

Bhagavan
Jnana & Vairagya
par Heather Williams

Rencontre de Siddha Yoga *Darshan et manan*
Samedi 28 novembre 2020

Namaste, l'Inde.

Aloha, l'Amérique du Nord

Ciao, l'Europe.

Bienvenidos, l'Amérique latine.

Karibuni, l'Afrique.

Konnichiwa, l'Asie.

As-salaam alaykum à ceux d'entre vous qui sont au Moyen-Orient.

Shalom à Israël.

Il se trouve que ce sont là quelques-unes des paroles d'accueil en usage dans le monde que je connais. Mais de tout mon cœur, je veux souhaiter à *chaque personne* du *sangham* du Siddha Yoga un grand, grand bonjour.

Bienvenue à la quatrième et dernière rencontre de Siddha Yoga sur le thème de *Darshan et manan*, les pratiques du Siddha Yoga que sont Voir et Contempler. Vous êtes dans la Salle Universelle du Siddha Yoga.

Vous participez à une diffusion vidéo en direct depuis le Temple de Bhagavan Nityananda à Shree Muktananda Ashram. Cette diffusion vidéo en direct est réalisée par la SYDA Foundation.

Il y a quelques semaines, nous avons célébré Deepavali sur cette planète bleue. Et très bientôt, le 29 novembre aux États-Unis et le 30 novembre en Inde, les êtres célestes célèbreront Deepavali dans les cieux. En Inde, cette fête est appelée Dev Divali.

Gurumayi a dit que parfois, il lui arrive d'oublier, au début de la journée, que c'est Dev Divali. Cependant, à la fin de la journée, elle va dire à quelqu'un : « Cette journée m'a semblé *si particulière*. Il y avait quelque chose dans la lumière, quelque chose dans l'énergie de l'air. J'ai le sentiment que quelque chose de remarquable a dû se produire quelque part. »

Le 30 novembre, il y aura aussi une éclipse lunaire. Comme vous le savez, il faut être vigilant au moment d'une éclipse. Sur la voie du Siddha Yoga, nos Gurus nous ont enseigné qu'effectuer des pratiques du Siddha Yoga porte plus de fruits pendant cette période intense.

Je m'appelle Heather Williams. Je suis vraiment ravie de vous accueillir et de m'adresser à vous lors de cette rencontre sur le thème de *Darshan et manan*.

Je ne pourrai jamais assez remercier mes parents pour leur décision de suivre la voie du Siddha Yoga. Je me sens bénie d'avoir pratiqué les enseignements du Siddha Yoga toute ma vie. Certains de mes plus lointains souvenirs d'enfance sont des moments où j'ai reçu les enseignements de Gurumayi.

Je me souviens encore de la scène comme si c'était hier :

Je suis une jeune enfant et je suis assise aux pieds de mon Guru bien-aimée, Gurumayi Chidvilasananda.

Je regarde Gurumayi et je me dis : « Elle est magnifique. »

Je l'écoute faire un exposé.

Je ne comprends pas tout ce qu'elle dit.

Cependant, je l'écoute attentivement.

L'énergie des paroles de Gurumayi pénètre en moi.

Je ressens les paroles de Gurumayi résonner dans chaque cellule de mon corps.

Comme je l'ai dit, je ne comprends pas tout ce qu'elle dit. Je suis une enfant.

Cependant, je sens ses paroles pulser dans chaque molécule de mon corps.

Le tissu même et la forme de mon soi sont modelés par ces instructions de Gurumayi, que je ne comprendrai que plus tard.

Je reconnais qu'il existe quelque chose de très spécial dans mon petit corps. Mais je ne sais pas exactement ce que c'est.

J'entends alors Gurumayi dire : « Le divin est en toi. »

Ces expériences où je suis assise aux pieds de Gurumayi et totalement subjuguée par ses enseignements ont façonné et guidé ma vie. Et maintenant, je crois comprendre ce que Gurumayi enseignait et enseigne toujours. Je crois que j'ai appris de Gurumayi à n'être attachée à rien qui puisse me détourner de mon cheminement sur la voie du Siddha Yoga.

Il n'y a rien de comparable à l'amour du Guru. C'est cet amour qui nous a rassemblés aujourd'hui dans la Salle Universelle du Siddha Yoga. C'est cet amour qui forge et maintient notre lien éternel. C'est cet amour que nous vénérons avec notre corps, notre esprit et notre âme.

C'est la quatrième et dernière rencontre de Siddha Yoga sur le thème de *Darshan et manan*.

Gurumayi a donné le terme *Bhagavan* comme objet principal de notre pratique de *darshan et manan* lors de ces rencontres. Le terme sanskrit *Bhagavan* fait référence à Dieu – à la puissance suprême de cet univers et au Seigneur qui réside en nos cœurs. *Bhagavan* fait aussi référence à un être qui incarne et personnifie les six qualités divines.

Un verset d'une ancienne Écriture indienne, le Vishnu Purana, explique quelles sont les qualités de *Bhagavan*.

La traduction anglaise de ce verset nous dit : « Maîtrise totale, droiture, gloire, abondance, sagesse et détachement. Ensemble, ces six vertus constituent la racine du mot *Bhagavan*. »

Dans ces rencontres sur le thème de *Darshan et manan*, vous avez découvert quatre des qualités de *Bhagavan*. Aujourd'hui, je vais vous expliquer la signification des deux dernières qualités : *jnana et vairagya*.

Comme c'est le cas dans toutes les langues, les mots de la langue sanskrite ont de nombreuses significations. Un seul mot aura souvent trois, quatre, cinq significations, voire davantage. À vrai dire, *jnana* et *vairagya* ont tous deux plusieurs significations. Mais pour les besoins de cette rencontre, je les définirai ainsi : *jnana* est la connaissance, la sagesse. Et *vairagya* est le détachement, le renoncement.

***Jnana* – La sagesse**

Je vais d'abord parler de *jnana*, qui signifie « connaissance » ou « sagesse ». Il est important de comprendre que dans ce contexte, « connaissance » ne fait pas référence à une simple information. Il ne s'agit pas seulement de faits et d'idées que l'on apprend dans des livres ou dans des cours. Cela ne se limite pas au savoir théorique et le but n'est pas non plus d'être cultivé.

Jnana est le résultat d'une compréhension plus profonde, de l'assimilation d'un ensemble de leçons et d'expériences qui ont pour effet une transformation intérieure et font naître la lumière de la compassion en vous.

Jnana ne se limite pas à l'esprit et à l'intellect ; *jnana* s'intègre à votre être et il façonne votre regard sur la vie.

Dans tous les domaines, la connaissance est essentielle. C'est particulièrement vrai quand vous êtes sur une voie spirituelle où la connaissance du Soi est à la fois le but et le moyen d'atteindre ce but. Chaque aperçu que vous avez du Soi vous fait progresser de plus en plus jusqu'à la réalisation du Soi.

L'opposé de la connaissance, c'est l'ignorance. Les sages et les saints de l'Inde considèrent l'ignorance comme un péché – et comme une pure folie.

Les Écritures nous disent que le but de la vie humaine est de savoir qui vous êtes. C'est pourquoi, au début de leur *sadhana*, les chercheurs posent certaines questions. Le grand sage Adi Shankaracharya explique que certaines de ces questions peuvent être : « Qui suis-je ? Comment ce monde est-il créé ? Qui est son créateur ? De quel matériau ce monde est-il fait ? » Ces questions importantes déclenchent un bouillonnement dans l'esprit, dans le cœur et dans l'âme. Elles nous amènent à rechercher la connaissance et, avec le temps, nous conduisent à sa révélation. Si une personne ne poursuit pas cette quête, alors elle laisse passer la précieuse opportunité qu'offre cette existence.

Jnana implique la compréhension à la fois de la nature de ce monde et de la nature du Soi suprême. En Inde, il existe quatre grands yogas : *jnana yoga*, *bhakti yoga*, *karma yoga* et *raja yoga*. Ces différentes sortes de yoga sont toutes importantes. Parmi elles, c'est *jnana yoga*, la voie de la connaissance, qui est tenue en plus haute estime.

La connaissance contenue dans les Écritures indiennes couvre des millions de pages. En même temps, beaucoup des sages qui ont écrit ces textes sacrés et beaucoup des grands êtres qui les ont enseignés ont résumé cette connaissance dans des affirmations concises et faciles à retenir.

Par exemple, il y a les Mahavakyas, les « grandes affirmations », des Vedas :

Aham Brahmāsmi – Je suis Brahman, l'Absolu.

Ayam Ātmā Brahma – Ce Soi est Brahman.

Prajnānam Brahma – La Connaissance est Brahman.

Tat Tvam Asi – Tu es Cela.

Il y a les Shiva Sutras, qui incluent :

Caitanyam Ātmā – Le Soi est Conscience.

Jnānam Bandaha – La connaissance limitée est servitude.

Prayatnah Sadhakaha – Le chercheur est celui qui fait un effort.

Il y a les enseignements de Bhagavan Nityananda, Baba Muktananda et Gurumayi Chidvilasananda, qui condensent avec une grande précision la connaissance contenue dans les Écritures.

Bade Baba nous dit :

« Le cœur est le centre de tous les lieux sacrés. Vas-y et explore-le. »

« Tout est *Om*. »

« Sois tranquille. Je suis partout. »

Baba nous dit :

« Honore ton Soi. Vénère ton Soi. Médite sur ton Soi. Dieu demeure en toi, en tant que toi. »

Gurumayi nous dit :

« L'amour est le chemin. »

« Fais de ton esprit un ami. »

« Je suis Cela. Je suis la Vérité. Je suis la Connaissance. Je suis infini. »

Les Écritures indiennes précisent que le fruit de la connaissance, c'est la conscience totale de *Sarvam Khalvidam Brahma* : Tout ceci est Brahman. Tout ceci est l'Absolu. Tout ceci est Dieu.

Pourquoi considérons-nous que Bhagavan Nityananda était l'incarnation de *jnana* ? Bade Baba, comme on l'appelle affectueusement, était la personnification même de la connaissance. Le pouvoir de la connaissance transparaissait dans chacun de ses gestes, chacun de ses regards, chaque syllabe qu'il prononçait. Rien qu'en restant assis tranquillement en sa présence, les chercheurs pouvaient absorber sa sagesse. Sur la voie du Siddha Yoga, nous avons appris que la connaissance du Soi s'éveille dans un chercheur lorsqu'il est en présence physique du Guru, ou quand il pense au Guru, regarde une image du Guru ou encore rêve du Guru.

Vairagya – Le détachement

Je vais maintenant vous parler de *vairagya* – le détachement, le renoncement. En sanskrit, *vairagya* est issu du mot *vi-raga*. *Vi* signifie « sans » et *raga* inclut les passions temporelles, les émotions, les désirs et les attachements.

Comme le terme *vairagya* désigne le détachement et le renoncement, les gens pensent souvent que cette qualité n'est pas pour eux. Ils se disent : « Je ne suis pas un ascète. Je ne me suis pas affranchi des préoccupations temporelles. » Mais quand je vais expliquer ce qu'est *vairagya*, vous allez comprendre pourquoi cette qualité de Bhagavan concerne chacun de nous.

Bhagavan est celui qui possède cette qualité divine de *vairagya*, qui est aussi appelée dans les Écritures indiennes *nishprapancha*, absence d'attachement au monde.

Bhagavan est un être qui est dans ce monde mais pas de ce monde.

Quelle est la cause de la douleur et de la souffrance, du chagrin et du malheur, du désespoir et du découragement ? Selon les Écritures indiennes, la cause est le fait de s'accrocher à quelque chose – à une pensée, une personne, une idée, un objet, etc.

Il y a une parabole très ancienne que Gurumayi racontait dans les *satsangs* et les *Intensives Shaktipat*, et qui illustre ce point précis. Dans cette histoire, un singe enfonce sa main avec excitation dans une jarre pleine de friandises. Le problème, c'est qu'une fois que le singe a attrapé une pleine poignée de bonbons, il n'arrive plus à ressortir sa main. Tant qu'il garde tous les bonbons dans sa main, celle-ci reste bloquée dans la jarre. De même, si nous nous accrochons à ce qui est inutile pour nous, ou superflu, c'est à notre propre détriment. C'est lorsque nous renonçons à ce besoin incessant, ce désir pressant, d'*avoir*, que nous faisons l'expérience de la liberté et que nous réalisons la plénitude de notre être.

Quand Gurumayi racontait cette histoire, elle concluait parfois en posant une question : ce singe n'aurait-il pas pu sacrifier juste quelques bonbons pour récupérer sa main ?

Bade Baba incarne *vairagya* – le « détachement » ou « renoncement » – tout comme il incarne les autres qualités divines de Bhagavan. Ceux qui étaient dans l'entourage de Bade Baba faisaient quotidiennement l'expérience de son *vairagya*. Et même s'ils en étaient témoins jour et nuit, même s'ils savaient que Bade Baba était ainsi, à chaque nouvel exemple de son *vairagya*, ils étaient très impressionnés. Chaque fois, c'était une profonde expérience. Encore aujourd'hui, les chercheurs sont captivés et submergés par l'état intérieur de total détachement de Bade Baba – qu'ils en fassent l'expérience dans leur cœur, en voyant son image, en lisant ses paroles, en méditant sur lui ou en étant assis devant sa *murti*, comme nous le sommes maintenant, dans le Temple. Pour résumer : Bhagavan Nityananda est à jamais uni à Dieu.

J'ai entendu la merveilleuse histoire de la façon dont a été élaborée la *murti* de Bhagavan Nityananda à Gurudev Siddha Peeth, qui a été installée en 1971. Baba Muktananda veillait très attentivement à ce que les qualités divines de son Guru transparaissent dans la *murti* en cours de création. Il se rendait tous les quelques jours à l'atelier de l'artiste, à Mumbai, pour vérifier l'avancement de la *murti*.

Le sculpteur demandait à Baba s'il avait saisi correctement les expressions de Bade Baba et souvent Baba travaillait lui-même sur la *murti*. L'intention de Baba était que lorsque les gens regarderaient la *murti* de Bade Baba, ils ressentiraient ce que lui, Baba, avait ressenti en présence de Bade Baba. Baba souhaitait que les gens fassent l'expérience de l'état de son Guru bien-aimé, son Siddha bien-aimé, Bhagavan Nityananda.

C'est pourquoi, quand vous contemplez la forme de Bade Baba, vous avez une connaissance plus claire et une expérience plus forte du Message de Gurumayi pour cette année : *Ātmā kī Prashānti*, Paix profonde du Soi.

Maintenant, vous allez pratiquer le *darshan* et le *manan* de la forme resplendissante et pleine de vie de Bhagavan Nityananda.

Tandis que vous vous absorberez dans ces pratiques, vous allez entendre les notes douces et apaisantes de morceaux de piano classiques joués par Carlos del Cueto. Carlos est membre de l'équipe de la SYDA Foundation et c'est un musicien accompli.

Laissez votre conscience être soutenue par les flots de sons qui vont emplir la Salle Universelle du Siddha Yoga. La musique a le pouvoir de couper court à l'ignorance. La musique a la capacité de vous délivrer de l'attachement. Elle vous libère de vos préoccupations et contraintes intérieures et elle vous révèle un monde meilleur en vous-même.

En présence de Bhagavan Nityananda, les participants ont pratiqué darshan et manan. Ensuite, Heather a dit quelques mots pour conclure.

Jnana et vairagya. Darshan et manan.

Darshan et manan. Jnana et vairagya.

Merci à vous tous d'avoir participé à cette quatrième et dernière rencontre de Siddha Yoga sur le thème de *Darshan et manan*, les pratiques du Siddha Yoga que sont Voir et Contempler.

Je voudrais vous rappeler que les enseignements dispensés lors des rencontres de Siddha Yoga sur le thème de *Darshan et manan* sont disponibles sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga. Veuillez consulter le site Internet pour avoir le *darshan* et pratiquer *manan*. Vous vous remercieriez vous-même d'avoir pris le temps de faire votre *sadhana*. Et je vous laisse découvrir par vous-même comme vous vous sentirez bien après.

Merci Gurumayi. Quand je pense à l'impact qu'ont sur moi tes enseignements et les pratiques du Siddha Yoga que j'effectue, j'ai l'impression d'être une pièce d'or, un or soigneusement affiné afin que son éclat et sa valeur innés deviennent toujours plus manifestes. Merci pour ta vision à la fois pragmatique et philosophique, pour tes instructions à la fois sans prix et réalistes et pour ta présence bienveillante.

Je souhaite offrir ma gratitude et la gratitude de tous envers Gurumayi en chantant le refrain d'un *bhajan* écrit par le saint poète Brahmananda qui est très cher à mon cœur. J'ai eu la chance de chanter ce *bhajan* avec Gurumayi en 1999 pour le CD *Beloved* (Bien-aimé). Gurumayi a dédié *Beloved*, a-t-elle dit, aux enfants du passé, aux enfants d'aujourd'hui et aux enfants du futur.

Brahmananda nous dit : « J'offre tout mon être aux pieds de mon Guru ; par sa grâce, la dualité a disparu de mon esprit. »

Sadgurunath Maharaj ki Jay !

