

Régénéré par la lumière du Guru
Une dharana pour Gurupurnima 2021
par Gauri Maurer

Visualisez-vous assis sur le rivage d'un lac.

L'eau est claire.

Voyez les pierres et la vie végétale sous la surface
et le scintillement de poissons irisés qui passent en nageant.

De hautes herbes se balancent au bord de l'eau.

La lumière du soleil baigne le paysage dans une chaude tonalité d'or.

Prenez conscience de votre souffle
qui caresse l'intérieur de votre être sur l'inspiration
et s'écoule vers l'extérieur quand vous expirez.

Savourez le mouvement doux de l'inspiration et de l'expiration.

Remarquez que la lumière du soleil éclaire chaque brin d'herbe.

Observez la lumière du soleil qui scintille
comme des milliers de diamants sur la surface du lac.

Délectez-vous en voyant que chaque particule de votre souffle
scintille de la lumière du Guru.

Inspirez et laissez la cage thoracique se dilater.

Expirez et laissez le souffle s'écouler à l'extérieur.

Maintenant, portez votre attention vers l'autre rive du lac.

Il y a une chaîne de montagnes aux pentes couvertes de buissons et d'arbres.

Voyez comme cette vision est magnifique dans la lumière.

La brise caresse les fleurs de la montagne en survolant les sommets.
Inspirez le parfum de cette brise dont les effluves viennent vers vous.

Saisissez cette fragrance. Sentez son toucher céleste.

Inspirez la splendeur de cette fragrance.

Elle est légère.

Elle est agréable.

Elle est pour vous.

Pourquoi la lumière du soleil est-elle si douce, si soyeuse ?

Le soleil est bas sur l'horizon au moment où il se dirige vers un autre horizon pour
éclairer cette autre partie du monde.

Pendant que le soleil se rapproche de la ligne d'horizon, lumière et ombre rehaussent
les courbes et les pentes des montagnes.

Levez les yeux.

Le ciel, les nuages épars, les rayons du soleil.

Voyez comme la lumière radieuse du soleil couchant
touche les particules de l'atmosphère, créant des prismes de couleurs.

Et maintenant, regardez à nouveau les eaux translucides du lac devant vous.

Que voyez-vous ?

Les rayons du soleil éclairent les profondeurs de l'eau.
Le prisme de couleurs que vous avez vu dans le ciel se reflète sur l'eau,
se répandant en une couche de pierres précieuses.

De la lumière. Partout.

De la lumière près de vous.

De la lumière sur l'horizon.

De la lumière en haut.

De la lumière en bas.

De la lumière à l'intérieur.

De la lumière à l'extérieur.

De la lumière éblouissante. *Jyoti*.

De la lumière qui serpente entre les branches des arbres.

De la lumière en taches. *Dyuti*.

De la lumière qui tombe doucement sur votre visage, réchauffant votre peau.

De la lumière douce. *Kanti*.

De la lumière qui imprègne votre être, élevant votre esprit.

Inspirez la lumière.

Expirez la lumière.

Le globe de lumière, le dieu magnifique, le Soleil, a plongé sous l'horizon.

C'est maintenant le crépuscule.

Portez votre attention vers l'est.

Que se passe-t-il ?

Vous voyez ?

Nous célébrons *Gurupurnima*.

Nous vénérons la lumière du Guru.

Regardez. *Purnima* s'élève.

La pleine lune. La pleine lune du Guru.

C'est une perle rose lumineuse.

Que ressent votre cœur
quand vous admirez l'éclat de la lune ?

Son éclat inspire l'émerveillement.

Pradyota. La lumière éclatante.

Qu'est-ce qui monte dans votre cœur
quand vous regardez, émerveillé, la douceur de la perle rose ?

Sa douceur évoque la révérence.

Aloka. Douce lumière.

La pleine lune vous attire-t-elle dans son être ?
Ou bien est-ce *vous* qui attirez la douceur de la lune dans votre être ?

Quand la lune brille, les masses d'eau se soulèvent à la rencontre de sa lumière.

De même, observez votre cœur s'élever
pour recevoir les bénédictions de la pleine lune du Guru.

La pleine lune chante-t-elle ?
L'entendez-vous ?

Ou est-ce votre cœur qui chante ?
Qu'entendez-vous ?

Aah. C'est une mélodie... une mélodie d'amour pur.

Et qu'est-ce que vous voyez ?

C'est la lumière. La lumière de l'amour divin.

Shri Guru a allumé la lumière divine dans votre cœur.

À cause de cette lumière
qui a été éveillée dans votre être par la grâce du Guru,
vous voyez de la lumière dans votre vie.

La lumière divine – tellement resplendissante.
Elle éclaire chaque recoin de votre être.

L'amour est éveillé dans chaque cellule de votre être.
La lumière divine est aussi douce que les pétales d'une fleur de jasmin,
mais elle a le pouvoir de vous purifier complètement.

La lumière divine est aussi forte qu'un feu ardent,
mais sa douceur va vous persuader de boire le nectar de l'amour.

Buvez la lumière des rayons de lune.

Goûtez la lumière de l'amour du Guru.

Buvez la lumière du firmament.

Goûtez la lumière de la sagesse du Guru.

Laissez cette lumière divine apaiser votre esprit.

Laissez cette lumière divine envelopper tout votre être de joie.

Sentez que la lumière divine, c'est vous.

Prakasha, la lumière de la Conscience.
Votre lumière, qui a été allumée par la lumière du Guru.

La lumière divine du Guru est *saccidananda*.
Vérité, Conscience et Félicité.

La Guru est avec vous. Lumière.

Le Guru est près de vous. Lumière.

Le Guru marche devant vous. Lumière.

Le Guru marche derrière vous. Lumière.

Le Guru sourit avec vous. Lumière.

Le Guru veille sur vous. Lumière.

Entendez ces mots s'élever de la quiétude de votre cœur.

Je suis magnifique – je suis reconnaissant.

Je suis le Soi – je suis plein de sagesse.

Je suis lumière – je suis régénéré.

Je suis régénéré par la lumière du Guru.

Maintenant, répétez-vous ce que vous avez entendu s'élever de votre cœur.

Je suis magnifique – je suis reconnaissant.

Je suis le Soi – je suis plein de sagesse.

Je suis lumière – je suis régénéré.

Je suis régénéré par la lumière du Guru.

La lumière. Tellement divine.

Méditez.

Méditez avec cette lumière qui brille dans votre cœur.

