

# Consacrer du temps au temps

## *en mars*

1<sup>er</sup> mars 2025

Chère lectrice, cher lecteur.

C'est le moment d'une nouvelle lettre. C'est le moment d'accueillir le printemps dans l'hémisphère nord. C'est le moment de vous recontacter tous, mes compagnons siddha yogis et les nouveaux chercheurs qu'il me tarde tant de connaître.

Dans ma dernière lettre, j'ai abordé certaines questions auxquelles nous pouvons réfléchir en étudiant le Message de Gurumayi pour 2025 et ses enseignements intitulés *En la présence du temps*. Par exemple : le temps est-il réellement discontinu et mesurable, ou s'agit-il simplement d'une histoire que nous nous racontons alors que le temps demeure tel qu'il a toujours été : éternel et, dans une certaine mesure, insaisissable ? Le temps peut-il avoir une personnalité propre ? Ou bien les caractéristiques que nous percevons au cours d'une période donnée ne sont-elles que le miroir de nos propres expériences subjectives, qui changent constamment ? Est-ce le temps qui change ou bien *nous* qui changeons ? Cette délimitation a-t-elle de l'importance ?

Si vous vivez dans un endroit où il y a des saisons bien distinctes – comme le nord-est des États-Unis, où se trouve Shree Muktananda Ashram – la question de savoir si le temps change, et comment, est presque certainement influencée par ce que vous voyez autour de vous. Chaque saison est radicalement différente des autres ; le passage de l'une à l'autre est un marqueur indéniable du passage du temps. Pourtant, il y a un schéma fixe dans ce mouvement. Les saisons se succèdent selon un cycle. Ce qui était vibrant de vie s'éteint, ce qui était en sommeil s'épanouit à nouveau. Le temps est-il donc une ligne ou un cercle ? Ou a-t-il une toute autre forme ?

Mars est le mois de l'équinoxe de printemps, et le printemps apporte avec lui les premiers signes d'un renouveau de la vie. De tendres pousses vertes surgissent du sol. Il y a *quelque chose* d'ineffable dans l'air qui se réchauffe – la promesse de plus de lumière, peut-être, alors que les jours s'allongent visiblement ; l'excitation secrète qui accompagne tout début. Il n'est donc pas surprenant que de nombreux festivals dans le monde soient associés au printemps. En Inde, par exemple, les gens célèbrent Holi et Gudhi Padva, qui ont lieu tous deux en mars cette année.

Je trouve utile, et même encourageant, de réfléchir au printemps et à ses connotations dans le contexte actuel. De nombreuses personnes peuvent se sentir désorientées en observant ce qui se passe dans le monde ; la perte de stabilité est sévère. Chaque jour, notre attention, nos émotions peuvent osciller entre la tristesse face à ce qui est et une croyance indéfectible en ce qui pourrait être – en ce qui *devrait* être, si nous avons quelque chose à dire à ce sujet.

L'envie de nous retirer et de nous isoler peut n'avoir d'égal que notre motivation à provoquer un changement réel et significatif. Il semble qu'il y ait plus d'agitation que jamais, à la fois autour de nous et en nous. Mais n'est-ce pas la nature de la vie ? La lutte pour trouver des réponses – à ce que nous pensions avoir compris mais que nous remettons maintenant en question, et à ce que nous n'avons peut-être jamais vraiment su – fait partie de ce que signifie être un être humain pensant.

Cela dit, je trouve du réconfort dans la capacité apparemment illimitée des gens à créer le bonheur, à trouver et déployer de la joie. Tout au long de l'histoire, les êtres humains ont dû affronter des périodes d'une dureté inouïe. Pourtant, ils ont toujours trouvé *une* raison, *une* occasion, de célébration. Au beau milieu des épreuves auxquelles ils ont été confrontés, ils se sont assis ensemble pour rompre le pain. Ils ont raconté des histoires, fait de la musique, se sont pris par le bras pour danser. Ils sont tombés amoureux, ils se sont mariés. Et chaque année, lorsque le printemps est arrivé, ils ont reconnu la beauté et la générosité de la nature. Ils ont choisi de se rappeler la bonté de la vie.

Cette notion de possibilité fluctuante – d’espoir, de résilience – sous-tend les enseignements de Gurumayi dans *En présence du temps*. C’est quelque chose que beaucoup d’entre vous ont déjà compris. Comme l’un d’entre vous l’a récemment écrit sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga :

Cette pratique et cette étude du temps dont nous gratifie Gurumayi sont vraiment passionnantes pour de nombreuses raisons. Je me réveille maintenant chaque jour en me posant avec excitation cette question : « Ah ! Je me demande quel temps il y a aujourd’hui ! »

Oui, quel *est* le temps maintenant ? Quel temps va-t-il y avoir ? La *tabula rasa* de tout, la perspective que chaque jour peut être nouveau – ou, du moins, que *nous* pouvons être nouveaux dans notre façon d’aborder et d’employer notre temps – est revigorante. À Shree Muktananda Ashram, l’une des premières plantes que nous voyons au printemps est le perce-neige. C’est une fleur sans prétention, dont les petits pétales blancs flottent à seulement quelques centimètres au-dessus de la terre, mais elle est remarquable par sa robustesse. Elle apparaît souvent alors que la glace et la neige sont encore au sol ; en fait, les perce-neiges ont la capacité de réagir à la température, se refermant sur eux-mêmes pour se protéger lorsque le temps est très froid et s’ouvrant à nouveau lorsque le temps se réchauffe. À leur manière, ces petites fleurs sont porteuses d’une leçon pour nous, une leçon sur la façon de remporter les défis, de ne pas se laisser décourager par ce qui s’est passé, de vivre en sachant qu’aucune situation n’est définitive. Il y a toujours plus de force intérieure à notre disposition.

Sincèrement,

Eesha Sardesai

