

## Mahâ Shiva Râtrî

Om Shri Ganeshâya Namah ! Om Shri Sarasvatyai Namah! Om Shri Gurubhyo Namah!

La 14<sup>ème</sup> nuit de la quinzaine sombre (Krishna paksha) du mois Sanskrit de Phalgunah (février-mars) est célébrée par les dévots de Shiva du monde entier en tant que la Mahâ Shiva Râtrî. C'est un jour très propice pour renouveler notre ferveur et notre aspiration spirituelle à progresser vers le Divin. A cette occasion, nous pratiquons le jeûne toute la journée et même la soirée jusqu'à minuit. Nous restons également éveillés pendant une grande partie de la nuit voire toute la nuit pour les plus zélées d'entre nous. Tout cela dans le but unique de nous concentrer exclusivement sur le Bienveillant Seigneur Shiva et devenir de plus en plus conscient de sa Grâce omniprésente.

Dans la démarche du progrès spirituel, il est dit que nous devons nous élever au-dessus de *Tamas* (la torpeur et l'obscurité) en passant par *Rajas* (l'activité, l'agitation et la passion) et ensuite, dépasser *Rajas* en développant *Sattva* (l'intelligence et la bonté). Plus une personne devient « sâttrique », plus elle se rapproche de l'Eveil spirituel et la réalisation du Soi.

Lors de la Mahâ Shiva Râtrî, Swami Krishnaananda (un des plus éminents disciples de Swami Shivânanda) explique que ne pas dormir symbolise notre aspiration à nous libérer de *Tamas* (la léthargie), et le fait de ne pas manger représente notre volonté de maîtriser *Rajas* (l'agitation), car la tendance à rechercher les gratifications sensorielles (en particulier celle de notre langue) est ce qui nous pousse à devenir « râjasique ».

Mais l'effort ne devrait jamais être uniquement en termes de dénéiation des désirs et plaisirs de la vie, car même s'il faut savoir lâcher prise sur les aspects les moins élevés de notre personnalité, en vérité, cela ne peut se faire avec un réel bénéfice que si nous avons un point d'attache auquel nous accrocher. Comme lorsque nous montons sur une échelle, nous ne pouvons lâcher la barre du dessous que si notre main s'est déjà fermement accrochée à la barre de dessus. Sans cela, la chute est inévitable. Ainsi, outre ces pratiques de restriction, il nous est recommandé de pratiquer la dévotion. En vérité, ça n'est que notre amour pour le Bienveillant Seigneur qui nous permet de nous protéger de toutes les vicissitudes de la vie. Non pas que cet amour nous permette d'éviter les problèmes et les difficultés, comme si les dévots du Seigneur n'avaient jamais à souffrir et à affronter des situations difficiles, cela est évidemment une idée un peu trop naïve.

Mais notre dévotion pour le Seigneur est incontestablement notre meilleure armure pour savoir faire face aux problèmes et affronter les défis de la vie avec sagesse, acceptation, voire même avec un sourire au coin des lèvres. Cela est amplement démontré par les exemples de tous les saints et sages de toutes les traditions et de toutes les époques. Pensons à Jésus sur la Croix. Pensons à Mahatma Gandhi qui même face à son assassin ne peut pas s'empêcher de penser à Râma. Même dans l'adversité, leur dévotion leur a permis de ne pas perdre leur sérénité.

C'est précisément ce que représente le Seigneur Natarâja qui, bien qu'en perpétuel déséquilibre, dans sa danse cosmique, n'en demeure pas moins toujours souriant et paisible. La Mahâ Shiva Râtrî commémore d'ailleurs sa danse d'Ânanda Tândavam (la danse cosmique du Bienheureux). Dans une danse, les différentes parties du corps du danseur ont toujours des hauts et des bas, néanmoins un danseur accompli est toujours centré sur lui-même et toujours plein de joie.

Shiva représente également le maître spirituel qui nous enseigne l'équanimité (être toujours égale à soi-même dans le chaud et le froid ; le plaisir et la peine ; l'honneur et le déshonneur). Mais

comment cela serait-il possible pour nous autres, commun des mortels ? La méthode pratiquée par Shiva lui-même, d'après ce que nous disent les Purâna-s est la répétition constante du Nom de Shrî Râma. Shri Râma symbolise la plénitude du Soi. En toute occasion, Shiva est celui qui demeure conscient de la plénitude de son propre Soi. Il serait erroné de penser que, du fait qu'Il soit toujours en train de prier Râma, Shiva soit inférieur à Raama ou Vishnu. La prière de Shiva n'est pas une pétition comme c'est très souvent le cas pour nous. Shiva ne demande rien à Râma. Sa prière est une méditation, une communion avec son Soi Suprême. D'ailleurs, il est dit que Râma lui-même est toujours absorbé intérieurement dans la répétition du Pancha Akshara Mantra : le mantra à 5 syllabes (« Namah Shivaaya » précédé de Om). Cela nous indique clairement qu'il n'existe aucune dualité entre Vishnou et Shiva. Ils sont deux divines manifestations d'une même Réalité. La tradition nous lègue le verset suivant : « Om Shivaaya Vishnouroopaaya shivarooapaaya vishnavé | shivasya hridayam vishnouh vishnoshtcha hridayam shivah|| Yatha Shivamayo vishnouh évam vishnoumayah shivah| Yathaantaram na pashyaami tatha mé swastiraayoushi|| » « Om ! Shiva est une forme de Vishnou et Vishnou est une forme de Shiva. Dans le cœur de Shiva se trouve Vishnou et au cœur de Vishnou se trouve Shiva|| Ainsi Shiva est rempli de Vishnou et Vishnou est rempli de Shiva. Je ne vois aucune différence entre ces deux et ainsi ma vie est pleine de tout ce qui est propice. »

Vishnou vient de la racine sanskrite « vish » qui signifie entrer/pénétrer. Il est donc celui qui entre partout, c'est-à-dire : l'omniprésent. « Shiva » signifie ce qui est propice. Dans notre vie, nous avons généralement tendance à penser que seul un certain nombre de choses nous est propice et beaucoup d'autres auxquelles nous devons faire face ne nous paraissent pas propices du tout. « Shiva » signifie aussi le Bienveillant. Et Il est l'Omniprésent. Cela implique qu'Il est toujours de bonne volonté, Il veut toujours ce qui est bien pour nous, que nous le reconnaissons ou pas. Tout comme un docteur, Il doit parfois prescrire des traitements amers et déplaisants, mais cela est toujours pour notre propre amélioration, pour autant que nous sachions prendre ce traitement avec le bon esprit et la bonne attitude.

Ainsi, outre la pratique d'abnégations, Mahâ Shiva Râtrî est surtout l'occasion d'approfondir notre dévotion. Pour cela, le japa : la répétition de « Om Namah Shivaaya » est la méthode la plus simple à laquelle nous nous consacrons consciemment en ce jour particulier. Ce mantra est issu d'un chant védique très sacré appelé Rudram. Voici ce que Swami Krishnaananda nous dit sur ce mantra : « C'est un *kavacha*, une sorte d'armure que vous pouvez revêtir. Cette armure vous protégera des dangers de toute sorte. Elle vous protégera vous et aussi tous ceux dont vous souhaitez qu'ils soient protégés. Cela protégera votre famille ; cela protégera votre pays ; cela protégera le monde entier. Cela peut arrêter des guerres et des tensions de tout genre, pourvu que vous offriez cette prière de tout votre cœur et du fond du cœur. La prière collective est très efficace. Si une centaine de personnes se réunit et prie, cela aura un plus grand effet que si une seule personne prie. Bien sûr, si cette personne seule est très puissante, alors même ces prières à elle seule seront très bien. Mais là où les personnalités ont leurs propres faiblesses et défauts, il vaut mieux que les gens prient en congrégation. Lorsque les esprits sont réunis, ils forment une grande énergie. Cela crée un élan vers Dieu. »

Mahâ Shiva Râtrî commémore aussi d'autres épisodes de l'histoire de Shiva. Notamment, celui où il but le poison Kaalakoota pour protéger l'univers. En tant que Gourou, Shiva est celui qui boit le poison de notre égo. Mais cela n'empoisonne pas son système car Parvati bloque ce poison au niveau de sa gorge. Dès lors, il devient connu sous le nom de NeelaKantha (Celui à la gorge bleu).

Nous devons également apprendre à pouvoir boire le poison de l'égo des autres, leur amertume et leurs insatisfactions, sans que cela ne pollue notre réalité intérieure, et sans qu'il nous faille recracher ce venin sur d'autres, après l'avoir reçu. Ce poison ne contamine pas Shiva car même en le buvant, il continue à chanter le nom du Seigneur dans son cœur et ne perd jamais contact avec la Réalité Supérieure.

Shiva représente aussi la foi (Shraddha) et Paarvati, la croyance (Vishvaas). La foi qui nous protège de toutes nos inquiétudes est celle qui affirme que : Seul sa volonté prévaut. (*Satyam eva jayate*). Seule la vérité triomphe. Ainsi, inutile de nous inquiéter quant à ce que l'avenir nous réserve car Dieu sait ce qu'Il a à faire et Il le fait. Sa volonté est toujours accomplie, et en vérité, il n'y a que sa volonté qui est accomplie. Lorsqu'elle coïncide avec celle de notre ego alors nous ressentons le plaisir, sinon, nous éprouvons de la peine. Mais, si nous pouvions avoir foi dans le fait que seule sa volonté prévaut et que Dieu nous veut toujours du Bien, alors notre sérénité ne peut que devenir fermement ancrée et non pas juste superficiellement affichée. Par-delà les aléas de l'existence, la foi et la confiance sont les meilleurs remèdes à notre disposition pour soigner nos angoisses et notre stress de la vie quotidienne.

Enfin, il est dit que Mahâ Shiva Râtrî célèbre le mariage de Shiva et de Paarvati. Ce mariage représente celui de l'Esprit et de la Matière. La matière est énergie comme nous le dit Einstein. L'esprit est la conscience qui nous permet de connaître toutes nos expériences changeantes de la vie. Cependant, cette conscience en elle-même ne change jamais. Elle est éternelle, immuable et impérissable, elle est le Sadaa Shiva que nous adorons dans le lingam. D'après une histoire bien connue, la première apparition du lingam fut sous la forme d'une colonne de feu. Cette colonne de feu projette sa lumière sur le monde environnant et en l'éclairant, elle nous permet de le connaître. Mais, en elle-même, elle est sans début ni fin, indéfinissable et inexplicable. Ainsi en va-t-il de Dieu. « *Les voix du Seigneur sont impénétrables* », mais seul l'amour et la dévotion envers Lui nous ouvre les portes du Paradis, du Para Buddhi, comme l'interprète notre cher Swami Pranavaananda : cette paix qui dépasse l'entendement.

Lorsque nous parlons de la matière dans le Vedanta, il s'agit non seulement de la matière grossière, comme celle qui compose notre corps physique mais également, la matière subtile, dont sont faites nos pensées et nos émotions. Le mariage de la matière et de l'esprit symbolise donc le mariage de l'individu et de l'Indivisible, le mariage de l'humain et du Divin, du manifesté et du non-manifesté, de la forme et du sans-forme, le mariage du monde du devenir et du monde de l'Être. Dans cette union, il ne demeure aucune division. Cela signifie que ce mariage n'est accomplie que quand l'individualité s'est dissoute complètement dans la totalité et quand l'égo a été transcendé dans la Réalisation de la non-dualité. Les pénitences (tapas) auxquelles se soumet Parvati pour mériter d'être mariée à Shiva nous indiquent que cette union mystique avec le Divin n'est possible que si nous sommes prêts à nous soumettre à une discipline authentique et sincère.

Puissions-nous tous progresser vers la réalisation de Cette Non-dualité à tous les niveaux de notre personnalité et vers l'harmonisation de notre esprit avec le bienheureux et bienveillant Seigneur Shiva.

Hari Om Tat Sat !