

Darshan de l'Illustration du Message de Gurumayi pour 2019

1^{er} janvier 2019

Chers lecteurs,

Bonne année !

Les premiers rayons de la lumière de la nouvelle année ont commencé à éclairer notre chemin au moment où nous recevions le Message de Gurumayi pour 2019. Ces rayons nous poussent vers leur source gigantesque et resplendissante. C'est maintenant à nous de nous montrer à la hauteur en accueillant la nouvelle année avec enthousiasme et grâce – et en accomplissant l'effort juste.

Comprenez bien que chaque effort que nous faisons vers notre but, qu'il s'agisse d'un petit ou d'un gros effort, conduit au déploiement de l'éternité.

En ce premier jour de l'année, nous recevons le Message de Gurumayi en paroles, puis nous recevons le Message sous forme visuelle. Pour moi, le Message de Gurumayi et son Illustration du Message sont comme les deux faces d'une pièce d'or. En tant qu'expression visuelle du Message de Gurumayi, l'Illustration du Message constitue un moyen unique, non seulement d'explorer le Message, mais aussi d'apprendre à accéder à notre sagesse intérieure pour en mettre en application les enseignements dans notre vie. Que nous résidions dans notre corps physique depuis longtemps ou depuis peu de temps, chaque jour est un nouveau jour, débordant d'opportunités. De même, chaque année, quand nous recevons le Message de Gurumayi et le présent de son Illustration du Message, nous découvrons quelque chose de nouveau et de frais sur nous-mêmes.

Voyez-vous le sourire sur mon visage ? Je pense que oui. Et pourquoi est-ce que je souris ? Et bien, cela a un lien avec ce que je m'appête à vous dire.

J'ai la joie et l'honneur de vous inviter à recevoir le *darshan* de l'Illustration du Message de Gurumayi pour 2019. En sanskrit, le mot *darshan* signifie « voir, percevoir, regarder ». Le *darshan* est une pratique puissante du Siddha Yoga. Il peut paraître évident de *regarder* et de *percevoir* une Illustration. Oui, c'est ce que nous faisons – mais nous avons aussi la capacité, comme êtres pensants et sensibles, de faire beaucoup plus pour comprendre ce que nous éprouvons, l'approfondir et en tirer quelque chose.

Je voudrais vous en dire plus sur le terme *darshan*, tel que j'en suis venu à le comprendre et l'éprouver. Cette perception a lieu dans le Cœur, dans l'espace de notre Soi le plus intime. Quand cela se produit, c'est magique. Je ne sais pas comment l'expliquer autrement, car il n'y a pas de mot ni de phrase appropriés pour décrire ce phénomène mystique. Chaque personne vit sa propre expérience de ce moment colossal – le moment du *darshan*.

Gurumayi m'a un jour donné une des raisons qui ont abouti à l'Illustration du Message. Il y a de nombreuses années, un Siddha Yogi avait pour *seva* de faciliter la communication du Message de Gurumayi au *sangham* mondial. Ce Siddha Yogi a demandé à Gurumayi si elle serait disposée à offrir aussi une image pour accompagner son Message, une image qui représenterait le Message selon la vision de Gurumayi. Ce Siddha Yogi aurait ainsi un outil complémentaire pour transmettre le Message de Gurumayi à tout le monde, et chaque membre du *sangham* aurait à son tour un outil visuel pour pénétrer dans le Message.

Donc, l'Illustration du Message de Gurumayi est en fait la réponse à une prière, une réponse donnée régulièrement, sous une forme nouvelle et vivante, chaque année. Les gens disent souvent qu'ils aimeraient savoir ce qu'une autre personne pense. Avec cette Illustration, vous avez un aperçu de ce que pense Gurumayi quand elle donne son Message !

Dans la voie du Siddha Yoga, nous recevons des instructions pour la pratique du *darshan*. En suivant ces instructions, j'ai appris à aimer la pratique du *darshan*, car elle me donne une occasion de vider mon esprit et de lui infuser la lumière scintillante du divin.

Maintenant, je vais vous indiquer les étapes que vous pouvez suivre quand vous recevez le *darshan* de l'Illustration du Message de Gurumayi. Voici ces étapes :

- Observez le mouvement naturel de votre respiration.
- Regardez les formes, les couleurs, les textures, les contours et les symboles dans l'Illustration du Message.
- Examinez les pulsations dans chaque aspect de l'Illustration du Message.
- Lisez les paroles du Message. Laissez-les vous regarder.
- Mémorisez le Message. Remarquez comment chaque mot danse dans votre être.
- Laissez les yeux osciller entre activité et repos pendant que vous contemplez l'Illustration du Message. Laissez les éléments visuels se détacher très nettement pendant un moment, puis se fondre à nouveau dans un brouillard scintillant.
- Commencez à méditer quand vous sentez que vos yeux n'arrivent plus à se concentrer.
- En sortant de méditation, écrivez et/ou dessinez dans votre journal à propos de votre expérience.

J'espère que vous prendrez le temps de revenir tout au long de l'année à l'Illustration du Message, et qu'elle fera partie intégrante de votre étude, de votre pratique, de votre assimilation et de votre mise en application du Message. Je voudrais vous dire que, ce faisant, vous tirerez le plus grand profit de la pièce d'or que vous avez en main. Plus vous utiliserez cette pièce, plus elle enrichira votre *sadhana* de confiance, de calme, de conscience de soi, et de nombre des autres grandes vertus que vous aspirez à incarner.

Identifiez-vous :

Illustration du Message de Gurumayi pour 2019

Très cordialement,

Swami Shantananda

Enseignant de méditation Siddha Yoga

