

Enseignements de Gurumayi Chidvilasananda

Soyez remplis d'énergie

Namasankirtana du soir

Samedi 28 mars 2020

Temple de Bhagavan Nityananda

Gurumayi est entrée dans le Temple et a pris place dans son siège au moment où les participants récitaient le Kundalini Stavah, un hymne à Kundalini Shakti. Après que le présentateur, Swami Ishwarananda, ait dit quelques mots d'introduction, Gurumayi a pris la parole.

Nous voici en présence de Bade Baba. Nous allons bientôt chanter *Om Namo Bhagavate Muktanandaya* dans le *raga Mand*. Le *raga Mand* zigzague : il monte et descend, il monte et descend. On dit que ce *raga* a la forme d'un serpent, *sarpākār*, et qu'il est donc parfait pour chanter le *Kundalini Stavah*.

Vous êtes, pour plupart, chez vous depuis des jours, depuis des semaines. J'espère que vous faites un bon usage de ce temps – un *vraiment* bon usage de ce temps. C'est peut-être la période la plus longue que vous ayez jamais passée avec vous-même.

Comment vous êtes-vous trouvé ?

Vous trouvez-vous faible ?

Vous trouvez-vous fort ?

Pensez-vous que vous êtes un mouton
ou pensez-vous que vous êtes un leader ?

Pensez-vous que vous avez ce qu'il faut pour affronter la vie,
ou avez-vous découvert que vous n'étiez qu'une créature sans cervelle ?

Comment vous êtes- vous trouvé ?

Avez-vous trouvé votre force ? Vous considérez-vous comme une personne forte ?
Quel regard portez-vous sur vous, en ce moment ?

Avez-vous remarqué quand vous utilisiez votre esprit et quand vous n'utilisiez pas
votre esprit ?

Mettez-vous en doute ce que dit quelqu'un si cela ne vous correspond pas, ou si cela
n'est pas en harmonie avec ce que vous savez être la vérité ? Ou vous laissez-vous
emporter par le courant, au gré de tout ce que peut bien dire n'importe qui ?

Comment vous êtes-vous trouvé ces derniers jours et ces dernières semaines ? Quelles
intuitions, quelles reconnaissances avez-vous eues sur vous-même, qui vous ont fait dire «
Oui ! Je suis *Cela* ! C'est *Cela* que je suis ! *So'ham*. » ? Ou bien vous sentez-vous
totalement impuissant ?

Comment vous gérez-vous – sincèrement ?

Personne n'échappe à la souffrance. Personne n'échappe aux affections physiques.
Quiconque a un corps physique est voué à affronter des obstacles. Même si les corps ne
sont pas tous extrêmement sains et forts, une chose est certaine : il y a une force infinie
en toute personne. Cette force compte sur elle-même. La taille du corps, la forme du
corps, la couleur du corps sont sans importance. Cette force intérieure n'est affectée par
aucune condition extérieure. Elle est sa propre entité.

Avez-vous contacté cette immense force intérieure ? Ou laissez-vous à d'autres le
contrôle de votre esprit ? Laissez-vous d'autres régir votre vie ?

Pendant cette période d'isolement, qu'avez-vous découvert sur vous-même, sincèrement ?

Quoiqu'il en soit, en cet instant – quoi que vous ayez vu sur vous-même, ou n'ayez pas vu sur vous-même – vous êtes en présence de Bhagavan Nityananda. Soyez dans le temple dans la Salle Universelle du Siddha Yoga.

En chantant *Om Namō Bhagavate Muktaṇandaya*, laissez la mélodie de ce chant libérer votre belle énergie intérieure – l'énergie que Dieu vous a donnée ; l'énergie qui a été éveillée par la grâce du Guru ; l'énergie que vous possédez, l'énergie qui est à vous, seulement à vous ; l'énergie qui vous soutient pour vous tenir sur vos propres pieds. *Atma ki Prashanti*.

Vous aurez l'expérience d'*Atma ki Prashanti* si vous percevez qui vous êtes – votre force, votre courage, votre confiance, votre conviction, votre clarté.

Rappelez-vous, on dit que cette mélodie, ce *raga*, est *sarpākār*. Il prend la forme d'un serpent – Kundalini Shakti. Alors, laissez cette mélodie circuler dans tout votre être. Laissez cette force, Kundalini Shakti, libérer l'énergie présente dans chaque molécule de votre corps. Mettez en phase, en alignement, votre esprit, votre subconscient, votre intellect, votre cœur – et tout votre corps. Que tout soit en phase. Ne donnez pas le contrôle de votre vie à quelqu'un d'autre. Si vous ne faites pas très attention, vous vous laissez entraîner.

Proclamez votre droit à vivre.

Proclamez votre droit à vivre.

Proclamez votre droit à vivre.

Sachez quel est votre but.

Chantons.

Pendant que tout le monde chantait Om Namo Bhagavate Muktanandaya, Gurumayi a dispensé les enseignements suivants :

Soyez fort. N'obéissez pas aveuglément. Si vous le faites, un jour cela vous perdra.

Soyez fort. S'il vous plaît, soyez fort. Renforcez le fondement de votre amour.

Soyez fort. Soyez fort comme le cobra. Kundalini Shakti.

Soyez courageux. Ayez pour intention d'avoir des gens forts autour de vous. Les gens faibles ? Chassez-les, du balai !

Ce n'est plus le moment de faire semblant. Vous ne voulez pas vous entourer de gens qui font semblant. Quand les gens ne sont pas sincères, ils épuisent votre énergie. Que l'énergie forte, la magnifique énergie s'empare de vous. Soyez fort. Soyez fort. Soyez fort.

Juste en ce moment, pendant que nous chantons, j'entends les sons magnifiques de la pluie qui tombe sur le toit du temple. La pluie, la force purificatrice. Si vous êtes en bonne santé, continuez à entretenir une bonne santé. Vous devez comprendre que c'est vous-même qui vous emmenez au paradis et c'est vous-même qui vous emmenez en enfer. C'est votre choix. Créer un paradis partout où vous êtes est votre tâche.

Votre chez-soi est un havre. Veillez à ce que ce soit *réellement* un havre.

Chez-soi – OM.

Chez-soi – OM.

Chez-soi – OM.

Votre cœur est votre chez-soi. AUM.

invoquez votre force. Invoquez-la.

Faites appel à la grâce du Guru. Faites-y appel.

Écoutez votre cœur. Écoutez-le.

Ressentez-vous l'amour ? Quand vous devenez fort, vous ressentez l'amour. Quand vous êtes faible, vous ressentez la peur. Ces gens faibles – chassez-les ! Pourquoi ? Parce qu'ils épuisent votre énergie. Tout ce qui affaiblit votre position, tout ce qui vous fait vous sentir faible, chassez-le, du balai ! Réveillez la personne forte qui est dans votre propre corps – pour que vous puissiez vivre une vie épanouissante. Soyez remplis d'énergie.

Ne faites pas semblant. N'encouragez pas non plus les autres à faire semblant. Parlez quand il le faut. Ne vous promenez pas avec un sourire factice sur le visage. Tout ce que vous émettez vous reviendra. Si vous irradiez de la force, vous recevrez de la force.

Dites oui à la force.

Dites non à la faiblesse.

Sachez manifester une forme d'amour rude. N'ayez pas peur de recevoir de l'amour rude. Si vous tombez, relevez-vous. Et si vous êtes debout, apprenez à voler. Visualisez le pouvoir de Kundalini Shakti. Faites danser votre cœur. Soyez vrai.

Soyez fort maintenant.

Soyez fort demain.

Soyez fort après-demain.

Soyez fort le jour.

Soyez fort la nuit.

Soyez fort !

Faites-en votre mantra : « Je suis fort. »

Après le namasankirtana, Gurumayi a conduit les participants en méditation par ces paroles :

Wunderbar. Bahut accha. Bahut badhiya. Soyez fort, et vous survivrez. Pensez que vous êtes faible, et vous périrez. Comme vous avez entendu Baba Muktananda le dire souvent, la sadhana n'est pas pour les gens à l'esprit faible. Et je dis qu'escalader l'Everest, ce n'est pas pour les faibles. Par conséquent, seuls ceux qui ont l'esprit solide sont capables de mener une sadhana.

Vous pouvez être un lion ou vous pouvez être un mouton. C'est à vous de choisir.

Y a-t-il de la force en vous ? Absolument. Vous en avez vraiment.

Y a-t-il de la grandeur en vous ? Absolument. Vous en avez vraiment.

Vous portez en vous le trésor des vertus. Oui, vous l'avez. Dieu vous a donné tout ce dont vous avez besoin. L'usage que vous faites des dons de Dieu, c'est votre choix. Agissez avec force et vous survivrez. Agissez avec faiblesse et vous périrez.

Faites appel à votre force.

Invoquez la grâce.

Faites appel à votre force, encore et encore et encore.

Invoquez la grâce, encore et encore et encore.

Et maintenant, nous allons méditer sur la forme dorée de Bade Baba. Aujourd'hui, Bade Baba porte des habits fuchsia ; il est vêtu d'un rose magnifique.

Méditez sur la forme de Bade Baba, les yeux fermés ou les yeux ouverts.

Exquis Bade Baba. Divin Bade Baba. Bade Baba nous accorde sa grâce.

Bade Baba est réel. Faites en sorte d'être réel, vous aussi.

Bade Baba est fort. Faites en sorte d'être fort, vous aussi.

Bade Baba est doux. Faites en sorte d'être doux, vous aussi.

Bade Baba est bienveillant. Découvrez votre propre bienveillance.

Il est vrai que vous devenez comme ceux que vous fréquentez, alors il faut vous demander qui vous avez fréquenté. Si vous avez fréquenté de grands êtres, alors c'est votre expérience.

Bade Baba est fort comme un diamant.

Bade Baba est doux comme du velours.

Bade Baba est grand, aussi grand que le ciel immense.

L'amour de Bade Baba est pur, aussi pur que la première goutte de pluie tombée des nuages au-dessus de nous.

Bade Baba est amour. Il a le parfum de l'amour.

Inspirez profondément et expirez longuement.

Inspirez profondément et expirez longuement.

Inspirez profondément et expirez longuement.

Respirez naturellement.

Synchronisez votre souffle avec le souffle de Bade Baba.

Inspirez quand il inspire.

Expirez quand il expire.

Si vous vous reliez à Bade Baba, soyez-en certains, il se reliera à votre cœur.

Méditez.

Le lendemain de ce satsang « Soyez dans le temple », une femme a dit à Gurumayi qu'elle contemplait beaucoup le mot « fort ». Gurumayi lui a répondu qu'elle aussi contemplait le mot « fort » – depuis toujours – et que le simple fait d'entendre ce mot vous donnait de l'assurance et le sentiment d'être à l'abri dans une armure protectrice. Et Gurumayi a poursuivi en expliquant comment elle comprenait le mot « fort » en cette année 2020 :

Soft	Doux
Tough	Rude
Renewal	Renouveau
OM	OM
Niceness	Gentillesse
Graciousness	Bienveillance

