

LA VOIE DE LA SAGESSE

SAGESSE ORIENTALE

LE ZEN

.....

Les humains sont égocentriques. Ils confondent l'ego et l'être. C'est ainsi qu'ils se séparent des autres. Ils créent la comparaison, source de chagrin. L'humanité n'est qu'une partie infime de l'immensité de la Nature.

Ceux qui sont remplis d'opinions personnelles sont sourds à la sagesse des autres. D'habitude, quand deux personnes discutent, elles ne font qu'affirmer leurs propres vues. Il en résulte qu'elles n'entendent que ce qu'elles-mêmes disent et n'apprennent rien de nouveau.

Si nous arrêtons de discriminer, de nous accrocher à l'illusion et aux pièges de la pensée, nous atteindrons la Paix intérieure qui est un état de vide.

Ne spéculiez pas sur le passé ou sur l'avenir, mais vivez dans le monde présent. Nous devons à chaque instant comprendre ce qu'est l'instant. Ce n'est qu'ainsi que nous percevons la beauté des choses.

La simplicité de l'esprit est la voie. Ne vous en détourniez pas en cherchant la vérité ailleurs. Observez attentivement les petites choses quotidiennes et la vie éclairera votre regard intérieur.

Ce n'est pas après la mort que nous allons au ciel ou en enfer. Ces lieux sont "ici et maintenant". Le bon et le mauvais sont ancrés dans chaque pensée et les portes du ciel et de l'enfer s'ouvrent à nous à chaque instant.

Ne pas se laisser influencer par les apparences, ne pas nourrir le bien ou le mal dans son cœur, c'est cela être proche du Zen.

Si l'on associe de Dharma (l'enseignement) qu'aux endroits propres, ceci implique-t-il qu'il est absent des lieux suspects? Le Dharma englobe tout et n'a pas de préférences. Il est certes présent au paradis, mais n'est-il pas plus utile en enfer?

Il est facile de relever les erreurs d'autrui. Mais nos propres pensées peuvent, elles aussi, être erronées, et cependant nous y croyons.

La vérité ne se trouve pas au bout d'un voyage lointain. Elle doit se réaliser en nous-mêmes, car ailleurs, nous ne la trouverons jamais.

Le langage et les mots ne sont que des symboles pour exprimer la vérité. Mais confondre les mots avec la vérité est tout aussi trompeur que confondre le doigt avec la lune qu'il montre.

D'un troupeau de cent moutons l'un peut s'égarer. On laisse alors des quatre vingt dix neuf autres pour rechercher le mouton perdu. Aidez celui qui en a le plus besoin.

Le processus de la vie est ce qu'il y a de plus précieux pour les humains. La mort suit naturellement la vie. Celui qui comprend le cycle de la vie et de la mort humaines accepte qu'il en soit ainsi pour

toute chose.

La gloire, les titres, les accomplissements et la richesse incitent le petit ego à la vantardise. Il en résulte que l'être s'égaré comme un voyageur qui ne trouve plus son chemin de retour.

Ne pas s'identifier à quoi que ce soit, ni associer quoi que ce soit au "Moi", et voir que l'idée d'un "Je" distinct du reste de l'Univers est pure illusion, voici la vraie sagesse.

Le ciel est indifférent vis à vis de toute chose. Personne ne récolte une faveur particulière. Tu es le seul à pouvoir t'aider.

Là où existe notion et sensation de gain et de perte existent plaisir et chagrin. Dépasser le bon et le mauvais, le gain et la perte, c'est la vraie richesse.

Comprendre et agir ne font qu'un. Dispenser un enseignement et ne pas le vivre est contraire au Zen.

La majorité des humains vit dans un monde de dualité où existent gain et perte, séparation et solitude. Il en résulte que nous nous sentons exaltés si le paysage est beau, désespérés s'il ne l'est pas.

Ne penser ni au passé ni au futur, mais chérir chaque instant que l'on vit, voilà le vrai bonheur.

La nature essentielle se trouve à l'intérieur de chacun. Elle est intègre et ne manque de rien. Il nous incombe de la découvrir par nous-mêmes car aucun autre chemin ne nous y conduit.

Juger quelque chose bon ou mauvais ne dépend que de notre vision.

La nature humaine est jonchée de conflits. L'être est déchiré par des désirs opposés, et ainsi disparaît l'harmonie de l'esprit. Nous avons besoin d'en être conscient à chaque instant.

Les mots et les actions sont deux expressions de notre esprit. Toutefois nous sommes plus forts en mots qu'en actions, et les actions contredisent bien souvent les mots.

La vie humaine est jonchée de tourments et de persécutions. Les pires contrariétés sont le plus souvent nos propres créations.

La vraie richesse ne réside pas dans le volume des biens, mais dans l'art de savoir se contenter.

Nul besoin de se demander si les nuages se transforment en eau, ou si l'eau redevient nuage. Quand tu es nuage, vole librement dans le ciel comme font les nuages. Quand tu es eau, sois simplement sensible à elle.

Dans ce monde chaque chose a son utilité. Peu importe qu'elle soit grande ou petite, humble ou prestigieuse. Chacune a sa place. Pourquoi demander si cela est juste. Il en a toujours été ainsi.

La pratique du Zen est dans les choses de tous les jours comme laver son visage, manger, etc. Accomplissons-les avec conscience. La perception de la nature des choses résulte de ces actes quotidiens réalisés avec intégrité.

La même réponse ne convient pas à chaque situation. La vie est action et changement.

Pour comprendre les choses de la vie et de la mort, nous devons chercher au fond de nous. Personne ne peut nous aider. S'appuyer sur les paroles d'autrui, c'est comme un perroquet, il répète n'importe quel mot sans en comprendre le sens.

Celui qui se dit détaché de tout doit abandonner l'idée même du détachement. Celui qui est attaché

à l'idée du détachement ne connaîtra jamais la paix de l'esprit.

On ne peut réaliser pleinement ses potentialités qu'en écartant toute forme de dépendance.

Une fois éliminé la distinction entre le soi et les autres, l'intérieur et l'extérieur, le grand ou le petit, le bon ou le mauvais, l'ignorance et la sagesse, la vie et la mort, avoir et ne pas avoir, etc., la vérité du Zen et la clarté intérieure peuvent être compris. Ainsi commence une nouvelle vie. Cela ne se réalise pas par la pensée mais par la perception.

Nous portons les trésors les plus chers. Ils sont en nous. Les chercher à l'extérieur signifie les perdre.

Le Un crée la multitude, la multitude provient du Un. Les choses de ce monde sont diverses mais leur source est la même. Le monde est un doigt, et celui-ci n'est pas séparé de tout.

La connaissance des autres est la leur et nous ne pouvons la comprendre tant que nous ne développons pas notre propre perception.

La vérité existait avant l'apparition des mots. Elle ne peut être perçue qu'au delà des mots.

Le froid est le froid, mais les méthodes pour s'en protéger sont multiples. Chacun de nous emprunte son propre chemin pour atteindre un même but.

Penser qu'il n'existe qu'une seule voie conduit à manquer le but. L'homme est souvent à la merci des événements, confus et agité par le manque de clarté intérieure et par l'entretien des cicatrices du passé. Que chacun soit profondément conscient de lui-même et puisse ainsi devenir son propre maître.

Chacun connaît la logique de la vérité, mais combien la pratiquent réellement?

Chaque moment de la vie est le meilleur moment. Chaque endroit est le meilleur. Si seulement vous pouviez percevoir cela avec votre cœur tout entier.

La vie est maintenant et la conscience existait avant nous. Soyez conscient de chaque moment de la vie. Ainsi chaque nuit sera joyeuse comme le printemps et chaque jour sera un jour heureux.

Les gens peuvent être sages ou ignorants, les bambous longs ou courts. Rien ne permet de les juger bons ou mauvais. Le long a ses avantages et le court son utilité.

Moi et l'autre. Cette pensée duelle est la source de soucis. Ayons un cœur large qui ne sépare pas le Moi des autres et aidons celui qui en a le plus besoin.

Aucun enseignement n'apportera au disciple la vision juste. Il ne peut que l'aider à embrasser le tout, et ainsi acquérir le regard intérieur par lui-même.

Chaque situation est différente. Aucune règle fixe n'existe dans le monde. Le tout dépend de la situation de chacun.

L'action est très facile mais les humains la rendent ardue de par les restrictions qu'ils s'imposent. C'est ainsi que le moindre souffle de liberté est étouffé.

Le Zen est au-delà de la logique. Sa pratique consiste à observer la vie quotidienne et à mener son existence sans rigidité ni dispersion.

La vie véritable suit son cours naturel. Acceptons-la à cœur ouvert telle qu'elle se déroule au quotidien. Mangeons quand nous avons faim et dormons quand nous sommes fatigués. Les fous en riront mais les sages comprendront.

Le Moi qui désire atteindre la vérité tout en restant accroché à l'idée du Moi qui est contraire à la vérité, ne la comprendra jamais entièrement. Seul celui qui sait s'unir au monde en abandonnant son petit Moi peut être Un avec la vérité.

Le sens de la vie ne se trouve pas dans un monde lointain et abstrait. Il réside dans l'attention donnée aux événements et aux détails de la vie quotidienne. La perception doit être centrée sur le champ de la vie. Arrêtons de chercher la vérité ailleurs car elle est juste devant nous.

Les humains sont par essence Un avec le Tout. Celui qui comprend qu'aucune séparation n'existe est le Tao, Bouddha, et l'esprit du Zen. Être son propre maître exige de ne plus considérer l'environnement et les circonstances comme des obstacles, mais de les utiliser pour se changer soi-même.

En général les gens attendent la fin de leurs problèmes pour réaliser que chacun d'entre eux a son côté positif. En centrant sa perception sur le moment même, l'été a ses avantages et l'hiver aussi est merveilleux.

Dans ce monde rien n'est définitivement bon ou mauvais. Tout dépend de notre regard. Nous sommes libres de considérer les choses comme bonnes ou mauvaises.