

# *Sahasrara, la demeure de la lumière*

## par Eesha Sardesai

**Satsang de célébration du Siddha Yoga**

en l'honneur du *Mahasamadhi* de Baba Muktananda

Samedi 31 octobre 2020

Une grande part de notre travail d'être humain consiste, semble-t-il, à donner un sens à notre vie et à notre monde – et à acquérir ainsi un semblant de sécurité dans cette manifestation immense, magnifique, complexe, dont nous faisons partie. Enfants, nous ouvrons des yeux émerveillés sur notre environnement en demandant ce qu'est *ceci*, qui nous sommes, quelle relation il y a entre cette chose là-bas et nous. Cette curiosité – cette aspiration à donner un sens au monde et à la place que nous y avons – ne disparaît pas quand nous prenons de l'âge. Nous accumulons des idées et des étiquettes, des coutumes et des traditions, des concepts et des jugements sur ce qui est bon et a de la valeur – et dans une certaine mesure, cela satisfait notre besoin de savoir.

Mais ce monde qui est le nôtre peut être parfois bizarre. Assurément, il est imprévisible. Nous avons *nos* idées sur la façon dont les choses devraient être, sur ce qui est bien et mal, sur la manière dont nous-même et les autres devrions nous comporter. Souvent, cependant, ce que nous voyons autour de nous n'est pas conforme à nos critères. Malgré tous nos efforts pour mener une vie ordonnée et dirigée vers un but, nous nous retrouvons dans des situations qui défient la logique ou la raison.

Que faire dans de telles situations ?

Étant étudiants du Siddha Yoga, nous savons qu'il ne s'agit pas de renoncer à nos responsabilités ou de nous « retirer » d'une façon ou d'une autre. Il s'agit plutôt de comprendre qu'il y a quelque chose *de plus* que ce monde manifesté. Nous avons à notre disposition des réserves inépuisables de force et d'énergie, une source de sens et de raison d'être indépendante de circonstances sur lesquelles nous n'avons qu'une prise limitée. Il y a en nous des mondes entiers inexplorés, une demeure de lumière plus éclatante que ce que nos yeux tournés vers l'extérieur peuvent supporter. Nous

venons auprès du Guru, nous faisons une *sadhana* pour découvrir ce monde *intérieur* – et pour adopter ainsi un point de vue plus vaste et lumineux sur notre vie sur cette planète.

Baba Muktananda enseignait avec un grand enthousiasme ce qu'est le *sahasrara*, le lotus à mille pétales situé au sommet de la tête dans le corps subtil. C'est le but de notre voyage de chercheurs, l'objectif de notre *sadhana* sur la voie du Siddha Yoga.

La *Prashna Upanishad* affirme que 720 millions de *nadi*, de canaux d'énergie, s'entrecroisent dans le corps subtil. Ces *nadi* transportent le *prana*, la force vitale, à travers notre être. Quand la Kundalini Shakti est éveillée en nous par la grâce de Shri Guru, cette énergie consciente et divine entreprend son ascension à travers le canal central, la *sushumna nadi*, qui se situe parallèlement à la colonne vertébrale dans le corps physique.

Pour faciliter la transformation que réalise la Kundalini Shakti dans son ascension, nous accomplissons des pratiques spirituelles. Nous chantons, nous méditons, nous offrons de la *dakshina* et nous récitons *Shri Guru Gita*. Quand nous accomplissons les pratiques du Siddha Yoga, la *shakti* purifie chacun des six chakras, les croisements de *nadi* en forme de lotus qui se succèdent le long de la *sushumna*. Le *prana*, pour sa part, circule à travers les millions de *nadi* qui partent de la *sushumna* et déloge les *samskara*, les impressions passées et les karmas qui y sont stockés. Montant toujours plus haut, plus haut, plus haut, la Kundalini Shakti poursuit son voyage – nettoyant, purifiant, nous débarrassant de la souffrance et de la dureté que nous avons accumulées trop longtemps, nous aidant à introduire plus d'harmonie dans notre être jusqu'à ce que finalement, au sommet de la tête, elle atteigne... le *sahasrara*.

*Sahasrara*, en sanskrit, signifie « mille rayons ». Conformément à cette description, les mille pétales de ce lotus se déploient de façon concentrique, dans un motif en spirale qui s'étend à l'infini. Ces pétales sont d'un blanc immaculé, leur forme est parfaite et la lumière qui en émane est si brillante qu'on dit qu'elle a l'éclat d'un million de soleils.

Au centre du *sahasrara* se trouve le *nila bindu*, la Perle bleue lumineuse dont Baba a si souvent parlé dans ses enseignements. La Perle bleue, qui a la taille d'un grain de sésame, représente le Soi suprême et c'est le point d'origine de l'univers entier.

Recevoir le *darshan* du *sahasrara* et de la Perle bleue, c'est vivre la fusion de l'âme individuelle avec le Suprême. C'est pourquoi on dit que dans le siège du *sahasrara*, les mots s'arrêtent net. Les pensées n'y parviennent pas. Le *sahasrara* surpasse les facultés de l'esprit et des sens ; il transcende tout ce qui peut qualifier ou caractériser notre existence. À la place, ce qui émerge, c'est la conscience de *purno'ham* – le « je suis » pur. Après une vie entière passée à adjoindre autre chose à cette affirmation – « je suis » – nous nous unissons à nouveau à la lumière que nous étions avant qu'elle ne soit diminuée par nos conceptions, nos idées, nos étiquettes et nos principes. Les couples de contraires (douleur et plaisir, euphorie et chagrin), qui font le yo-yo en nous quand nous nous définissons seulement par ce qui nous est extérieur, n'ont plus de prise sur nous.

Dans la demeure du *sahasrara*, nous... existons, tout simplement. *Je suis*. Ou, comme Baba apprenait aux gens à le dire : *Je suis lumière*.

Le titre de ce *satsang* est « *Demeure dans le royaume du repos divin* ».

La voie du Siddha Yoga est sans égale, précisément parce que suivre cette voie nous conduit là. C'est pourquoi ce qu'a fait Baba était tellement révolutionnaire – il a apporté au monde *shaktipat diksha*, enseigné et fait vivre aux gens l'expérience directe du *sahasrara* et de la Perle bleue. Par la grâce de Baba Muktananda, par la grâce de Bhagavan Nityananda et par la grâce de Gurumayi Chidvilasananda, nous *pouvons réellement* demeurer dans le royaume du repos divin. Le *sahasrara* n'est pas une abstraction. Ce n'est pas un concept ésotérique réservé aux dissertations sur les Écritures. C'est l'expérience vécue par des chercheurs sur la voie spirituelle et il vous appartient de la vivre.

