Enseignements de Gurumayi Chidvilasananda

Soyez disciplinés

Récitation de Shri Guru Gita

Dimanche 22 mars 2020

Temple de Bhagavan Nityananda

Offrir une *puja* à Bade Baba a toujours été une de mes pratiques les plus chères. Et une des choses que j'ai remarquées au cours des années, c'est que, quand j'ai l'intention précise d'offrir des fleurs et d'autres ingrédients de *puja* à Bade Baba, je ressens des nuances, des formes et des mouvements de la shakti qui sont très inhabituels.

Hier soir, dans le satsang intitulé « Soyez dans le Temple », j'ai offert des roses de couleur rose à Bade Baba de la part de tous ceux qui étaient présents dans la Salle Universelle, après l'Arati du soir. Au moment où j'ai commencé à offrir ces roses, j'ai senti une étincelle de joie fuser dans mon cœur. J'avais l'impression qu'une main divine chatouillait les cavités de mon cœur. Et les particules de lumière de cette joie vibraient doucement dans chaque molécule de mon corps. Dans ce moment d'expérience joyeuse, j'ai formulé l'intention que chacun et chacune d'entre vous reçoive tout le soutien dont vous avez besoin pour traverser ces temps difficiles.

Merci d'avoir participé avec moi à cette offrande de douces roses de couleur rose, à notre bien aimé Bade Baba.

***

Maintenant, nous allons méditer sur la forme de Bhagavan Nityananda.

Méditez sur Bade Baba et sur ses enseignements.

« Le cœur est le centre de tous les lieux sacrés. Allez-y et explorez-le. »
Rendez cet enseignement manifeste.

Le cœur est en vous.
La grandeur que vous sentez dans votre cœur,
manifestez-la aussi à l'extérieur de votre être.

Le cœur – la joie du cœur – est en vous.
Manifestez-la dans votre monde.

Vous méditez pour connaître votre Soi,
et ensuite quand vous ouvrez les yeux,
vous transportez cette connaissance partout où vous allez,
dans tout ce que vous faites.

Le cœur – la douceur du cœur – est en vous.
Rendez cette douceur manifeste.

Quand vous voyez des gens, faites-leur ressentir cette même douceur,
votre cœur qui est rempli de connaissance et de sagesse.

Apprenez à être à l'aise avec la connaissance qui vous vient de l'intérieur.

Faites confiance à la sagesse que vous acquérez en méditation.

Faites usage de vos expériences de connaissance et de méditation,
de connaissance et de sagesse,
de connaissance et de prières,
de connaissance et d'intention,
quand vous évoluez dans votre monde.

Ce que vous découvrez en méditation est un cadeau que vous devez partager avec les autres.

Pourquoi est-ce que je dis : « Aimez votre Soi ? »
Je dis « aimez votre Soi » pour que vous éprouviez
le même amour dans votre environnement.

Les émotions surgissent.
Les émotions s'apaisent aussi.
Les émotions s'emballent,
particulièrement quand plus rien n'est sous votre contrôle.

Par conséquent, vous devez observer une discipline.

La discipline renferme du nectar.
Le nectar est le véritable remède.

Goûtez au nectar en vous-même quand vous chantez.

Goûtez au nectar intéieur quand vous faites la vaisselle.

Goûtez au nectar en votre esprit quand vous observez le silence.

Goûtez au nectar en votre cœur quand vous offrez une *puja*.

Goûtez au nectar intérieur quand vous voyez vos ennemis.

Goûtez au nectar en votre être quand vous êtes confrontés à des défis.

Rappelez-vous : vous êtes le Soi.
Vous êtes l'*atma.*
Atmā kī Prashānti.

Ramenez sans cesse votre esprit au havre qu'est *Atmā kī Prashānti*.

Retournez-y, retournez-y, retournez-y.
Réinitialisez, réinitialisez, réinitialisez.
Renouvelez, renouvelez, renouvelez.

Méditez sur la forme de nectar de Bade Baba.

© 2020 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.