

Célébrer l'anniversaire de notre Guru bien-aimé

1er juin 2015

Chers Siddha Yogis,

Bienvenue au mois de juin, le splendide mois de la *Félicité de l'anniversaire* dans la voie du Siddha Yoga.

L'anniversaire de Gurumayi Chidvilasananda, notre Guru bien-aimé, est le 24 juin. Chaque jour de ce mois, chaque jour de la *Félicité de l'anniversaire*, nous pouvons réfléchir aux multiples façons dont la grâce et les enseignements de Gurumayi ont enrichi notre vie et soutenu notre *sadhana*. C'est une telle bénédiction pour nous tous d'être guidés par Gurumayi dans notre vie, que nous soyons nouveaux sur la voie du Siddha Yoga ou que nous pratiquions les enseignements du Siddha Yoga depuis des décennies.

Les enseignements de Gurumayi, son amour et sa grâce sont les fondations sur lesquelles se construit ma vie. J'aime ce mois de la *Félicité de l'anniversaire* car il me donne continuellement l'occasion de réfléchir sur la présence de Gurumayi dans ma vie, d'étudier les enseignements de Gurumayi et de chercher comment continuer à conformer ma vie à ces enseignements.

Un des moyens que je compte employer pour célébrer la *Félicité de l'anniversaire* est de développer ma compréhension et mon expérience du Message de Gurumayi pour l'année 2015:

Tournez-vous
Vers l'intérieur
Méditez
Avec aisance

La méditation est une pratique essentielle pour moi. Je médite tous les jours depuis trente-trois ans et cette connexion quotidienne à mon cœur, à la lumière de mon Soi, me soutient et me nourrit toujours. Depuis le 1er janvier, date où Gurumayi a donné son Message au cours du satsang *Une douce surprise*, j'ai réservé encore plus de temps pour la méditation. J'ai le sentiment de faire un voyage de découverte, voguant toujours plus vers la félicité du Soi, avec Gurumayi me faisant signe de continuer à aller de l'avant. Au cours de ce mois de la *Félicité de l'anniversaire*, j'ai l'intention de progresser dans ma pratique en étudiant les

principaux thèmes du discours du Message de Gurumayi et aussi en revoyant les définitions des **mots de ce Message de Gurumayi** qui ont été publiées sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga en janvier.

Pour moi, le site Internet est comme un temple, un sanctuaire vers lequel je peux faire un pèlerinage quotidien. Quand je consulte le site Internet, je me sens reliée à Gurumayi, aux enseignements et aux pratiques du Siddha Yoga, au sangham mondial et, ce qui est le plus merveilleux, à mon propre cœur. Je découvre avec enthousiasme tous les enseignements qui sont sur le site ce mois-ci en l'honneur de la *Félicité de l'anniversaire*: le yantra exquis que Gurumayi a créé comme cadeau pour nous tous et sur lequel nous pouvons méditer quotidiennement ; les magnifiques galeries de photos sur la nature ; les stimulantes Réflexions sur Gurumayi et bien plus encore.

Gurumayi est tellement généreuse ; tout ce qu'elle fait est consacré à l'élévation de l'humanité, à la protection de la nature et à l'incitation à la paix. Chaque année à cette époque, je me demande : « Comment puis-je remercier Gurumayi pour tout ce qu'elle m'a accordé ? » Je suis sûre que nombre d'entre vous se sont déjà posé la même question. Une des réponses que j'ai trouvées, c'est de vivre ma vie en harmonie avec les enseignements de Gurumayi – et une merveilleuse façon de le faire est de cultiver les vertus divines. Les vertus sont des qualités qui émanent du Soi, la patience et l'amabilité par exemple, et il est devenu de tradition sur la voie du Siddha Yoga, d'étudier ces vertus pendant le mois de l'anniversaire de Gurumayi. Au cours d'un *satsang*, le 24 juin 1993, à Shree Muktananda Ashram, Gurumayi a dit:

Le moment paraît venu d'examiner de plus près les vertus, ces dons divins qui demeurent dissimulés en nous, de les explorer, de les chérir et de les partager avec les autres.¹

Chaque jour ce mois-ci, sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga, nous aurons une sublime vertu à étudier. Nous pouvons faire resplendir la lumière de ces précieuses vertus en nous-mêmes et les refléter dans notre entourage. Dans ma vie personnelle, j'ai pu faire l'expérience des grands bienfaits de cette pratique. J'ai affiné en moi la vertu de la patience pendant des années et j'ai appris à ralentir, à rester davantage dans mon cœur et à ne pas me ruer sur le prochain événement. Je suis bien plus capable de rester centrée dans l'instant présent – et aussi d'être présente pour toute personne avec qui je me trouve.

Quand je commence à réfléchir, en ce mois de la *Félicité de l'anniversaire*, sur tout ce que j'ai reçu de Gurumayi et sur ce que la présence de Gurumayi dans ma vie a signifié pour moi, je suis submergée de gratitude. Une expérience me vient tout de suite à l'esprit. Au cours de

L'hiver 2014, je suis allée à Shree Muktananda Ashram en tant que sévaïte, pour offrir de la *seva* au Département des contenus d'enseignement de la SYDA Foundation. Je n'avais pas été physiquement en présence de Gurumayi depuis l'année 2002. Mais chaque année, quand j'étudiais les enseignements de Gurumayi et les mettais en pratique, je me sentais profondément reliée à elle. La puissance des paroles de Gurumayi et des pratiques qu'elle nous a données à tous forgeait un pont divin entre mon cœur et le sien.

Le jour de Noël, alors que Gurumayi quittait la salle Shri Nilaya après le Satsang de célébration, elle s'est arrêtée pour me parler. Un ami sévaïte, sachant que je n'avais pas vu Gurumayi depuis plus de douze ans, a voulu me présenter. Gurumayi a levé la main et dans un sourire, elle a dit avec infiniment d'amour:

« Oh, je la connais. Nous nous connaissons très bien. Nous nous connaissons depuis très longtemps. »

Depuis ce *darshan* mon cœur palpite constamment de bonheur. Je suis totalement convaincue que lorsque nous nous mettons en phase avec les enseignements et l'amour de Gurumayi, nous pouvons ressentir sa présence dans notre cœur.

Je vous souhaite à tous beaucoup de joie pendant votre célébration de l'anniversaire de Gurumayi tout au long de ce mois.

Joyeuse *Félicité de l'anniversaire !*

Avec amour,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Rashmi Smith' with a stylized flourish underneath.

Rashmi Smith

Enseignante de méditation Siddha Yoga

¹Gurumayi Chidvilasananda, *My Lord Loves a Pure Heart: The Yoga of Divine Virtues* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1994), p. 3.



© 2015 SYDA Foundation®. All rights reserved.