

Baba est toujours avec moi

par Sita Michele Shay

Dans les années 1970, j'exerçais le métier d'actrice à New York. À plusieurs reprises, tout en jouant, j'avais pu me sentir reliée à une source d'inspiration et de sagesse spontanées, illimitées. Je voulais savoir comment retourner à cet espace extraordinaire de créativité et de vérité. Mais ce n'est qu'au moment où j'ai reçu *shaktipat*, lors de ma première *Intensive Shaktipat* du Siddha Yoga, que j'ai réalisé que cet espace était mon Soi intérieur et que, grâce au mantra, je pouvais sans cesse m'y relier.

En apprenant que Baba Muktananda allait résider pendant l'été 1976 à l'hôtel DeVille – complexe touristique dans les Catskills, qui pour cette période avait été transformé en ashram de Baba – je me suis immédiatement inscrite pour un séjour d'un mois. Je voulais rencontrer Baba en personne et savoir ce que c'était, de passer une longue période immergée dans la *sadhana* et vivre en présence d'un Siddha Guru.

Durant ce mois au DeVille, j'ai développé un lien encore plus profond avec les enseignements et les pratiques du Siddha Yoga ; j'étais fascinée par la félicité qui émanait de Baba, et tout particulièrement, par la joie audible dans son rire. De jour en jour, je sentais les murs qui entouraient mon cœur, fondre et se dissoudre tandis que je faisais l'expérience de la douceur de l'amour de Baba. Plus nous participions aux *satsang* et aux *darshan* avec Baba, plus j'aspirais à être en sa présence.

Cette aspiration est devenue encore plus forte lors de l'Intensive qui s'est déroulée peu de temps avant que Baba n'achève sa visite aux États-Unis et ne retourne en Inde. J'étais assise tout au fond de la salle de méditation, et devant moi, des rangées et des rangées de gens qui méditaient. Pour donner l'initiation *shaktipat* lors des Intensives, Baba avait pour habitude de faire le tour de la salle, effleurant le sommet du crâne des chercheurs de son plumeau de plumes de paon. Je pouvais l'entendre

se déplacer dans la salle. J'ai ouvert les yeux et j'ai écouté avec délice le léger bruissement des plumes de paon tout en le regardant accorder *shaktipat* aux personnes dans la salle. Voir la compassion extraordinaire témoignée par ce don inestimable a attisé le souhait de prolonger ce moment précieux avec Baba. Je me suis mise à réfléchir à la manière dont je pourrais rester intérieurement en sa présence.

Baba nous avait souvent dit que le Guru, le mantra et celui qui répète le mantra ne faisaient qu'un. Estimant que c'était peut-être la réponse, j'ai fermé les yeux et j'ai décidé de répéter le mantra en silence, en y mettant absolument tout mon être. *Om Namah Shivaya ! Om Namah Shivaya !* Je l'ai répété inlassablement.

Soudain, le mantra a cessé d'être dans mon esprit, pour descendre quelque part dans les profondeurs de mon corps. Une sensation d'euphorie sublime s'est élevée à l'intérieur de moi, et j'ai senti la présence de Baba en mon être. La sensation se déplaçait en moi au fur et à mesure que Baba se déplaçait dans la salle de méditation. J'ai brusquement ouvert les yeux, à la recherche de Baba dans la salle. À ma grande surprise, il était en train de me regarder directement, depuis l'autre bout de la pièce ! Submergée d'amour, j'ai incliné la tête, et avant même que je ne m'en rende compte, Baba se tenait derrière moi et touchait mon crâne de sa main. J'ai senti qu'il confirmait ainsi que cette sensation intense de connexion intérieure avec le Guru, avec le Soi, était réelle.

Je serai éternellement reconnaissante à Baba de m'avoir accordé l'expérience directe de cet enseignement : que le Guru, le mantra et celui qui répète le mantra ne font qu'un. Tout au long de ma *sadhana*, qui dure maintenant depuis quarante-six ans, j'ai pu voir que peu importe où je me trouve ou ce que je fais, je peux diriger mon attention vers l'intérieur en répétant le mantra et me relier à la source créatrice de tout être, le fondement de la véritable connaissance – le Soi. Merci Baba.

