

Méditation sur les paroles de Gurumayi

Mahashivaratri

par Eesha Sardesai

« Demandez et vous recevrez. »

Après avoir raconté l'histoire de la fillette de sept ans qui souhaitait « réserver un darshan », Gurumayi a dispensé un enseignement sur un autre point qu'illustre cette histoire.

Gurumayi a dit : « Demandez, et vous recevrez. Nous savons tous cela. C'est dans toutes les traditions. C'est dans la tradition hindoue, la tradition chrétienne, la tradition juive, la tradition musulmane. Dans chaque tradition, dans chaque religion, la Vérité est la même. »

Quand Gurumayi a dit cela, j'ai eu l'impression qu'une lumière s'allumait dans mon esprit ; cette tradition ancestrale m'est apparue sous un jour nouveau. Je connaissais plutôt bien le passage de la Bible d'où est extraite cette affirmation : « Demandez, et vous recevrez. » J'étais évidemment tombée sur ce thème dans les histoires et les Écritures que j'avais lues sur le Seigneur Shiva. Et je savais, par mes études et mes conversations avec d'autres personnes, qu'une idée similaire est exprimée dans les textes de l'islam et du judaïsme. Mais avant que Gurumayi en parle en *satsang*, je n'avais jamais pris le temps d'apprécier l'importance et la signification de ce principe, de ce thème, qui se retrouve dans *toutes* les grandes traditions religieuses et spirituelles du monde.

Que pouvons-nous déduire du fait que, quelle que soit la tradition que nous choisissons de suivre, notre effort est considéré comme essentiel ? La Torah, la Bible, le Coran et d'innombrables Écritures de l'Inde louent toutes la bienveillance de Dieu. Mais elles précisent *aussi* que le chercheur doit faire ce premier pas vers Dieu. Il doit formuler ce qu'il souhaite obtenir.

Sur la voie du Siddha Yoga, Gurumayi a beaucoup parlé du pouvoir de la prière, cet acte profondément sacré consistant à parler à Dieu, à supplier Dieu, à établir un dialogue et une communion avec Dieu. La prière est une pratique en soi, une pratique qui associe l'intelligence de l'esprit et l'intuition innée du cœur. Beaucoup de choses peuvent entrer en jeu pour faire une prière. Il ne suffit pas de se prosterner devant Dieu en espérant qu'il s'occupe du reste. Il ne s'agit pas non plus de dire ce que nous pensons être « la bonne chose » à dire, ce qui sonne bien ou ce que Dieu, croyons-nous, aimerait entendre.

La véritable prière est une fusion de notre âme avec l'âme suprême, l'âme qui vibre tout autour de nous. Et pour cela, nous devons commencer par *écouter*, par exemple les pas des enfants ou le vent qui siffle contre nos fenêtres. Le cliquetis continu des doigts sur le clavier d'un ordinateur et le bouillonnement de la soupe sur une plaque chauffante. La vibration que nous cherchons est présente à l'intérieur de *chaque* son, dans les sons que nous considérons comme temporels et dans ceux que nous percevons comme les vibrations mêmes de la divinité.

Nous devons toutefois tenir compte des préférences personnelles. Nos corps sont uniques. Nos systèmes nerveux ont des sensibilités différentes. Certains sons vont nous apaiser et d'autres vont irriter nos nerfs. J'ai trouvé utile, et même crucial, d'identifier les sons que je préfère et de limiter mon exposition aux bruits dont je sais qu'ils vont me déranger. Si nous ne savons pas ce que notre corps aime et ce qu'il n'aime pas, comment pourrions-nous utiliser ce corps pour percevoir Dieu ? Inversement, si nous nous engageons vraiment dans cette recherche sur nous-même, si nous découvrons ce que nous préférons et ce qui est bon pour nous, nous nous offrons cette possibilité inouïe de toucher le Divin.

En fin de compte, il n'y a qu'un son qui a émergé du silence de ce monde, et c'est ce son qui résonne dans le vent, dans les vagues et dans le battement de notre cœur. *AUM*, le son primordial. Quand nous écoutons ce son, quand nous utilisons nos mots pour lui donner une voix, les prières que nous faisons sont imprégnées de son énergie. Elles sont porteuses du pouvoir de *AUM*.

Je reconnais, bien sûr, que nous ne partons sans doute pas *toujours* de cet espace quand nous prions. Il nous arrive de prier par désespoir, par peur ou même par

sentiment de culpabilité. Parfois, nous prions parce que nous voulons vraiment quelque chose. Nous ne devons pas nous dénigrer pour autant. Nous n'avons certainement pas besoin d'aggraver le malaise qui nous a initialement poussés à prier en y ajoutant *encore plus* de sentiment de culpabilité. Comme je l'ai écrit plus haut, il sera de toutes façons répondu à nos prières. Ce n'est pas sans raison que le Seigneur Shiva est appelé *Varada*, celui qui accorde des faveurs, qu'on le nomme *Shambhu*, celui qui apporte le bonheur, et *Karunanidhi*, le trésor de la compassion.

Mais ce que je comprends des enseignements de Gurumayi, c'est que la prière peut être encore beaucoup *plus*. Elle peut être plus que la simple satisfaction d'un désir. Elle peut être un portail s'ouvrant sur l'expérience de Dieu, et alors les paroles qui émanent de cette expérience sont en accord avec la volonté de Dieu. Je repense au Message de Gurumayi pour 2026 et plus spécialement à sa deuxième ligne : « Observe ! Accomplis ton *dharma*. » Je trouve vraiment fascinant que l'observation soit un préalable pour accomplir notre *dharma*, que pour identifier ce qu'est notre *dharma*, puis le suivre, il faille d'abord un certain degré de conscience (de nous-même, des autres, de notre monde).

Récemment, j'échangeais des anecdotes sur la prière avec une amie à Shree Muktananda Ashram. Nous avons découvert que nous avions eu des expériences similaires en allant devant Bhagavan Nityananda pour prier dans son Temple. Nous commençons par réfléchir *vraiment* sérieusement à ce que nous voulons demander. Nous trouvons les mots *parfaits* pour exprimer nos souhaits. Il arrive même que nous apprenions par cœur les paroles que nous voulons prononcer, de sorte que, le moment venu, elles nous viennent spontanément à l'esprit. Mais ensuite, lorsque nous arrivons devant Bade Baba, que nous regardons sa forme dorée et laissons tomber sur nous son regard bénéfique, les paroles que nous avions si consciencieusement répétées ne nous viennent pas. À leur place, d'autres mots surgissent, des mots qui nous prennent par surprise, mais qui expriment sans doute plus exactement ce à quoi nous aspirons réellement.

Cela m'est arrivé tellement souvent que je ne peux m'empêcher d'en rire. En même temps, cela me donne envie d'affiner mon approche de la prière. Cela m'incite à mieux me connaître et à être honnête avec moi-même. Je crois que c'est grâce à cette

sincérité, à la vérité sous-jacente aux caprices des émotions et à la rigidité occasionnelle de la pensée, que nous pouvons avoir accès à cette Vérité supérieure dont parle Gurumayi.

Et quand nos prières émanent de cet espace de Vérité, elles n'ont *pas* d'autre choix que de se manifester. « Demandez, et vous recevrez », comme le dit le précepte. Nous ne faisons que formuler ce qui doit être. Nous concrétisons la possibilité qui existait déjà pendant tout ce temps, présente à l'état latent dans l'éther. Non seulement cela, mais ce que nous offrons au monde a un effet durable et procure des bienfaits bien au-delà de notre personne. Oui, tout désir peut être comblé par la prière. Mais combien de temps jouirons-nous de la satisfaction de ce désir avant qu'un autre, puis un autre, et encore un autre ne lui succèdent ?

D'après mon expérience, une prière faite à partir du cœur porte des fruits sans fin. Elle continue à vivre. Elle devient une sorte de talisman, qui amplifie les chances dont bénéficient la personne qui prie et tous ceux dont sa prière touche, directement ou indirectement, la vie. Cela me fait penser à cette parole emblématique du grand saint poète Sai Baba de Shirdi, que j'ai souvent entendu Gurumayi citer : « Je donne aux gens ce qu'ils désirent dans l'espoir qu'un jour, ils désireront ce que j'ai à leur donner¹. »

Alors maintenant, je voudrais vous poser la question suivante : êtes-vous quelqu'un qui trouve utile de prier et d'offrir vos prières ? Si c'est le cas, voudriez-vous nous raconter vos expériences du pouvoir de la prière dans votre vie ?



© 2026 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.

¹ Cité dans *Mon Seigneur aime les cœurs purs, le yoga des vertus divines*, par Swami Chidvilasananda (Éditions Saraswati, 1995), p. 78.