

La lumière à l'intérieur est la lumière à l'extérieur

1^{er} juillet 2025

Chère lectrice, cher lecteur,

Shubh mois de *Gurupurnima* !

Parmi les nombreux cadeaux qu'accorde le temps, il y a assurément le fait que juillet succède à juin. C'est du moins ma conclusion au moment où nous nous approchons de l'apogée des mois d'été, ici à Shree Muktananda Ashram. Nous venons de terminer notre célébration du mois d'anniversaire de Gurumayi. Nous avons étudié et mis en pratique les *sadguna*, les vertus. Nous avons fait des vœux pour la paix sur des pissenlits réels et d'autres imaginaires. Nous avons contemplé ce que signifie faire preuve de *spashtatā*, de clarté, dans nos pensées, nos paroles et nos actes.

J'adore célébrer mon Guru. Si cela ne tenait qu'à moi, je prolongerais probablement notre célébration de mois en mois. En fait, dans un certain sens, mon vœu est exaucé. Car après juin vient juillet et en juillet (ou plus précisément au cours du mois lunaire d'*Ashada* dans le calendrier indien, qui correspond généralement à juillet), nous célébrons *Gurupurnima*.

Cette année, *Gurupurnima* aura lieu le 10 juillet. C'est alors que la lune atteindra sa plénitude ; sa perfection, sa complétude, sa luminosité sont le symbole de la relation Guru-disciple. Une raison pour laquelle j'ai toujours été attirée par *Gurupurnima*, célébration qui remonte à l'Inde antique, c'est qu'elle a été impulsée par des disciples. C'est par amour des disciples pour le Guru, par reconnaissance de ce que le Guru leur avait donné et par gratitude pour ces bénédictions que cette célébration annuelle du Guru a été créée.

Des milliers d'années plus tard, au moment où nous nous préparons à célébrer *Gurupurnima* sur la voie du Siddha Yoga, je m'interroge moi-même sur ce que signifie être un disciple à notre époque. Bien sûr, de même que la connaissance que transmet le Guru est éternelle, l'essence de la relation Guru-disciple est inchangée. Le fait que la vie dans ce monde soit difficile n'a rien de nouveau non plus. Ces « jours heureux d'antan » auxquels nous aimons parfois faire référence, qu'ils datent de dix, vingt ou cinquante ans, étaient probablement plus difficiles et plus mitigés que le souvenir que nous en gardons. Après tout, la nature des êtres humains a toujours été la même – notre incroyable aptitude au bien ; notre tendance contraire, la distraction.

Ce qui caractérise l'époque où nous vivons, c'est que les moyens dont nous disposons pour nous distraire semblent avoir augmenté à la fois en nombre et en complexité. De bien des manières, notre attention s'est dispersée – ou, du moins, il lui est plus facile de se disperser. Et cette dispersion de notre attention collective favorise en soi les divisions, voire les discordes. Il peut être difficile de rester unis lorsque chacun dit des choses différentes, entend des choses différentes et prétend vouloir des choses différentes.

Compte tenu de ce contexte, je suis extrêmement consciente – et je suis sûre que beaucoup d'entre vous le sont aussi – du privilège et de la responsabilité que nous avons de suivre la voie indiquée par Shri Guru. Et je me sens profondément reconnaissante d'*avoir* un Guru – d'*avoir* été, grâce à je ne sais quelle combinaison de destin, de bon karma et de clairvoyance de la part de ma famille qui a suivi la voie du Siddha Yoga, conduite ici, aux pieds de mon Guru.

En cette année 2025, Gurumayi nous a donné le Message suivant : *Rends ton temps digne de la valeur de ton temps*. Quand je réfléchis à ce que signifie incarner l'état de disciple et à la meilleure façon d'honorer mon Guru pendant le mois de *Gurupurnima*, je me sens déterminée à faire fructifier ce

que Gurumayi m'a donné. Je veux nourrir la *shakti* que Gurumayi a éveillée en moi – et cela en mettant son Message en pratique.

Une des façons dont je vais le faire est de revisiter la rubrique *Shri Guru Vachan*, qui présente des enseignements donnés par Gurumayi pour *Gurupurnima* il y a quelques années. *Shri Guru Vachan* comprend neuf enseignements de Gurumayi, dont chacun propose une action spécifique à entreprendre pour faire le meilleur usage possible de notre temps. Comme pour toutes les pratiques que nous effectuons sur la voie du Siddha Yoga, les effets en sont cumulatifs et de portée universelle. Changer et améliorer notre relation au temps entraîne un changement correspondant dans nos relations avec les gens et avec le monde qui nous entoure. Nous sentons la différence, et les autres peuvent la sentir aussi.

Quand je réfléchis à *Gurupurnima* et à son importance pour moi en tant que siddha yogi, il y a un moment où mon esprit semble trébucher sur lui-même. La pensée et le langage se dissolvent dans un sentiment naissant – cela ressemble à une émotion, mais c'est bien plus. C'est de l'amour. C'est de l'émerveillement. C'est de la gratitude. C'est une sorte de merveilleux mélange de tout cela.

Être disciple implique aussi de donner une expression à ce sentiment, vous ne pensez pas ? Non pas qu'il s'agisse d'une pratique qui nous serait prescrite, non pas qu'il serait avisé de le faire. Mais parce que c'est l'impulsion du cœur. Cet élan d'amour, de dévotion, a besoin d'une destination.

J'ai déjà écrit combien j'étais fascinée par l'enseignement du Siddha Yoga selon lequel Dieu, le Guru et le Soi ne font qu'un. C'est un enseignement auquel je réfléchis souvent au moment de *Gurupurnima*, cette fête consacrée à honorer le Guru et la *shakti* du Guru. D'un côté, je n'arrive pas à croire

que j'ai la chance de recevoir le *darshan* et les enseignements d'un *Sadguru*. Cela restera toujours source de stupéfaction pour moi. D'un autre côté, c'est la chose la plus naturelle du monde ! Il m'arrive si souvent de sentir la présence de Gurumayi aussi proche de moi que mon propre cœur.

Pourtant, aussi merveilleux que soient ces aperçus d'unité, je me sens tout aussi proche de ce que disaient les grands saints poètes de l'Inde tels que Tukaram Maharaj. Même après avoir atteint l'illumination, ces saints priaient leur divinité préférée et demandaient à conserver un certain sens de séparation. Ils souhaitaient pouvoir continuer à adorer leur Seigneur ; ils voulaient conserver la dynamique de l'état de disciple.

Donc, pour en revenir à la question que j'ai posée tout au long de cette lettre – que signifie être un disciple et quelle est la meilleure façon d'honorer le Guru pendant *Gurupurnima* ? – elle a beaucoup de réponses. J'ai parlé d'appliquer les enseignements du Guru car c'est une reconnaissance directe de la valeur que nous accordons aux paroles du Guru. En outre, nous pouvons pratiquer *Guru puja*, l'adoration du Guru. Nous pouvons réserver du temps pour chanter le nom du Guru, pour méditer sur le Guru, pour écrire dans notre journal nos expériences du *darshan* du Guru. Et nous pouvons faire ce que beaucoup d'entre vous, j'en suis sûre, ont déjà prévu : participer à la pratique de *Guru dakshina*.

Pendant le mois de *Gurupurnima*, nous rendons hommage aux trois Gurus de la lignée du Siddha Yoga : Gurumayi, Baba Muktananda (qui était le Guru de Gurumayi) et Bhagavan Nityananda (qui était le Guru de Baba). Il semble donc approprié, il semble juste, d'observer, le 21 juillet, une autre occasion bénéfique d'honorer le Guru. C'est la *punyatithi* de Bhagavan Nityananda.

La *punyatithi* de Bade Baba est le jour où il a quitté son corps physique pour se fondre dans la Conscience qui constitue ce monde. Il nous est rappelé à cette occasion que, même si Bade Baba, en un certain sens, a quitté ce monde, il est toujours présent sur le plan vibratoire. Sa grâce est perceptible dans les molécules mêmes de l'atmosphère.

Lors de la *punyatithi* lunaire, la lune en phase descendante se présentera comme un mince croissant, un filet de lumière comme celui qu'on dit posé sur la chevelure du Seigneur Shiva. Je trouve ce symbole magnifique. La pleine lune, dont nous aurons reçu le *darshan* plus tôt dans le mois, sera toujours présente, derrière son manteau de velours noir. Nous ne la verrons pas entièrement mais nous pourrons toujours contempler sa lumière.

Dieu, le Guru et le Soi ne font qu'un. La lumière à l'intérieur est la lumière à l'extérieur. Il n'y a pas de séparation, même si on en a parfois l'impression – et même si nous *savourons* cette séparation puisqu'elle nous permet d'exprimer plus pleinement notre dévotion. C'est une perspective déconcertante, n'est-ce pas ? C'est de la philosophie mystique. Et avec chaque fête que nous célébrons sur la voie du Siddha Yoga, avec chaque nouvelle occasion de penser à Dieu et de le percevoir, c'est aussi à cette vérité que nous revenons.

Sincèrement,

Eesha Sardesai

