

# Méditation sur les paroles de Swami Muktananda

## *Satsang de Siddha Yoga en l'honneur de Pâques*

par Eesha Sardesai

### Gratitude pour la vie

Dans le passage du *Jeu de la Conscience* qui a été lu pendant le *satsang* en l'honneur de Pâques, Baba Muktananda raconte l'histoire d'un saint qui voyait sa mort approcher. Au début du passage, Baba écrit :

[Le saint] connaissait la date de sa mort et quand l'heure fut venue, il rassembla tous ses proches autour de lui, demanda leurs bénédictions et leur pardon, puis les remercia. Ensuite, il se prosterna dans les quatre directions, devant les cinq éléments et devant son Guru, dispensateur de la sagesse<sup>1</sup>.

Je trouve cette description très émouvante. Il me semble qu'on peut en apprendre beaucoup sur ce saint et sur la façon dont il a mené sa vie à partir de ce qu'il a choisi de faire lorsqu'il a appris que sa mort était imminente. Il ne se lamente pas sur son sort ; il ne s'engage pas dans une course contre la montre en se dépêchant de voir et de faire tout ce qu'il peut avant de quitter cette terre. Il utilise ses derniers instants pour exprimer sa gratitude. Pour moi, cela indique que le saint est parvenu à un contentement intérieur réel et durable, qu'il est en paix avec sa vie. Cela montre aussi sa profonde humilité.

En fait, je doute que la vie de ce saint n'ait été que bonheur sans nuages. Si vous avez lu les vies des saints – pratiquement dans toutes les traditions – vous saurez que c'est très improbable. Dans *Le Jeu de la Conscience*, Baba raconte que beaucoup des saints qu'il a rencontrés pendant ses voyages en Inde possédaient très peu de choses extérieurement. Baba nous dit, par exemple, que le grand Siddha Zipruanna vivait « à l'écart des villageois,

dans des maisons en ruines ou des huttes abandonnées<sup>2</sup> ». Le saint omniscient Hari Giri Baba portait une superposition de vêtements de bonne qualité, mais il passait aussi ses journées à se promener le long des cours d'eau et il se procurait sa nourriture en interpellant les gens qu'il rencontrait et en leur demandant de lui donner à manger<sup>3</sup>.

Du simple fait d'être un humain dans ce *samsara*, cet océan de la vie temporelle, le saint dont parle Baba dans ce passage avait certainement rencontré toutes sortes de difficultés. Sans parler des épreuves supplémentaires que son parcours personnel avait pu lui réserver. Pourtant ses paroles n'expriment aucune rancœur, aucune trace de revendication.

Nous pouvons en tirer un enseignement. Si nous renonçons à nos exigences envers la vie, à nos attentes qu'elle se présente et se ressente d'une certaine façon, je crois que nous avons davantage de chances de percevoir la richesse de ce que ce monde a à nous offrir. Nous sommes nés de la matière de cet univers, de sa combinaison particulière d'éléments. C'est dans ces éléments que nous finirons par nous fondre à nouveau. Pourquoi ne pas considérer tout ce qui se produit entretemps – cette vie splendide, déconcertante, avec tous ses hauts et ses bas – comme un cadeau ? Pas comme une promesse, pas comme un dû, mais comme une opportunité ? C'est quelque chose que j'ai beaucoup contemplé depuis le *satsang* en l'honneur de Pâques – et encore plus depuis que j'ai relu l'histoire de Baba intitulée « La valeur d'une naissance humaine » qui a été récemment publiée sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga.

Dans son livre *Courage et Contentement*, Gurumayi demande : « Cheminez-vous sur terre d'un pas léger ou d'un pas pesant<sup>4</sup> ? » Je réfléchis souvent à cette question. Et cela m'amène à poser *plus* de questions, à moi-même et à vous.

Comment avez-vous l'habitude d'exprimer votre gratitude aux gens, aux lieux, aux circonstances, aux petites et grandes choses de votre vie ? Avez-

vous pris le temps d'inspirer l'esprit du printemps – de permettre à vos propres cellules de s'imprégner du parfum vivifiant de cette saison exquise ?



© 2026 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.

---

<sup>1</sup> Swami Muktananda, *Le Jeu de la Conscience : Autobiographie spirituelle*, 4<sup>e</sup> éd. (S. Fallsburg, NY : SYDA Foundation, 2008), p. 290.

<sup>2</sup> Swami Muktananda, *Le Jeu de la Conscience*, p. 131.

<sup>3</sup> Swami Muktananda, *Le Jeu de la Conscience*, p. 118.

<sup>4</sup> Gurumayi Chidvilasananda, *Courage et Contentement : Causeries spirituelles* (S. Fallsburg, NY : SYDA Foundation, 2002), p. 3.