

Histoires racontées dans la voie du Siddha Yoga

L'art ancien de la narration est une tradition bien-aimée et un outil d'enseignement essentiel dans la voie du Siddha Yoga. Les Écritures de l'Inde – les Upanishads, les Puranas, les grands récits épiques – utilisent souvent des histoires pour transmettre leurs enseignements. Les Gurus de la voie du Siddha Yoga racontent ces histoires, et bien d'autres, pour partager leur sagesse avec les étudiants. Ces récits présentent de nombreux niveaux de compréhension et révèlent souvent de nouvelles découvertes quand vous les revoyez au cours du temps

Les histoires narrées sur cette page du site internet de la voie du Siddha Yoga sont bénéfiques à la fois pour les adultes et les enfants. Lors de la présentation de ces histoires aux enfants, vous pouvez étendre leur expérience et les aider à réfléchir sur les enseignements – et vous-même pouvez en profiter également. Voici quelques manières de conter une histoire, si vous la lisez seul, avec des amis, ou avec votre famille :

- Lisez l'histoire à haute voix, donnant à chaque personnage une voix différente et une personnalité distincte.
- Jouez l'histoire — une approche particulièrement efficace pour les enfants et les familles. Vous pouvez attribuer des rôles et même créer des costumes simples.
- Faites un dessin ou une peinture d'une image qui apparaît dans l'histoire et que vous aimez particulièrement. Explorez la signification de ces images.
- Discutez le sens profond de l'histoire avec votre famille ou vos amis. Posez-vous la question : quelles idées clés sont révélées et comment sont-elles reliées à ma vie quotidienne.

- Réfléchissez à la façon dont cette histoire pourrait précisément se relier au Message de Gurumayi ou à tout autre enseignement de Siddha yoga que vous étudiez actuellement.

Avec ce genre d'engagement actif, les chercheurs de tout âge peuvent explorer la profondeur de ces histoires, méditer sur les connaissances qu'elles véhiculent et amener les enseignements dans la vie quotidienne.



© 2018 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.