

Svadhyaya
Séance d'étude II

Lundi 21 septembre 2020

Chères lectrices, chers lecteurs,

Namaste!

Puisse la lumière des cieux rayonner sur vous, révélant votre propre lumière intérieure !

Demain, mardi 22 septembre, c'est l'équinoxe d'automne dans l'hémisphère nord et l'équinoxe de printemps dans l'hémisphère sud. C'est un moment de parfait équilibre de la lumière sur cette planète.

Comme promis, je vous écris pour parler de la lumière du *svadhyaya*. La prochaine séance d'étude du *svadhyaya*, la séance II, aura lieu samedi 26 septembre sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga – d'abord en diffusion vidéo directe, puis en diffusion différée. Voici les détails :

Date : Samedi 26 septembre 2020

Heure : 10 h à 12 h, heure de New York (diffusion vidéo en direct)

19 h 30 à 21 h 30, heure de New York (diffusion différée)

La séance fait l'objet d'une diffusion différée spécialement pour ceux d'entre vous qui vivez dans l'hémisphère oriental. Ainsi, vous pourrez participer en étant reposés, revigorés et prêts à étudier.

Dans la séance d'étude II, vous vous concentrerez sur la façon de réciter une série de versets extraits de *Shri Guru Gita*. Je voudrais vous donner quelques instructions pour vous préparer à cette séance d'étude :

- Lisez l'exposé sur le *svadhyaya* et réfléchissez-y.
 - Utilisez votre journal de *sadhana* pour noter et explorer ce que vous avez appris.
- Préparez un espace convenant à l'étude.
 - Vérifiez que vous avez bien tout le nécessaire, un *asana*, un châte, *Le nectar du chant* et votre journal de *sadhana*.

Restez tous prudents !

Très cordialement,

Swami Akhandananda

Directeur général pour les séances d'étude

SYDA Foundation

