

Un moment de protection

Raksha Bandhan

par Eesha Sardesai

Tout au long de ce mois, sur la voie du Siddha Yoga, nous nous sommes concentrés sur les pratiques que Gurumayi nous a indiquées, la méditation et le *mantra japa*. Nous les avons mises en œuvre tout particulièrement en lien avec les célébrations du mois d'août – d'abord la *Punyatithi* de Bhagavan Nityananda, puis la *Divya Diksha* de Baba Muktananda et maintenant *Raksha bandhan*.

Raksha bandhan a lieu lors de la pleine lune, *Rakhi purnima*, qui tombe cette année le 27 août. Comme je l'ai écrit au début du mois, *Raksha bandhan* est une fête qui a des racines profondes dans la culture et la tradition scripturaire de l'Inde, où sont relatées toutes sortes d'échanges de *rakhi*, des bracelets faits de fils, entre des dieux et des déesses, des rois et des reines et d'autres personnes et groupes de gens. De nos jours, la coutume populaire en Inde veut que les sœurs nouent des *rakhi* aux poignets de leurs frères à l'occasion de *Raksha bandhan*.

Depuis des milliers d'années, le *rakhi* constitue un symbole puissant de respect entre les individus et d'engagement à se protéger mutuellement. Sur la voie du Siddha Yoga, le symbolisme du *rakhi* est particulièrement profond car il représente le lien d'amour et de protection entre Guru et disciple. Mais ce que nous souhaitons spécialement protéger mérite d'être examiné et formulé avec précision. C'est la lumière que le Guru a allumée en nous, la conscience de la présence du divin en nous, que nous pouvons aussi voir reflété chez les autres et dans tout notre environnement. C'est ce sentiment viscéral de connexion à l'amour qui habite nos cœurs, que nous fortifions par notre pratique du Siddha Yoga.

Le mot anglais *protection* est dérivé du vieux français *proteccion* (signifiant « protection, abri »), lequel vient à son tour du bas latin *protecionem*, qui signifie « revêtement protecteur ». Je trouve que c'est un angle de vue instructif pour examiner notre pratique de la méditation et ses résultats. Selon mon expérience, chaque fois que nous pratiquons la méditation du Siddha Yoga, nous renforçons notre conscience du Soi, de la flamme intérieure. En un sens, nous sauvegardons cette conscience – nous la protégeons et l'immunisons peu à peu contre chacune des forces intérieures et extérieures susceptibles de nous la faire oublier. Les vagues du *samsara* peuvent menacer de nous balloter mais nous restons ancrés dans qui nous sommes, dans ce dont le Guru nous a dotés.

Cela me ramène au *rakhi*, ce bracelet de fils apparemment tout simple. Puisque l'oubli est un vrai danger contre lequel il nous faut nous protéger, avoir un rappel matériel, tangible, de la protection peut être à la fois utile et rassurant. En fait, il y a en Inde beaucoup d'histoires de fils protecteurs. Dans certaines cérémonies religieuses, des prêtres ou des anciens nouent des *mauli*, des bracelets tressés de fils jaunes et rouges, aux poignets des fidèles pour éloigner les forces malfaisantes. De même, des fils noirs sont souvent attachés aux poignets des enfants, comme une sorte d'amulette protectrice pour repousser *buri nazar*, « le mauvais œil ».

Sur la voie du Siddha Yoga, Gurumayi a parlé des *smaranika*, des talismans qui entretiennent le souvenir. Le *rakhi* que nous attachons en reconnaissance de notre lien avec le Guru peut être un tel *smaranika*. Un autre *smaranika* essentiel de la voie du Siddha Yoga est le *japa mala* que nous utilisons pour la pratique de *mantra japa*. En égrenant le *japa mala*, nous répétons intérieurement le mantra, affirmant ainsi sans cesse la présence du Soi suprême dans notre cœur. Le fait de porter sur soi un tel objet physique – le *mala* sous la forme d'un bracelet ou même d'une bague – a un grand pouvoir. Cela nous rappelle constamment la pratique du *japa*, et ce que nous gagnons et protégeons en effectuant le *japa*.

C'est aussi un rappel de la protection que nous souhaitons nous-mêmes *offrir*. Mon expérience m'a appris que la protection que nous invoquons en pratiquant le *mantra japa* et la méditation ne se limite pas à nous-mêmes. Elle se propage à l'extérieur, englobant toutes les personnes que nous rencontrons, tout ce qui est l'objet de nos interactions.



© 2026 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.