

Méditation sur les paroles de Swami Muktananda

Satsang de Siddha Yoga en l'honneur de Pâques

par Eesha Sardesai

Apprenez, désapprenez, réapprenez

Dans le précédent épisode de « Méditation sur les paroles de Baba Muktananda », j'ai raconté comment le saint de l'histoire de Baba reconnaît les contraintes auxquelles il a soumis son corps et remercie celui-ci pour l'avoir quand même soutenu, en particulier dans sa *sadhana*. J'ai aussi expliqué que, sur la voie du Siddha Yoga, nos Gurus enseignent une approche empreinte de modération, dans laquelle nous travaillons *avec* notre corps plutôt que contre lui pour parvenir à connaître Dieu.

C'est un sujet que j'ai beaucoup contemplé depuis le *satsang* en l'honneur de Pâques et je crois qu'il mérite d'être approfondi. Nous pouvons considérer l'exemple que nous a souvent donné Gurumayi, celui de la nature. La nature est toujours fidèle à elle-même ; tout ce qu'elle fait vise à ce qu'elle soit ce qu'elle doit être et à ce qu'elle aille là où elle doit aller. Prenez l'exemple du pigeon voyageur. Son sens de l'orientation – et en particulier sa capacité à retourner à son habitat d'origine – est si précise que, depuis des siècles, ces oiseaux ont été utilisés par les humains pour se transmettre des messages, notamment à des fins militaires. Les pigeons possèdent une véritable boussole interne, qu'on pense activée par leur exposition aux champs magnétiques terrestres. Et ce ne sont pas les seuls animaux à avoir de telles capacités. Certaines espèces de truites, de saumons et de tortues de mer, par exemple, ainsi que certaines espèces d'oiseaux migrateurs, ont des boussoles internes similaires.

Nous autres, êtres humains, fonctionnons un peu différemment. Si l'« habitat d'origine » que nous cherchons est le Soi intérieur, notre voyage de retour ne s'effectue pas aussi automatiquement. En général, la personne que nous devenons est une combinaison de biologie et d'accumulation d'expériences

personnelles – ce qu'on nous a enseigné et les conclusions que nous en avons tirées sur nous-mêmes et sur le monde qui nous entoure. Et ce brassage d'influences nous *transforme*. Selon la science, il altère notre chimie cérébrale. Les Écritures indiennes parlent de *samskara*, d'empreintes laissées sur l'esprit et accumulées au cours d'existences successives par les pensées, actions et expériences passées. Ces empreintes ne disparaissent pas d'elles-mêmes. Sans un effort conscient, nous ne pouvons pas revenir à la personne qui se cache *derrière* elles.

C'est pour cela que nous faisons une *sadhana*. C'est pour cela que nous nous efforçons de développer notre conscience de nous-mêmes. J'ai appris de Gurumayi que la *sadhana* est un processus continu au cours duquel nous apprenons, désapprenons et réapprenons. Nous devons faire, défaire et refaire. Certaines facultés doivent être affinées. Certaines tendances doivent être éradiquées. Et certaines façons d'être doivent être ressuscitées. Heureusement, sur la voie du Siddha Yoga, nous avons les enseignements du Guru pour guide. Nous avons la grâce du Guru pour soutenir nos efforts. Avec le soutien inestimable de la Kundalini Shakti éveillée, nous pouvons aiguïser notre discernement de façon à savoir ce qu'il faut garder, ce qu'il faut lâcher et ce qu'il faut restaurer.

Être dans un corps humain – cet appareillage physique et mental excessivement complexe – c'est *du travail*. C'est un fait incontournable. En même temps, la complexité du corps humain est aussi ce qui en fait un tel cadeau. C'est parce que nous sommes dans un corps humain que nous pouvons reconnaître tout ce qu'il est et tout ce qu'il fait, que nous pouvons accorder de la valeur au corps, que nous pouvons faire comme le saint et exprimer notre gratitude au corps. Nous pouvons comprendre que c'est *à travers* le corps que nous pouvons transcender le corps, que nous percevons la nature de Dieu.

Gurumayi a raconté une anecdote sur le séjour de Baba Muktananda dans la ville de Philadelphie en septembre 1979, au cours de sa troisième tournée mondiale. S'adressant à un théâtre comble – plus de mille personnes dont certaines étaient assises à l'extérieur, d'autres sur la scène – Baba a parlé de la signification

profonde de la formule emblématique qu'il employait, et que Gurumayi allait employer plus tard, au début de chaque *satsang* : « Avec beaucoup de respect et d'amour, je vous accueille tous de tout mon cœur. » Baba a expliqué que, lorsqu'il prononçait ces paroles, il ne s'adressait pas simplement aux formes personnelles des gens qu'il voyait devant lui, mais à la Perle bleue, le *nila bindu*, la lumière de la Conscience présente en chaque personne. Il parlait au divin en elles.

Comment pourriez-vous régler votre boussole intérieure de façon à ce qu'il vous soit plus facile de découvrir cette même nature divine en vous-mêmes ?
Comment allez-vous continuer à prendre le temps d'inspirer l'esprit du printemps, d'écouter son chant dans l'air et de le laisser vous guider jusqu'à votre « habitat d'origine » ?

