

Kundalini, le secret de la vie

Extrait du livre de Baba Muktananda

En vérité, ce corps lui-même est le temple de Dieu. Il n'est pas de temple plus prestigieux que le corps humain. Chacun doit méditer cela et comprendre que Dieu réside en lui. Tout comme on dit : « Ceci m'appartient » ou « C'est ma maison », il faut gagner le droit de dire : « Dieu est en moi ». Tukaram Maharaj écrit : « Je suis allé à la recherche de Dieu, mais ne l'ai point trouvé, car je suis moi-même devenu Dieu. Dans ce corps même, Dieu s'est révélé à moi. » C'est la vérité absolue.

Telle est la connaissance que l'on obtient quand la Kundalini se fond dans le *sahasrara*. C'est l'état de *parabhakti*, la dévotion suprême, dans lequel il n'y a plus ni adorateur, ni Dieu, ni monde, mais seulement l'unité. De même qu'un fleuve termine son long parcours en se jetant dans l'océan et en se mêlant à lui, de même, quand la Kundalini achève son œuvre et se stabilise dans le *sahasrara*, l'homme s'immerge complètement en Dieu.

Toutes les impuretés sont éliminées et l'on jouit du repos parfait dans le Soi. Le voile de la dualité disparaît et le monde devient alors le jeu enivrant de la Kundalini, un divertissement de l'énergie divine. L'univers apparaît comme une lumière de béatitude infinie, indifférenciée, au sein de laquelle on demeure à jamais plongé. C'est l'état de libération, l'état de perfection.

Celui qui est parvenu à cet état n'a pas à se retirer dans un endroit isolé et à fermer les yeux pour entrer en *samadhi*. En méditant, en mangeant, en prenant son bain, en dormant, seul ou avec les autres, il goûte la paix et la joie du Soi. Tout ce qu'il voit est Dieu, tout ce qu'il entend est Dieu, tout ce qu'il goûte est Dieu, toutes les paroles qu'il prononce sont celles de Dieu. Au milieu de la société, il connaît la solitude de la grotte et jouit, parmi ses semblables, de la félicité du *samadhi*. *Lokānandah samādhi sukham*, disent à ce propos les *Shiva Sūtra* : « La félicité du monde est l'extase du *samadhi* ».

C'est pour atteindre cet état qu'il nous faut méditer, qu'il nous faut obtenir l'éveil de notre Kundalini. Nous ne méditons pas pour atteindre Dieu, car nous l'avons déjà

atteint. Nous méditons pour devenir conscients de la présence de Dieu en nous. Telle est la connaissance apportée par le Siddha Yoga, tel est le fruit du yoga qui se déroule en nous quand la Kundalini est éveillée par la grâce d'un maître accompli.

Et c'est pourquoi je répète à chacun : « Méditez sur votre Soi, honorez votre Soi, car Dieu demeure en vous, Il est vous. »

Swami Muktananda, *Kundalini, le secret de la vie*, 2^e éd. française, 1995
(South Fallsburg, NY : SYDA Foundation, 1994), p.44-45.
Maquette de Shabnam Labra et Hira Tanner.



© 2023 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.