

Questions et réponses sur la pratique de la *dakshina* dans le Siddha Yoga

avec Swami Indirananda

En tant que swami du Siddha Yoga et enseignante de méditation qui anime des séances d'étude de la *dakshina*, j'ai eu l'occasion de discuter de cette pratique avec des siddha yogis de tous les âges et de toutes les parties du monde. C'est avec joie que je vous fais part de mes réponses aux questions qui m'ont été posées au fil des années au cours de ces séances d'étude et lors de conversations.

1. Pourquoi la *dakshina*, l'offrande financière, est-elle une pratique du Siddha Yoga ?
2. Quel genre de transformation provoque la pratique de la *dakshina* dans la *sadhana* du Siddha Yoga ?
3. Il me semble plus facile de reconnaître les bienfaits que je tire des pratiques de la méditation et du chant que de percevoir ceux de l'offrande de *dakshina*. Comment prendre mieux conscience des effets bénéfiques de cette pratique dans ma vie ?
4. Je remarque qu'il y a des pages consacrées à la déesse Lakshmi sur la section du site Internet de la voie du Siddha Yoga consacrée à la pratique de la *dakshina*. Quel rapport y a-t-il entre la déesse Lakshmi et la pratique de la *dakshina* ?
5. Je lis sur le site de la voie du Siddha Yoga que la *dakshina* est pour nous un sujet d'étude et de pratique pendant le mois de *Gurupurnima*. Quelle signification particulière l'offrande de *dakshina* a-t-elle à l'occasion de *Gurupurnima* ?
6. Est-ce que le montant de mon offrande de *dakshina* a de l'importance ou est-ce l'attitude avec laquelle je fais mon offrande qui compte le plus ?

7. Je viens d'obtenir mon diplôme et de prendre mon premier emploi, et je voudrais commencer à pratiquer la *dakshina* mensuelle du Siddha Yoga. Vaut-il mieux commencer cette pratique mensuelle dès maintenant ou attendre que je puisse faire une offrande plus importante ?
8. J'offre une *dakshina* mensuelle et j'ai opté pour un virement automatique depuis mon compte bancaire. Parfois j'ai l'impression que ma pratique fonctionne « en pilote automatique ». Comment puis-je avoir une conscience plus forte de mon offrande mensuelle ?
9. J'ai eu plaisir à initier mes enfants aux pratiques de la méditation et du chant. Avez-vous des suggestions sur la façon de les initier à la pratique de la *dakshina* ?
10. Quand j'offre une *dakshina* dans un ashram du Siddha Yoga ou un centre de méditation, je sens la *shakti* de la pratique. Comment faire pour la sentir quand j'offre une *dakshina* sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga ?
11. Je trouve que la *dakshina* est quelque chose de très personnel. On m'a appris à ne pas parler d'argent de façon générale. Mais j'ai remarqué que nous sommes invités à faire part de nos expériences des pratiques du Siddha Yoga. Quel est l'avantage de parler ?

1. Pourquoi la *dakshina*, l'offrande financière, est-elle une pratique du Siddha Yoga ?

La pratique de la *dakshina* est rendue vivante par la grâce du Guru, comme toutes les pratiques du Siddha Yoga, et elle provoque donc une transformation profonde. Comme la grâce est inhérente à la pratique, le fait d'offrir une *dakshina* peut en soi développer votre compréhension et votre perception de la profondeur des dons reçus du Guru.

Depuis des milliers d'années, les sages de l'Inde ont compris et décrit l'importance – et l'effet mystique – d'offrir quelque chose de valeur pour honorer le Guru qui accorde la connaissance suprême, la connaissance du Soi. Pour comprendre pourquoi la *dakshina* est une pratique fondamentale sur la voie du Siddha Yoga, pensez à *qui* vous faites cette offrande. Vous la faites à la source

de la grâce, au Guru du Siddha Yoga dont les enseignements vous mènent à la libération. Par cet acte sacré d'offrande, votre cœur s'ouvre et vous commencez à vous imprégner de l'état et des qualités de la personne à qui vous l'adressez. Au fil du temps, le fait même d'offrir une *dakshina* peut vous amener à percevoir votre unité avec Dieu.

Donc, la meilleure façon de vraiment comprendre par vous-même pourquoi offrir une *dakshina* est une pratique essentielle sur cette voie, c'est de réfléchir à l'importance d'avoir le Guru du Siddha Yoga dans votre vie. Prenez l'habitude de repenser à vos expériences de la grâce et des enseignements du Guru – aujourd'hui, le mois dernier, l'an dernier, depuis que vous avez commencé à suivre la voie du Siddha Yoga.

Quand vous vous rendez compte de la valeur inestimable de ce que le Guru vous donne, vous découvrez pourquoi offrir une *dakshina* est un élément important de la *sadhana* du Siddha Yoga.

2. Quel genre de transformation provoque la pratique de la *dakshina* dans la *sadhana* du Siddha Yoga ?

La *dakshina*, comme toutes les pratiques du Siddha Yoga, a le pouvoir de purifier l'esprit et de générer des pensées et des attitudes constructives envers nous-mêmes et envers le monde qui nous entoure.

Les gens me disent souvent que la *dakshina* a provoqué un changement radical dans leur conception de l'argent et dans leur attitude vis-à-vis du travail qu'ils font dans le monde.

Par exemple, un jeune a raconté qu'en offrant une *dakshina* de façon régulière, il s'est mis à considérer son travail et son salaire comme quelque chose de sacré. Il a dit que son travail a pris un sens nouveau pour lui du fait qu'il offre maintenant une partie de ses gains au Guru.

Un autre homme qui offre de la *dakshina* m'a confié qu'il avait lâché sa compulsion à vouloir toujours plus – plus d'argent, plus de biens matériels, un statut plus important, plus de tout ! Il a dit qu'auparavant il n'était jamais satisfait de sa vie mais qu'après avoir pratiqué la *dakshina* pendant un certain

temps, ses désirs s'étaient progressivement dissipés. Il a découvert que ce qu'il avait dans la vie était suffisant – et que lui-même était suffisamment bien.

Cette magnifique sensation de contentement s'accompagne d'un sentiment accru d'amour et de respect de soi-même. Il se sent le cœur léger et il a changé d'approche dans tous les domaines de sa vie.

La plus belle transformation qui se produit grâce à cette pratique est peut-être la reconnaissance de plus en plus profonde de la présence de Dieu en soi.

Une siddha yogi a raconté que grâce à sa pratique d'offrande régulière de *dakshina* au fil des années, elle avait remarqué un changement profond dans sa perception d'elle-même. Chaque fois qu'elle effectue une offrande, elle sent qu'elle se fond dans quelque chose d'infini et d'extatique. Elle prend davantage conscience de sa nature divine, de la présence du Guru dans son cœur. Cette expérience l'emplit d'une paix profonde et donne à sa vie un socle inébranlable.

L'expérience de cette femme est l'expression d'une vérité profonde. En offrant une *dakshina*, nous participons au cycle naturel donner-recevoir et nous faisons cette offrande au Guru, qui est le pouvoir de grâce de Dieu. Ainsi quand nous offrons une *dakshina* au Guru nous ressentons que l'offrande, la personne qui offre et le Guru ne font qu'un.

Ce ne sont que quelques-uns des témoignages que j'ai reçus sur le pouvoir transformateur de cette pratique. Comme pour toutes les pratiques du Siddha Yoga, les bienfaits en sont multiples et vous en ferez l'expérience chacun à votre façon.

Je trouve merveilleux de constater qu'en plus des bienfaits extraordinaires, qui ont la capacité de nous transformer, que nous procure personnellement l'offrande de *dakshina*, cette pratique bénéficie également à d'innombrables autres siddha yogis et chercheurs nouveaux. La *dakshina* offerte au Guru est reçue par SYDA Foundation, qui affecte ces dons à son objectif fondamental de protection, préservation et diffusion des enseignements du Siddha Yoga dans le monde entier.

3. Il me semble plus facile de reconnaître les bienfaits que je tire des pratiques de la méditation et du chant que de percevoir ceux de l'offrande de *dakshina*. Comment prendre mieux conscience des effets bénéfiques de cette pratique dans ma vie ?

Quand nous offrons régulièrement une *dakshina*, nous faisons de réels progrès dans notre *sadhana*. Dès lors que nous accomplissons une pratique du Siddha Yoga de façon régulière, nous nous frayons un chemin vers le Cœur, vers le Soi intime. Une façon de conférer cette constance et cette cohérence à notre pratique de la *dakshina* est de participer à la pratique du Siddha Yoga qu'est l'offrande mensuelle de *dakshina*.

L'étape suivante, qui est un élément d'une pratique régulière de la *dakshina*, consisterait à effectuer la *dakshina* de façon très consciente, en étant présent, en ayant en tête qu'il s'agit d'une pratique sacrée. Vous pouvez ménager une pause au moment de faire votre offrande ou le jour où votre offrande mensuelle est perçue. Par exemple, j'aime garder à l'esprit que je fais une offrande à la source de la grâce dans ma vie. Et après avoir effectué mon offrande de *dakshina*, je m'assois tranquillement et je m'interroge : « Qu'est-ce que je ressens maintenant ? Quel effet cela a-t-il d'offrir une *dakshina* à mon Guru ? »

C'est aussi une bonne idée de tenir un journal pour transcrire en mots vos expériences de l'offrande de *dakshina*.

Vous pouvez vous poser à vous-même des questions sur votre pratique de la *dakshina* :

- Quelles nouvelles compréhensions et inspirations me sont venues en offrant une *dakshina* ?
- Quels changements je remarque dans mes attitudes envers moi-même et envers les autres ? Quels changements se produisent dans mes habitudes ?
- Quels sont les enseignements spécifiques du Siddha Yoga auxquels je me réfère et que j'applique en pratiquant la *dakshina* ? Par exemple, en quoi le fait d'offrir une *dakshina* développe-t-il ma capacité à m'honorer et à honorer le monde qui m'entoure ?

Posez-vous des questions pour prendre davantage conscience des effets transformateurs de la pratique de la *dakshina*. J'imagine que si vous consignez

dans votre journal ce que vous avez remarqué et ressenti, vous allez être surpris de ce que vous découvrirez !

4. Je remarque qu'il y a des pages consacrées à la déesse Lakshmi sur la section du site Internet de la voie du Siddha Yoga consacrée à la pratique de la *dakshina*. Quel rapport y a-t-il entre la déesse Lakshmi et la pratique de la *dakshina* ?

Les siddha yogis honorent Mahalakshmi en tant qu'aspect de Kundalini Shakti représentant l'abondance, la chance et la beauté. La déesse Lakshmi est l'incarnation de tout ce qui est propice et généreux, de tout ce qui entretient l'existence sur cette terre. Elle représente toute forme de richesse – la richesse intérieure et la richesse extérieure.

En adorant Mahalakshmi nous découvrons et cultivons ses qualités en nous-mêmes et nous les insufflons au monde.

Nous honorons Mahalakshmi en traitant toute notre richesse, tant spirituelle que matérielle, comme une manifestation de la Déesse, quelque chose qui nous est confié. Nous en prenons soin consciencieusement et l'utilisons pour des actions dharmiques, des actions bénéfiques à la fois pour nous-mêmes et pour tous ceux qui nous entourent.

Gérer les aspects matériels et financiers de notre vie de façon respectueuse et responsable, c'est faire bon accueil à la présence de Mahalakshmi dans notre vie. Un moyen de le faire, c'est de maintenir la propreté dans notre environnement, en particulier dans nos lieux de vie et de travail. Nous pouvons aussi y contribuer en établissant un budget et en ne dépensant pas plus que ce que nous avons.

Par la pratique de l'offrande de *dakshina*, nous entretenons la connaissance suprême que nous avons reçue du Guru. Offrir une *dakshina* honore et nourrit notre lien avec le Guru, la source de grâce dans notre vie. La *dakshina* contribue aussi à rendre les enseignements transformateurs du Guru accessibles à des chercheurs où qu'ils soient et à élever ainsi le monde entier.

Par cet acte sacré qu'est l'offrande de *dakshina*, nous faisons nôtres la vision et la bienveillance universelles de Mahalakshmi et nous nous ouvrons à la paix et à la joie qui surviennent quand nous faisons profiter tout le monde de notre richesse innée.

5. Je lis sur le site de la voie du Siddha Yoga que la *dakshina* est pour nous un sujet d'étude et de pratique pendant le mois de *Gurupurnima*. Quelle signification particulière l'offrande de *dakshina* a-t-elle à l'occasion de *Gurupurnima* ?

La tradition de *Gurupurnima* est née il y a des milliers d'années, quand le sage Veda Vyasa et ses disciples ont cherché un moyen d'exprimer leur gratitude infinie à leur Guru pour les enseignements et la grâce qu'il leur avait dispensés.

Offrir une *dakshina* lors de *Gurupurnima* est important car la célébration de *Gurupurnima* a spécifiquement pour objet de rendre hommage au Guru. Par l'acte d'offrande de *dakshina*, nous, les disciples, exprimons notre respect pour le Guru et notre reconnaissance de la valeur incommensurable de sa sagesse et de sa grâce dans notre vie et sur cette terre.

Sur la voie du Siddha Yoga, nous poursuivons la tradition en honorant les Gurus du Siddha Yoga et en célébrant *Gurupurnima* pendant tout le mois de juillet. Chaque année, le *sangham* du Siddha Yoga reçoit, via le site Internet de la voie du Siddha Yoga, une invitation à offrir une *dakshina* pour *Gurupurnima*.

De même que répéter le mantra durant *Mahashivaratri* a un effet particulièrement puissant, le pouvoir transformateur de l'offrande de *dakshina* au Guru est amplifié pendant la période de célébration de *Gurupurnima*.

6. Est-ce que le montant de mon offrande de *dakshina* a de l'importance ou est-ce l'attitude avec laquelle je fais mon offrande qui compte le plus ?

Tout a de l'importance dans notre façon d'offrir une *dakshina*, aussi bien son montant que l'attitude avec laquelle nous effectuons notre offrande. Comme pour toutes les pratiques de la voie du Siddha Yoga, nous voulons toujours offrir le meilleur de nous-mêmes.

Dans son exposé intitulé « La générosité de la grâce du Guru », David Katz explique que le beau terme sanskrit *arpana* signifie « l'offrande du meilleur de soi » à notre Guru, réaction naturelle de notre cœur à la générosité sans égale du Guru. Que veut dire « offrir le meilleur de nous-mêmes » quand nous pratiquons la *dakshina* ?

Offrir le meilleur de nous-mêmes peut s'appliquer à la fois au montant de notre offrande et à l'attitude avec laquelle nous l'effectuons. Sommes-nous pleinement présents quand nous faisons notre offrande de *dakshina* ? Prenons-nous le temps de nous relier au Guru par le cœur ? Donnons-nous avec la conscience de notre propre valeur et du sens de l'acte que nous accomplissons ?

En ce qui concerne le montant de notre offrande de *dakshina*, il doit correspondre à nos moyens. En ayant cela à l'esprit, vous pouvez vous demander : « Compte tenu de mes ressources financières et de mon budget, quel montant correspond à ce que je peux offrir de mieux, là, maintenant ? » Vous pouvez aussi planifier votre pratique future en vous demandant : « Quelle est la somme que j'aimerais offrir à l'avenir ? ». Maintenir ce questionnement intérieur quand vous vous engagez dans cette pratique est un moyen d'offrir le meilleur de vous-même.

Baba et Gurumayi enseignent que le mantra, celui qui le répète et la déité invoquée par le mantra ne font qu'un. Le même enseignement peut s'appliquer à la pratique de la *dakshina*. Pour ma part, j'aborde la pratique de la *dakshina* avec cette conscience. Par exemple, quand j'offre une *dakshina* sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga, je garde à l'esprit que « je suis Dieu. Cette offrande est Dieu. Celui à qui je l'offre est aussi Dieu. » Quand je le fais, j'éprouve immédiatement dans mon cœur un profond sentiment de paix et de bonheur.

Je ne fais plus qu'un avec mon Guru, je me sens chez moi intérieurement. C'est très fort.

Quand vous offrez une *dakshina*, demandez-vous comment le faire avec l'attitude d'offrir le meilleur de vous-même. Essayez différentes approches. Abordez votre pratique avec une conscience nouvelle et notez ce qui se passe.

7. Je viens d'obtenir mon diplôme et de prendre mon premier emploi, et je voudrais commencer à pratiquer la *dakshina* mensuelle du Siddha Yoga. Vaut-il mieux commencer cette pratique mensuelle dès maintenant ou attendre que je puisse faire une offrande plus importante ?

Je dirais : commencez tout de suite ! Parce que vous voulez dès maintenant profiter de l'opportunité de vous engager dans cette pratique du Siddha Yoga et vous permettre de progresser et d'en récolter les bienfaits pour votre vie et votre *sadhana*. Ne laissez pas l'idée que le montant que vous pouvez offrir serait « trop faible » vous empêcher de faire votre offrande. Rappelez-vous que chaque offrande que vous faites au Guru est sacrée.

Voyez votre pratique de la *dakshina* comme un parcours. C'est très bien d'avoir un objectif pour votre *dakshina*, de souhaiter offrir davantage. Vous pouvez évidemment viser ce but. Mais ne laissez pas le niveau de votre revenu actuel vous empêcher d'inclure cette pratique essentielle comme élément régulier de votre *sadhana* du Siddha Yoga – et de bénéficier de la grâce du Guru qui en découlera.

8. J'offre une *dakshina* mensuelle et j'ai opté pour un virement automatique depuis mon compte bancaire. Parfois j'ai l'impression que ma pratique fonctionne « en pilote automatique ». Comment puis-je avoir une conscience plus forte de mon offrande mensuelle de *dakshina* ?

C'est merveilleux que vous ayez pris l'engagement d'effectuer cette pratique et que vous reconnaissiez votre désir de l'accomplir de façon plus consciente. Nous aspirons à accomplir toutes les pratiques du Siddha Yoga avec conscience afin de nous y donner pleinement et d'être bien présents pour sentir le nectar inhérent à chaque pratique.

Je dis souvent qu'il est bon, après avoir fait une offrande de *dakshina*, de faire une pause et d'identifier ce que vous ressentez. Certaines personnes qui participent à la pratique de *dakshina* mensuelle prennent un moment pour y réfléchir le 20 de chaque mois. C'est le jour où le virement correspondant à leur offrande mensuelle est reçu par SYDA Foundation.

En réfléchissant à ma propre pratique mensuelle, je me rends compte que je peux vous suggérer trois autres méthodes pour mettre plus de conscience dans votre offrande de *dakshina* : surveiller votre attitude intérieure, accomplir un rituel et accompagner votre offrande d'une prière ou d'une intention. Voyons plus en détail chacune d'entre elles.

La première concerne l'**attitude intérieure, le sentiment**, le *bhava*, avec lequel vous offrez la *dakshina*. Vous pouvez en apprendre plus sur l'importance de le faire avec un *bhava* qui vous élève dans l'exposé d'Ami Bansal intitulé « La tradition de la *dakshina* ».

Une jeune femme m'a raconté une des méthodes qu'elle emploie pour mettre du *bhava*, de la dévotion, dans sa pratique. Elle m'a dit que le 20 de chaque mois, elle se visualise en compagnie de Gurumayi dans le Temple de Bhagavan Nityananda à Shree Muktananda Ashram. Elle se relie à son cœur et se voit offrir un *pranam* avec révérence et dévotion devant la *murti* de Bade Baba. Puis, avec beaucoup de soin et de dévotion, elle accomplit son offrande de *dakshina* et médite en compagnie de son Guru. Elle dit que cette visualisation a un effet très fort sur elle et la remplit de joie.

La deuxième méthode consiste en un **rituel**. C'est un acte que vous accomplissez pour rendre le caractère sacré de la pratique tangible pour vous.

Une jeune femme m'a raconté que le 20 de chaque mois elle note dans son journal les différentes façons dont la grâce du Guru l'a élevée au cours du mois passé. Pour elle, réfléchir ainsi lui rappelle sa grande chance d'avoir un maître vivant, un *sadguru*, dans sa vie.

Certains siddha yogis récitent le *Mahalakshmi Stotram* en accomplissant leur offrande mensuelle. D'autres font une promenade dans la nature. Le spectacle

de la beauté et de l'abondance qui les entoure les incite à réfléchir à la présence de l'abondance dans leur vie et dans leur pratique d'offrande de *dakshina*.

Un troisième moyen de pratiquer de façon plus consciente est d'**insuffler dans votre offrande des prières, des bénédictions et des intentions**. Par exemple, vous pouvez faire une offrande avec l'intention d'incarner une vertu divine telle que la gratitude, l'humilité ou la joie. Ou vous pouvez accomplir votre offrande en souhaitant que partout des gens perçoivent la lumière du Soi.

Donc soyez créatifs ! Interrogez-vous : « Par quels moyens aimerais-je mettre plus de conscience dans ma pratique mensuelle de la *dakshina* ? » Puis mettez ces approches en application et notez vos observations dans votre journal. Accordez-vous l'espace et le temps nécessaires pour reconnaître les bienfaits de cette pratique.

9. J'ai eu plaisir à initier mes enfants aux pratiques de la méditation et du chant. Avez-vous des suggestions sur la façon de les initier à la pratique de la *dakshina* ?

La meilleure façon d'initier vos enfants à la *dakshina* est d'accomplir cette pratique avec eux.

Beaucoup d'adolescents et de jeunes m'ont dit que certains de leurs souvenirs les plus chers étaient d'avoir offert la *dakshina* avec leur famille – dans un ashram du Siddha Yoga, dans un centre de méditation ou sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga.

Les enfants aiment donner. Ils ont un sens inné de la signification et de la joie du don. On en trouve une illustration merveilleuse dans « L'impulsion du cœur », un article du site Internet de la voie du Siddha Yoga qui raconte l'offrande spontanée par un enfant à Gurumayi au cours d'un *satsang*.

Prenez le temps de vous demander pourquoi la pratique de la *dakshina* a beaucoup de sens pour vous et ensuite, parlez-en à votre enfant. Expliquez-lui pourquoi la voie du Siddha Yoga est importante pour vous et ce qui vous pousse à offrir une *dakshina*. La meilleure façon d'enseigner la *dakshina* à votre

enfant est de puiser dans votre propre sagesse et dans votre expérience personnelle de cette pratique.

Les enfants aiment les rituels. Une mère m'a raconté comment toute sa famille – son mari et leurs deux jeunes fils – s'approchent de la *puja* installée dans leur salle de méditation, offrent un *pranam* et posent une *dakshina* dans une corbeille placée sur l'autel. Ils récitent une prière ensemble, puis ils s'assoient et chantent. À la fin de chaque mois, ils offrent la somme qu'ils ont mise dans la corbeille en utilisant le formulaire en ligne disponible sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga. Cette femme m'a dit que ses enfants aimaient faire cela et qu'ils avaient compris la puissance de l'offrande au Guru grâce à ce rituel familial.

Les enfants aiment aussi les histoires. Par exemple, il y a l'histoire inspirante de Satyakama Jabala, tirée de la *Chandogya Upanishad*, que vous pouvez lire avec vos enfants dans l'exposé d'Ami Bansal intitulé « La tradition de la *dakshina* ». Cette histoire est étudiée et jouée par les enfants qui participent aux « *Satsang* pour les familles sur la pratique de la *dakshina* dans le Siddha Yoga ».

Il y a des *satsang* mensuels pour les familles avec des enfants jusqu'à douze ans dans les ashrams et les centres de méditation du Siddha Yoga un peu partout dans le monde. Pour plus d'informations sur le « *Satsang* pour les familles sur la pratique de la *dakshina* dans le Siddha Yoga », contactez le département Taruna Poshana en envoyant un courriel à GlobalTarunaPoshana@syda.org.

10. Quand j'offre une *dakshina* dans un ashram du Siddha Yoga ou un centre de méditation, je sens la *shakti* de la pratique. Comment faire pour la sentir quand j'offre une *dakshina* sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga ?

De même qu'un ashram ou un centre de méditation du Siddha Yoga est un environnement sacré, le site Internet de la voie du Siddha Yoga est un espace sacré. Le site est un espace où Gurumayi dispense sa grâce et ses enseignements quotidiennement. En fait, c'est l'initiative de Gurumayi et son *sankalpa* qui ont conduit à la création du site Internet.

Quand vous offrez une *dakshina* sur le site Internet, vous pouvez consacrer un moment à prendre conscience de cet environnement sacré et à percevoir la

présence du Guru. Faites cette offrande de *dakshina* comme si elle avait lieu pendant le *darshan* dans un ashram ou un centre de méditation du Siddha Yoga.

Une femme m'a raconté que, d'habitude, c'était son mari qui effectuait l'offrande de *dakshina* en leur nom sur le site Internet. Puis un jour, à l'occasion d'une célébration particulière du Siddha Yoga, elle a décidé de faire cette offrande pour eux deux. Elle m'a dit qu'elle avait été sidérée par ce qui s'était passé ensuite.

« Un courant d'énergie très puissant m'a envahie. C'était un *darshan*. Cela ressemblait à ces moments d'illumination en méditation, quand tout à coup vous comprenez quelque chose de façon totalement nouvelle et vous pouvez voir cette compréhension se propager dans votre vie. »

Donc comme vous pouvez le voir, cet acte apparemment profane qu'est un clic sur un bouton pour faire votre offrande vous relie instantanément au destinataire de votre offrande.

Vous pouvez prendre d'autres mesures pour vous aider à entrer dans cet espace divin. Avant de faire votre offrande vous pouvez vous y préparer. Par exemple, vous pouvez fermer les yeux et dire une prière. Reliez-vous à votre cœur et à votre amour pour les enseignements du Siddha Yoga et pour le Guru. Contemplez ce qui suscite votre gratitude. Puis faites votre offrande avec cette conscience.

Après avoir effectué votre offrande, asseyez-vous tranquillement et notez ce que vous ressentez intérieurement. Quel est l'état de votre cœur et de votre esprit ? Comment se sent votre corps physique ? Soyez présents. Insuffler ce type de conscience à votre pratique de la *dakshina* peut, en fait, transformer toute votre façon d'aborder le site Internet de la voie du Siddha Yoga. Vous allez découvrir qu'il est imprégné de la *shakti* du Guru et que chaque enseignement est là pour amener chacun d'entre nous à l'expérience de son Soi divin.

11. Je trouve que la *dakshina* est quelque chose de très personnel. On m'a appris à ne pas parler d'argent de façon générale. Mais j'ai remarqué que nous sommes invités à faire part de nos expériences des pratiques du Siddha Yoga. Quel est l'avantage de parler de la pratique de la *dakshina* ?

Ici, je voudrais faire la distinction entre donner des détails sur vos finances personnelles et parler de votre expérience de l'offrande de *dakshina* en tant que pratique sur la voie du Siddha Yoga. Quand nous parlons de la *dakshina*, c'est pour faire part de notre expérience de l'offrande au Guru, source de grâce dans notre vie, et de la transformation qu'a opérée en nous cette pratique. Il y a de nombreuses raisons de le faire.

Vous avez peut-être lu certains des témoignages de siddha yogis sur les expériences qu'ils ont vécues en pratiquant la *dakshina*, témoignages que vous pouvez trouver dans les pages consacrées à la *dakshina* sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga. Ces témoignages sont tellement inspirants ! Beaucoup de siddha yogis m'ont dit que lire les récits des autres donne une nouvelle dimension à leur compréhension et à leur vécu de cette pratique et leur fournit de nouvelles méthodes pour apporter à leur offrande de *dakshina* fraîcheur et vigueur.

Avez-vous constaté que lorsque vous aimez quelque chose, vous avez envie d'en parler aux autres ? Et quand vous parlez de la *dakshina*, de quoi parlez-vous au juste ? Vous exprimez votre admiration pour la voie du Siddha Yoga. Vous vous reliez aux autres sur ce sujet très inspirant. Je soupçonne que vous allez trouver cela très agréable ! De plus, parler aux autres de vos expériences des pratiques du Siddha Yoga peut vous aider à en recevoir vous-même une nouvelle compréhension intérieure. Parfois on ne prend conscience d'un grand bienfait qu'on a reçu que lorsqu'on fait l'effort de mettre des mots dessus. C'est la magie des partages d'expériences.

Et quand nous décrivons nos expériences avec des mots, nous transmettons aux autres, par cet acte même, notre connaissance et notre enthousiasme pour la philosophie et la culture du Siddha Yoga. Chaque fois que nous sommes sincèrement inspirés sur un sujet, notre inspiration touche les autres et leur ouvre de nouvelles possibilités. Quand nous manifestons en paroles notre conviction de la grandeur de quelque chose, nous répandons de la lumière sur le monde et nous y créons un changement positif.

Je vous invite tous, vous qui avez lu ces questions et les réponses, à faire part de vos expériences en cliquant sur le lien « Click to Share Your Experience », afin de poursuivre la conversation sur la pratique de la *dakshina* dans le Siddha Yoga.

C'est vraiment un plaisir pour moi de vous exprimer mon amour pour cette pratique qui a eu un tel effet dans ma vie et dans ma *sadhana*.

Je vous souhaite bonne chance pour votre propre parcours de découverte en pratiquant la *dakshina*.

Pour toute information complémentaire sur les moyens de vous engager dans la pratique de la *dakshina*, veuillez vous reporter aux Questions fréquemment posées à propos de la Pratique de la *dakshina* du Siddha Yoga.

