

Réflexion sur Gurumayi Chidvilasananda 2017

Reconnaître mon Guru

par Sharada Andreatta

Les fonctionnements internes du corps humain m'ont toujours fascinée. Pendant mon cours universitaire de biologie, je me souviens de m'être émerveillée de la manière dont le souffle entre et sort du corps, le cœur bat son propre rythme et la digestion se déroule – tout cela sans l'intervention du cerveau pensant. Cette fascination m'a conduite à poursuivre des études en médecine. Je voulais en savoir plus sur les fonctions mystérieuses et invisibles du corps humain. Cependant, à la fin de ma première année d'école de médecine, le corps était devenu un ensemble de pièces à mémoriser et à analyser. J'étais déçue. Je me suis rendue compte que j'avais plus ou moins espéré trouver quelque part une sorte d'espace caché dans la forme extérieure, un espace physique pour l'âme. Mais le cœur était plein de sang, le cerveau plein de tissu, et même les os étaient remplis de moelle. Si le corps humain est un temple, alors où, exactement, demeure sa divinité ?

La veille de mon examen final d'anatomie, alors que je marchais le long d'un corridor de l'université, j'ai remarqué une affiche. Je me suis approchée et j'ai vu qu'elle annonçait que le maître de méditation Gurumayi Chidvilasananda prendrait la parole dans une salle voisine le lendemain soir. J'ai regardé de plus près et me suis retrouvée en train de -fixer les yeux de Gurumayi ; le temps d'un instant, mon souffle s'est arrêté et mon esprit actif s'est calmé. J'étais émerveillée de la profondeur apparemment infinie que je voyais au-delà de ses yeux. Savourant ce rare moment de tranquillité, je voulais rester là toute la nuit. Alors, un rappel – *C'est le moment d'étudier !* – a brisé ma rêverie. Je me suis installée dans mon box d'étude, et pendant que je mémorisais jusque tard dans la nuit les os et les muscles du corps humain, je revenais constamment à l'image des yeux fascinants de Gurumayi.

Le lendemain, dès l'examen terminé, je me suis précipitée à mon premier *satsang* avec Gurumayi. Je suis arrivée juste à temps pour voir Gurumayi entrer et s'asseoir gracieusement sur son fauteuil à l'avant de la salle. Les mêmes yeux fascinants qui m'avaient tenu compagnie la nuit précédente brillaient maintenant avec éclat juste devant moi. Tout au long de l'exposé de Gurumayi, alors que je la regardais attentivement, j'ai fait l'expérience de longs moments d'un grand calme mental – un évènement rare pour moi. Et avec ce calme, un doux émoi dans mon cœur.

Le lendemain, j'ai cherché le centre local de méditation Siddha Yoga, en quête de la tranquillité mentale que j'avais goûtée en présence de Gurumayi. Comme je récitais *Shri Guru Gita* pour la première fois, le verset quatre-vingt-treize a attiré mon attention ; il est dit à propos du Guru : « Il est le médecin qui guérit des tourments de la vie en ce monde ». Dans ce verset ancien, j'ai vu le diagnostic de mon état ! Bien qu'en bonne santé, je me sentais chroniquement insatisfaite par mes activités ordinaires – je m'interrogeais sur le sens et le but de mon existence. Instantanément un grand nombre de nouvelles questions ont surgi dans mon esprit. Quel médecin sait soigner le mécontentement que j'ai de mon existence dans ce monde ? Est-ce Gurumayi ?

Un an plus tard environ, j'ai voyagé pour être avec Gurumayi lors d'une de ses visites d'enseignement dans le Midwest. À la fin du *satsang*, je me suis agenouillée devant Gurumayi au *darshan* et j'ai posé la question qui me taraudait : « Comment peut-on savoir si on a trouvé son Guru ? » Mon intellect était impatient et prêt à analyser les critères que je m'attendais à entendre. Au lieu de cela, Gurumayi a ri. Elle s'est tournée vers un swami assis à sa gauche et a dit : « Elle demande comment tu sais que tu as trouvé ton Guru. » Il a ri à son tour. Alors Gurumayi a marqué une pause, son expression est devenue grave, elle s'est penchée vers moi et a baissé la voix pour répondre à ma question avec une autre question : « Quand tu as soif et que tu bois de l'eau, comment sais-tu que tu as eu suffisamment à boire ? »

Mon cerveau a été momentanément en état de sidération. J'ai quitté ce *satsang* déconcertée par la question de Gurumayi.

Tout au long de ces années où j'achevais ma formation médicale, j'ai passé le plus de temps possible en présence de Gurumayi. Chaque fois que cela était possible, je me

suis profondément impliquée dans les pratiques du Siddha Yoga. Avec le temps j'ai commencé à prendre conscience que l'état de mon corps était plus vivant, plus léger et plus dynamique. C'était comme la sensation de sortir d'une pièce étouffante pour trouver l'air de la montagne frais et pur. Quelquefois, je remarquais que les gens me souriaient et je me demandais pourquoi, et puis je réalisais que c'était parce que je leur souriais sans le savoir. Quand je marchais seule, il n'était pas rare de voir surgir un éclat de rire venant du centre de mon corps, spontanément et sans raison apparente. Ces expressions externes s'élevaient sans que mon esprit ou mon intellect ne les aient commandées. Bien avant que mon esprit ne l'ai compris, mon corps semblait savoir et exprimer que Gurumayi est le médecin pour mon existence en ce monde. Elle avait réveillé ma joie intérieure.

Avec le temps, mon intellect a discerné ce que mon corps savait déjà. Je me suis rendue compte que rencontrer Gurumayi, recevoir sa grâce, et faire les pratiques du Siddha Yoga avaient transformé mon expérience de la réalité à chaque instant. Le mécontentement perpétuel que j'avais de ma vie extérieure avait diminué. Une intériorité sereine s'est développée, j'ai pris conscience de mon Soi plein de félicité dans le temple de mon corps. J'ai découvert qui je suis vraiment.

La question de Gurumayi m'a amenée à découvrir une vérité inébranlable sur le véritable Guru. Au cœur de mon être le plus intime, il y a Celui qui sait. Mon Soi intérieur a reconnu Gurumayi et transmis cette connaissance à mon intellect et à mon corps. Dans ma vie, j'ai connu des moments de grand amour, je me suis réjouie de compréhensions profondes et j'ai fait l'expérience d'un bonheur transcendant – mais ce n'est que par la grâce d'un *sadguru*, de Gurumayi, que j'ai été éveillée à la conscience de mon Soi intérieur, toujours présent, authentique et joyeux.