

# Identifiez-vous à l'Absolu libre de pensée, au Soi de tous

1<sup>er</sup> mai 2017

Joyeux mois de mai ! Joyeux anniversaire de Baba !

Baba Muktananda est né un jour de pleine lune, le 16 mai 1908, et son anniversaire continue à être un motif de célébration. On dit que la grâce d'un être éclairé guide en permanence ses disciples et ceux qui pensent à lui avec une aspiration ardente dans le cœur. De fait, de nombreux chercheurs du monde entier peuvent témoigner de la présence indéfectible de Baba dans leur vie. Aujourd'hui encore, des chercheurs reçoivent de Baba l'initiation *shaktipat diksha*, par exemple en méditation, en rêve ou à un moment où ils se sentent en communion avec la nature.

Baba a dit :

Voici ma philosophie : le monde entier est un portrait de Dieu, et le corps est le temple de Dieu, et le Soi qui existe dans ce corps est la déité.

Sur la voie du Siddha Yoga, la célébration de l'anniversaire de Baba a lieu le jour de l'anniversaire lunaire de sa naissance. En 2017, l'anniversaire lunaire de Baba est le 10 mai, tout juste quatre jours avant que l'on ne célèbre la fête des mères dans de nombreux pays. C'est là un enchaînement d'événements parfaitement adéquat. Baba vénérât Mahakundalini Shakti, l'énergie de la Déesse, de la Mère Divine. En accordant *shaktipat*, Baba éveillait chez les chercheurs la Kundalini Shakti dormante. Et Baba encourageait ces chercheurs à pratiquer la méditation, afin qu'ils continuent à progresser dans leur *sadhana* tout en préservant la précieuse *shakti* qu'ils avaient reçue de lui.

Quand je réfléchis à qui était – et est encore – Baba et à ce qu'il a donné au monde, mon esprit s'arrête un moment. L'impact global de l'œuvre de Baba et de son héritage dépasse presque l'entendement. Quand Baba a entamé sa seconde tournée mondiale, il a dit qu'il avait l'intention de provoquer une révolution de méditation.

Et c'est exactement ce qu'il a fait. Baba a accordé *shaktipat diksha* à des milliers de chercheurs dans le monde et il leur a appris à méditer sur le Soi. Baba démontrait par son être même que l'acte silencieux consistant à se tourner vers l'intérieur peut donner accès à un nouveau mode d'existence et de perception. Avez-vous déjà eu l'impression, en ouvrant les yeux après la méditation, que le monde qui vous entourait scintillait et vibrait à une plus haute fréquence ? Chaque fois que vous pratiquez la méditation, vous avez le pouvoir de recréer votre monde. Grâce à la méditation sur le Soi, ce qui est à l'intérieur éclaire ce qui est à l'extérieur. C'est ce qu'a enseigné Baba. Et cela me rappelle une phrase magnifique du Message de Gurumayi pour 2017 : *Délecte-toi de la lumière du Soi Suprême.*

Je me souviens de la première fois où j'ai entendu le nom de Baba. C'était il y a plus de trente ans ; j'habitais au cœur de la forêt tropicale du nord de l'Australie. Un jour, alors que j'étais chez un voisin, quelqu'un a parlé de Baba Muktananda.

*Muktananda.* Ce nom magnifique m'a littéralement percé le cœur et je me suis sentie immédiatement submergée par des flots d'amour. Je me revois encore marchant sur une piste poussiéreuse, dans les jours qui ont suivi, en répétant intérieurement le nom de Baba et en me délectant de sa mélodie. Le nom de Baba est devenu mon chant ; le prononcer suffisait à me rendre heureuse. Deux ans plus tard, mon futur mari, Doug, m'a fait connaître la voie du Siddha Yoga.

En voyant des photographies et des vidéos de Baba, en écoutant des discours de Baba et en étudiant ses enseignements, j'ai senti à maintes reprises, au cours de ces années, la présence de Baba. Tout cela m'a donné le sentiment d'avoir rencontré Baba en personne, sur un certain plan d'existence. J'ai senti son énergie électrisante et son enthousiasme sans limites. J'ai vu la joie qui semblait pétiller en lui quand il racontait une histoire et j'ai entendu les rires qui parcouraient en vagues sonores la salle du *satsang* pendant que le récit se poursuivait.

Maintenant, je voudrais vous dire comment nous pouvons tous célébrer l'anniversaire de Baba grâce au site Internet de la voie du Siddha Yoga. Le site Internet nous invite à recevoir le *darshan* de Baba, les enseignements de Baba, les histoires de Baba et il présente beaucoup d'autres rubriques susceptibles de nourrir notre *sadhana*.

Pour célébrer l'anniversaire de Baba, il y a une pratique particulière du Siddha Yoga qui va retenir notre attention, c'est la *guru-puja*<sup>i</sup>. Je vous encourage à accomplir chaque jour cette pratique pour invoquer la grâce de Baba, la *shakti* de Baba et l'amour de Baba. Grâce au site Internet, vous pouvez aussi chanter le nom de Baba, partager des anecdotes sur Baba et lire l'hommage de Baba aux mères.

Le propre du don que nous fait Baba, c'est qu'il ne cesse jamais. Ainsi, tout le monde pourra participer au Satsang mondial audio pour célébrer l'anniversaire de Baba Muktananda, qui sera disponible sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga jusqu'au 31 mai. Le titre de ce *satsang* est : *Qu'est-ce qui rend une vie humaine complète ?*<sup>ii</sup> Baba accordait beaucoup de valeur à la vie humaine, car c'est au cours d'une vie humaine qu'on peut atteindre l'illumination.



Dans le Satsang *Une Douce Surprise* 2017, Gurumayi a donné onze enseignements pour appuyer l'étude de son Message. L'enseignement qui retiendra notre attention ce mois de mai est le suivant :

*Reliez votre personnalité extérieure au Soi Suprême.*

Dans la langue sanskrite, il y a plusieurs mots associés à « relier ». L'un d'eux est *mīlana*, de la racine *mīl*, qui signifie « l'action de fermer les yeux » et aussi « assembler ou être rassemblé ». Du point de vue du yoga, *mīlana* indique l'action de ramener ou rassembler vers l'intérieur les sens et les activités extraverties de l'esprit, à la recherche du Cœur qui s'y trouve.

Un autre mot sanskrit qu'il est utile de comprendre est *yoga*, qui signifie « union ». Un des versets de la *Bhagavad Gita* dit :

Le yoga est l'habileté dans l'action. <sup>iii</sup>

Dans ce verset, *yoga* se réfère spécifiquement à l'action d'unir le soi individuel au Soi Suprême, à la Conscience pure présente au cœur de chaque être.

S'investir vraiment dans le yoga, donc, signifie accomplir des actions, prendre part aux diverses activités de notre vie, tout en demeurant ancré dans notre union avec le Soi Suprême.

Dans tous les textes indiens anciens du yoga, on trouve des descriptions de yogis passant des milliers d'années à accomplir des austérités intenses pour atteindre l'union du soi extraverti avec le Soi Suprême. Ils pratiquaient *trataka*, la concentration intense sur un seul objet pendant une longue période ; ils se tenaient debout sur un pied tout en regardant le soleil ; ils exposaient leur corps à la chaleur et au froid intenses, juste pour ressentir cette connexion. J'aimerais attirer votre attention sur la chance immense que nous avons, sur la voie du Siddha Yoga, de ne pas être obligés de nous soumettre à des pratiques aussi sévères. Respirer. Juste respirer. Le Message emplis de grâce de Gurumayi nous enseigne que nous pouvons parvenir à cette union, relier notre personnalité extérieure au Soi Suprême par le simple pouvoir du souffle. En fait, Baba disait souvent que comme le Guru a effectué toute la partie intense de la *sadhana*, le disciple n'a plus besoin de le faire. Ce que doit faire le disciple, c'est accueillir la grâce et effectuer ses pratiques.



Au moment de nous embarquer pour ce nouveau mois lumineux d'étude, de pratique et de découverte personnelle, je me souviens d'une expérience importante que mon plus jeune fils a vécue avec Gurumayi à l'âge de cinq ans.

C'était en 2001, mon mari, mon fils et moi séjournions à Gurudev Siddha Peeth, l'ashram du Siddha Yoga à Ganeshpuri, en Inde. Un matin, Gurumayi était assise dans la cour et elle a fait signe à notre fils de venir s'asseoir près d'elle. Mon fils a mis un moment à rassembler ses esprits, puis il s'est levé et très lentement, timidement, il s'est approché de Gurumayi. Il s'est assis à côté d'elle et s'est recroquevillé sur lui-même, les poings fermés.

Gurumayi a vu ces petites mains serrées. Très doucement, elle en a pris une et l'a attirée près d'elle. Puis, doigt par doigt, elle a ouvert complètement cette main.

Elle s'est mise à la caresser, de la paume jusqu'au bout des doigts. Au bout de quelques minutes, elle a fait de même avec l'autre main, avec beaucoup de douceur et d'attention. Mon fils a regardé ses mains et il s'est mis à sourire. Il m'a dit récemment que quand Gurumayi lui caressait la paume, il avait senti quelque chose s'ouvrir en lui.

Au fil des années, je l'ai vu cultiver cette ouverture, notamment à travers le chant, en offrant de la *seva* comme joueur de percussion pendant les *namasankirtanas* dans les ashrams du Siddha Yoga et en mettant de la gentillesse et de l'attention dans ses interactions avec les autres. Quand je le regarde maintenant, un jeune homme dont on voit bien, dans tout ce qu'il fait, qu'il a le cœur ouvert, je comprends comment agit la grâce du Guru. Nous nous efforçons de suivre les enseignements du Guru, d'agir en nous appuyant sur tout ce que le Guru nous a donné et la grâce du Guru nous épanouit, nous ouvrant la voie pour découvrir qui nous sommes vraiment.

En conséquence, tout ce que nous faisons s'en trouve élevé : nos conversations, nos réactions aux situations de la vie quotidienne, notre façon même de penser. Quand nous sommes nous-mêmes, il y a toujours de l'authenticité dans ce que nous faisons, et nous répandons de la bonne volonté dans le monde.

Le mois de l'anniversaire de Baba nous offre de nombreuses occasions d'échanger des histoires sur la grâce de Baba, sur la façon dont il accordait *shaktipat* et sur ses enseignements qui changent la vie. Baba était quelqu'un de grand, au sens le plus pur du mot. C'était une grande âme, un grand être ; sa présence était un bienfait pour l'humanité. En même temps, Baba avait tout à fait les pieds sur terre. Il était l'incarnation de l'amour. Il était connu en Inde et dans le monde entier comme le Guru accordant *shaktipat*.

Joyeux anniversaire, Baba !

Bien cordialement,

Shalini Davies

Enseignante de méditation Siddha Yoga

---

<sup>i</sup> LIEN vers exposé sur guru-puja

<sup>ii</sup> LIEN vers Audio Satsang in celebration of Baba's Birthday

<sup>iii</sup> Swami Kripananda, *Jnaneshwar's Gita* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation , 1999) p. 27, verset 2:50.