

Un mois d'amour divin

1^{er} février 2020

Chers lecteurs,

Bienvenue dans le mois de l'amour divin ! Saviez-vous que le mot *welcome*, (bienvenue en anglais) vient du vieil anglais *wilcuma* qui désigne « une personne que l'on a plaisir à voir arriver » ? Au fond, cette formule d'accueil traduit une vision profonde qu'exprime la phrase sanskrite *atithi devo bhava*, « l'hôte est Dieu ». Comme beaucoup parmi vous le savent, reconnaître la divinité en chaque personne que nous rencontrons est l'expression d'un enseignement-clé du Siddha Yoga : *Voyez Dieu en chacun*.

Donc se souhaiter mutuellement la bienvenue est particulièrement approprié en ce mois de février, où les deux principales fêtes du calendrier du Siddha Yoga célèbrent l'amour : la Saint-Valentin et Mahashivaratri.

Le jour de Mahashivaratri, nous rendons joyeusement honneur au Seigneur Shiva et nous méditons sur lui, l'Être suprême et l'essence même de notre cœur. Et le jour de la Saint-Valentin, nous exprimons cette divinité avec jubilation en offrant des symboles de notre amour à des personnes qui comptent dans notre vie. Ainsi, la Conscience non duelle qui est Dieu s'exprime et s'éprouve elle-même dans le jeu divin de l'amour, l'amitié, la camaraderie joyeuse et l'accueil bienveillant de nos compagnons humains.

S'investir dans le Message de Gurumayi pour 2020

Chaque jour, nous mangeons pour nourrir notre être physique et permettre ainsi les activités physiques et intellectuelles dans lesquelles nous nous investissons. Avec un peu d'imagination, nous pouvons voir que c'est une excellente idée de nourrir aussi chaque jour les aspects spirituels de notre être.

L'étude et la pratique des enseignements du Siddha Yoga est le moyen parfait de fortifier notre être intérieur et de lui apporter de la joie. Et, tout comme nous avons chacun nos goûts particuliers en matière de nourriture, nous avons chacun nos méthodes préférées pour nous engager dans l'étude et la pratique spirituelles. En 2020, le Message de Gurumayi nous guide dans l'étude et la pratique du Siddha Yoga, et vous aurez la chance de bénéficier d'une large palette de méthodes, aussi bien de réflexion que d'action, pour vous aider dans l'étude de ce Message.

Participer plusieurs fois à *Douce Surprise* est un moyen puissant pour assimiler le Message de Gurumayi. Je vous recommande vivement de lire l'exposé « **Plonger dans l'étude du Message de Gurumayi** », dans lequel un enseignant de méditation italien, Leonardo Russo, fait part des expériences profondes qu'il a vécues l'année dernière en participant à de nombreuses reprises à *Douce Surprise*. Il le faisait à des dates spéciales qu'il appelait « les dimanches d'or », et c'est une pratique que j'ai décidé d'appliquer cette année dans ma propre étude du Message de Gurumayi.

Ma manière favorite d'étudier le Message de l'an dernier était de participer aux séances de méditation Siddha Yoga. J'aimais particulièrement suivre les instructions de méditation incluses dans chaque séance : je me sentais enveloppé dans une énergie sereine et je glissais facilement en méditation en les écoutant. Je suis décidé à y participer à nouveau en 2020 puisqu'une nouvelle série de huit séances de méditation en stream audio commence ce mois-ci ! Gurumayi a donné un titre et un thème à chacune de ces séances de méditation et Swami Ishwarananda sera l'enseignant de la première séance.

D'autres méthodes efficaces pour étudier et mettre en application le Message de Gurumayi au cours de cette année consisteront à utiliser les nombreux outils d'étude qui seront disponibles sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga. J'ai vraiment hâte de les employer ; comme vous pouvez l'imaginer, chacune de ces méthodes pour aborder le Message de Gurumayi a le potentiel de nous amener à faire l'expérience vivante du Message.

Les célébrations du mois

Saint-Valentin – 14 février

La Saint-Valentin est une fête populaire célébrant l'amour, souvent illustré par un gros cœur rouge sur les cartes et les friandises que nous offrons à nos bien-aimés. Sur la voie du Siddha Yoga, la Saint-Valentin honore et célèbre le grand Cœur qui est la source divine de l'amour et nous rappelle d'honorer ce grand amour en nous et chez les autres. Le grand cœur associé à la Saint-Valentin est un symbole visuel de cet amour. Une façon délicieuse et contemplative de célébrer la Saint-Valentin, c'est de visiter la page *L'amour en action 2020* sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga, un cadeau qu'offre Gurumayi à chacun d'entre nous en l'honneur de cette fête. Avec *L'amour en action 2020*, Gurumayi nous conduit profondément dans l'expérience de l'amour divin. Chaque année ce texte est différent, et chaque année il m'ouvre le cœur d'une nouvelle façon.

Mahashivaratri – 21 février

Comme son nom l'indique, Mahashivaratri célèbre « **la grande nuit de Shiva** ». Un des nombreux noms du Seigneur Shiva est Shanta, qui signifie « celui qui est tranquille », un nom qui sied au maître suprême de la méditation. Il est souvent représenté assis en *padmasana*, la posture du lotus, les mains posées l'une sur l'autre en *dhyana mudra*, le geste de la méditation. Son regard est souvent dirigé vers le bas, sa conscience profondément intériorisée. Cette image du Seigneur Shiva nous incite à regarder vers l'intérieur et à méditer sur notre Soi, qui est Conscience pure et bienheureuse, ne faisant qu'un avec le Seigneur.

Le Seigneur Shiva est aussi appelé le Guru primordial, Celui dont la grâce se déverse à travers les Gurus de la lignée du Siddha Yoga. C'est grâce à la bienveillance du Guru que nous recevons l'initiation *shaktipat*, l'éveil spirituel, et que nous pouvons avoir une expérience de méditation profonde et spontanée.

La nuit de Mahashivaratri, les Siddha Yogis se consacrent souvent à l'adoration du Seigneur Shiva, le grand Soi de tous, en répétant son nom sous la forme de *Om Namah Shivaya*, le mantra d'initiation de la lignée du Siddha Yoga.

On dit qu'à Mahashivaratri une simple répétition du nom de Shiva a le pouvoir de mille répétitions à n'importe quel autre moment. Je crois que c'est ma fête favorite ; elle a quelque chose de magique.

Année bissextile – 29 février

Saviez-vous que l'année solaire dure en réalité 365 jours $\frac{1}{4}$? Oui, la Terre a besoin d'un quart de jour supplémentaire pour accomplir son périple annuel de 940 millions de kilomètres en orbite autour du soleil. Tous les quatre ans, nous rattrapons ces six heures supplémentaires en ajoutant un jour à l'année, le 29 février. Nous l'appelons une année bissextile. Si nous n'ajoutions pas ce jour, au bout de 780 ans le Nouvel An coïnciderait avec le solstice d'été !

Le Guru et les étudiants sont reliés

Ma femme, Achala Woollacott, et moi nous sommes mariés il y a de nombreuses années dans un jardin non loin de Shree Muktananda Ashram. Peu après, nous avons eu un *darshan* avec Gurumayi. Achala et moi étions assis sur le sol aux pieds de Gurumayi, la famille et les amis installés en demi-cercle derrière nous. À un moment, Gurumayi a demandé à mon père quels étaient ses hobbies. Il a répondu qu'il était sculpteur et qu'il aimait donner forme à des morceaux de bois.

Gurumayi a répondu d'un ton innocent : « Vous aimez faire le fermier (*farm* en anglais) ? »

Pensant qu'elle avait mal entendu, j'ai dit tranquillement : « *Forme*, Gurumayi, il aime donner *forme*. »

Gurumayi m'a alors fait un sourire et m'a donné une tape espiègle sur le genou avec son orteil. Mon esprit s'est immobilisé et je me suis senti submergé d'émerveillement et d'amour. *Ouah*, me suis-je dit, *c'est exactement le genre de jeu de mots que j'aime faire et Gurumayi me montre à quel point nous sommes connectés*. J'ai senti que c'était un présent profond, un cadeau de mariage divin : l'expérience que le Guru et l'étudiant ne font vraiment qu'un. La conversation a continué et du jus de pastèque a été servi à tout le monde.

Je pense que mon papa – et en fait mes deux parents – ont été éblouis par la somme d’amour qu’ils ont ressenti dans cette petite réunion nuptiale. Et j’ai reçu un enseignement valable pour toute ma vie.

Je vous invite à repenser à vos propres expériences d’unité avec Dieu et le Guru. Ce mois de l’amour divin est pour vous le moment parfait pour reconnaître que votre esprit et votre cœur désirent ardemment ce lien profond, puis pour demander à votre Soi le plus vrai de vous éveiller à cette expérience qui est toujours à votre disposition. Faites cela au cours du mois de l’amour divin !

Bien cordialement,

Paul Hawkwood

