

LA VOIE DU YOGA

Yogi Babacar KHANE

Le Yogi dort en veillant
Et veille en dormant.

Rêver et être conscient
Être debout sans être debout,
Être assis sans être assis,
Telle est la voie du yoga.

Le yoga est action dans l'inaction,
le yoga est effort sans effort,
Concentration sans concentration,
Le yoga est un fleuve de limpidité.

Si tu Le laisses faire à travers ta langue,
A travers tes gestes, à travers tes pas,
Tu es installé en yoga
Et tu deviens un avec Lui.