

Épilogue : *En direction de l'amour...*

15 février 2024

Chère lectrice, cher lecteur,

À l'heure qu'il est, vous l'aurez vu. Vous l'aurez écouté, vous aurez fait résonner la musique par-dessous, par-dessus et en arrière-plan de vos réflexions. Pour célébrer la Saint-Valentin, Gurumayi nous a offert *En direction de l'amour* – une prodigieuse série d'enseignements sur l'amour affichés, à raison d'un par jour, sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga du 1^{er} au 14 février 2024.

Si je suis aussi convaincue que vous avez étudié ces enseignements, c'est parce que... vous l'avez dit vous-mêmes ! Pour être plus précise, vous avez fait part de vos révélations et de vos expériences sur le site Internet. J'ai adoré lire vos témoignages ; même si de nombreuses personnes réagissent de façon réfléchie aux articles et aux livres qu'ils lisent, j'ai constaté que les témoignages des siddha yogis ont quelque chose de spécial. De toute évidence, vous prenez à cœur ce que vous a appris Gurumayi sur la façon d'étudier, de pratiquer, d'assimiler et d'intégrer ses enseignements dans votre vie quotidienne. Et maintenant, avec *En direction de l'amour*, vous l'avez fait par rapport aux instructions de Gurumayi sur l'amour.

C'est fascinant : d'un côté, l'amour est quelque chose que nous connaissons tous, que nous comprenons, que nous avons éprouvé. Les nombreuses manières de l'exprimer nous sont familières, qui peuvent aller du grotesque (qui n'a pas entendu évoquer – voire pris soi-même – une décision discutable au nom de l'amour !) à l'absolument sublime.

Il y a quelques années, j'ai eu une conversation avec Gurumayi précisément sur ce sujet. Je la questionnais à propos d'une ligne de son poème pour Deepavali 2022. Gurumayi avait écrit : *Quand vous tombez amoureux, la moindre chose en vous et autour de vous se pare de lumière.* C'était une phrase vraiment saisissante et j'étais intriguée par l'emploi par Gurumayi de l'expression

« tomber amoureux ». C'est un langage généralement associé à l'amour sentimental, mais j'avais compris que l'amour dont Gurumayi parlait dans son poème ne se limitait pas à cela.

Gurumayi a expliqué qu'elle avait délibérément choisi cette expression. L'expérience de *tomber amoureux* – ce halo ensoleillé qui descend sur toute chose, ce curieux moment où vous avez l'impression que toutes les étoiles du ciel nocturne brillent autant en vous qu'à l'extérieur – c'est quelque chose qui parle à beaucoup de gens. Et même si cette expérience se manifeste dans un contexte spécifique, il y a en elle un élément qui appartient à l'amour au sens général. Ainsi, elle est un point de référence pour l'amour tel que Gurumayi l'enseigne. Gurumayi a poursuivi ses explications : « Cette étincelle de lumière que tu sens, la façon dont ton cœur se gonfle quand tu regardes une personne, ou même un arbre, ou n'importe quoi – cela n'est pas différent de l'amour divin. »

Il y a donc de nombreuses voies, de nombreux accès qui mènent à l'expérience de l'amour, et nous les connaissons bien. En même temps, j'ai remarqué qu'il y a un tas d'idées fausses sur l'amour. Maintenant, je suis la première à l'admettre, je suis toujours partante pour une bonne histoire d'amour, ou une chanson d'amour d'ailleurs (je me figure même être une bonne connaisseuse du genre.) Mais ce que j'ai trouvé dans beaucoup de ce que j'ai lu, regardé ou écouté – et même dans ce que m'ont raconté certaines de mes relations – c'est une tendance à assimiler l'amour à la douleur et à la souffrance. Le présupposé dominant semble être que l'un ne va pas sans l'autre. Et dans le déroulement du scénario, c'est toujours le conflit ou l'incertitude qui accompagnent l'amour qui font avancer l'intrigue, qui sont censés constituer le principal attrait pour le public. L'amour lui-même, avec les sentiments associés de joie, de paix, d'appartenance ne semble jamais suffisamment intéressant ou varié pour qu'on s'y attarde bien longtemps.

Pourtant ma propre expérience de l'amour, et particulièrement de l'amour tel que Gurumayi me l'a montré et enseigné, dit tout autre chose. Je me souviens d'un jour où Gurumayi m'expliquait la nature de l'amour et l'amour du Guru pour le disciple. Me regardant droit dans les yeux, elle a dit : « Je ne pourrai jamais t'aimer moins ». Elle a levé les bras vers le ciel. « Cet amour ne peut que s'élever, dans la stratosphère, à travers le cosmos. » Elle a fait un geste

vers le sol. « Cet amour ne peut que s'enraciner encore plus profondément, jusqu'au cœur même de cette terre. »

Je n'aurais pas pu dire, à ce moment-là, si le ciel s'ouvrait au-dessus de moi (en tout cas il devait y avoir des anges qui chantaient quelque part) ou si c'était le sol qui se dérobaît sous mes pieds. Mais j'ai vraiment eu un aperçu de cela – de l'immensité de l'amour dont parlait Gurumayi, de son potentiel infini d'expansion, de son dynamisme inépuisable. J'avais passé beaucoup de temps, ai-je réalisé, à me demander *si* l'amour serait encore là pour moi à la fin de la journée, à m'inquiéter du temps qu'il durerait, du moment où il risquait de s'en aller. Mais la vraie question, c'était de savoir si *je* reconnaitrai la présence de l'amour – et ensuite ce que je découvrirai à force d'en explorer les profondeurs. La perspective était exaltante, vivifiante.

Cela me ramène aux enseignements de Gurumayi sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga. *En direction de l'amour*. En lisant vos témoignages, j'ai senti que vous avez, vous aussi, saisi cette nuance à propos de l'amour, que vous avez compris que l'amour existe au-delà et en dehors de ce que les sages de l'antiquité indienne appellent « les couples de contraires » (douleur et plaisir, perte et gain, etc.). L'un d'entre vous, par exemple, a écrit ceci en réaction au quatrième enseignement : « Je découvre que pour vivre l'expérience de l'amour, il faut que je fasse l'effort de reconnaître l'amour *tel qu'il est*... Tenter de lui superposer mes notions préconçues m'empêchera d'entrer dans sa présence et son mouvement mystiques... C'est comme si on m'autorisait à entrer dans un royaume magique tout à fait spécial à condition de m'y abandonner. »

Beaucoup d'entre vous avez aussi établi un lien entre votre compréhension des enseignements de Gurumayi dans *En direction de l'amour* et votre étude de son Message pour 2024. Vous êtes parvenus à une meilleure appréciation de ce qu'implique la *dignité*, comme cette personne qui écrit : « Afin d'affirmer ma dignité, je dois accorder de l'importance à l'amour. » Vous avez parlé d'*être ouverts à la grâce* et à toutes les intuitions, révélations et synchronicités que cela suscite tandis que vous avancez sur la voie menant à l'amour. Surtout, vos témoignages racontent et prouvent à la fois les efforts que vous faites pour *demeurer reliés à votre divinité*. Vous décrivez vos efforts pour vous

rappeler l'amour et avancer dans sa direction comme un moyen d'entretenir cette connexion intérieure.

Je serais assez d'accord avec cette description. Récemment, j'ai parlé avec deux siddha yogis qui sont les parents d'un jeune enfant. Ils m'ont dit qu'un jour, en janvier, leur fils s'est mis à vouloir écrire un poème sur Gurumayi avant de se coucher. Donc, pendant plusieurs jours, c'est ce qu'il a fait ; il a écrit chaque jour un poème qui exprimait son amour pour Gurumayi.

Je n'en croyais pas mes oreilles en écoutant cette histoire. En effet, c'était le 24 janvier que Gurumayi m'avait fait part de son souhait de rédiger quotidiennement des enseignements sur l'amour au début de février. C'était très clair pour moi : ce petit garçon était en phase. Et en honorant l'amour présent dans son cœur comme il le faisait, il s'assurait à sa manière de *demeurer relié*.

Vous vous rappelez sans doute que c'est Gurumayi qui a, la première, parlé de l'amour en relation avec son Message pour cette année. Le 7 janvier, lors du *satsang* diffusé en direct en l'honneur de l'anniversaire de la récitation de *Shri Guru Gita*, Gurumayi a demandé aux trois swamis du Siddha Yoga présents de raconter leurs expériences du Message. Gurumayi s'est adressée à ces swamis parce qu'elle sait que chacun d'entre eux établit son propre plan pour appliquer son Message et que donc toute l'assistance pourrait tirer des idées utiles de leurs propos.

Comme à leur habitude, ces trois swamis ont tous donné des explications très concrètes et très utiles. Et je voudrais souligner ce que l'un de ces swamis en particulier a raconté. Après avoir exposé sa méthode pour appliquer le Message de Gurumayi, il a dit qu'il lui avait été très facile d'assimiler la signification des mots – par exemple, la phrase *Tête haute affirme ta dignité*. Puis, à sa manière bien à lui, mélange d'humour et d'humilité, Swami ji a ajouté : « En fait, la dignité n'a jamais été mon point fort, vous savez. Alors cela a été une surprise. »

Quand Swami ji a dit cela, Gurumayi a ri, il a ri, nous avons tous ri. C'était assez prévisible : ce swami, qui est autant aimé des enfants que des adultes, a

un don mystérieux pour susciter de la joie partout où il est et partout où il va. Tout le monde rit quand Swami ji est dans les parages.

Une fois que les swamis ont repris leurs sièges, Gurumayi a souri et dit : « Je tiens à dire quelque chose. Swami ji, tu as vraiment une grande dignité. » Gurumayi s'est mise à expliquer que la dignité peut prendre beaucoup de formes différentes. Sur ce point, a-t-elle dit, la dignité est comme l'amour.

Puis Gurumayi a posé cette question : « Qu'est-ce que l'amour ? » Tandis que nous réfléchissions tous à cette question, elle a donné quelques réponses possibles – les différentes choses qui, diraient sans doute les gens, constituent l'amour pour eux. Je me souviens avoir pensé que je serais heureuse de juste rester là, suspendue à ce moment, à écouter Gurumayi parler de l'amour et de ce qu'il implique. Inconsciemment ce vœu s'est formé dans mon esprit. Et bien qu'il ne se soit pas réalisé exactement à ce moment, il a porté fruit au bout de juste quelques semaines, et d'une manière bien plus grandiose et bien plus belle que tout ce que j'aurais pu imaginer : *En direction de l'amour*.

Le jour de la Saint-Valentin, nous avons reçu l'enseignement final de la série *En direction de l'amour* – le pinacle, le point culminant, la crème de la crème de cet ensemble d'enseignements vraiment incomparable. J'ai l'impression que nous avons vécu dans un monde complètement différent ces deux dernières semaines, une sorte de bulle pleine d'amour où la coupe du dicton a débordé – la vôtre, la mienne, celle de tout le monde. Quand le premier enseignement a été posté le 1^{er} février, j'ai senti mon cœur se dilater d'amour – d'amour pour tout et pour rien en particulier, et surtout pour Gurumayi. Puis il y a eu le jour deux, le jour trois, le jour quatre et chaque fois le nouvel enseignement a été mon préféré et la topographie de mon expérience est restée similaire tout en changeant : d'abord c'est un torrent d'amour que j'ai ressenti, puis une rivière impétueuse et finalement une mer parfaitement calme. Chaque jour, l'amour grandissait ; chaque jour, semblait-il, ma capacité d'amour augmentait.

Arrivé à ce point, il semble impossible que cet amour puisse grandir encore – et pourtant je soupçonne vaguement qu’il va le faire. Déjà, nous pouvons continuer à revenir aux enseignements d’*En direction de l’amour*. Nous pouvons expérimenter différentes façons de les aborder. Puis-je vous suggérer d’essayer un enchaînement particulier ? Lisez d’abord l’enseignement ; puis écoutez-le lu à voix haute ; et finalement mettez la musique tout en réfléchissant à ce que vous venez d’absorber. En écoutant la flûte de Pan et la combinaison de sons qui l’accompagne, restez ouverts à ce qui surgit en vous – quelles idées ou images se fixent dans votre esprit, quelles actions vous aimeriez entreprendre. L’inspiration peut venir, et je crois pouvoir dire *viendra* sous une forme ou une autre.

J’aimerais aussi vous parler un peu d’une des illustrations que vous avez vues accompagnant *En direction de l’amour*. Permettez-moi de dire, en guise de préambule, que lorsque vous tombez sur une illustration sur le site du Siddha Yoga, elle recèle presque toujours plus que ce que l’œil en perçoit. Elle a un symbolisme, une signification spécifiques. Et c’est assurément le cas ici, avec l’image d’une petite branche feuillue que vous avez vue en bas de chaque enseignement. (En outre, il y a le même type de feuilles sur l’illustration accompagnant cette lettre.)

Ce sont des feuilles de kauri, un arbre originaire de Nouvelle-Zélande. Gurumayi m’a dit qu’elle avait été inspirée par l’histoire d’un kauri particulier, qu’on appelle Tane Mahuta, « Dieu [ou Seigneur] de la forêt » en langue maori. On pense que cet arbre est vieux d’environ 2000 ans. « Au cours de toutes ces années, a dit Gurumayi, par amour pour cette planète, cet arbre est resté debout. »

Un autre point à noter concernant les illustrations affichées sur le site du Siddha Yoga, c’est que nous essayons, autant que possible, de faire appel à tous les merveilleux siddha yogis qui ont été dans les régions du monde dont nous voulons représenter la flore, la faune ou les œuvres artistiques. Souvent nous regardons aussi ce qui est conservé dans les archives du département Shakti Punja. Sandeep Knoesel, le directeur du département du site Internet de la SYDA Foundation, m’a raconté que quand il a reçu la demande de

Gurumayi de trouver des illustrations pour *En direction de l'amour*, il a tout de suite su qui contacter : il avait de la famille qui avait visité ce site sacré en Nouvelle-Zélande et il connaissait plusieurs siddha yogis qui y étaient probablement allés aussi. Très vite ont afflué des photos venant de ces personnes, exemple en soi touchant qui démontre que l'amour peut arriver par de nombreux canaux différents – et que les inspirations que provoque l'amour peuvent être nichées dans les replis de notre mémoire.

Pour en revenir à Tane Mahuta, peut-il y avoir un symbole plus approprié de l'amour ? Comme cet arbre légendaire, l'amour est très ancien. Comme cet arbre vénéré, l'amour est toujours nouveau, se régénérant continuellement. Comme cet arbre qui, dans la tradition maorie, est le dieu des forêts et des oiseaux, l'amour offre un refuge ; l'amour est un tremplin pour l'envol. Comme cet arbre, dont la mythologie fait le créateur de l'humanité, l'amour donne son essence à l'âme humaine. L'amour est héroïque comme cet arbre. L'amour est iconique comme cet arbre. L'amour existe, a existé et existera toujours.

Plusieurs d'entre vous, dans vos témoignages, avez repris les citations classiques de Gurumayi tirées de son livre *Mon Seigneur aime les cœurs purs* : « Au commencement, l'amour. À la fin, l'amour. Dans l'intervalle, il faut cultiver les vertus¹. » Je vois bien pourquoi vous repensez à ces mots quand vous réfléchissez à ce que signifie aller *en direction de l'amour*

Sincèrement,

Eesha Sardesai



© 2024 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.

¹ Swami Chidvilasananda, *Mon Seigneur aime les cœurs purs : le yoga des vertus divines*, (Éditions Saraswati, 1995) p.157