

La persévérance

Une vertu choisie par Gurumayi Chidvilasananda pour la *Félicité de l'anniversaire*

Commentaire d'Achala Woollacott, enseignante de méditation Siddha Yoga

Ce mot plein de nuances, *steadfast*, est issu du mot en vieil anglais *stedefæst*, qui est composé de *stede*, qui signifie « lieu », et de *fæst*, qui signifie « fermement établi », « ferme dans son but, résolu, inébranlable ». Ainsi, être persévérant, c'est être fermement établi en un lieu donné, comme une montagne ou un arbre profondément enraciné. Dans le yoga, c'est la qualité intérieure qui consiste à être ferme dans son but, sa résolution et son action.

Gurumayi parle de l'importance de la constance dans son livre *Mon Seigneur aime les cœurs purs* :

La constance, ou la persévérance, comme on l'appelle quelquefois, est hautement appréciée dans tous les domaines de la vie. Sans elle, il ne peut y avoir ni joie, ni bonheur véritables, ni accomplissement durable.¹

C'est une déclaration très surprenante – que le bonheur et un accomplissement durable dépendent de la persévérance. Et pourtant, cette vérité est confirmée par notre expérience dans l'acquisition de la plupart des talents. Par exemple, une enfant peut avoir envie d'apprendre à jouer du violon et en commencer l'étude avec enthousiasme. Mais à d'autres moments, elle peut trouver la pratique quotidienne trop exigeante et être tentée d'abandonner ses efforts. Sur le moment, cela peut sembler la solution la plus facile. Mais c'est seulement si elle persévère dans sa pratique qu'elle aura le bonheur de maîtriser ce talent et d'atteindre son but. Ce n'est qu'en étant constante dans son apprentissage qu'elle peut connaître la joie infinie de jouer un morceau avec à la fois habileté et sens artistique, réalisant ainsi son intention de musicienne.

Ainsi, dans toute entreprise, un effort constant et durable est la clé du bonheur et de la réussite.

Gurumayi continue en disant :

Le sanscrit offre plusieurs définitions différentes du mot persévérance : on trouve *dirgha prayatna*, qui signifie « effort prolongé » ; on trouve également *sthairya*, qui a quatre sens différents : fermeté, patience, cohérence et constance.²

Ces nuances de sens que Gurumayi nous fournit pour comprendre cette vertu qu'est la persévérance nous rappellent qu'elle implique d'être déterminé quant à notre objectif, régulier dans nos efforts et patient avec nous-mêmes en progressant vers notre but pendant une période de temps prolongée. Quand nous sommes persévérants, nous ne nous laissons pas décourager par les défis intérieurs et extérieurs que nous rencontrons sur notre route.

En ce qui concerne la poursuite du le but de la *sadhana*, être persévérant implique d'avoir l'esprit fixé sur les enseignements du Guru et d'être résolu à la fois dans l'accomplissement de nos tâches et dans la ré cognition du Soi intérieur pendant que nous agissons. Maintenir constamment notre attention à ce niveau nous aide à reconnaître notre pure conscience, notre pur amour et, en retour, nous donne un plus grand sentiment d'épanouissement dans tout ce que nous entreprenons.

Il pourrait sembler que garder constamment conscience de nos intentions requiert un effort herculéen. Mais cela n'est pas mon expérience personnelle. Pratiquer la persévérance nous nourrit et nous amène à vivre des moments où nous reconnaissons la félicité et le contentement profonds du Cœur. Et cela en retour, nous motive pour nous impliquer plus profondément dans la *sadhana*. Une façon convaincante de visualiser la qualité de persévérance est de la voir comme une corde énergétique indestructible d'amour et de joie reliant notre propre cœur au grand Cœur du Guru. C'est ce lien d'amour qui garde notre attention fermement fixée sur la voie du Cœur.

Shri Bhagavad Gita considère également la persévérance comme une qualité essentielle pour parvenir à une conscience permanente du Cœur, ce qui est le but du yoga. Le verset 7 : 18 affirme :

उदाराः सर्व एवैते ज्ञानी त्व् आत्मैव मे मतम् ।

आस्थितः स हि युक्तात्मा माम् एवानुत्तमां गतिम् ॥७.१८॥

*udārāū sarva evāite jñānī tv ātmāiva me mataṅ,
āsthitaū sa hi yuktātmā māṅ evānuttamāṅ gatiṅ.*

Celui dont l'esprit est résolu demeure en Moi seul, le but suprême.³

Dans ce verset, le Seigneur Krishna rappelle à Arjuna que le fruit qu'on obtient lorsqu'on est persévérant, que l'on reste concentré sur son intention, c'est la connaissance du Soi. Il dit que la personne dont l'esprit se tourne constamment vers l'intérieur pour garder conscience du grand Cœur atteint cet objectif incomparable et finalement s'y installe.

L'enseignement du Seigneur Krishna nous donne une clé pour atteindre le but de la *sadhana*. En devenant indifférents aux revers momentanés, nous nous surmontons les défis de la vie. Sans nous laisser enivrer par les succès ni décourager par les échecs, nous avançons un pas à la fois et apprenons à savourer chaque étape de notre voyage. Nous en venons à voir que chaque étape nous offre une nouvelle chance de renforcer notre capacité à reconnaître le Soi en nous-mêmes. Au fil du temps, cette expérience de récoognition est de plus en plus fréquente et finalement, elle devient notre état permanent. Nous sommes plongés dans la félicité du Soi. Nous découvrons, comme le dit Gurumayi, que la persévérance dans la *sadhana* procure un accomplissement durable et le véritable bonheur.

Affirmation pour Persévérance

Je m'efforce de maintenir constamment mon attention sur le Cœur.

¹ Swami Chidvilasananda, *My Lord Loves a Pure Heart*, (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1994) p. 33.
Mon Seigneur aime les cœurs purs (© 1994 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.) p.37-38.

² *Ibid.*

Mon Seigneur aime les cœurs purs (© 1994 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.) p.38.

³ *Bhagavad Gita*, 7.18 ; *ibid.*, p. 45.

© 2016 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.