

# *Amrita Bindu Upanishad*

## Verset 2

Shloka

Pour les êtres humains, l'esprit est à la fois la cause de la servitude et de la libération. L'esprit qui est attaché aux objets matériels est la cause de la servitude, tandis que l'esprit qui est détaché et exempt de désirs est la cause de la libération. <sup>i</sup>

— *Amṛtabindu Upaniṣad*, verset 2

Commentaire :

Ce verset de l'*Amṛtabindu Upaniṣad* concerne les enseignements exposés par Gurumayi dans son Message pour 2019 au sujet de l'incommensurable pouvoir de l'esprit humain. Au cours des siècles, les Écritures indiennes anciennes ont sans cesse proclamé : « ce que vous pensez, c'est ce que vous devenez ». Lorsque nos pensées sont optimistes, lorsque nous choisissons de nous concentrer sur des vertus telles que la joie, le courage et le contentement, alors notre expérience du monde déborde, elle aussi, de toutes ces qualités.

Dans ce verset, le mot sanskrit *kāraṇa* signifie « être la cause » ou « le lieu d'origine ». L'esprit est à l'origine du bonheur comme du malheur dans notre vie. Il est la cause de la servitude, *bandhana*, et aussi la racine de la libération, *mokṣa*.

Ce verset explique ensuite ce qui entraîne servitude ou libération pour l'esprit. C'est sur quoi l'esprit s'attarde.

Dans ce verset, le mot *nirviṣaya* désigne l'état d'un esprit qui n'est pas lié au monde matériel, qui est affranchi des désirs et des peurs, qui est libre alors même que vous vivez dans ce monde.

Dans la voie du Siddha Yoga, le concept de détachement n'implique pas de délaisser vos responsabilités dans la vie ni de devenir indifférent et froid. Il signifie plutôt que vous continuez à vivre dans ce monde, accomplissant votre devoir, tout en veillant à ce que votre esprit reste centré sur le Soi, la source intérieure de toute connaissance, de tout amour et de toute joie. Quand nous effectuons toutes nos actions avec la réconnaissance que la source de la joie et de l'amour que nous cherchons à l'extérieur est en réalité en nous, alors un détachement doux et un réconfort profond nous accompagnent tout naturellement.

Une des méthodes fondamentales pour éprouver ce détachement paisible, c'est de développer une relation forte et régulière avec les pratiques spirituelles intemporelles que sont la méditation, l'étude des enseignements du Guru et la répétition du mantra. Ces pratiques spirituelles maintiennent l'esprit ancré dans sa source, le Soi suprême intérieur.



© 2019 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.

---

<sup>1</sup> D'après la traduction anglaise © 2019 SYDA Foundation®