

# Le miracle de l'éveil

1<sup>er</sup> août 2020

Chers lecteurs,

En tant que chercheurs, il nous arrive de nous demander comment nous éveiller à la divinité qui réside en nous. La réponse la plus simple mais la plus profonde, c'est que nous recevons la grâce des Gurus du Siddha Yoga et mettons leurs enseignements en œuvre dans notre vie en les contemplant et en les appliquant. Ce mois d'août est marqué par trois événements de très grande importance qui ont permis à beaucoup d'entre nous, dans le monde entier, de recevoir la grâce et les enseignements de Gurumayi Chidvilasananda, Baba Muktananda et Bhagavan Nityananda.

Comment débute une « révolution de méditation » mondiale ? Peut-être l'instant essentiel a-t-il été le matin du 15 août 1947, jour où Baba Muktananda a reçu *shaktipat diksha*, l'initiation spirituelle, de son Guru, Bhagavan Nityananda. On appelle son *divya diksha*, ce jour d'initiation divine. Comme l'écrit Baba à propos de cet événement, qui l'a transformé « Quel jour bénéfique ! Comme il était rempli de nectar ! » Pour un récit plus complet de cet événement propice, je vous invite à aller sur la page du site Internet de la voie du Siddha Yoga, *Play of Consciousness*, Le jeu de la Conscience, où il est exposé à la fois sous forme écrite et audio.

Par une coïncidence extraordinaire, c'est ce même jour, le 15 août 1947, que l'Inde a obtenu son indépendance de la domination coloniale britannique.

Le parallèle entre les deux faits nous rappelle que l'aspiration à la liberté est universelle et que la liberté spirituelle, qui est le résultat final de la transmission de la grâce par le Guru du Siddha Yoga, est la forme la plus élevée de libération humaine.

Donc, le 15 août, les Siddha Yogis célèbrent l'initiation Divya Diksha de Baba Muktananda et une semaine plus tôt, le 8 août, nous commémorons la Punyathiti solaire de Bhagavan Nityananda, le jour de 1961 où il a quitté son corps et s'est fondu dans l'Absolu. C'est aussi le moment où ce grand *janma siddha*, ce grand être qui était « né parfait » et qui, de son vivant, a été reconnu dans toute l'Inde pour son accomplissement spirituel, a transmis à son principal disciple, Baba Muktananda, tout le pouvoir d'initiation de la lignée du Siddha Yoga. C'est grâce à ce transfert de pouvoir divin que Baba a donné – et que Gurumayi continue à donner – *shaktipat diksha* à des milliers de chercheurs, les éveillant à l'expérience du Soi.

Ceci nous amène au troisième événement capital que nous allons célébrer ce mois-ci. Il y a cinquante ans, en août 1970, les enseignements et la grâce de la voie du Siddha Yoga ont été transmis pour la première fois à des chercheurs en dehors de l'Inde. C'est alors que Baba Muktananda, obéissant à un ordre intérieur de son Guru, s'est engagé dans la première de ses tournées mondiales d'enseignement. Cette première tournée mondiale a été un acte d'amour et de compassion suprêmes de la part de Baba. Grâce à sa foi et à sa ferme détermination à suivre le commandement de son Guru, Baba a éveillé l'énergie spirituelle intérieure de gens vivant un peu partout dans le monde.

Bien que je n'aie jamais rencontré Baba sous sa forme physique, je fais partie des bénéficiaires de sa première tournée mondiale. En 1987, alors que j'étais jeune professeur dans l'Oregon, j'ai écouté à la radio un entretien avec un auteur de livres sur le potentiel humain. Il a raconté qu'il avait reçu d'un maître de méditation indien une initiation spirituelle qui avait changé sa vie et que son expérience de lui-même et du monde en avait été radicalement transformée.

J'ai senti mon cœur bondir en réaction à l'histoire de cet homme. Quelque chose de profond lui était arrivé – et moi-même je cherchais quelque chose de cet ordre depuis très longtemps. Voici un poème que j'ai écrit pour décrire mon sentiment d'aspiration tranquille :

Un matin, moi,  
enfant,  
j'ai vu de la lumière  
qui s'écoulait  
à travers du verre coloré,  
de si haut  
qu'on aurait dit que les cieux  
entraient en moi.

J'ai cherché cette lumière  
pendant des années  
et puis  
et puis  
et puis

Et puis... j'ai noté le nom Siddha Yoga entendu à la radio, et en suivant cette piste j'ai pu localiser un centre de méditation Siddha Yoga à environ une heure de route de chez moi. Une semaine ne s'était pas écoulée que j'entrais dans une salle de méditation située dans une maison de banlieue, plein de curiosité, d'excitation et d'espoir. Quelques minutes plus tard, j'étais assis à l'étage dans une pièce de méditation, chantant *Jyota se Jyota Jagao* au début d'un *satsang* et contemplant une photographie de Gurumayi Chidvilasananda au-dessus du fauteuil installé au bout de la pièce. En chantant, je ne cessais de regarder Gurumayi et un sentiment de joie, de paix et d'émerveillement s'est répandu dans tout mon être. J'ai senti quelque chose de nouveau s'ouvrir en moi, une présence vivante de ce qu'on pourrait appeler de l'amour et de la sérénité.

Je n'avais à l'époque pas de mots pour décrire cela, mais je sais maintenant que c'était le miracle de l'éveil spirituel, *shaktipat diksha*, par la grâce du Guru du Siddha Yoga.

J'ai du mal à imaginer ce que serait ma vie si je n'avais pas rencontré Gurumayi à travers sa photographie ce jour-là. Les enseignements de Gurumayi et les pratiques du Siddha Yoga ont inspiré et soutenu ma vie toute entière, comme elles l'ont fait pour des milliers d'autres personnes.

Aujourd'hui, en 2020, pendant cette période extrêmement éprouvante de l'histoire moderne, moi-même et d'innombrables autres personnes avons la possibilité de prendre refuge dans les pages du site Internet de la voie du Siddha Yoga. On peut y trouver une véritable corne d'abondance d'articles et d'histoires, de poèmes et de chants, tous conçus pour développer notre perception de Dieu, du Guru et de notre Soi intérieur. En particulier, nous pouvons maintenant participer aux remarquables *satsangs* *Be in the Temple ? Soyez dans le Temple*, où nous chantons et méditons en présence de la *murti* de Bhagavan Nityananda. Quelle chance nous avons de pouvoir recevoir la grâce et les enseignements de Gurumayi sous cette forme exquise dans la période actuelle !

Ont été récemment ajoutées au site Internet les puissantes et poétiques *Blessings to Treasure, Bénédiction à chérir* – le nom qu'a choisi Gurumayi pour les délicieuses vidéos qui concluent beaucoup de *satsangs* « *Soyez dans le Temple* ». Les *Bénédiction à chérir* sont des enseignements de Gurumayi sur la *sadhana*, ses instructions sur la manière dont nous, Siddha Yogis, pouvons pratiquer la *sadhana* du Siddha Yoga et contribuer à l'élévation du monde, même dans ces moments difficiles.

Comme beaucoup d'entre nous l'ont ressenti, les *satsangs* « *Soyez dans le Temple* » ont répandu sur nous la grâce et les enseignements de Gurumayi au cours des derniers mois, et les paroles prononcées par Gurumayi lors de ces *satsangs* ont été affichées sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga dans les pages « *Soyez dans le Temple* ».

Maintenant, d'autres aspects extraordinaires de ces *satsangs* ont aussi leurs propres pages sur le site Internet. La rubrique Soyez dans le Temple II réunit de nombreux éléments de ces extraordinaires *satsangs* : des exposés des swamis du Siddha Yoga et d'autres enseignants de Siddha Yoga, des *bhajans* et *aratis* chantés par des musiciens du Siddha Yoga et des vidéos montrant l'onction de pluie et de soleil alternés appliquée sur le Temple par le climat printanier. Je vous invite, en particulier, à écouter l'interprétation profondément émouvante de *Shri Guru Sarika* par Rani Doyon. Écouter cet *abhanga* sur la dévotion au Guru m'emmène en douceur dans ce que je ne peux décrire autrement que comme une expérience vivante et intense du Message de Gurumayi pour 2020 : *Ātmā kī Prashānti*, Paix profonde du Soi. C'est une façon pour moi d'explorer et de vivre le Message.

## Les séances de méditation en diffusion audio 2020

Cela fait plus de trente ans que je médite au moins une fois par jour et je trouve encore un grand soutien dans les instructions données par les enseignants de méditation Siddha Yoga lors des Séances de méditation en diffusion audio 2020. Elles calment mon esprit et m'aident à entrer profondément en méditation. Et cette méditation profonde me soutient à son tour dans l'étude et la pratique du Message de Gurumayi pour 2020. Le titre que Gurumayi a donné pour la séance de méditation d'août est « Contentement dans l'esprit, stabilité dans le Cœur : *Sukhāsana*. » Elle sera disponible à partir du samedi 29 août.

## Autres célébrations

### Raksha Bandhan – 3 août

Le nom de la fête indienne Raksha Bandhan signifie « lien de protection » et pour les Siddha Yogis c'est le moment où l'on honore les liens d'amour et de protection entre le Guru et le disciple, ainsi qu'entre les amis. Ces liens sont symbolisés par des bracelets de fils colorés (*rakhi*) qu'on s'attache au poignet. Il y a beaucoup d'amour dans cet échange de *rakhis* !

Vous vous demandez peut-être comment participer à cette douce tradition de Raksha Bandhan quand ceux que vous aimez sont loin – ou quand vous continuez à pratiquer la distanciation physique. Une façon de procéder est de leur envoyer un lien vers Teaching in Honor of Raksha Bandhan, Enseignement en l'honneur de Raksha Bandhan, qui expose l'enseignement de Gurumayi sur Raksha Bandhan et présente également un magnifique bracelet *rakhi*.

Raksha Bandhan tombe lors de la pleine lune de Shravana dans le calendrier indien ; cette année, on le célèbre le 3 août.

Janmashtami – 11 août (en Inde aussi)

La célébration de la naissance du Seigneur Vishnou en tant que Seigneur Krishna est appelée Janmashtami et tombe le huitième jour de la phase sombre de Shravana. Dans l'État indien d'Uttar Pradesh, où le Seigneur Krishna est supposé être né et avoir passé son enfance, de nombreux pèlerins viennent participer à cette célébration de prière, de chant et de danse. Une chose que nous pouvons faire chez nous partout dans le monde, c'est savourer l'extraordinaire Conte en or qui a été représenté en l'honneur de Janmashtami par les enfants et les jeunes adultes à Shree Muktananda Ashram en 2019 : The Story of Lord Krishna and the Demon Shishupala, L'histoire du Seigneur Krishna et du démon Shishulapa.

Ganesh Utsava – du 21 au 31 août (du 22 août au 1<sup>er</sup> septembre en Inde)

Le Seigneur Ganesh, le dieu à tête d'éléphant symbole des nouveaux départs et des entreprises couronnées de succès, est une des déités les plus aimées en Inde. La fête Ganesh Utsava honore la période de l'époque védique où, selon la légende, le sage Veda Vyasa a raconté l'épopée du *Mahabharata*, que le Seigneur Ganesh couchait par écrit. Une merveilleuse façon de célébrer Ganesh Utsava consiste à chanter *Mangaladata Kripasindhu*, un *namasankirtana* écrit et composé par Gurumayi en l'honneur du Seigneur Ganesh en tant que dieu « qui ôte les obstacles, qui accorde les bienfaits et est un océan de compassion ».

\*\*\*

Le mois d'août nous offre une profusion de moyens d'aborder les enseignements et les pratiques du Siddha Yoga – autant d'occasions d'approfondir notre *sadhana* ! Peut-être pourrions-nous continuer à participer aux *satsangs* « Soyez dans le Temple » et à contempler des enseignements de Gurumayi dans les *Bénédictions à chérir* ! Avec un peu de curiosité, nous pouvons aussi explorer les nombreuses, *très nombreuses* autres ressources disponibles sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga qui peuvent nous aider à vivre une vie éveillée.

J'ai eu récemment une révélation remarquable à ce sujet. Un matin, en méditation, j'avais l'impression de me battre comme un chiffonnier avec mon esprit, jugeant et rejetant chaque pensée qui surgissait. Soudain, j'ai réalisé que je n'avais pas besoin de m'occuper de mes pensées ; une partie de moi était déjà calme. Maintenant, chaque matin, quand je m'assois pour méditer, au lieu d'essayer de calmer mon esprit, je me contente de diriger mon attention sur l'espace simple et subtil de non-Paul qui est déjà radieusement silencieux, vaste et libre. J'ai constaté que si je souris tranquillement et me concentre sur la région du cœur en adoucissant ma respiration, je prends conscience de cette énergie, à la fois intime et vaste, de joie et de paix. Ensuite, toute la journée, quand je pense à sourire calmement et à respirer librement, je peux ressentir à nouveau la réalité éveillée que je suis.

Peut-être trouverez-vous votre propre méthode pour porter votre attention sur le *vous* déjà éveillé, et cela un peu plus chaque jour, à mesure que vous vous y exercez ! Après tout, vous *êtes* réellement le Soi – savourez-le !

Bien cordialement,

Paul Hawkwood



Translators : Pierre Fleurat ; Françoise Lexa

Proofreader : Evelyne Bouchard