

Cela qui est subtil, cela qui est grand

1^{er} février 2018

Chers lecteurs,

Namaskar, et bienvenue dans le mois de Mahashivaratri.

Si vous fermez les yeux, vous pouvez peut-être encore l'entendre : la voix de Gurumayi, transformant en musique un certain mot ensoleillé, conférant à ce mot une beauté et un timbre défiant toute description, le dotant d'une énergie à la fois mystérieuse et pourtant si familière. *Satsang*. सत्संग. Cela résonne.

Nous avons reçu ce Message sublime de Gurumayi – son Message pour 2018 – dans le **Satsang *Une Douce Surprise***. Depuis, beaucoup d'entre vous ont examiné les divers niveaux de ce Message, observant quelles associations il fait naître pour vous. Vous avez échangé vos découvertes entre vous, en privé et ici même sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga. Vous avez peut-être écrit dans vos journaux – de la poésie, de la prose, des fragments de toutes sortes de pensées. Ou peut-être avez-vous simplement réservé un peu de temps pour vous asseoir et réfléchir au Message, pour mieux approcher ce que *satsang* signifie pour vous, pour puiser dans le puits sans fond de votre intuition et découvrir comment vous pouvez suivre l'enseignement de Gurumayi – comment vous pouvez créer votre propre *satsang* partout où vous vous trouvez et dès que vous le souhaitez.

En février, je vous invite à poursuivre encore plus loin vos investigations, à sonder *encore* plus profondément. Que signifie, par exemple, avoir la capacité de créer votre propre *satsang* ? Que signifie être en compagnie de la Vérité à tout moment ? Qu'est-ce que cela dit de la nature de la Vérité ?

La réponse vous est peut-être familière. La Vérité englobe tout, direz-vous peut-être ; elle est partout, en toute chose, elle existe dans chaque instant. Et pourtant... Est-ce que cela vous paraît toujours aussi clair et simple dans la pratique ? Quand il s'agit de *votre* vie et des circonstances particulières que vous rencontrez, quand vous êtes dans une situation où il ne semble plus exister que vous, vos pensées confuses et

votre cœur qui bat à toute allure, que se passe-t-il ? Vous souvenez-vous de la Vérité ? Semble-t-elle insaisissable ? Une partie de vous ne se demande-t-elle pas où est passée la Vérité ?

Comme c'est le mois de Mahashivaratri, le contexte est excellent pour contempler ces questions. Le Seigneur Shiva, le Seigneur suprême, est l'incarnation de la Vérité. La *Kaivalya Upanishad* décrit le Seigneur en ces termes :

*Je suis plus subtil que le subtil. Je suis grandiose. Je suis cet univers varié. Je suis extrêmement ancien. Je suis la personne suprême. Je suis le souverain. Je suis l'Être en or. Je suis Shiva.*ⁱ

« Je suis plus subtil que le subtil. Je suis grandiose. Je suis cet univers varié. » Il y a dans cette description quelque chose de très significatif. Étant tissée dans les fibres mêmes de l'univers, la Vérité est juste devant vous et aussi, paradoxalement, facile à manquer. Elle se dérobe à la perception tout en habitant la perception. L'image qui me vient à l'esprit est celle d'une personne qui cherche à retrouver un objet essentiel pour elle, comme, par exemple, un collier (l'exemple classique donné dans les Écritures indiennes) ou même tout simplement une paire de lunettes. Cette personne regarde ici, là, partout, sa recherche devient de plus en plus fébrile, son désir de voir – simplement de *voir* – devient de plus en plus oppressant. Ce n'est que lorsqu'elle s'arrête et tourne son attention vers elle-même, peut-être avec l'aide d'un ami, qu'elle réalise la vérité : pendant tout ce temps, elle tenait ses lunettes dans la main.

Donc, oui, la Vérité est tout autour de nous. Elle est dans les gouttes de rosée que nous trouvons sur l'herbe le matin. Elle est dans l'éclat rouge rubis du soleil couchant et très certainement dans le mince croissant de lune brillant qui va nous fasciner la nuit de Mahashivaratri. Elle est aussi dans l'accès de mélancolie qui surgit en nous de façon inattendue, dans la pointe de chagrin qui prend brièvement possession de nous, dans un instant de joie silencieuse et pourtant ardente.

Pour vraiment percevoir la Vérité dans ces situations, pour avoir un aperçu de ce brin de *quelque chose* lumineux qui les traverse et nous apporte l'espoir, l'intuition,

une direction à suivre, nous devons affiner notre perception. Sinon, la rosée n'est qu'une jolie condensation et nous voyons le coucher du soleil, mais ne percevons pas toute sa magie.

C'est pourquoi Gurumayi nous dit de pratiquer le *satsang*. C'est pourquoi il est tellement important d'en faire une habitude, une pratique. Prenez le temps, ne serait que quelques minutes chaque jour, pour être en compagnie de la Vérité en vous. Trouvez quelle activité – ou absence d'activité – vous aide à entrer en contact avec cette Vérité. Découvrez à quoi ressemble la Vérité pour vous, comment elle résonne et quelle sensation elle provoque en vous. Est-ce un repos complet ? Une félicité débordante ? L'élan exaltant que vous ressentez quand vous chantez ou peignez ou posez votre stylo sur le papier pour juste... écrire ?

Plus vous faites d'efforts pour cultiver la compagnie de la Vérité en vous, plus vous élargissez votre perspective sur le monde, intérieur et extérieur et plus votre discernement s'aiguise. La *Kaivalya Upanishad* affirme que le Seigneur est subtil mais aussi *mahān*, « grandiose, immense ». Une des connotations de ce mot sanskrit, c'est que même s'il faut parfois du temps et de l'énergie pour percevoir la Vérité, à l'instant où vous la voyez enfin, vous la voyez *réellement*. Elle est évidente.

Je me souviens d'un incident qui a eu lieu il y a quelques semaines pendant un *satsang* avec Gurumayi à Shree Muktananda Ashram. Nous récitons *Shri Guru Gita* et, à un moment, le rythme de la récitation a commencé à ralentir un peu. Gurumayi a souri au chef de la chorale et lui a demandé d'utiliser un métronome pour aider à garder le tempo. Gurumayi lui a dit : « Il y a du bonheur dans le rythme. »

J'ai beaucoup repensé à cet enseignement, à la compassion qu'il exprime, à sa portée, bien au-delà du contexte immédiat dans lequel il a été donné, à la merveilleuse analogie qu'il y a avec la *sadhana*. En faisant preuve de constance, en étant discipliné, en s'accordant régulièrement au rythme qui bat sans cesse à l'intérieur, nous découvrons de l'espace en nous et nous percevons une expansion de notre monde. Nous commençons à entendre le silence dans la musique, la sérénité dans les sons quotidiens les plus banaux. Nous commençons à voir le tissu invisible,

le fil d'or si solide qui relie cet instant au suivant et chacun d'entre nous à l'autre. Nous arrivons à toucher ce qui est « plus subtil que le subtil » ; nous mettons le doigt sur ce qui est grandiose.

Nous voici donc en février, un mois qui déborde d'occasions de mettre en pratique le Message de Gurumayi. Février ne cesse de nous rappeler de nous tourner vers l'intérieur, de découvrir la Vérité dans notre cœur, de rester en compagnie du Seigneur qui y réside.

Comme je l'ai mentionné, c'est le mois de Mahashivaratri, la grande nuit du Seigneur Shiva, la nuit au cours de laquelle le croissant de lune nous regarde en souriant depuis son perchoir dans les nattes du Seigneur ; la nuit au cours de laquelle, dit-on, les bienfaits de l'adoration du Seigneur et du chant de son nom sont multipliés par mille. En 2018, nous célébrerons Mahashivaratri le 13 février. (Vous pouvez lire **ici** le récit qui sous-tend la fête de Mahashivaratri.)

Cette année, juste après Mahashivaratri – dès le lendemain – ce sera la Saint-Valentin. Les saints et les sages nous disent que, ultimement, la Vérité a la forme de l'amour, un amour qui nous est inné, indépendant de tout stimulant extérieur, et dont nous découvrirons, si nous regardons d'assez près, qu'il afflue sans cesse en nous. Sur la voie du Siddha Yoga, c'est cet amour que nous reconnaissons et célébrons le jour de la Saint Valentin.

Bien sûr, si vous êtes comme moi, l'idée même d'amour inconditionnel va vous faire penser à Gurumayi. C'est pourquoi je me sens très honorée et aussi ravie, réellement, de vous annoncer que cette année, nous pourrons célébrer la Saint Valentin avec *L'amour en action* de Gurumayi, qui sera bientôt sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga.

Finalement, le 16 février, la même semaine que Mahashivaratri et la Saint-Valentin, ce sera le Nouvel An chinois, qui ouvrira l'année du chien. Comme tous les nouveaux départs que nous reconnaissons sur la voie du Siddha Yoga, ce jour nous invite à renouveler une fois encore notre résolution, à mettre plus d'empressement et

de fraîcheur dans notre pratique spirituelle.

Donc Mahashivaratri, la Saint Valentin, le Nouvel An chinois, voilà autant de jours fastes pour appliquer le Message de Gurumayi. Ce sont tous des moments propices pour saisir la Vérité qui scintille, même si nous ne la voyons pas, en nous et partout autour de nous.

Et... *aujourd'hui* est un bon moment pour mettre en pratique le Message de Gurumayi. Demain vous invite à mettre en pratique le Message de Gurumayi. Après-demain insiste carrément pour que vous ayez un *satsang*. À vrai dire, le *satsang* n'a besoin, pour avoir lieu, d'aucune autre raison, d'aucune autre incitation que votre désir ardent – votre désir de savoir, votre désir de comprendre, votre désir d'être en compagnie de la Vérité. Au cours de ce mois où nous vénérons le Seigneur Shiva, ce mois où nous célébrons le Seigneur sous sa forme d'amour, suivez ce désir.

Très sincèrement,

Eesha Sardesai

Kaivalya Upanishad, v. 20. D'après la traduction anglaise © 2018 SYDA Foundation.

© 2018 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.