

# Méditation avec le Mantra Surya-gayatri

Le *Sura-gayatri*, qu'on appelle aussi l'*Adi-gayatri*, est une invocation apparue pour la première fois dans le *Rig Veda*, une Écriture ancienne de l'Inde. On le considère comme le mantra originel et le plus important des mantras *gayatri* dédiés à diverses déités.

Ce mantra honore Surya Devata, qu'on appelle aussi Savitri, le seigneur du soleil. En tant que rayonnement qui donne la vie et éclaire toutes les activités du monde, Savitri représente la lumière suprême de la Conscience, le Soi de tous.

Dans le satsang *Une Douce Surprise*, le 1<sup>er</sup> janvier, Gurumayi a présenté la méditation avec le *Surya-gayatri* comme une méthode pour mettre en pratique son Message pour 2018, *satsang*. Sur cette page, vous êtes invités à approfondir cette pratique.

En méditant, vous entendrez le mantra *Surya-gayatri* récité dans le *raga Vibhas*. Ce *raga* est joyeux et énergique, comme les premiers chants d'oiseaux du matin.

Pour vous préparer, prenez une posture confortable et stable. Respirez librement et laissez les muscles de la nuque s'assouplir et s'étirer. Votre corps s'ouvre et se détend. Quand vous êtes prêt, cliquez ci-dessous sur « play » et méditez avec le mantra *Surya-gayatri*.

[Lecteur audio]

# Mantra Surya-gayatri

om bhur bhuvah svaḥ  
tat savitur vareṇyam  
bhargo devasya dhimahi  
dhiyo yo naḥ pracodayat

*Om.* Ô Terre, Ciel et Firmament !  
Puissions-nous installer en nous  
le rayonnement du Savitri divin, le Dieu Soleil,  
afin qu'il nous éveille à la vision profonde.

D'après la traduction anglaise © 2018 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.