il se désintéresse du monde extérieur, un point où l'on sent que ce que l'on a est suffisant. Alors naîtra en vous une assurance qui vous dira : « Oui, ce que j'ai me suffit, je me contente de ce que j'ai ». C'est cette confiance en vous que vous devriez avoir. Après cela, il vous serait facile de prendre conscience de la vérité qui réside en vous. Cette sagesse ou cette vérité intérieure brillera alors comme un phare et vous mènera vers un état supérieur dans la vie.

Les habitudes du monde vous empêcheront de réaliser votre véritable Soi. Les rituels que nous accomplissons extérieurement s'adressent au corps, mais l'initiation que nous recevons concerne le Moi intérieur. Je peux vous montrer comment atteindre ce Moi intérieur, vous libérer des attachements matériels, développer de bonnes habitudes et vous aider à prendre conscience de ce qui se trouve en vous.

Une fois que vous vous serez engagé sur cette voie intérieure, vos traits de caractère négatifs, tels que l'arrogance, l'orgueil, l'ego et la jalousie, s'estomperont. Cependant, une fois que vous aurez atteint un état spirituel supérieur, une certaine compétitivité spirituelle, de l'orgueil et de l'arrogance surgiront en vous, et vous vous prendrez pour une sorte de héros. Cette attitude prétentieuse constitue un obstacle au développement spirituel. Vous devriez toujours rester simple dans la vie. (...) Regardez-moi : je me comporte comme un serviteur. Hier, j'étais à la boutique pour les aider à ranger ; ce n'est pas mon travail, mais je le fais quand même. Si des toilettes sont bouchées, j'irai aider à les déboucher. Il n'y a aucune tâche que je refuse d'accomplir dans cet Ashram. Je n'attends pas de tout le monde qu'il fasse de même, mais si vous le faites, cela vous sera bénéfique. Quel que soit le travail que vous accomplissez dans ce monde, faites-le sans arrogance ; faites-le pour les autres avec un esprit de service désintéressé et considérez chacun comme votre propre enfant.

Une personne peut avoir atteint un stade supérieur, s'être épanouie spirituellement ou avoir acquis de la sagesse, sans pour autant avoir la maturité nécessaire pour le comprendre. Je voudrais vous faire progresser vers un niveau élevé de spiritualité.

Où est Dieu ? Où est la grâce ? Où est la sagesse ? Où est la vérité ? Où est cette illumination que vous recherchez ? Vous devez concentrer votre esprit sur un seul point, et pour cela, vous avez besoin d'un plan d'action. Il y a notamment les abhishekam : l'abhishekam dédié au Seigneur



Ganesha le matin, l'abhishekam dédié à Krishna à midi et, le soir, l'abhishekam dédié à la Mère Divine. Pourquoi ces rituels sont-ils nécessaires à notre développement spirituel ?

Ces rituels sont nécessaires pour vous aider à concentrer votre esprit et à le focaliser sur un seul point. La puissance divine est là pour cela. Elle vous débarrassera des énergies négatives qui vous entourent, vous aidera à surmonter vos faiblesses et à résoudre vos problèmes. Et votre esprit deviendra concentré sur un seul point. Peu à peu, vous acquerrez également cette concentration lorsque vous serez en activité dans le monde.

Vous pouvez vivre comme bon vous semble dans ce monde, mais vivre dans un environnement spirituel vous aidera à vous engager sur la voie spirituelle. Lorsque vous séjournez dans un ashram, il y a diverses règles à respecter. Tout le monde reçoit la même nourriture, il faut se lever tôt le matin, se laver et porter des vêtements propres. Sortir en pyjama ou à moitié habillé n'aura pas le même effet. Dès que vous vous levez le matin, vous devez garder à l'esprit que vous allez accomplir un travail spirituel. C'est pourquoi je vous rappelle qu'il n'est pas correct, et que cela ne joue pas en votre faveur, de rester dans votre chambre en pensant : « Ah, c'est ma chambre et ici, je peux faire ce que je veux ». C'est la raison pour laquelle je conseille aux gens de venir à l'Ashram au moins quelques semaines par an. Si vous venez et que vous partez après seulement quelques jours, que puis-je faire ?

À peine ai-je commencé à travailler avec vous que vous vous enfuyez chez vous, et une fois de retour dans votre ville natale, votre esprit s'adapte à nouveau à cet environnement. (...) En restant ici, vous commencerez à ressentir une joie intérieure à mesure que vos défauts et vos pensées négatives s'éloigneront de vous, et avec le temps, vous gagnerez en maturité.

Si vous partez après n'être resté que quelques jours, vous retombez dans vos anciennes habitudes. Vous recommencerez à manger et à acheter tout ce qui vous plaît ; vous rencontrerez toutes sortes de gens, et tout cela vous gênera. Alors, restez au moins cinq jours d'affilée à l'Ashram, puis observez si des changements se sont produits en vous.

Savez-vous pourquoi nous avons ouvert une boutique ici hier ? C'est pour que vous n'ayez plus à vous rendre à Trichy pour acheter les produits de première nécessité : vous pouvez désormais les trouver ici. Et ne partez pas à Trichy pour acheter des saris ou des sandales, car vous en trouverez également dans cette boutique. De cette manière, je veille également à vos besoins matériels. Vous n'avez rien à faire pour cela : il vous suffit d'être ici.

Après cela, vous pourrez vous rendre compte par vous-même. Et quand vous serez ici, ne discutez pas trop avec les anciens fidèles, ils ne feront que vous raconter des bêtises. Ils diront que, comme ils sont ici depuis dix ans, ils savent tout de Swamiji Premananda et de son message. Ce n'est pas vrai. Même si quelqu'un reste vingt ans, il ne me connaîtra toujours pas. Il y a en effet ici des gens qui sont avec moi depuis vingt ans et qui ne me comprennent toujours pas, alors que dire de dix ans ?

La différence, c'est que je peux vous comprendre, mais vous ne m'avez pas compris ; vous ne faites qu'observer mon corps physique sous différents angles. Ce n'est peut-être pas un corps ordinaire, mais je veux vivre comme une personne ordinaire parmi vous.



Maintenant, comment atteindre la spiritualité que vous recherchez ? Comme je l'ai dit, pour détourner notre esprit du monde extérieur et le concentrer sur un seul point, il faut un ashram, un cadre spirituel où nous pouvons cultiver les habitudes indispensables à une vie spirituelle. Vous pouvez vivre comme bon vous semble, mais je voudrais vous montrer une bonne voie, vous transmettre de solides connaissances et vous aider à résoudre vos problèmes et vos difficultés afin que vous puissiez suivre efficacement cette voie. Si je vous demande de rester à l'Ashram au moins cinq ou dix jours d'affilée, c'est pour pouvoir agir en vous et vous purifier. Tout comme un blanchisseur lave vos vêtements et vous les rend, je peux moi aussi vous purifier de vos souillures. Mais si vous partez, c'est comme si les vêtements que j'étais en train de laver m'étaient soudainement retirés. C'est la raison pour laquelle je vous conseille de rester à l'Ashram au moins pendant un certain temps, et pour aucune autre raison.

## Nouvelles des Centres Sri Premananda de Par le monde

*Le Centre Sri Premananda de Dordogne, France, devient un Centre de  
l'Unité Premananda*

Le Centre Sri Premananda de Dordogne est situé dans une région qui bénéficie d'une grande qualité de vie, d'un environnement paisible, et une grande communauté de personnes engagées sur le chemin spirituel y séjourne. Cette région a attiré un grand nombre de chercheurs spirituels qui, inspirés par leurs voyages intérieurs, sont engagés sur différentes voies comme le bouddhisme, le chamanisme, les enseignements esséniens, le soufisme, l'hindouisme etc.

À certains moments, ces voies spirituelles se croisent ce qui donne lieu à des moments où règne une sorte d'unité dans la foi. Par exemple, des fidèles d'autres gourous bien connus assistent régulièrement à nos abhishekams. À une occasion, nous avons aussi organisé en septembre 2024 un grand yagam pour la paix universelle qui a rassemblé des personnes engagées sur ces différentes voies. Au vu de cela, nous avons estimé que ce serait bénéfique pour un plus grand nombre de personnes dans notre région si nous changions notre Centre en un Centre de l'Unité Premananda.



Après être devenu cette année un Centre de l'Unité Premananda, un de nos premiers programmes publics était pour Guru Poornima. Notre présence au kumbhabhishekam du Samadhi du Temple de Swamiji à l'Ashram en février dernier, nous a conduit à revoir la

coordination du nouveau Centre de l'Unité Premananda. Et donc, il y a maintenant deux coordinatrices, Alameila et Dhriti, et Vidhyota est maintenant membre du comité d'organisation.

**Jai Prema Shanti !**

## *Célébration de l'anniversaire de Swamiji au Centre Sri Premananda de Colombo, Sri Lanka*

Le 17 novembre, nous avons célébré l'anniversaire de Swamiji au Centre de Battaramulla, Colombo. Nous avons réalisé une merveilleuse pada puja, suivie d'une séance de bhajans inspirante. Un fidèle de longue date de Swamiji a ensuite fait un discours inspirant où il a évoqué certaines de ses expériences personnelles avec Swamiji. Les festivités se sont terminées par le partage d'un gâteau magnifiquement décoré qui avait été préparé par des fidèles.

*Jai Prema Shanti !*



*Dans le sens des aiguilles d'une montre à partir de la gauche :  
Le Centre, magnifiquement décoré pour l'anniversaire de Swamiji ; un fidèle partageant ses expériences avec Swami ; le gâteau d'anniversaire décoré ; le gâteau découpé par des fidèles.*





## *Célébration de l'anniversaire de Swamiji au Centre Sri Premananda de Częstochowa, Pologne*



*Notre célébration a commencé avec la récitation du Guru Ashtotram, suivie par de nombreux bhajans chantés avec une profonde dévotion. Les fidèles ont tous amené de douces sucreries, de douces offrandes d'amour, pour Swamiji.*

## *Célébration de l'anniversaire de Swamiji au Centre Sri Premananda de Montpellier, France*



Cette année, nous avons célébré l'anniversaire de Swamiji à Arles chez Venu, un nouveau membre du Centre.

Plus de 30 personnes étaient présentes, y compris ceux qui rencontraient Swamiji pour la première fois. Nous avons regardé le film 'Swami Premananda ou la joie d'Aimer' pour que les gens aient la chance d'entendre Swamiji donnant un satsang en direct, et le retour fut vraiment très positif.

Nous avons aussi lu à haute voix un satsang que Swamiji avait donné à l'occasion d'un de ses anniversaires. Nous avons chanté des bhajans, effectué un abhishekam au lingam, donné des bénédictions au lingam et bien sûr, nous avons souhaité un joyeux anniversaire à Swamiji ! Nandi et moi avons aussi préparé une surprise...



Je me suis rappelée qu'à l'occasion de son anniversaire, Swamiji nous demandait parfois de partager ce à quoi nous nous engageons pour l'année à venir. Nous lui envoyions alors nos engagements par écrit dans un courrier avec la ferme intention de tenir nos promesses.



Alors, en gardant cela à l'esprit, et en se basant sur les symboles du Yin et du Yang associés aux énergies masculin/féminin complémentaires, nous avons formé deux groupes de taille égale, l'un associé au Yin et l'autre au Yang. Nous avons alors circulé parmi les gens avec deux sacs, un pour chaque groupe, en demandant à chaque personne dans un groupe de tirer du sac un bout de papier plié. L'idée était de trouver l'autre moitié correspondante (pour faciliter cela, nous avons mis des points de couleur correspondants sur les papiers). Une fois que les paires s'étaient reformées, j'ai demandé aux paires de lire chacune à leur tour ce qui était écrit sur chacune des deux parties. Il y avait des mots comme : seva, jardinage, planter des fleurs, partager des informations spirituelles, se libérer d'une addiction, apprendre à faire des abhishekams, chanter des bhajans,

etc.

En fait, le but était aussi de nous inciter à nous engager, devant Swami et ceux présents, à faire ensemble ce qui était suggéré pour l'année à venir. De plus, c'était une manière d'inciter les gens à communiquer et à se rapprocher plus facilement les uns des autres.

En préparant cela, j'avais aussi à l'esprit le rassemblement à venir prévu pour la fin août 2026 à Martigues, et il me semblait que c'était une bonne manière d'amener déjà les gens à participer de manière active.

En conclusion, nous avons eu un très bon programme béni par Swamiji et inondé par sa grâce abondante !

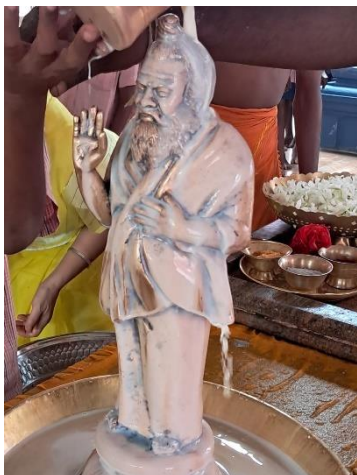
*Jai Prema Shanti !*

# Célébrations de l'anniversaire de Swamiji à l'Ashram

Pour ses 74 ans, les célébrations de l'anniversaire de notre bien-aimé Swamiji ont commencé à l'aube du 17 novembre par un yagam à Ganapati offert pour le bien de tous les fidèles. Peu de temps après, un abhishekam à son Samadhi Lingam a été réalisé dans un esprit de grande vénération.



À 9 h 30 du matin, une joyeuse procession autour de l'Ashram avec la statue de Swamiji a eu lieu. Elle a été accompagnée par des chants de mantras et de bhajans inspirants.



À 11 h 30 du matin, un abhishekam au lait à la statue de Swamiji a été réalisé où chaque fidèle a versé une coupe de lait dans un esprit de dévotion aimante. Il a été suivi d'un repas festif et d'un dessert sucré.



## Mes expériences avec Swamiji

*Les expériences suivantes ont été partagées par le juge M. C.V. Wigneswaran le 17 novembre 2025, à l'occasion des célébrations de l'anniversaire de Swamiji dans le Centre Sri Premananda de Battaramulla à Colombo, Sri Lanka.*

Bonjour à tous !

Cela fait bien longtemps que je n'ai pas parlé à l'occasion d'une telle séance de bhajans. Des années sont passées depuis la dernière fois où j'ai parlé pendant une telle réunion ! Je vous remercie tous de m'avoir donné l'occasion de m'exprimer au cours des célébrations de l'anniversaire de Swamiji de cette année.

C'est donc le 74<sup>e</sup> anniversaire de Swamiji aujourd'hui. Ma famille a été amenée à connaître Swamiji en 1981. Depuis lors, nous avons vécu de nombreuses expériences avec ou à travers lui. Laissez-moi vous en raconter une.

J'étais alors Juge de la Haute Cour de Anuradhapura. Mes bureaux officiels de juge étaient situés à côté d'un plan d'eau artificiel connu sous le nom de Nuwara Wewa Tank. Ma famille était alors à Colombo. Un après-midi, je regardais le Nuwara Wewa Tank de mon bureau et je vis beaucoup d'enfants et d'adultes qui se baignaient dans le plan d'eau. Mon agent de Sécurité était parti manger. J'étais seul. Je me suis dit : pourquoi ne me baignerais-je pas aussi dans l'eau !



Je me suis alors préparé, je suis allé vers le Wewa et je suis rentré dedans. Beaucoup d'enfants se baignaient non loin de l'endroit où je suis rentré dans l'eau.

Tout à coup, je me suis enfoncé dans environ 5 mètres d'eau boueuse. Mais je n'ai pas paniqué. Je suis remonté tranquillement à la surface, j'ai nagé et je suis remonté sur la rive. Cela ne me ressemblait pas. J'ai tendance à paniquer dans des eaux profondes. Quelqu'un a alors accouru vers moi et a dit en cingalais : « Monsieur ! Ne saviez-vous pas qu'une personne s'est noyée ici le mois dernier ? Ce fossé est profond de 5 mètres. Ils ont extrait du sable ici et ont laissé les fossés à ciel ouvert sans les combler. Quand il a plu, ces fossés se sont remplis d'eau. Nos enfants savent où sont ces zones dangereuses et les évitent. Je vous ai vu en train d'essayer d'y entrer et j'ai alors crié pour vous empêcher de tomber dans le fossé. Mais vous ne m'avez



pas entendu, j'étais trop loin. À cause de cette eau boueuse, les gens s'étouffent et meurent mais vous êtes remonté indemne ! ».

J'ai alors pensé à Swamiji. C'est lui qui m'a aidé, ai-je pensé. Sans ses bénédictions, je suis sûr que j'aurais paniqué ou avalé beaucoup d'eau boueuse dans mes poumons. Cet incident a fait que ma famille s'est souvenue de Swamiji avec gratitude. Vous pourriez penser que j'ai juste eu de la chance et que Swamiji n'y était pour rien. Mais Swami avait une manière subtile de nous rappeler ce qui s'était passé plus tôt dans notre vie quand nous nous rencontrions plus tard, nous donnant l'impression qu'il savait tout ou qu'il s'occupait de tout.

Bien sûr, le lendemain, en tant que juge à la Haute Cour, j'ai fait fabriquer et poser des panneaux 'Attention – Danger' près de ces profonds fossés !



*M. C. V. Wigneswaran partageant ses expériences avec Swamiji*

Sous certains aspects, la vie de Swamiji ressemblait à celle du Seigneur Jésus Christ. Jésus a injustement été reconnu coupable puis crucifié. Swamiji a aussi été injustement condamné et a dû purger une longue peine de prison. Jésus est mort pour le bien des autres. Swamiji a souffert pour le bien de l'humanité, pas pour son bien à lui. Jésus est ressuscité le troisième jour après sa crucifixion. Swamiji a été vu un vendredi soir au temple de la Mère Divine de Vandipalayam alors qu'il était encore en prison ! Le nom de Jésus n'a pas été oublié 2025 ans après. On se souviendra encore

longtemps de son nom. Swamiji nous a dit qu'on se souviendrait encore de son nom 2500 ans après. Vous pourriez vous demander comment c'est possible puisqu'il y a maintenant si peu de fidèles.

Une fois, je suis allé rendre visite à des fidèles de Swamiji en Suisse. Ils étaient en plein abhishekam quand je suis arrivé chez eux. Lorsque je les ai rejoints, aucun d'entre eux n'a pris la peine de me saluer d'un signe de la tête. Ils étaient tous concentrés sur l'abhishekam avec une grande dévotion. Une telle dévotion est rare ici chez nous. C'est seulement après l'abhishekam qu'ils sont tous venus me saluer avec beaucoup d'enthousiasme en criant : « Bonjour mon oncle ! Comment allez-vous ? » et ainsi de suite. Nous ferions au moins un signe de la tête à une personne qui arrive alors que nous sommes en pleine puja ou abhishekam ! Mais ils étaient tous totalement concentrés et emplis de dévotion.

Je relate cet incident car j'ai le sentiment que la mémoire de Swamiji sera surtout préservée grâce à une dévotion qui ne vient pas de nous mais des fidèles des pays occidentaux. Grâce à



une telle préservation, le nom de Swamiji devrait se maintenir pendant plus de 2500 ans même si nous, les sri-lankais et indiens, venions à l'oublier.

Swamiji n'était pas comme les autres gourous. Son principal enseignement était : « Soyez Heureux ! ». Cela signifie ; « Confiez-moi tous vos problèmes, libérez-vous d'eux et soyez heureux. Je résoudrai vos problèmes ». C'est effectivement vrai. Nous nous sommes habitués à confier nos problèmes à Swamiji et à attendre leurs résolutions par lui ou à travers ses bénédictions !

Chers fidèles ! Souvenons-nous de lui avec foi et amour ! En retour, il s'occupera de nos problèmes qu'ils soient matériels ou spirituels !

Dans notre vie, il y a eu beaucoup d'incidents concernant Swamiji qui valent la peine d'être mentionnés. Laissez-moi vous en raconter un. C'était mon anniversaire le 23 octobre 1987. Nous résidions alors à Summit Flats à Colombo 5. Ma femme Indra avait confectionné un gâteau d'anniversaire végétarien. Swami est venu nous voir ce jour-là. J'étais sur le point de couper le gâteau alors que des « Joyeux anniversaire à toi » étaient chantés. Swamiji m'a alors averti : « Fais attention. Il y a quelque chose dans ce gâteau. Découpe-le de chaque côté de la partie centrale et retire-le ». Je l'ai « examiné » a-t-il dit. J'y ai trouvé une petite statue du Seigneur Ganesh à l'intérieur. Puis il m'a demandé de couper de l'autre côté et de faire la même chose. J'ai trouvé là une statue d'Amman ! De même, j'ai coupé à un autre endroit et j'y ai trouvé une statue de Bala Krishna. Les statues ont été remises à Swamiji. Il m'a rendu la statue d'Amman, a donné la statue de Ganesh à Indra et la statue de Krishna à mon fils aîné Nirmalaguhan.

À l'époque, mon fils le plus jeune, âgé de 6 ans, dormait à l'étage. Ma femme Indra s'est plainte à Swamiji qu'il n'avait rien donné à Yauwanaguhan, mon deuxième fils. À la demande de Swami, Yauwanaguhan fut réveillé et amené en bas. Swami a mis des fleurs entre les paumes des mains de mon deuxième fils, et recouvert les paumes de mon fils avec les siennes. Ils ont alors tous les deux ouvert leurs paumes et là se trouvait une statue de Shivalingam. Yauwanan s'est alors mis à pleurer et demandait pourquoi il avait reçu une bouilloire alors que d'autres avaient des statues de Dieux ! Sa mère a alors dû lui expliquer que le Shivalingam était la statue la plus puissante d'entre toutes !

Depuis ce jour, je fais quotidiennement une puja à toutes ces statues. La statue de Bala Krishna a bien sûr été donnée à l'Ashram Puliyankulam Poobalakrishna et y a été placée, parmi les pierres des fondations du temple pendant sa construction.

Il faut que vous ressentiez Swamiji si vous voulez recevoir ses bénédictions ! Ne vous contentez pas de juste penser à lui ! Ressentez-le ! Il sera toujours à vos côtés. Posez-lui n'importe quelle question. Il y répondra ! Bien sûr, les réponses viennent de votre mental mais ce ne sont pas des projections de votre esprit. Ce sont ses réponses ! S'il y a un délai dans sa réponse, il doit y avoir une raison. Mais ayez confiance : il vous écoute et il résoudra vos problèmes.

Souvenons-nous tous de lui en ce jour auspiceux et adressons-lui nos prières afin qu'il exauce les souhaits de chacun de nous ! **JAI PREMA SHANTI !**



# Calendrier 2026 des fêtes à l'Ashram

*Vous pouvez à tout moment consulter ce calendrier sur le site internet :  
[www.sripremananda.org/calendar](http://www.sripremananda.org/calendar)*

## Janvier 2026

- 1 Journée de Premananda
- 2 Pleine lune
- 15 Pongal
- 16 Cow Pongal
- 17 Shivaratri mensuel
- 30, 31 Temple Sri Premeshwarar  
Abhishekam annuel

## Février 2026

- 1 Pleine lune
- 15 Mahashivaratri
- 21 Le jour du Mahasamadhi de Swamiji

## Mars 2026

- 2 Pleine lune
- 05 15<sup>e</sup> Guru Puja
- 10 Anniversaire de la mère de Swamiji
- 17 Shivaratri mensuel

## Avril 2026

- 1 Pleine lune
- 4 Journée des parents de Premananda
- 14 Nouvel An tamoul
- 15 Anniversaire de la mort de la mère de Swamiji/ Shivaratri mensuel

## Mai 2026

- 1 Bouddha Purnima (Wesak) / Pleine lune
- 15 Shivaratri mensuel
- 30 Pleine lune

## Juin 2026

- 13 Shivaratri mensuel
- 29 Pleine lune

## Juillet 2026

- 12 Shivaratri mensuel
- 29 Guru Poornima / Pleine lune

## Août 2026

- 11 Shivaratri mensuel
- 27 Pleine lune

## Septembre 2026

- 9 Shivaratri mensuel
- 4 Krishna Jayanti
- 14 Ganesha Chaturti
- 26 Pleine lune

## Octobre 2026

- 8 Shivaratri mensuel
- 11 Début de Navaratri
- 19 Saraswati Puja
- 20 Vijaya Dasami (fin de Navaratri)
- 25 Pleine lune / Annaa Abhishekam au Temple à Sri Premeshwarar

## Novembre 2026

- 7 Shivaratri mensuel
- 8 Deepavali
- 10 Skanda Shashti : début
- 15 Skanda Shashti : fin
- 17 75<sup>e</sup> anniversaire de naissance de Swamiji
- 18 37<sup>e</sup> anniversaire de l'inauguration de l'Ashram
- 24 Kartikaya Deepam / Pleine lune

## Décembre 2026

- 7 Abhishekam à la conque dans le temple Sri Premeshwarar / Shivaratri mensuel
- 23 Pleine lune
- 25 Noël



*Les phases de la lune apparaissent différemment selon les continents. Ce calendrier est conçu pour les célébrations spirituelles et les cérémonies de la pleine lune à l'Ashram Sri Premananda.*

*En plus des abhishekams et des pujas quotidiens réguliers, les abhishekams spéciaux suivants seront également effectués au temple Sri Premeshvarar :*

**Nandi abhishekam sur Pradosham :**

1, 16 et 30 janvier, 14 février - 1, 16 et 30 mars - 15 et 29 avril - 14 et 28 mai - 12 et 27 juin - 12 et 26 juillet - 10 et 25 août - 8 et 24 septembre - 8 et 23 octobre - 6 et 22 novembre - 6 et 21 décembre.

**Abhishekam à la statue de Swamiji le jour de l'étoile de naissance de Swamiji :**

2 et 30 janvier - 26 février - 25 mars - 22 avril - 19 mai - 16 juin - 13 juillet - 9 août - 6 septembre - 3 et 30 octobre - 27 novembre - 24 décembre.

**Abhishekam à Ganesha lors de Sankatahara Chaturti :**

6 janvier - 5 février - 6 mars - 5 avril - 5 mai - 4 juin - 3 juillet - 2 et 31 août - 29 septembre - 29 octobre - 27 novembre - 27 décembre.

**Abhishekam à Muruga lors de Shashti :**

24 janvier - 22 février - 24 mars - 22 avril - 21 mai - 20 juin - 19 juillet - 18 août - 16 septembre - 16 octobre - 15 novembre - 14 décembre.

**Abhishekam à Bhairava :**

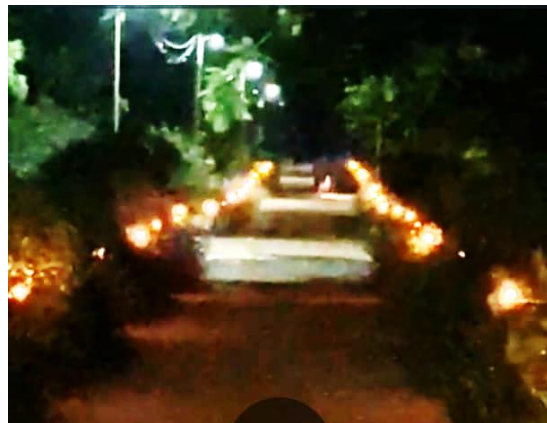
10 janvier - 9 février - 11 mars - 10 avril - 9 mai - 8 juin - 7 juillet - 5 août - 4 septembre - 3 octobre - 1er novembre - 1er décembre.

## Des nouvelles de la...



# La Jeunesse Premananda à l' Ashram

Karthigai Deepam est une fête des lumières célébrée principalement par les Indiens du Sud, dédiée aux Seigneurs Shiva et Muruga. Elle se caractérise par l'allumage de nombreuses lampes à huile dans les foyers, les temples et les rues, symbolisant le triomphe de la lumière sur les ténèbres, de la sagesse sur l'ignorance, et apportant la prospérité.



Le 3 décembre, après une forte pluie, les jeunes de l'Ashram ont célébré la naissance de Kartikeya avec un abhishekam spécial au Seigneur Muruga, au temple Sri Premeshvarar, qui avait été décoré de centaines de lampes à huile traditionnelles en argile.



Après l'abhishekam, une grande lampe en argile a été portée en procession jusqu'au rocher de Muruga.



## *Chaque mois, nous mettons en lumière une qualité essentielle de la Jeunesse Premananda*

Ce mois-ci :

### *Garder l'esprit serein et les pensées fixées sur Dieu*

*Que vous soyez marié ou célibataire, je n'ai qu'un seul devoir envers vous. Je dois faire de mon mieux pour vous aider à réaliser Dieu. Je souhaite vraiment que vous réalisiez Dieu dans cette vie-ci, et non dans la suivante. Combien d'années allez-vous vivre ? Vous devez réaliser quelque chose avant votre mort. Si vous souhaitez mener une vie de famille, je vous guiderai à travers cette vie pour favoriser votre développement spirituel. Mener une vie de famille est un moyen facile de progresser spirituellement, mais nécessite d'oublier tous vos attachements. Dans une vie de famille comme dans une existence entièrement dédiée à la spiritualité, il y aura toujours des perturbations et des bouleversements. Apprenez à garder l'esprit serein et à fixer vos pensées sur Dieu, quelle que soit votre situation.*

