

# À l'aube de cette splendide nouvelle année

1<sup>er</sup> janvier 2020

Chers lecteurs,

Bonne année !

Meilleurs vœux à chacun d'entre vous alors que l'aube de ce premier jour de l'année effectue son parcours de vingt-quatre heures autour de la Terre ! Chaque nouvelle aube commence quand le soleil se lève sur les rochers des îles Chatham à l'est de la Nouvelle-Zélande, puis se déploie à la vitesse de 1000 miles (1600 kilomètres) à l'heure à mesure que le lever du soleil se déplace toujours vers l'ouest, jusqu'à l'endroit où *vous* vivez et au-delà. Le dicton *le temps s'envole* est absolument véridique !

Les jours passent tellement vite que cela vaut certainement la peine de réfléchir à la manière de tirer le meilleur parti de cette splendide nouvelle année.

Les sages de l'Inde répètent sans cesse que le meilleur usage possible de notre temps consiste à tourner notre attention vers la présence du Soi suprême dans notre être.

Pour nous, Siddha Yogis, la manière la plus profonde de le faire consiste à nous consacrer activement au Message que Gurumayi nous donne au début de chaque année. Si vous avez jamais désiré recevoir un enseignement directement de Gurumayi, un enseignement s'adressant *juste à vous*, sachez que le Message de Gurumayi pour 2020 *est cet enseignement* !

Donc, ma suggestion sincère est de vous saisir du Message de Gurumayi pour 2020. Étudiez le Message de Gurumayi. Mettez-le en application.

Savourez le fait que ce Message est *pour vous*. Le Message de Gurumayi est rendu vivant par ses bénédictions, et en étudiant et mettant en pratique ce Message, nous nous ancrons plus profondément dans l'expérience du Soi.

Permettez-moi de souligner quelques-uns des moyens concrets de commencer votre étude du Message de Gurumayi pour l'année à venir.

Participez à *Douce Surprise*

Pour beaucoup d'entre nous, notre envie de recevoir l'enseignement de Gurumayi pour l'année 2020 aura été comblée quand vous lirez ces lignes – nous aurons découvert le Message de Gurumayi pour 2020 au cours de la retransmission en direct de *Douce Surprise*, le Jour de l'An ! Participer à ce *satsang* rempli de grâce est vraiment une façon *extrêmement* bénéfique de commencer la nouvelle année. Et peu après, la rediffusion de *Douce Surprise* sera accessible sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga, et nous pourrons y participer autant de fois que nous voudrons !

Participer à *Douce Surprise* est une pratique importante pour chacun d'entre nous car chaque mot de l'exposé du Message de Gurumayi est *chaitanya* – empli de *shakti*, de l'énergie transformatrice qui nous fait reconnaître notre véritable nature comme étant le Soi suprême. Par conséquent, pour nous, étudiants du Siddha Yoga, quand Gurumayi parle, la meilleure manière d'apprendre est de l'écouter avec une profonde attention. Quand nous absorbons les paroles de Gurumayi à chaque niveau de notre être, nous percevons ses enseignements à un point qui va bien au-delà de ce que les mots seuls peuvent transmettre.

Vue sous cet éclairage, la participation à *Douce Surprise* est en elle-même une pratique qui nous plonge dans la grâce de Gurumayi. C'est pourquoi je participe à *Douce Surprise* plusieurs fois au cours de l'année. À chaque fois, mon esprit fait de nouvelles découvertes et accède à une nouvelle conscience, et tout mon être se sent régénéré. Je vous encourage à faire de même, vous aussi ! Vous pouvez réaliser cette intention en vous inscrivant en ligne à un forfait de participations multiples à *Douce Surprise*.

Étudiez activement le Message de Gurumayi

Sur la voie du Siddha Yoga, nous éprouvons le pouvoir transformateur du Message de Gurumayi en intégrant activement dans notre vie quotidienne l'étude, la contemplation, la pratique et l'assimilation de l'enseignement reçu de notre Guru.

Voici quelques idées pour commencer :

- Vous pouvez étudier et contempler la signification de chaque mot du Message de Gurumayi et votre compréhension générale de ce que ce mot exprime.
- Vous pouvez réfléchir aux différents aspects de votre vie, voir comment le Message de Gurumayi s'y applique et envisager des façons concrètes de mettre le Message en pratique.
- Vous pouvez vous asseoir pour méditer et prier pour recevoir des éclaircissements sur le Message de Gurumayi, puis noter ces révélations dans votre journal et les contempler.

À mesure que la nouvelle année avance, de nombreux outils d'étude seront mis à disposition sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga. Je vous invite à visiter régulièrement le site Internet au cours des semaines et des mois à venir et à utiliser ces outils d'étude quand vous les découvrez.

Découvrez l'Illustration du Message de Gurumayi

J'aime la façon qu'a Gurumayi de nous transmettre chaque année son Message également par une représentation visuelle. Contempler et savourer l'Illustration du Message de Gurumayi me plonge dans un état d'émerveillement et m'aide à découvrir de nombreuses facettes de son Message qui, sinon, auraient pu m'échapper. Pour moi, l'Illustration du Message parle la langue des métaphores et de l'imagination, révélant des nuances et des profondeurs du Message qui sont hors de portée du langage. Je vous encourage à découvrir et contempler l'Illustration du Message de Gurumayi pour 2020 et à la laisser résonner dans les profondeurs de votre être.

Célébrations de janvier

Le 7 janvier marque le 48<sup>e</sup> anniversaire du début de la récitation de *Shri Guru Gita* comme élément de l'emploi du temps quotidien de l'ashram.

Vous pouvez lire l'exposé de Swami Shantananda sur « L'importance de *Shri Guru Gita* sur la voie du Siddha Yoga » pour en savoir plus sur l'histoire et l'importance de la récitation de ce texte vénéré.

Makara Sankranti est la fête qui, en Inde, célèbre la saison des récoltes et honore le dieu du Soleil, Surya Devata. Je vous invite à vous absorber dans le chant du mantra Surya Gayatri pour vous préparer à méditer. Cette fête marque aussi traditionnellement le début de la saison de la lumière dans l'hémisphère nord. Cette année, Makara Sankranti tombe le 15 janvier en Inde et le 14 janvier dans de nombreuses autres régions.

Une autre fête qui approche est Ganesh Jayanti, où on célèbre, dans le Maharashtra, en Inde, l'anniversaire du Seigneur Ganesh, une déité réputée pour sa sagesse, sa compassion et sa capacité à écarter les obstacles. Ma femme et moi honorons Shri Ganesh en chantant *Mangaladata Kripasindhu*. Cette année, Ganesh Jayanti tombe le 28 janvier.

Le lendemain, le 29 janvier, ce sera Vasant Panchami, le festival qui marque la naissance de Mahasarasvati, la déesse de l'étude, de la musique et des arts. En Inde, Vasant Panchami accueille aussi l'arrivée du printemps.

\*\*\*

Je voudrais conclure en vous racontant une intuition soudaine que j'ai eue récemment. Un jour où j'étais assis devant la *puja* dans ma pièce de méditation, j'ai demandé une inspiration pour approfondir ma *sadhana*. Immédiatement a surgi dans mon esprit l'image d'un carrefour très animé de la ville de Boulder, dans le Colorado, le croisement entre Broadway et Canyon Boulevard. J'étais perplexe. Cela fait quarante ans que je n'habite plus cette ville et en outre pourquoi un croisement entre deux rues pourrait inspirer ma *sadhana* ?

Toutefois j'ai compris que cette image était un cadeau de mon intuition et j'ai donc réfléchi à ce que signifiaient ces deux rues.

Je me suis rappelé que la rue Broadway allait du nord au sud en traversant des quartiers résidentiels, des complexes de bureaux et des centres commerciaux, tandis que le boulevard du Canyon partait vers l'ouest, longeant le canyon de Boulder et rejoignant la route des crêtes, d'où les voyageurs peuvent voir en gros plan les majestueux et impressionnants sommets enneigés des Colorado Rockies. Il m'est apparu que ces deux routes pouvaient être considérées comme des métaphores des deux sphères de notre vie : la vie quotidienne de la personnalité et la vie transcendante du Soi intérieur.

J'ai vu comment l'engagement dans la *sadhana* du Siddha Yoga nous transforme en réunissant ces deux voies : nous méditons, et nous emmenons le calme et la concentration de la méditation dans nos déplacements et notre vie de tous les jours. Nous chantons, et nous emmenons la vibration des noms de Dieu avec nous en allant faire des courses et dans les files d'attente. Il y a tant d'exemples ! J'ai compris à un niveau plus profond en quoi la *sadhana* du Siddha Yoga transforme notre vie : nous en venons à comprendre que nous sommes un confluent vivant de l'humain et du Divin.

Je vous invite à savourer l'expérience de cette vérité au moment où nous abordons la nouvelle année en adhérant activement au Message de Gurumayi pour 2020 par le cœur, l'esprit et les actes.

Bien cordialement,

Paul Hawkwood