

Réflexions sur Gurumayi Chidvilasanda

Gurumayi me montre le chemin

par Prachi Bawari

Enfant, je comprenais et je sentais déjà que la grâce du Guru était toujours présente. J'ai grandi à Lucknow, en Inde, suivant la voie du Siddha Yoga avec ma famille. Tout au long de ces années j'ai écrit à Gurumayi, je la priais, j'offrais de la *seva* au centre de méditation Siddha Yoga et je me rendais à Gurudev Siddha Peeth pendant les vacances. À chaque étape et à chaque tournant de ma vie, j'ai pu sentir la présence de Gurumayi – elle me protégeait, me nourrissait, et me guidait.

Gurumayi m'a également enseigné qu'en tant qu'étudiants du Siddha Yoga, nous devons nous efforcer de reconnaître cette grâce omniprésente et fournir l'effort personnel adéquat dans notre *sadhana* pour faire l'expérience de son pouvoir.

Quand j'ai entamé ma vie d'adulte, avec ses responsabilités familiales et professionnelles, il y a eu des périodes où j'ai oublié la présence de la grâce dans ma vie et aussi les belles injonctions de Gurumayi sur l'importance de l'effort personnel.

Vers la fin de 2014, au cours d'une semaine de travail très intense, j'ai été en proie à une grande agitation mentale. Je me sentais incapable de me montrer à la hauteur de mes propres attentes et de celles mes chefs, malgré tous mes efforts pour y parvenir. De ce fait, je suis devenu irritable et mécontente de moi-même et des autres. A la fin de cette semaine, j'ai prié Gurumayi de me montrer le chemin.

Cette nuit-là, j'ai fait un rêve. J'ai me suis vue dans un grand espace, entouré d'une multitude de gens. Soudain, au milieu de la foule, j'ai aperçu Gurumayi, le visage illuminé par un sourire rayonnant, qui me regardait, moi. Le cœur bondissant de joie, je suis allée à sa rencontre pour la saluer.

Gurumayi m'a observée avec un regard plein de compassion, elle semblait savoir ce que je traversais dans mon travail. Puis elle m'a regardée droit dans les yeux et a dit : « N'aie pas d'attente ! » Elle était ferme. Elle était claire. C'était une injonction puissante et affectueuse.

Lorsque je me suis réveillée le lendemain matin, les paroles de Gurumayi résonnaient encore dans ma tête. Mon cœur était heureux d'avoir reçu le *darshan* du Guru. J'étais enthousiaste à l'idée d'explorer et de comprendre ce qu'elle voulait me dire. J'ai cherché dans le dictionnaire et trouvé que le mot « attente » signifiait « qualité ou état d'expectative ; espoir d'un résultat ; croyance ou désir (d'un résultat) par anticipation »

Je me suis demandé : « *Est-ce que j'attends tout le temps quelque chose ? Est-ce que je me suis mise à vivre dans cet état de désir et d'anticipation ?* » J'ai commencé à observer mes pensées et ce qui motivait mes actes durant la journée. J'ai été très surprise ! Je ne me doutais pas que j'étais aussi pleine d'attentes ! Par exemple, quand je faisais des heures supplémentaires au travail, je m'attendais à être appréciée et reconnue comme une personne très travailleuse de l'équipe. Quand j'offrais mon aide à un collègue, j'espérais qu'on me remercierait pour ma sagesse et ma générosité. Et quand ces attentes n'étaient pas satisfaites, j'ai remarqué que j'étais déçue et que mon humeur s'en ressentait.

Quand j'ai remarqué cela, j'ai pris la résolution de changer. J'ai appliqué quotidiennement le bref message de Gurumayi : « N'aie pas d'attente ! », en faisant l'effort délibéré de ne rien attendre. Chaque fois que je me sentais encombrée par des attentes, je répétais le mantra *Om Namah Shivaya*. Si la journée ne se déroulait pas comme je l'avais prévue, je répétais le mantra et je faisais l'effort délibéré de laisser tomber mon désir de résultat. Presque immédiatement, je me sentais plus stable et plus libre. Si une personne ne se conduisait pas de la façon que j'attendais, je répétais le mantra et mon agitation cessait. Si ma famille ne m'apportait pas le soutien que j'avais escompté, je répétais le mantra et faisais l'effort de comprendre leur point de vue plus clairement. Et si mon patron n'était pas satisfait de mon travail, je répétais le mantra et reconnaissais que c'était là une nouvelle occasion de m'améliorer puis de passer à autre chose.

Les paroles de Gurumayi me guidaient pour demeurer dans l'instant présent plutôt que de m'égarer dans la jungle des désirs pour l'avenir et des résultats escomptés. Par la grâce de ces instructions, je suis maintenant de plus en plus en mesure d'offrir le meilleur de moi-même dans ce que je fais, puis de passer à autre chose.

Au fil des années, j'ai beaucoup imploré la grâce toujours présente de Gurumayi et fourni un effort personnel pour suivre le chemin qu'elle me montre, et, à chaque fois, j'avance vers un état de liberté plus grand.

Je suis extrêmement reconnaissante envers mon Guru de m'accorder sa grâce et de me montrer constamment le chemin.



© 2020 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.