

Extraits de l'Ashtavakra Gita

8ème siècle

Gourou Ashtavakra

Chapitre I – La conscience de soi

Janaka demande :

Comment la connaissance peut-elle être acquise?
Comment la libération peut-elle être atteinte? Et
comment atteindre un état sans passion ? Dis-moi.

Ashtavakra répond:

Si tu cherches la libération, évite ce à quoi s'attachent tes sens comme un poison. Pratique la tolérance, la sincérité, la compassion, la retenue et la vérité comme si tu buvais un nectar.

Tu n'es pas composé des éléments - la terre, l'eau, le feu, l'air, ou même l'éther ne sont pas toi. Pour être libéré, comprend que tu es plutôt la conscience et le témoin de ces éléments. Si tu parviens à calmer cette conscience et à te percevoir toi-même comme distinct de ton corps, alors tu deviendras heureux, paisible et libre de tout lien.

Tu n'appartiens pas à la caste des prêtres ni à nulle autre caste, tu n'es pas une catégorie, et tu n'es rien que l'œil puisse voir. Tu es sans attache et sans forme, mais le témoin de toute chose. Sachant cela, tu as juste à être heureux.

Vertu ou vice, plaisir ou douleur, ne sont que le produit du mental et ne te concernent pas. Tu n'es ni celui qui agit, ni celui qui recueille les fruits de ces agissements, tu es donc libre pour toujours.

Tu a été mordu par un serpent qui t'a fait croire que tu es ce que tu fais. Bois donc l'antidote qui te fera comprendre que tu n'es pas celui qui agit et sois heureux.

Brûle la forêt de l'ignorance avec le feu de la connaissance : tu es uniquement la pure conscience. Sachant cela, sois heureux et libère toi de ta tristesse.

Si tu te crois libre, alors tu le seras. Si tu te crois enchaîné, alors tu le seras. Car « penser, c'est être. »

Ta véritable nature est la parfaite Unité, la liberté, la conscience impassible. Tu es le témoin universel, détaché de tout, sans désir et en paix. Ce n'est qu'une illusion de te croire impliqué dans le samsâra.

Médite sur toi-même avec la conscience immobile, comme si rien n'était différent de toi, et renonce à l'idée fausse selon laquelle ta conscience serait issue de quoi d'externe ou interne.

Longtemps tu as été pris au piège en t'identifiant à ton corps, alors que tu es ta conscience. Tranche donc ce lien avec le couteau de la connaissance et sois heureux.

Tu es réellement libre de toute attache et du karma, c'est à dire de l'enchaînement de tes actions. Par nature tu es déjà lumineux et sans tâche. Ton esclavage provient juste du fait que tu recherches constamment à calmer ton esprit alors que tu n'es composé que de pure conscience. Ne sois donc pas étroit d'esprit : tu es inconditionné et immuable, sans forme et permanent, ta conscience est insondable et imperturbable, alors ne te réfère à rien d'autre qu'à elle.

Vois que ce qui est apparent n'est pas réel, tandis que ce qui ne se manifeste pas est éternel. En t'initiant à cette vérité, tu ne tomberas plus dans l'irréalité.

De la même façon que ce qui se reflète dans un miroir existe à l'intérieur de lui comme à l'extérieur, le Seigneur Suprême existe partout, dans ton corps comme en dehors. De même qu'un seul et même espace universel existe à l'intérieur comme à l'extérieur