

Réflexions sur Gurumayi Chidvilasananda

Vivre dans la joie

par Nada Clyne

Sur la porte du réfrigérateur de la cuisine est fixée une carte d'anniversaire que Gurumayi m'a envoyée il y a de nombreuses années. Elle dit ceci : « Ton rire est l'énergie de guérison la plus extraordinaire. Merci pour ta joie. » J'ai toujours associé Gurumayi à la joie et la joie à Gurumayi. Au fil des années, par ses enseignements et son exemple, elle m'a encouragée et inspirée à vivre dans la joie.

Durant les années où j'ai offert de la *seva* comme permanente à Shree Muktananda Ashram et à **Gurudev Siddha Peeth**, je devinais toujours quand Gurumayi déambulait dans l'ashram au son de son rire qui se répercutait dans les couloirs. Parfois, j'avais l'impression que l'ashram tout entier était un réceptacle plein à ras bord de la joie de Gurumayi.

Un soir, alors que j'étais dans mon bureau à Gurudev Siddha Peeth, j'ai entendu quelqu'un chanter dans le couloir. Je suis allée à la porte et j'ai vu Gurumayi revenir de sa promenade quotidienne dans les jardins. Elle avait l'air tellement sereine, tellement heureuse, elle fredonnait un *bhajan* et faisait tourner quelque chose entre ses doigts. « Bonsoir, Gurumayi » lui ai-je dit et elle m'a souri en passant. Mais quelques pas plus loin, elle s'est arrêtée, a fait volte-face et m'a fait signe de m'approcher. Elle a alors tendu la main et a laissé tomber dans la mienne une petite feuille d'eucalyptus odorante. Puis elle a repris son chemin.

Je suis restée ainsi, admirant la feuille verte brillante et savourant l'état de joie que Gurumayi venait de partager avec moi. Cette joie avait quelque chose de familier, comme si mon propre cœur était en résonance avec le cœur de Gurumayi, et j'ai entendu intérieurement ces mots : « Oui ! Sois joyeuse ! » Alors je me suis dit : « Je veux vivre dans cette joie. »

L'intention qui a surgi de ce *darshan* est devenue un outil d'exploration : « Comment faire pour amener mon esprit à un état de joie de chaque instant au beau milieu de la vie quotidienne ? » Je me suis tournée vers les enseignements de Gurumayi, et dans son livre *Trésors intérieurs*, j'ai trouvé cette instruction : « Donnez-vous pleinement aux moments qui vous apportent de la joie, aux moments sources de délice ».

À force de contempler ces paroles, j'ai pris de plus en plus conscience qu'en choisissant de me concentrer sur les expériences et les pensées positives, je pouvais accroître mon énergie et ma joie. Je me suis mise à cultiver intentionnellement des pensées et des activités qui me rendaient heureuse ; j'ai incité le bonheur à durer.

Être dans la nature a toujours fait ressortir ma joie. Quand que je me promène dehors, en prenant de profondes inspirations et en me donnant le temps d'apprécier ce qui se passe autour de moi, une grande douceur m'envahit. J'ai donc décidé de m'accorder plus de temps dans la nature. Un soir, alors que j'étais assise dans ma cour, un magnifique héron bleu a fait un piqué et atterri sur la rive de notre étang. Il s'est promené autour de l'étang d'un pas lent, avec une allure royale et en parfaite harmonie avec son environnement. J'avais le sentiment d'absorber cette harmonie, le plaisir de ne faire qu'un avec la création de Dieu.

Une autre fois, une loutre de rivière est venue et a passé toute la journée à pêcher, batifolant dans l'eau et lézardant au soleil sur un rondin de bois. Quelle joie ! Aujourd'hui encore, lorsque je me rappelle les cabrioles enjouées de la loutre, un sentiment d'émerveillement s'élève en moi.

En ce moment, je regarde ma *puja* et j'y vois le visage souriant de Gurumayi, vibrant de joie. Mon cœur est plein de gratitude pour sa générosité, pour toutes ces années où elle nous a tous encouragés en partageant sa joie avec nous, et en nous rappelant sans cesse, par ses enseignements et sa présence, que nous pouvons être heureux et vivre dans la joie.

