

# Réalisez votre intention

1<sup>er</sup> janvier 2019

Chers lecteurs,

Bonne Année !

J'ai toujours aimé le contact avec les gens et donc je pense que 2019 va être la *meilleure* année que j'ai vécue jusqu'ici, parce que j'ai maintenant un formidable moyen de vous contacter tous, mes chers lecteurs. Je suis ravie de converser avec vous en cette année 2019 par ces lettres qui présentent et célèbrent chaque mois sur la voie du Siddha Yoga. Dans ces lettres, je vous ferai part d'informations actuelles, d'histoires, d'anecdotes, d'enseignements et de proverbes, ainsi que des expériences, réflexions et contemplations personnelles inspirées par mon parcours de quarante-neuf années sur la voie du Siddha Yoga. Mon souhait, c'est que grâce à ces lettres vous ayez un aperçu de ce qui va être publié sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga et donc des révélations et expériences que vous apporteront vos découvertes, vos explorations et votre étude. Savourez ce doux voyage !

Encore une fois, bonne année ! N'êtes-vous pas heureux d'être vivants ? Éveillés ? Alertes ? Ne vous sentez-vous pas prêts à entamer une nouvelle vie fructueuse ? Vous ne trouvez pas que c'est un cadeau d'avoir l'opportunité de relancer votre vie en ce jour, un jour *nouveau* ? N'a-t-elle pas une douce sonorité l'expression « nouveaux départs » ?

Alors, commençons !

En ce premier jour de l'année 2019, quelle bénédiction pour nous tous de recevoir le Message de Gurumayi dans la Salle Universelle ! Quelle bénédiction pour nous tous de vivre à cette époque et de respirer le même air que Shri Gurumayi ! Quelle bénédiction pour nous tous d'avoir son Message pour nous guider dans la *sadhana* !

C'est excitant, enchanteur, instructif de penser que nous allons avoir l'occasion d'apprendre et réapprendre, d'assimiler et réassimiler, de mettre et remettre en application les enseignements contenus dans le Message de Gurumayi. Une des choses que j'ai remarquées, c'est que quand je lis ou entends un enseignement donné par Gurumayi, il me remet souvent en contact, de façon directe et tangible, avec une expérience que j'ai eue de cet enseignement quelques jours ou quelques semaines auparavant, voire il y a des mois ou des années. J'aime voir ainsi ma *sadhana* sans cesse validée ; tout mon être en frissonne de joie.

Comme mon cœur se remplit alors d'une gratitude infinie, je me mets à chanter ces deux lignes d'un *bhajan*, un chant dévotionnel en langue marathi à la louange du Sadguru, du vrai Guru. Ce *bhajan* est attribué au saint poète Shri Ranganath Swami de Nigdi, au Maharashtra. Ces lignes décrivent le sentiment de mon cœur avec une grande précision lyrique :

Faire *Pradakshina* à Shri Sadguru, comme expression de profonde et constante gratitude, de dévotion, d'amour et de vénération, est le plus béni des évènements. Dans leur désir d'assister à cette pratique sublime et d'y participer, même les dieux et les déesses se hâtent de descendre sur terre dans leurs chariots célestes.

\*\*\*

Chaque culture de par le monde, chaque communauté, chaque personne a sa propre façon de célébrer la nouvelle année et de prendre la résolution de faire un effort renouvelé pour atteindre les buts qu'elle s'est fixés. Sur la voie du Siddha Yoga, nous avons appris l'importance d'insuffler à nos pensées, nos résolutions et nos actions une nouvelle énergie le jour du Nouvel An. Nous avons la grande chance de recevoir de Gurumayi de nouvelles instructions qui nous aideront à nourrir les *sadgunas*, les qualités du cœur et à les faire rayonner et danser autour de nous. Puisseons-nous être engagés dans notre *sadhana* avec une passion, un enthousiasme et un courage renouvelés !

Comme vous savez, l'aube de la nouvelle année offre une multitude de possibilités, et il est de notre responsabilité de faire l'effort de choisir les possibilités que nous voulons réaliser et de nous concentrer sur elles. Pourquoi ? Pour acquérir la force de vivre une vie de dharma.

Chaque nouvelle respiration accomplit la promesse de la vie elle-même. Chaque instant vibre d'attente et offre la promesse d'une récompense pour tout effort accompli. J'ai institué la pratique au début de chaque année de faire le point sur tout ce que j'ai déjà reçu et accompli, sur les progrès que je continue à faire dans la *sadhana* et dans la recherche d'une vie de dharma – tout cela avec le désir d'atteindre *moksha*, la libération. Je suis sûre que vous avez déjà pris votre résolution pour la nouvelle année. Et si vous me le permettez, j'aimerais vous en recommander une de plus. En poursuivant votre *sadhana* du Siddha Yoga, engagez-vous à écrire de nouveaux chapitres de vos merveilleuses découvertes dans votre journal, tous les jours ou toutes les semaines. Ce peut être un simple mot, une phrase, une ligne ou même toute une histoire, comme vous le souhaiterez. Ce sera votre trésor personnel.

Laissez-moi vous raconter une merveilleuse découverte que j'ai faite dans mon enfance et qui a, depuis, éclairé ma compréhension du pouvoir des paroles de Shri Guru. J'ai grandi en Inde, à Lucknow. À la maison, le 1<sup>er</sup> janvier, nous accueillions chaque nouvelle année en famille par la récitation de *Shri Guru Gita*, et cela se terminait par un *havan*, une petite cérémonie du feu. Nous faisons des offrandes au feu en récitant des mantras védiques que notre mère nous enseignait, à moi et à mes frères et sœurs, chaque soir au moment du coucher.

Les volutes de fumée parfumée s'élevant du feu sacré purifiaient notre environnement en même temps que le son des mantras sacrés purifiait notre être intérieur. Même si j'étais petite et ne saisissais pas bien le pouvoir des mantras que je récitais ou écoutais, le sentiment qui s'élevait dans mon cœur pendant que j'écoutais était captivant. Un calme merveilleux m'envahissait. Toutes les personnes et tous les objets rayonnaient d'amour et de joie. J'aurais voulu que cette expérience ou que la résonance des mantras ne s'arrête jamais.

J'ai entendu de nombreux Siddha Yogis dire que leur premier contact avec la voie du Siddha Yoga avait été la récitation de *Shri Guru Gita*. Même s'ils n'avaient pas la moindre idée de la signification des paroles ou de la raison de cette récitation, ils avaient vécu des expériences spirituelles extrêmement tangibles et sublimes rien qu'en écoutant le son de ces mantras sacrés.

Gurumayi dit : « Le pouvoir du mantra recèle tous les mystères de cet univers. <sup>1</sup> »  
Nous pouvons avoir le *darshan* de la Vérité rien qu'en répétant et écoutant les mantras.

Tout comme un mantra sacré, le discours d'un grand être, d'un **Siddha**, est lui-même la Vérité. Un Guru Siddha est établi dans l'état d'union avec Brahman, l'Absolu. Elle est l'incarnation de la Vérité.

Par conséquent, tout ce que dit un Guru Siddha – chaque mot, chaque affirmation qu'elle prononce – est toujours imprégné de l'énergie de la Vérité ; c'est un mantra. En hindi, il y a un adage : « Les paroles de Shri Guru ne sont jamais vides de sens. » Donc, elles vont se manifester en tant que Vérité dans votre vie. Les paroles de Shri Guru transmettent l'immense *shakti* qui transforme votre destin.

Aujourd'hui, nous avons reçu le Message de Gurumayi pour 2019. Gardons en nous ces paroles en sachant leur pouvoir, leur importance, leur signification et leur bénédiction. Continuons à plonger de plus en plus profondément pour que l'intention de ce Message s'incarne dans notre vie.

\*\*\*

Maintenant, j'ai quelques nouvelles très intéressantes à vous annoncer. Êtes-vous prêts ? Pour nous aider dans notre parcours sur la voie de la *sadhana* du Siddha Yoga, *Douce Surprise 2019* sera disponible toute l'année sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga ! Oui, vous avez bien lu : toute l'année sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga. Soyez à l'affût des informations sur la façon de s'inscrire et de participer à de multiples reprises.

En outre, ce mois-ci, le site Internet de la voie du Siddha Yoga affichera sur sa page d'accueil un lien vers un ensemble de nouveaux outils de *sadhana*.

Ces outils vous aideront à étudier et mettre en pratique le Message de Gurumayi pour 2019. Pour moi, une méthode pratique et efficace a consisté à élaborer des étapes petites, précises et planifiées, comme Gurumayi nous a appris à le faire ; cette approche est expliquée très clairement dans le *Cours de Siddha Yoga à domicile sur Le pouvoir de la contemplation dans le Siddha Yoga*, à la leçon onze, intitulée « Mettre en pratique la connaissance ». Ceux d'entre vous qui ont employé cette méthode en connaissent certainement les bénéfices. Quant à ceux d'entre vous pour qui elle serait nouvelle, je vous incite à l'essayer pour l'étude du Message de Gurumayi.

Il y aura beaucoup d'autres trésors à votre disposition sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga. Je vous laisse le plaisir de les découvrir par vous-même, un par un. Mais je vais juste vous donner cet indice : est-ce que nous n'apprécions pas tous une histoire bien racontée qui rend vivante la leçon qu'elle contient ? Ou la sagesse d'un saint poète qui rayonne à travers sa poésie et nous fait facilement saisir la Vérité tissée en elle ? Ne manquez pas de me transmettre, par les témoignages que vous envoyez, ce que vous découvrirez en explorant le site Internet chaque jour et chaque mois.

Dans la voie du Siddha Yoga, le mois de janvier n'est pas marqué par une, mais par trois très importantes occasions. Le 1<sup>er</sup> janvier, bien sûr, est le jour où nous participons pour la première fois à *Douce Surprise*. Le 7 janvier est l'anniversaire du jour où Baba a introduit *Shri Guru Gita* dans l'emploi du temps de l'ashram à Gurudev Siddha Peeth. Et le 14 janvier est la célébration de Makara Sankranti, le jour où Surya Devata, le Soleil, commence son voyage vers le nord, qu'on appelle aussi *uttarāyana* en sanskrit et en hindi. En Inde, dans l'état du Maharashtra, les gens offrent des confiseries spéciales à l'occasion de Makara Sankranti et échangent entre eux ce souhait : « Prends cette friandise faite de graines de sésame et de *jaggery* pour que tes paroles deviennent encore plus douces ». Quelle façon bénéfique de commencer l'année 2019 !

Je veux vous quitter sur une dernière pensée. Dans la *Bhagavad Gita*, Arjuna, le disciple du Seigneur Krishna, fait une magnifique déclaration qui a un grand écho chez moi en tant que disciple de Shri Gurumayi sur cette voie en or. Avant d'aborder cette déclaration, je vous en présente le contexte.

Quand le Seigneur Krishna prodiguait ses enseignements à Arjuna, il le faisait dans un seul but : qu'Arjuna puisse percevoir et comprendre la sagesse et la Vérité inhérentes en eux. Pourquoi ? Il voulait qu'Arjuna soit établi dans cet état de Vérité, afin qu'il comprenne quelle était la voie de son dharma et la suive courageusement et imperturbablement.

Quand Arjuna eut complètement compris et saisi les enseignements profonds du Seigneur Krishna, il en reconnut et sentit la Vérité. Et quand il fut prêt à recevoir cette expérience, le Seigneur révéla sa forme divine à Arjuna. Le cœur d'Arjuna fut submergé de gratitude. Il pouvait maintenant voir clairement quelle était la voie de son dharma. Alors, Arjuna exprima son engagement envers le Seigneur Krishna, son Guru, par ces mots : « J'exécuterai ton commandement. »

Ce que souhaite un Guru pour un disciple, c'est qu'il atteigne l'état extatique d'union avec Brahman dans lequel il est lui-même ancré. Quand je pense à l'immensité de l'amour et de la compassion qu'il y a derrière un souhait aussi magnifique, généreux et sublime, et quand je sens sa touche chaude et soyeuse sur mon âme, je veux faire tous les efforts pour que le vœu de mon Guru pour moi se réalise. Ainsi, un de mes vœux de Nouvel An est que votre expérience de l'amour de Gurumayi dépasse les limites de votre imagination.

Nous reprendrons notre conversation le mois prochain. D'ici là, je vous souhaite de passer de bons moments !

Avec gratitude,

Garima Borwankar



© 2018 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.

---

<sup>i</sup> Gurumayi Chidvilasananda, *Embrasse mon Cœur*, vol II. (S. Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1996), p. 403.