Réflexion sur Gurumayi Chidvilasananda

Les conseils directs de Gurumayi

par Kathryn Downing

Gurudev Siddha Peeth, l'ashram du Siddha Yoga en Inde, est un lieu hautement sacré – c'est le siège de la *shakti* et de l'amour du Guru. C'est une oasis de beauté et d'harmonie. J'ai eu la chance d'aller à Gurudev Siddha Peeth en tant que membre de l'équipe accompagnant Gurumayi lors du séjour d'enseignement qu'elle y a fait en 2005-2006. J'ai tout aimé à Gurudev Siddha Peeth – le silence de la cour intérieure, la vaste étendue de Dakshin Kashi, l'*arati* du soir dans le Temple, le ciel nocturne constellé d'étoiles.

Cependant, pendant les dernières semaines de ces cinq mois de séjour, au beau milieu de la magnificence, de la paix et de l'énergie de l'ashram, au sein même de cet océan d'amour, j'ai eu l'impression qu'un mur invisible s'était érigé en moi, me barrant l'accès à mon propre cœur. Je n'étais plus en phase avec le rythme et la cadence de l'ashram. De fait, je me trouvais apparemment toujours au mauvais endroit au mauvais moment et je disais des choses inappropriées. Plus je m'efforçais de rétablir la connexion avec mon cœur, plus il semblait devenir inaccessible.

Au terme du séjour d'enseignement de Gurumayi, les membres de l'équipe ont commencé à partir, à différentes dates. L'après-midi de mon départ, j'ai été invitée au *darshan* de Gurumayi, dans la cour intérieure. Gurumayi m'a interrogée sur mon séjour à Gurudev Siddha Peeth et je lui ai dit combien je l'avais apprécié. Elle m'a posé des questions qui m'ont amenée à exprimer encore davantage ma gratitude. J'ai senti que Gurumayi faisait appel à mon Soi supérieur – c'est cela que le Guru voit toujours en moi – et cela m'a donné confiance en ma capacité à faire face à mes tourments du moment.

Puis Gurumayi m'a donné des conseils : elle m'a dit qu'il serait sans doute utile pour moi de m'exercer à remarquer des détails extérieurs, par exemple dans les éléments d'architecture ou les motifs des étoffes. Et elle m'a souhaité bon voyage.

Cette instruction m'a laissée perplexe mais j'étais très heureuse de la recevoir. Je connaissais la valeur des paroles du Guru et me sentais extrêmement bénie de recevoir des conseils directement de Gurumayi. Je savais que si je les suivais, ils porteraient fruit.

Je me suis mise immédiatement à les mettre en pratique. En faisant le tour de l'Ashram pour dire au revoir à tous les endroits sacrés, j'ai fait attention aux détails – à la courbe de la trompe sur la *murti* du Seigneur Ganesh, au dessin des dalles pavant le chemin, aux motifs peints en haut des piliers du Mandap.

De retour à Shree Muktananda Ashram, je me suis efforcée de m'arrêter régulièrement, au cours de la journée, pour noter les détails et les motifs de mon environnement. J'ai prêté attention à la texture du tissu d'un coussin de chaise, au grain du bois de mon bureau et à l'arrondi de mon clavier d'ordinateur. Et j'ai fait attention à ce qui se passait en moi dans quand je faisais cela.

Au fur et à mesure que les semaines passaient, j'ai remarqué que la pratique consistant à noter les détails devenait de plus en plus naturelle. Mon esprit, qui avait sombré dans un cercle vicieux de rumination sur lui-même, s'appesantissant sur le sentiment de séparation de la belle énergie du cœur, s'est calmé. J'ai aussi remarqué que quelque chose d'autre se passait. Mon esprit prenait goût à cette observation du monde environnant et y devenait réceptif. En voyant un rouge-gorge voleter d'une branche à l'autre, j'appréciais la légèreté joyeuse de la nature. Dans le dessin ouvragé d'une balustrade en fer forgé, je découvrais les qualités de douceur et de solidité. J'admirais la perfection présente dans la rondeur lisse et rouge d'une pomme.

J'ai réalisé qu'il y avait un lien entre ce qu'il y avait en moi et ce qu'il y avait dans le monde autour de moi. Cela m'a permis d'être de plus en plus consciente et présente et de percevoir l'unité délicieuse qui imprègne à la fois l'intérieur et l'extérieur. Cette découverte a été un soutien pour ma méditation et ma méditation a renforcé cette nouvelle découverte. J'ai commencé à sentir présentes en moi les qualités que je remarquais dans la nature et l'architecture, telles que la légèreté joyeuse, la force et la perfection. En suivant le conseil de Gurumayi de m'exercer à remarquer les détails dans l'architecture et les motifs des tissus, j'ai pu acquérir peu à peu un œil de connaisseur.

Le résultat a été si beau que ma vision en a été élargie et je me suis sentie reliée à nouveau à la belle énergie de mon cœur.

Gurumayi m'a fait un cadeau d'une grande profondeur, qui m'a touchée et transformée jusqu'aux tréfonds de mon être. En réfléchissant à cette transformation, je comprends que Gurumayi m'a fourni une occasion en or de mettre en pratique un aphorisme des *Shiva Sutra* qu'elle nous a enseigné – *yatha tatra tatha' nyatra*, « Tel il est ici, tel il est autre part ».

© 2020 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.