

MESSAGE 81

Paris, le 18 décembre 2005

Qu'est ce que la conscience?

1. La pleine conscience est le mouvement de la Réalité. Ce n'est pas la manœuvre des abstractions et des allégations.
2. La pleine conscience se rattache à une chose réelle, et non pas aux pensées et théories sur cette chose.
3. La pleine conscience se préoccupe des faits, et non pas de l'imaginaire et des idées fallacieuses qui maquillent les faits.
4. La pleine conscience appartient à « ce qui est », non pas à « ce qui devrait être ».
5. La pleine conscience mène à la liberté et à la vacuité, non pas à la fragmentation de la structure expérientielle.
6. Soyez pleinement conscient de votre névrose!!!
7. Prenez pleinement conscience de vos conflits (mentaux), confusion et chaos; ne foncez pas dans des concepts, conclusion et machination.
8. Soyez éveillé à la pleine conscience, ne restez pas endormi dans vos ambitions.
9. La pleine conscience est intelligence [divine], la revendication est purement intellectuelle.
10. Soyez pleinement conscient de votre culpabilité et crédulité, de votre avidité et dieu, de vos glorifications et gratifications.
11. Ne portez pas le fardeau de vos systèmes de croyance, symboles, images, motifs, tabous, préjugés, superstitions, prétentions; soyez juste parfaitement conscient d'eux.
12. Soyez conscient de votre recherche de pouvoir, de possessions, de position [sociale], de standing; ne vous séduisez pas vous-même avec des paradoxes et des prières.
13. Découvrez si la conscience peut être pleinement consciente d'elle-même sans se diviser en deux: - «moi» et «ma conscience».
14. Soyez parfaitement conscient que même si vous avez un corps spécifique, vous n'êtes pas un individu! Vous êtes l'humanité entière. Il y a diversité mais pas division.
15. Soyez pleinement conscient des techniques d'auto-hypnose diffusées sur le marché spirituel en tant que technique de méditation, et soyez disponible pour le mouvement sacré de la méditation spontanée et naturelle.
16. La pleine conscience est la seule moralité qui vous fait prendre conscience de l'immoralité du pouvoir de l'argent, de l'accent sur le matérialisme que l'industrialisation a apportée et de la bêtise des idéologies
Et de cette pleine conscience surgit un extraordinaire sentiment d'immensité, qu'aucun président, premier ministre, pape, paramahansa ne peut appréhender.

17. La pleine conscience crée les miracles suivants dans la psyché:

Elle brise la dualité entre l'observateur et l'observé.

- Elle voit la réalité sans abstraction.

- Elle comprend sans l'échelle des concepts et conclusions.

- Elle élimine l'obscurité de la dualité.

- Des flashes de liberté surgissent de la fragmentation dans le champ de conscience.

- Elle permet de connaître sans tomber dans le piège du connaisseur et de la connaissance (processus du Vedanta).

- Elle dissout l'obscurité des opposés.

- Elle rejette les réactions ou reduplications pour permettre à la réponse adéquate de ressusciter.

- Elle permet de voir sans le processus de séparativité dans la conscience.

- De s'abandonner [aux mains de Dieu ou du Gourou] sans servilité .

- De penser en dehors du corridor du penseur (passé) et de la pensée (futur).

- De comprendre sans entreprendre [une action ou une activité].

De voir sans vanité.

- D'observer sans mots.

De méditer sans méditant.

- L'ego est mis en suspens pour permettre à la vacuité de s'exprimer.

NE FUYEZ PAS, SOYEZ PLEINEMENT CONSCIENT! «BHAAGO NAHI, JAAGO!»

(Une expression de Lahiri Mahasaya)

GLOIRE A LA PLEINE CONSCIENCE! LA PLEINE CONSCIENCE EST LE GURU SUPREME

Epilogue 1: Mantra de Guru Nanak sur la pleine conscience.

Ekamkar Satnam Karta purukh Nirbhayo Nirwaer Akal murat Ajuni Saebhang Guru prasad

Ekamkar: C'est la même divinité sans division en dépit de la diversité.

Satnam: C'est la vérité – vaste et existentielle.

Karta purukh: C'est l'énergie et l'intelligence (**Prakriti et Purush** de Gita et **Chita-Shakti** de Patanjali).

Nirbhayo: Elle n'a rien à voir avec les peurs ou les appréhensions de la conscience incarnée.

Nirwaer: Elle est au-delà de tous les conflits d'opposition et inimitiés.

Akal murat: Elle transcende toutes les limitations du temps et de l'espace.

Ajuni: Elle n'a pas de commencement (et par conséquent pas de fin non plus).

Saebhang: Elle est révélée naturellement par elle-même.

Guru prasad: C'est la grâce ultime de la technique du Guru.

Epilogue 2: Sens du mot «**Guru**»

GU: venant du Gupta, qui veut dire camouflage [ce qui est caché].**RU:** Venant de Rudra qui veut dire lumière, feu.

Donc, GURU implique le processus qui disperse l'obscurité [en apportant de la lumière].

LA PLEINE CONSCIENCE EST LE GURU SUPREME! JAI GURU!