

Commentaires du *Pratyabhijñā-hṛdayam*

Le Cœur de la Ré cognition

Exploration du Message de Gurumayi pour 2016

au moyen de l'étude des Écritures

Introduction par Swami Shantananda

Gurumayi a donné aux Siddha Yogis et aux nouveaux chercheurs de nombreux outils pour étudier son Message pour 2016. L'un d'eux consiste à étudier son Message à travers le prisme d'un texte classique de la philosophie du **Shivaïsme du Cachemire** : le *Pratyabhijñā-hṛdayam* « le Cœur de la Ré cognition ».

Le Message de Gurumayi pour 2016 est :

Avance avec détermination

jusqu'à devenir

ancré

dans la Joie Suprême

Gurumayi a exposé des enseignements du *Pratyabhijñā-hṛdayam* quand elle a développé son Message pour 2016 dans le **Satsang Une douce surprise**. Ce traité a été écrit par le sage **Kṣemarāja** qui vivait au Cachemire, la partie la plus septentrionale de l'Inde, au onzième siècle. Son texte est constitué de vingt aphorismes, appelés *sūtras* en sanskrit, accompagnés de ses propres commentaires.

Dans cette œuvre, Kṣemarāja éclaire le principal objectif du voyage spirituel du chercheur ainsi que les moyens pour l'atteindre. Quel est cet objectif ? La réponse est contenue dans le titre : la récoognition du Cœur. Avec l'aide de la grâce du Guru, la pratique de la récoognition procure l'expérience du Cœur, la béatitude de notre **Soi**. C'est l'objectif dont parle Gurumayi dans son Message pour cette année.

Pendant toute l'année, des commentaires des *sūtras* du *Pratyabhijñā-hṛdayam* écrits par des enseignants de méditation Siddha Yoga et des érudits seront publiés sur le site Internet de la voie du Siddha Yoga. Ces commentaires abondent en explications et enseignements qui détaillent la connaissance contenue dans les textes du *Pratyabhijñā-hṛdayam*, l'éclairage qu'elle fournit sur des facettes du Message de Gurumayi pour 2016, et les moyens par lesquels les étudiants peuvent mettre en pratique ce Message.

Une méthode d'étude

Voici quelques suggestions pour vous aider à étudier les *sūtras* du *Pratyabhijñā-hṛdayam* et les commentaires.

Commencez par invoquer la grâce de Shri Guru pour vous soutenir dans vos efforts de compréhension et d'assimilation des enseignements sacrés. Dans ce but vous pouvez réciter les versets 4 et 5 de l'hymne *Śiva Mānasa Pūjā* qu'on trouve dans *Le Nectar du Chant*. Ou bien, vous pouvez réciter le *maṅgalam*, la prière d'invocation composée par Kṣemarāja pour le *Pratyabhijñā-hṛdayam*. Vous trouverez cette invocation sur le minisite auquel vous aurez accès après vous être inscrit pour les commentaires.

Ensuite, récitez à haute voix, au moins trois fois, le *sūtra* que vous étudiez — récitez d'abord trois fois l'original en sanskrit, puis récitez trois fois la traduction.

Lisez le commentaire au rythme qui vous convient. Prenez le temps d'absorber les enseignements.

Contemplez la signification du *sūtra* à la lumière du commentaire qui l'accompagne. Posez-vous des questions telles que :

Comment l'enseignement de ce sūtra et son commentaire peuvent-ils m'aider à mieux comprendre le Message de Gurumayi pour 2016 ?

Notez vos découvertes dans votre journal.

Ensuite, posez-vous ces questions :

Comment vais-je mettre ma compréhension en pratique ? Comment vais-je l'appliquer à mes pratiques spirituelles et à ma vie quotidienne ?

Notez les leçons que vous tirez de la mise en application de l'enseignement.

Chaque fois que vous étudierez les *sūtras* et les commentaires, vous découvrirez des nuances et de nouveaux aspects de ces enseignements, et vous verrez en quoi ils vous aident à étudier, pratiquer, assimiler et mettre en application le Message de Gurumayi pour 2016.

Une autre suggestion est de vous réunir avec un groupe de Siddha Yogis tous inscrits pour la série de commentaires en vue de former un **cercle de sadhana du Siddha Yoga**. Ensemble, vous pouvez étudier les *sūtras* et leurs commentaires et échanger vos compréhensions et vos méthodes pour mettre ces enseignements en application dans votre pratique spirituelle.

Puisse votre participation à cette série amener votre compréhension à s'épanouir jusqu'à parvenir à une vraie connaissance du Soi !

