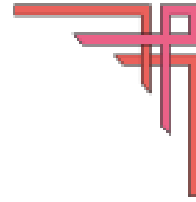


Offert par VenerabilisOpus.org Dedié à
préserver le riche patrimoine culturel et
spirituel de l'humanité.



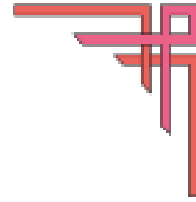


*Ce recueil est dédié,
à mes enfants,
ainsi qu'à tous les enfants du monde,
petits et grands.*

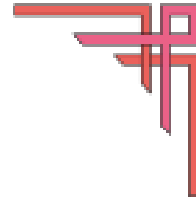
*Ces phrases ont été captées durant la lessive,
la marche ou encore la préparation du repas,
comme on ressent la brise qui passe
et ne laisse aucune signature.
Elles sont la manifestation de la Vacuité de l'Univers.*

*Que La grâce accompagne tous les êtres,
et que les personnes suivantes soient bénies
pour m'avoir aidé quand j'en avais besoin :
Robert, Jeanne, Françoise, Vincent et Anne,
ainsi que tous ceux et celles, amis ou ennemis,
qui ont contribué à ce que je me rencontre.*

Stéphane Barillet



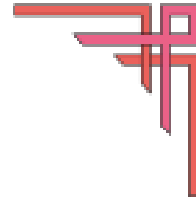
*C'est assez d'être un surhomme,
Un sur tout,
Et qui, surtout,
N'est jamais sûr de rien.*



Un jour, un riche voyageur rencontra un pauvre méditant au bord d'une route ;

S'arrêtant, il lui dit :

- *Qui êtes-vous, Monsieur, qui paraissez si noble et êtes si peu vêtu ?*
- *Je suis un homme, répondit le moine.*
- *Sans doute, mais vous êtes bien particulier ! rétorqua le voyageur.*
- *C'est vrai, dit le moine, je suis un homme qui a moins peur qu'avant.*



- *Maître, maître, il m'a semblé entendre pleurer un arbre !*
- *Vas lui demander pourquoi il pleure.*

Le disciple revient ;

- *Maître, l'arbre dit qu'il perd ses feuilles.*
- *Vas lui dire que c'est l'automne.*

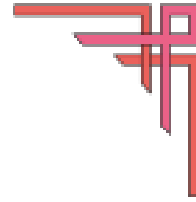
Plus tard ;

- *Maître, il ne veut rien entendre !*
- *Vas lui dire que les arbres n'ont pas de feuilles en hiver.*

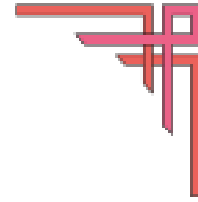
Un instant après ;

- *Maître, l'arbre pleure encore plus fort !*
- *Vas lui dire qu'ensuite se sera le printemps.*

Quand le disciple revint, son maître avait disparu à jamais.

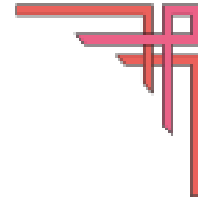


- *Maître, qu'est-ce qu'un ange ?*
- *Un cœur conscient.*



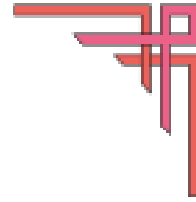
*Un moine et un soldat cheminaient ensemble.
Soudain, le moine marcha sur des crottes et, s'en apercevant, il éclata de rire.*

- Comment peut-on être heureux de marcher sur des crottes, s'indigna le soldat ?*
- Comment le sauriez-vous, répondit le moine, vous les évitez tout le temps !*

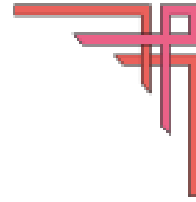


Un disciple accourt vers son guide ;

- Quelle joie, mon maître, j'ai enfin résolu mon problème !*
- Quand ce sera vrai, tu n'en parleras plus.*



*Un beau matin,
le soleil ne se leva pas.*



Des moines méditaient autour du maître.

Il fit un signe, un moine s'avança et posa sa question.

- *Maître, peux-tu nous dire comment faire pour atteindre à l'illumination ?*
- *Ne rien faire.*

Un autre moine s'avança.

- *Mais enfin, Maître, si l'on ne fait rien, il ne se passe rien !*
- *Ce n'est pas vous qui faites, cela se fait.*

Un âne s'avança soudain et dit :

- *Comment cela se fait-il ?*
- *Par l'observation. Contentez-vous d'observer ce qui se passe en vous et cela se fera.*

Le lendemain, le premier moine s'avança encore.

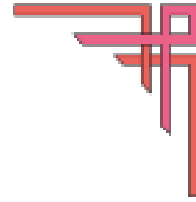
- *Maître, l'âne pleure sans arrêt depuis hier !*
- *Il ne pleure pas, il observe sa peine.*

Le deuxième moine s'avança comme la veille.

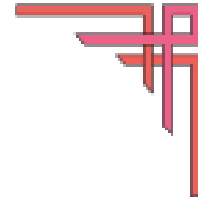
- *Maître, j'ai beau chercher la peine en moi, je ne vois que la paix.*
- *Alors observe ta paix.*

L'âne arriva à son tour et déposa un bol de larmes aux pieds du maître.

Le troisième jour, les deux moines s'avancèrent encore et l'âne avait disparu.



- *Maître, je viens de comprendre que le silence est la source de toute chose !*
- *Menteur.*



Un groupe de moines méditaient.

Soudain, l'un d'eux éclata de rire.

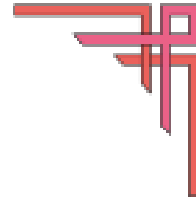
Le jeune disciple demanda :

- *Maître, pourquoi cet homme rit-il ?*
- *Il vient de trouver l'éveil.*

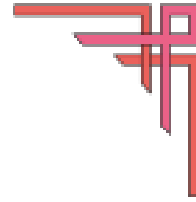
Plus tard, un autre moine se mit à pleurer.

Le jeune disciple dit :

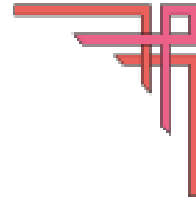
- *Celui-ci vient-il de trouver l'éveil également ?*
- *Non, il vient de trouver la voie qui y mène.*



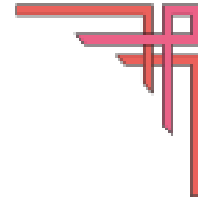
*Un jour,
une mouche vola.*



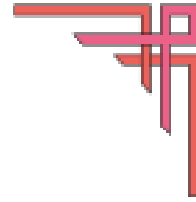
- *Maître, j'ai peur de la mort !*
- *Un jour, tu auras peur de la vie.*



*Un moine reçut une gifle de son maître.
Indigné, il en demanda la raison.
- Il n'y a pas de raison, dit le maître.*



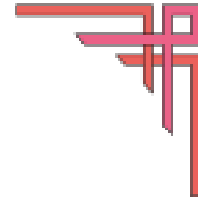
- *Maître, j'ai beau avoir compris que le présent est le seul temps possible, je ne parviens pas à y demeurer longtemps. Le passé et le futur m'assaillent.*
- *Demeurer quelque part n'exclut pas les autres demeures.*
- *Si je n'y demeure pas, je repense au passé qui me fait mal ou au futur négatif que je projette et je suis ballotté d'une souffrance à l'autre, d'un temps à l'autre.*
- *La possibilité d'un temps entraîne la possibilité d'un autre.*
- *Que dois-je faire alors ?*
- *Quand tu penses au passé, penses-y maintenant. Quand tu penses au futur, penses-y maintenant. Ainsi, tu seras toujours dans le présent réel et non dans une citadelle assaillie.*



Un homme que sa femme avait quitté ne cessait de pleurer.

Désespéré, il alla voir le vénérable de la montagne.

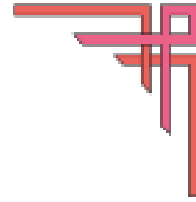
- *Ô noble vieillard, peux-tu m'aider à surmonter mon drame et mon chagrin ? Ma femme m'a quitté et je n'arrive pas à m'en remettre. Je pleure sans arrêt.*
- *Pourquoi pleures-tu ?*
- *Je pleure sa disparition.*
- *A-t-elle disparu de ce monde ?*
- *Non, mais...*
- *Pourquoi pleures-tu ?*
- *Je pleure son absence.*
- *N'est-elle pas présente dans toutes tes pensées ?*
- *Si mais...*
- *Pourquoi pleures-tu ?*
- *Je pleure parce qu'elle ne m'aime plus.*
- *Et toi l'aimes-tu ?*
- *Bien sûr, sinon pourquoi serais-je malheureux ?*
- *Le véritable amour dans l'univers est une chose réciproque. Si elle ne t'aime plus, cela signifie que tu ne l'aime plus non plus. Ainsi, tu n'as plus besoin de pleurer.*
- *Et si je l'aime vraiment ?*
- *Alors elle aussi, et tu la retrouveras.*



- *Maître, j'ai peur de l'avenir !*
- *L'avenir n'existe pas.*
- *Je sais, je connais la doctrine de l'ici-et-maintenant, mais j'ai peur quand même. Dites-moi ce que je dois faire.*
- *Je te le dirais demain.*

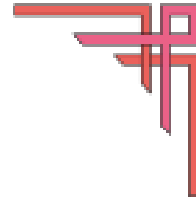
Le lendemain.

- *Maître, vous m'aviez promis de me dire aujourd'hui comment ne plus avoir peur de l'avenir.*
- *Je te l'ai dit hier.*

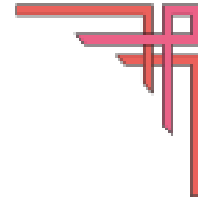


Un moine marchait au côté de son maître sur un chemin de montagne.

- Maître, attention ! en marchant trop près de la falaise, vous risqueriez de tomber !*
- Il faut bien mourir de quelque chose, petit frère !*



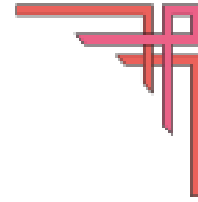
- *Maître, y a-t-il une certitude que l'on peut avoir dans la vie.*
- *Oui, celle de mourir un jour.*



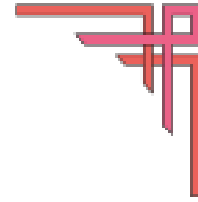
Un homme était très malheureux.

Il se rendit auprès d'un sage.

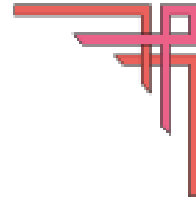
- *Maître, j'ai mal dans mon être. J'ai tout essayé pour stopper ma douleur. J'ai fait des thérapies, la méditation, j'ai lu les paroles des maîtres, j'ai pris des drogues et autres médecines, rien n'y fait, je souffre toujours. Quelle sagesse avez-vous pour m'aider ?*
- *As-tu essayé la souffrance ?*
- *... Je ne comprends pas, la souffrance est mon ennemie !*
- *Non, c'est ma sagesse qui est ton ennemie. Ta souffrance seule peut t'aider.*



- *Maître, un oracle m'a prédit que d'ici un an, je changerai de monastère et que grâce à cela, je progresserai sur la voie.*
- *Que se passera-t-il si tu meurs avant ?*

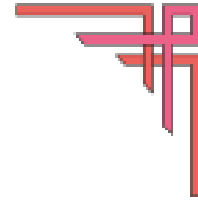


*Un disciple se vantait de n'avoir plus peur de la mort.
Son maître se jeta sur lui et l'étrangla de toutes ses
forces.
Le disciple se débattit en hurlant « Au secours, au
secours !!! »*



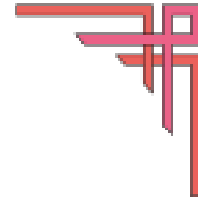
Un jeune disciple approcha timidement de son guide.

- *Maître, j'ai une question embarrassante. La fornication me travaille de plus en plus. Je n'arrive pas à en faire abstraction malgré les enseignements.*
- *Crois-tu que le Bouddha lui-même n'a pas largement fornicqué dans les palais de son père avant de prendre la route de l'éveil ?*
- *Aucun de mes professeurs ne m'en a jamais parlé jusqu'ici !*
- *Parce que ce sont des hypocrites. Si tu veux être un bouddha, il te faudra fornicquer, sinon tu resteras un professeur.*



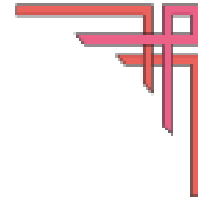
Un bandit voulu subitement suivre la voie. Il alla consulter le vénérable du monastère et lui dit en pleurant :

- Ô Vénérable, comme je suis triste, voilà que je veux suivre la voie du bouddha alors que toute ma vie je n'ai fait que forniquer, voler et tuer des gens. Comment pourrais-je atteindre à l'illumination avec un tel passé ?*
- Entre au monastère, répondit le vieil homme, tu connaîtras le nirvana avant nous tous.*



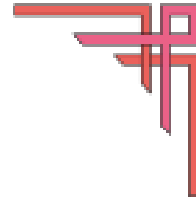
Un moine qui se promenait dans le parc, surprit un jour son maître en train de pleurer au pied d'un arbre. Alerté, le moine s'approcha en courant et demanda :

- *Mon bon maître, comme c'est étrange ! Que sont ces larmes sur votre visage ?*
- *Ce sont celles que tu ne t'autorises pas à verser. Alors, chaque jour, je pleure à ta place.*



Un disciple demanda à son guide ce qu'était la compassion.

Le guide lui donna un coup de pied dans le derrière.



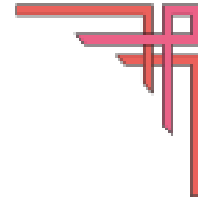
Les disciples étaient réunis dans la grande bibliothèque.

Le maître interrogea :

- Quel est le seul livre, dans cette pièce, qui mérite vraiment d'être lu ?*

Tous montrèrent un livre, fiers de leur choix.

Le maître montra son ventre.



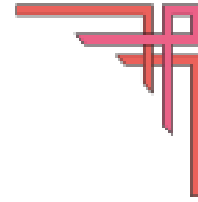
Un moine était toujours constipé.

Il vint consulter le moine médecin.

- *Voilà mon frère, tous les matins, je vais à la selle et rien ne se passe. Mon grand malheur est que j'ai toujours envie au moment de la méditation. Alors je me retiens et quand la méditation est terminée, je ne suis plus capable de faire...*

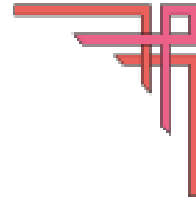
Le moine médecin prit son portable, appela le vénérable, lui expliqua la situation et raccrocha.

- *Qu'a dit le vénérable ? demanda le moine constipé.*
- *Il a dit que, dorénavant, tu méditeras aux toilettes.*

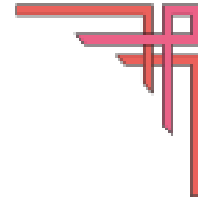


Ce jour-là, il était question de l'amour.

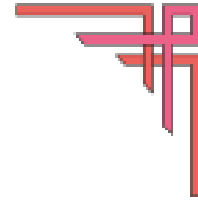
- *Maître, demanda un moine, est-il permis d'être amoureux ?*
- *Rien ne s'y oppose si tu y arrives.*
- *Comment cela ? Il est facile à tout le monde d'être amoureux de quelqu'un !*
- *Non, la plupart des gens sont amoureux d'eux-mêmes et c'est ce qu'ils appellent être amoureux. L'autre n'est qu'un miroir pour eux. Aimer quelqu'un est la chose la plus difficile de l'univers, c'est pourquoi le bouddha a enseigné le célibat pour faciliter aux hommes le chemin de l'éveil. C'est aussi pourquoi il a enseigné l'amour de tous les êtres. Le bouddha était malin.*
- *Cela veut-il dire qu'une personne mariée ne peut pas accéder à l'éveil ?*
- *Bien au contraire, c'est la voie royale ! Malheureusement peu d'hommes en sont capables parce que le danger du miroir est toujours présent jusqu'à la dernière seconde qui précède l'entrée en nirvana. C'est la dernière seconde la plus difficile. Le Bouddha lui-même a failli échouer à ce moment précis comme il l'avait fait bien des vies auparavant.*
- *Comment doit-on faire alors pour vivre en couple et accéder à l'éveil ?*
- *N'ai nul jugement sur celle qui partage ta vie, et même si elle ne médite pas, attends-toi à ce qu'elle accède avant toi au royaume du Bouddha.*



- *Comment fait-on pour devenir un maître ?*
- *On ne devient pas un maître, on est désigné comme tel par quelqu'un.*
- *Comment ce quelqu'un peut-il vous reconnaître comme un maître ?*
- *Un idiot reconnaît toujours un autre idiot !*



- *Maître, pourquoi y a-t-il des gens qui souffrent plus que d'autres sur Terre ?*
- *Je n'en sais rien, répondit le maître.*
- *Mais pourtant tu es un maître, tu devrais savoir !*
- *Un maître ne sait rien.*
- *Alors si tu n'en sais rien, as-tu au moins une idée ?*
- *La souffrance est-elle quantifiable ?*

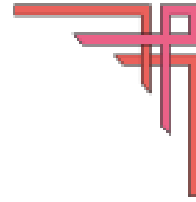


Un homme d'affaires cherchait à appliquer les lois du dharma à ses prises de décisions. Il s'enquit des conseils d'un sage.

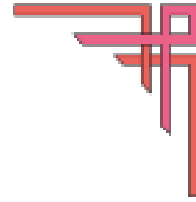
- Voilà, je suis toujours partagé entre la passivité et l'activité.
- Qu'appelles-tu passivité et activité ?
- La passivité, c'est laisser les choses se faire d'elles-mêmes et l'activité c'est les provoquer. Donc j'hésite toujours, ne sachant pas quelle attitude il convient à la situation.

Le sage réfléchit et dit :

- Peut-être pourrais-tu joindre ces deux attitudes en une seule ? !
- Comment cela, répondit l'homme d'affaire interloqué ?
- C'est très simple, la vie nous montre toujours la bonne direction. De cette façon, soit passif en attendant qu'elle te montre le chemin, et ensuite soit actif en empruntant le chemin.
- C'est génial, mais comment faire cela ?
- Par l'attention ! La passivité et l'activité sont les vassales de l'attention. En étant attentif, tu es dans une passivité active, ainsi tu ne peux te tromper.



*Une vie de labeurs pour accumuler des biens terrestres,
Que le trépas nous enlèvera.
Une vie de prières pour accumuler des biens célestes,
Que le trépas invalidera.
Une vie de méditation,
Pour être là... au moment du trépas.*



Un moine et un riche discutaient.

Le riche montra sa propriété.

- Vois-tu ici tout mon bien ? J'ai travaillé longtemps pour l'avoir.

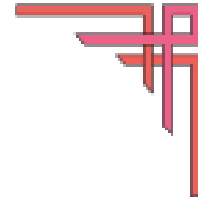
- Je ne vois rien, dit le moine.

Le moine montra une flaque d'eau.

- Vois-tu ici la profondeur de l'océan ? J'ai médité longtemps pour la voir.

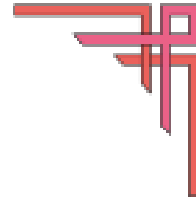
- Je ne vois rien, dit le riche.

Lequel des deux était dans la voie ?

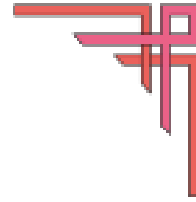


Un homme ruiné se lamentait.

- *Ô Vénérable, j'ai tout perdu !*
- *Très bien, maintenant tu peux tout avoir !*
- *Comment cela, répond l'homme ruiné ?*
- *Qu'avais-tu avant ?*
- *Une femme...de l'argent...des biens...*
- *Et si à la place, on te donne l'univers ?*
- *Je ne saurais quoi en faire !*
- *Moralité, avoir quelque chose est embarrassant !*
Quand on perd le peu qu'on a, on est malheureux,
et quand on a tout, on ne sait qu'en faire.



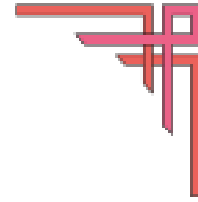
- *Ô moine, pourquoi préférez-vous la demeure du Bouddha aux choses du monde ?*
- *Là où il n'y a rien, il ne se passe rien.*



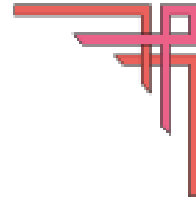
*Il est fou celui qui croit que la plénitude
dure toujours.*

*Il est fou celui qui croit que le vide
dure toujours.*

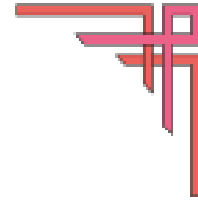
*Il est sage celui qui reste au milieu de la roue, tel le
moyeu qui observe le déroulement éternel de
l'alternance.*



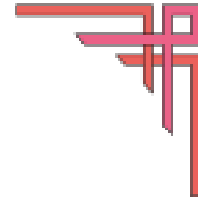
- Maître, peux-tu me rappeler ce qu'est l'impermanence ?
- J'ai oublié.



*La souffrance est le résultat de notre refus
à accepter le réel qui se présente à nous.
Le refus, uniquement le refus.*



- Ô vénérable, comment faire pour être un homme heureux ?
- Le bonheur entraîne dans sa course le malheur. Il ne peut en être autrement. Quand le nuage est passé, le soleil brille jusqu'à ce qu'un autre nuage arrive. L'éveillé ne s'occupe ni du bonheur, ni du malheur, deux phénomènes instables. L'éveillé est vacuité. Il voit le soleil à travers le nuage.



Un jour, un lama et un magicien marchaient côte à côte.

Soudain, deux chiens apparurent au loin, menaçant et aboyant, courant vers eux.

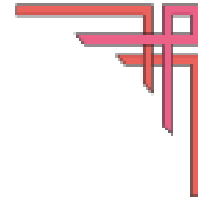
Le magicien s'arrêta net et prononça une formule magique de protection.

Mais, voyant que le lama continuait à marcher sans se soucier des chiens, il l'interpella :

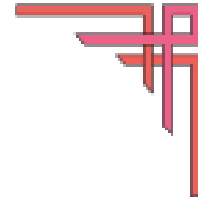
- Lama, lama, protégez-vous donc ! n'avez-vous pas vu ces chiens qui veulent nous attaquer ?*
- Pour l'instant, deux chiens courent et aboient, répondit le lama sans cesser sa marche.*
- Mais que ferez-vous s'ils nous sautent dessus et nous dévorent ?*
- Pour l'instant, deux chiens courent et aboient.*

Voyant que les chiens se rapprochaient de plus en plus, le magicien prit ses jambes à son cou et s'enfuit dans la forêt pour se cacher.

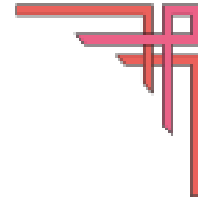
Les chiens passèrent en aboyant et le magicien mourut de peur.



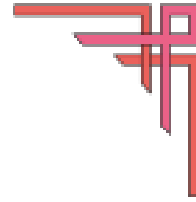
Celui qui, obsédé par l'ascèse, le sacrifice, ou le don de soi, refuse de recevoir ce que la vie lui donne, celui-là ne pourra donner de lui-même que le produit de sa culpabilité ; du miel empoisonné !



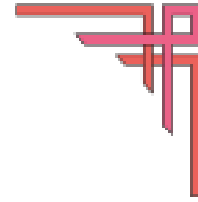
Celui qui, obsédé par ses gains et sa cupidité, refuse de faire don de lui-même quand la vie le lui demande, celui-là accueillera la mort comme une perte. Il trépassera dans la solitude et le néant de son égocentrisme.



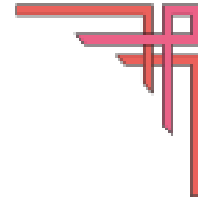
Celui qui voit comme un cadeau de la vie la possibilité de donner aux autres et de leur pardonner sans perte, celui-là sera accueilli par la mort. Elle lui fera grand festin.



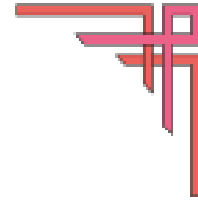
*Celui qui, par ses actes,
entend séduire la mort,
sera anéanti par elle.*



il est étrange de constater que les hommes réclament beaucoup de choses et lorsqu'on leur fait le don suprême de l'éveil, ils le rechignent et le rejettent comme un cadeau non conforme.



- Maître, pourquoi souffrons-nous ?
- A cause du désir.
- Le désir est donc un poison ?
- Non, mais c'est que nous pensons toujours savoir mieux que la Nature ce dont nous avons besoin.
- Quel désir puis-je avoir, alors ?
- Peut-être celui d'être là quoiqu'il arrive !
- Il faut donc accepter tout ce qui vient ?
- Que tu l'acceptes ou non, cela vient !
- C'est vrai, mais mon désir est de progresser dans la voie, est-ce mal de refuser ce qui pourrait m'en empêcher ?
- Comment peux-tu savoir quel genre de bouddha la Nature a décidé que tu seras ?
- ...
- La fleur ne se demande pas si l'abeille qui approche est bonne ou mauvaise ; elle lui donne son nectar. Elle se laisse faire. La fleur passe son temps à désirer qu'une abeille approche. L'éveil est une surprise. On ne sait pas quand il vient, ni comment. Sois aussi dans ce désir d'être chaque fois surpris par ce que te donne la vie. Désire être encore plus désireux de cela.



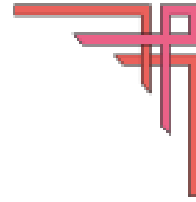
Il était question du Karma.

Un jeune moine se leva et interrogea son frère aîné.

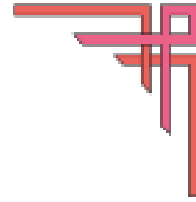
- Pourquoi le karma nous juge-t-il si sévèrement ?
- Le karma n'est pas un juge, c'est un mécanisme lié au balancement des choses dans l'univers. Le bouddha a découvert que pour cesser d'être soi-même l'objet de ce balancement, il fallait se tenir au centre.
- Le karma n'est donc qu'un pendule ?
- Oui, c'est pourquoi quand tu penches à droite, inmanquablement tu pencheras ensuite à gauche, et ainsi de suite. Plus tes balancements seront prononcés, et plus la contrepartie le sera également. Plus fort tu aimeras, plus fort tu haïras.
- Cela éclaire-t-il le fait qu'un homme très riche deviendra très pauvre, et vice et versa ?
- Oui, mais le karma est plus subtil que cela, car il nous enseigne que certaines richesses sont de pauvres cupidités, et qu'en revanche, certaines pauvretés sont consenties par culpabilité.
- Faut-il être riche ou pauvre, alors ?

Le maître entre soudain dans la pièce et répond :

- Il faut être attentif aux mouvements du balancier !
Il n'y a, en réalité, ni pauvreté, ni richesse, ni bien, ni mal ; simplement, cela fait des millénaires que l'homme s'accroche au boulet du balancier, et qu'il est ballotté par son karma. Il n'y a qu'une chose à faire, lâcher le boulet et se laisser choir dans le néant effrayant de l'immobilité.
- Que se passe-t-il alors ? demandent les deux frères.
- Alors, répond le maître, le balancier disparaît car il n'a jamais existé.



*Qui peut affirmer qu'un arbre
ne sait pas chanter ?*



*Tous se promenaient dans le parc.
Une plume d'oiseau passa dans l'air.
Le maître dit :*

- Qui veut parler de cette plume ?

Aussitôt des doigts se levèrent.

Un moine fut désigné ;

- La plume danse !

- Non, dit le maître.

- La plume nage dans l'air, affirma un autre !

- Non, dit le maître.

*- La plume vole comme l'oiseau son origine, essaya
un troisième !*

- Toujours pas, dit le maître.

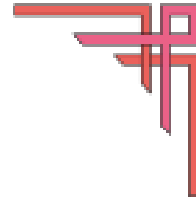
- ...

Les moines attendaient.

*Et alors que la plume atterrit dans sa main, le maître
dit :*

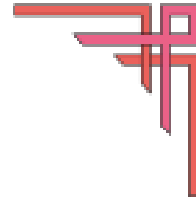
*- Ô moines, la plume est immobile ! Elle se laisse
porter par le vent. Nous pouvons penser qu'elle
bouge. Nos sens nous disent qu'elle bouge. Mes
yeux disent, cette plume bouge ! En fait, elle est
parfaitement immobile. Elle ne fait aucun
mouvement, et pourtant, dans son immobilité, elle
bouge dans l'air.*

Ô moines, telle est la voie du bouddha !

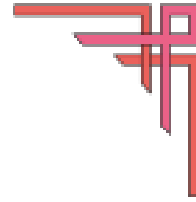


*C'est toujours là où on les attend le moins,
que les bonnes choses arrivent !*

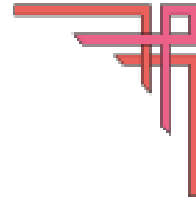
Histoires Zen



*Ce que tu dis est faux.
Ce que tu es est vrai.*



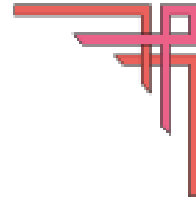
*Si vous croyez qu'accumuler les bonnes actions et les paroles bienveillantes favorisera votre accès au nirvana, vous êtes aussi sot qu'un seau vide !
Accumulez tout le bien que vous voulez, il vous faudra un jour le rendre au mal.*



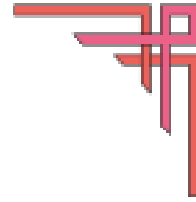
La joie nous atteint quand ce qui arrive est conforme à nos attentes.

La peine nous atteint quand ce qui arrive n'est pas conforme à nos attentes.

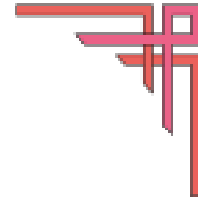
La félicité suprême survient quand nous prenons conscience que tout ce qui arrive est exactement conforme à nos besoins réels.



*Le malheur n'a d'emprise que sur celui
qui lui donne des poignées.*



*Puisque nous avons toujours le choix,
décidons maintenant d'être
systématiquement heureux.*



Les moines étaient réunis.

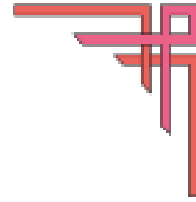
Le maître demanda :

- Quel est la seule décision que nous pouvons prendre sur la voie ?
- Le don de soi ! répondit un disciple.
- Pourquoi, interrogea le maître ?
- S'il est question d'être actif, que cela soit dans le don de soi-même aux autres.
- Et quand il est question d'être passif, renchérit le Maître ?
- Être passif est recevoir !
- Oui, continua le maître, car nul ne peut donner s'il ne reçoit aussi. L'activité est donner. La passivité est recevoir. Voilà la conduite ! Décidez de donner, acceptez de recevoir !

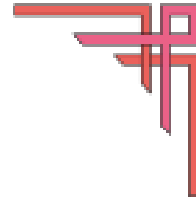
Un autre disciple s'approcha :

- Et s'il n'y a rien à donner ?
- Alors reçois sans arrière-pensée, ni culpabilité.
- Et s'il n'y a rien à recevoir ?

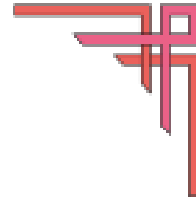
Le disciple reçut un coup de bâton.



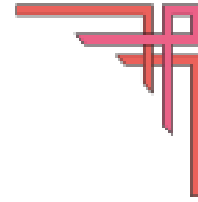
Parfois, un non est un don.



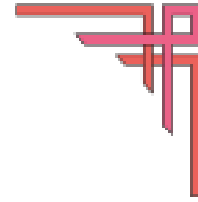
- *Maître, comment stopper la peur ?*
- *Disciple, comment stopper tes questions ?*



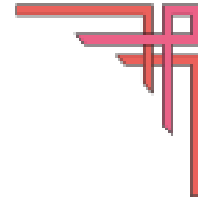
*Si la chenille savait qu'elle peut devenir un papillon,
lui pousserait-il des ailes ?*



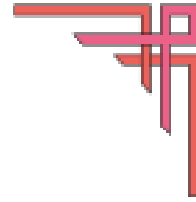
*Si l'on n'est pas doux avec soi-même,
comment peut-on l'être avec autrui ?*



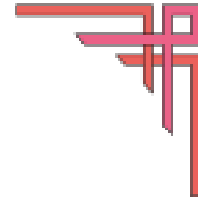
*Tu aimes vraiment quelqu'un quand tu es capable de
le laisser partir sans haine.
Sinon, ton amour s'appelle politique !*



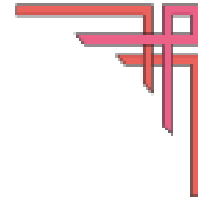
Ô moines, vous pouvez méditer cinq heures par jour, si votre vigilance est absente de vos corvées, travaux ou repos, vous avez médité pour rien.



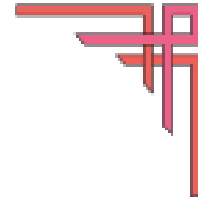
*Quand je bois mon thé, je bois mon thé.
Que de souffrances il m'aura fallu
pour en arriver là !*



*Si l'on ne rend pas hommage à la vie
une fois par jour,
la mort nous tuera.*

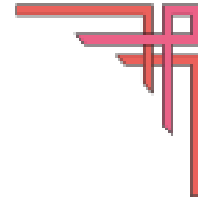


*Blabla et bloblo parlaient ensemble.
L'un disait blabla, l'autre disait bloblo.
Ainsi, ils ne se comprirent jamais.
Moralité, le silence est le seul lieu commun possible.*



Un jour, le responsable des cuisines du monastère demanda audience au vénérable.

- *Votre Sainteté, je n'en peux plus de ma tâche ; trop de moines viennent me consulter concernant la bonne conduite du Dharma, car ils disent que je suis fort sage en la matière.*
- *Très bien ! Que donc veux-tu faire d'autre ?*
- *Une bohémienne astrologue à qui je me suis confié, a vu dans ses astres que mes devoirs allaient changer, c'est pourquoi je viens vous voir.*
- *Qu'a-t-elle dit encore, demanda le vénérable ?*
- *Que je ferai ce qui me plaît !*
- *Qu'est-ce qui te plaît ?*
- *Je voudrais être le responsable de la bibliothèque.*
- *Servirais-tu mieux le Dharma de cette façon ?*
- *Oh oui, assurément, répond le moine cuisinier !*
- *Et que dois-je faire de l'actuel responsable de la bibliothèque ?*
- *Mettez-les aux cuisines, Vénérable !*
- *Vois-tu, ô moine, je ne doute pas de tes compétences à aider tes frères dans le Dharma, mais je dois te prévenir que si tu sors de tes cuisines, le Dharma s'éloignera de toi, car il aime s'exprimer à travers tes casseroles. L'application du Dharma est servir la cause des autres avec ce qu'il y a de meilleur en nous, sans jamais porter de jugement sur la façon dont cela se produit spontanément. N'oublie pas l'enseignement de l'arbre ; il est là, et c'est le reste du monde qui tourne autour. Quand la Nature décidera que l'arbre doit partir, elle enverra le bûcheron, et l'arbre alors servira autrement. Avant, il était refuge pour les oiseaux, ensuite, il sera meuble ou bois de chauffe. Mais l'arbre, lui, ne décide pas. Tel est le Dharma !*



Un jour, une jeune fille triste était assise au bord de la route. Un vieux moine passa et la voyant, s'arrêta :

- *Qu'est-ce qui te rend si triste, fillette ?*
- *Mon fiancé est parti, lama...*
- *Ne sais-tu pas que la fin d'une chose est forcément le début d'une autre, lui demanda le moine ?*
- *Comment cela, lama ?*
- *Et bien, la fin d'un amour est le début d'un autre, voilà tout !*
- *Pas pour moi, répondit la jeune fille en baissant la tête.*
- *Personne ne s'intéresse donc à toi, dit-il en fronçant les sourcils ?*
- *Non, personne ne semble me voir...*
- *Et personne ne t'intéresse non plus ?*
- *Non, lama, personne ne me voit et je ne vois personne.*
- *Alors ta relation n'est pas encore terminée ! dit-il en souriant.*

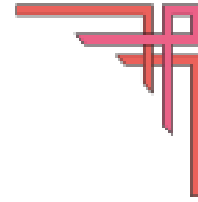
La jeune fille leva des yeux inquiets vers le sage.

- *Mais pourtant il est parti...*
- *S'éloigner n'est pas rompre. Pour ceux qui terminent vraiment un cycle, celui qui suit se manifeste instantanément. Même si la personne le refuse parce qu'elle est accrochée à son passé, le nouveau cycle est là et se fait entendre avec tous les signes qu'il convient. Tu ne pourras jamais empêcher le jour de poindre au matin pour effacer la nuit, et même si tu fermes les yeux pour ne pas le voir, tu sentiras le soleil à travers tes paupières.*
- *Pour moi, il n'y a aucun signe, je te l'assure, et je me sens immobilisée dans la nuit, seule et abandonnée, même de tes cycles !*
- *Je te le dit, si tu te sens coincée dans ta situation et sans ouverture vers la nouveauté, c'est que la relation n'est pas terminée. Tu dois prendre patience !*

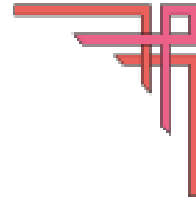
La jeune fille avait repris bon teint. Elle se leva, salua le bon moine et monta pleine d'espoir sur sa bicyclette. Deux kilomètres plus loin, elle fut renversée par la charrette d'un jeune commerçant qui, confus, insista pour la ramener chez elle. Que croyez-vous qu'il arriva ?

Moralité ; garde toujours confiance...

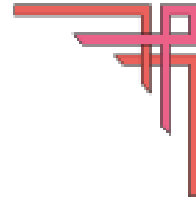
qu'un bon moine passe par là !



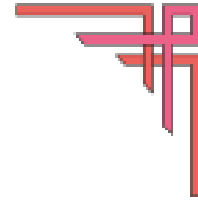
*Il n'y a jamais d'éveil individuel,
il y a parfois l'éveil d'une partie du tout.*



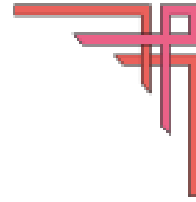
A quoi bon se marier à une personne alors que nous sommes tous mariés les uns aux autres !



Celui qui se sent seul oublie que ses pieds touchent le sol.

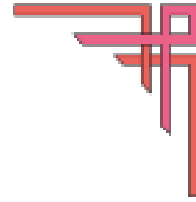


Courez, hommes ! Courez ! Ne privez pas les arbres et les oiseaux du spectacle comique de votre agitation quotidienne.

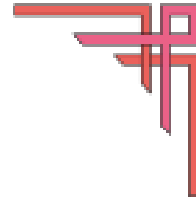


Vous n'avez aucune existence propre. Vous vous croyez unique et individuel, bien distinct du monde extérieur. En réalité, vous êtes une des pattes du mille-pattes. Vous n'êtes séparés de rien, vous êtes reliés à tout.

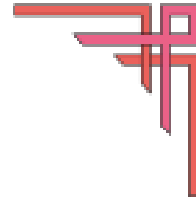
L'éveil, c'est se réveiller à cela ; c'est constater un jour que je n'existe pas car nous sommes l'univers.



*La gentillesse est poison,
La bonté est poison,
La bienveillance est poison.
Tant qu'il est désiré, tout sentiment est poison.*



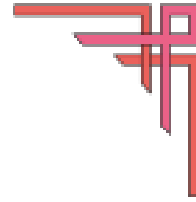
*Quiconque aide les autres en le faisant savoir,
n'aide que lui-même.*



Un jour, un moine rencontra l'impermanence.

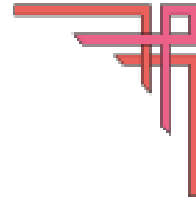
Profitant de l'occasion, il lui demanda ;

- *Ô Impermanence, que restera-t-il de nos actes ?*
- *L'homme vrai s'efface devant son œuvre.*

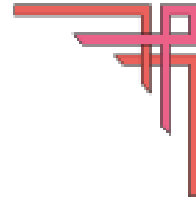


Avoir les poches et le cœur pleins, voilà ce que veut chacun !

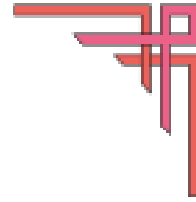
Mais c'est se contenter de bien peu car, au regard de ce que veut nous donner l'univers, aucune poche ni aucun cœur ne sera jamais assez grand pour le contenir.



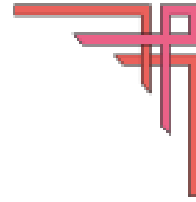
*Chaque seconde, la mort se rapproche
un peu plus.*



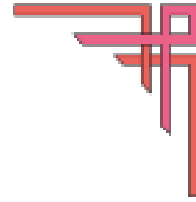
*Chaque fois que tu penses à demain ou à hier,
tu es mort.*



*La vie est le présent.
Es-tu certain d'être en vie ?*



*Combien nombreux parmi nous ont traversé
l'existence sans jamais exister ?
Combien encore ne sont même jamais nés ?
Combien le croient pourtant ?
Combien peu en prendront conscience un jour ?
Combien est difficile la tâche du Bodhisattva !*



Les moines étaient rassemblés et tous attendaient le discours du maître.

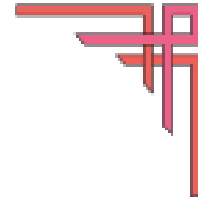
Voyant leur empressement, le maître dit :

- *Les paroles des bouddhas ne servent à rien car il n'y a que les bouddhas qui peuvent les comprendre. Un disciple ne peut jamais comprendre la parole d'un bouddha. Un jour, le disciple intègre quelque chose de lui-même et alors, il se souvient de la parole du bouddha, et la reconnaît comme vraie.*

C'est ainsi que les paroles des bouddhas sont inutiles.

Un moine demanda :

- *Mais alors, Maître, si c'est inutile, pourquoi nous parlez-vous ?*
- *Parce que c'est l'inutilité d'un acte qui fait qu'un Bouddha s'éveille. Quand vous aurez accepté que dans tout ce que je vous dis, il n'y rien à comprendre, alors le miracle se produira et vous serez libres.*



- Maître, j'ai des difficultés à laisser passer mes pensées durant la méditation. Il en arrive toujours une qui attire mon attention et je m'y fixe malgré moi.

- Allons marcher un peu, répondit le maître.

Les deux moines arpentaient un petit chemin de pierres.

- Regarde le sol quand tu marches, dit le maître, que vois-tu ?

- Je vois que j'avance en faisant des pas.

- Que vois-tu encore ?

- Je vois des cailloux, des touffes d'herbes...

- Qu'advient-il de ces choses ?

- Je les laisse derrière moi en marchant.

- Et si tu t'arrêtes maintenant de marcher, que se passe-t-il ?

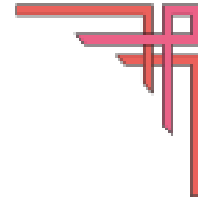
- Les cailloux et les touffes d'herbe restent sous mes yeux.

- Bien, que penses-tu de cela ?

- Que les cailloux et les touffes d'herbe pourraient être comparées à mes pensées ! ?

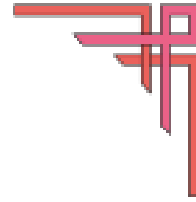
- Oui, mais tu vois qu'il dépend de toi qu'elles passent ou qu'elles s'arrêtent. Si tu marches, elles passent ; si tu ne marches plus, elles restent sous tes yeux. Pourtant, le Bouddha nous dit ; Durant la méditation, marchez en étant parfaitement immobile ! Or, marcher en étant immobile est un non-sens ! Est-ce bien là ce que tu fais ?

- Non, là c'est moi qui agit, je marche ou je m'arrête. C'est moi qui avance vers les pierres et les touffes d'herbe et les laisse ou non derrière moi.

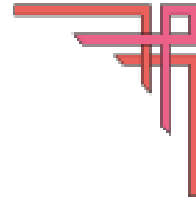


- *En effet, et il me semble que ta méditation s'apparente plus à cela qu'aux paroles du Bouddha. Essaie maintenant de marcher en songeant que ce n'est plus toi qui marche, mais le sol qui se dérobe sous tes pieds. De cette façon tu sentiras que c'est toi qui es immobile, et que c'est le sol qui vient à toi. Tu te contentes d'accompagner le mouvement en levant un pied, puis l'autre. Ainsi, tu es parfaitement immobile et tu sais que tant que tu lèves un pied, puis l'autre, aucun caillou ni aucune touffe d'herbe ne pourra s'arrêter sous tes yeux. Les pensées ne veulent jamais attirer notre attention, elles veulent simplement passer, comme ce chemin, mais c'est nous qui nous arrêtons dessus. Aucune pensée n'a le pouvoir de nous séduire, c'est nous qui nous intéressons à elles, c'est nous qui marchons vers elles. Or, nul ne peut marcher indéfiniment. Un moment où un autre, il faut s'arrêter ! C'est pourquoi le Bouddha nous a dit d'être immobile, car cela est éternel !*
Accompagner le mouvement du monde, lever un pied, puis l'autre, inlassablement, sans jamais changer de place, telle est la méditation.

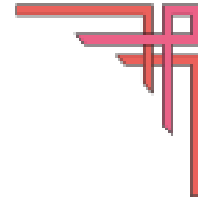
Histoires Zen



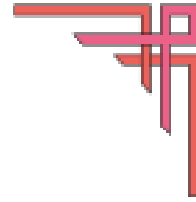
L'éveil vous étonnera.



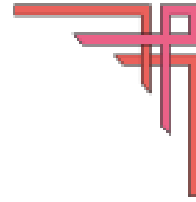
A quoi s'attendre d'autre qu'à la mort ?



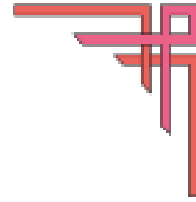
*La vie est le traîneau, la mort est le chien.
Qu'est donc la neige sous l'ensemble ?*



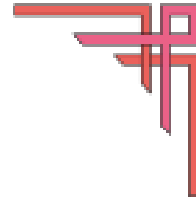
- *Maître, qui fût votre maître ?*
- *La fourmi fût mon maître, la brindille fût mon maître, le canard fût mon maître, le nuage fût mon maître.*
- *Et aujourd'hui, Maître, qui est votre maître ?*
- *Le temps passé avec toi, voilà qui est mon maître !*



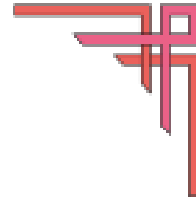
*Nul n'est jamais détourné de son chemin
car la route est forcément sinueuse.*



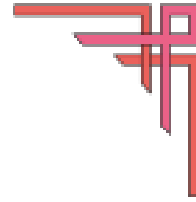
- *Maître, comment être courageux devant le danger ?*
- *Il n'y a pas de meilleur ami qu'un ancien ennemi, ni de pire ennemi qu'un ancien ami. Reste convaincu que le danger qui se présente est l'incarnation de ton perfectionnement. Alors, le courage sera facile !*



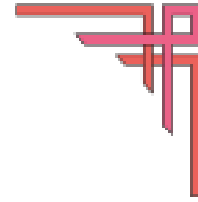
*Qui accompagne le mouvement
ne peut manquer son chemin.*



Ta vie est telle que tu la penses.

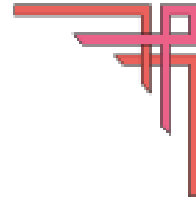


*Puisque tout est impermanent,
alors la peine aussi est impermanente.*



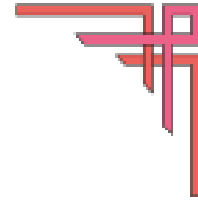
Il était encore question du karma.

- Maître, j'ai du mal à comprendre la notion de libre-arbitre au cœur d'un destin tracé !
- Le libre-arbitre réside dans l'accueil que tu fais aux événements. Il t'appartient de considérer que ce qui t'arrive est bon ou mauvais.
- Pourtant, Maître, il y a des choses unanimement reconnues comme étant mauvaises !
- Mauvaises pour ta nature humaine, non pour ta nature divine. La finalité des choses ne nous apparaît pas forcément de prime abord. Il est parfois des épreuves qui sont désagréables pour ta personnalité décidée, mais qui se révèlent être de formidables outils d'évolution pour ton âme. De plus la façon dont évoluera la situation tendra dépendra exclusivement de ta réaction à son encounter. Si une compréhension devait en découler et que tu contourne celle-ci, alors le destin devient défavorable. Si tu te fais l'allié de la situation, alors le destin sera favorable à l'issue.
- Comment savoir si notre conduite est juste en ce cas ?
- Imagines-toi dans un bateau à voiles. Tu navigues quelques temps, puis le vent cesse jusqu'à immobiliser ton embarcation. Deux choses te sont possibles ; tu t'agites en délestant le bateau, en déployant les voiles, en tirant sur les cordages et en sortant les rames. Ou bien tu t'assoies et tu attends

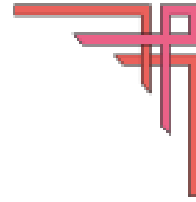


que le vent se lève à nouveau. Mais si tu t'es épuisé dans l'agitation, et que le vent décide ensuite de se lever avec violence, tu n'auras plus de force pour conduire le navire et cela sera dangereux. Dans cet exemple, tu n'as aucun contrôle sur le vent comme tu n'en a pas sur le destin. Par contre, tu peux décider que cela est tel que le destin l'a voulu et en t'acclimatant à celui-ci, tu te reposes quand le vent se repose. Ou bien tu refuses et tu choisis de t'agiter et de t'impatiser, ce qui produira l'épuisement et le sentiment de déplaisir. Le sage a confiance dans le vent ; il sait que celui-ci ne s'arrête jamais bien longtemps de souffler. Alors, il s'allie au vent et célèbre son amitié avec lui en respectant ses périodes de repos.

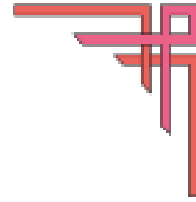
- Donc, nous n'avons pas de prise sur le destin ?
- Bien sûr que si, puisque si tu t'es reposé pendant que le vent se reposait, tu célèbreras son retour avec vigueur même s'il s'agit d'une tempête. Tu seras en pleine possession de tes moyens. Par contre, si tu as épuisé tes forces dans un temps où il fallait les économiser, tu risques de périr dans la tempête. Est-ce à tes yeux le même destin ?



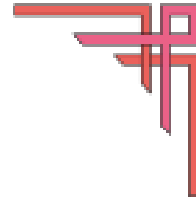
*Si le bonheur ne dure jamais,
alors le malheur non plus !*



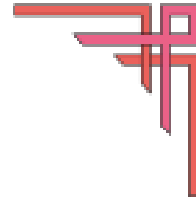
*Une peine qui dure longtemps
est une peine cultivée.*



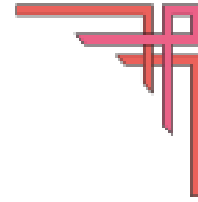
*Il appartient à chacun de choisir sa mort.
Si tu as vécu dans la peur,
tu mourras dans la peur.
Si tu as vécu dans l'agitation,
tu mourras dans l'agitation.
Si tu vécu dans la joie,
tu mourras dans la joie.
Et si tu n'as pas vécu, tu mourras déçu.*



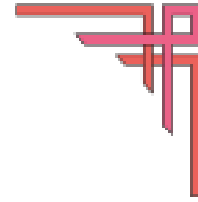
*Les jours passent et ne se ressemblent pas.
Souviens-t-en quand tu souffres.*



- *Maître, quelle est la plus grande qualité que l'on doit développer pour atteindre à l'illumination ?*
- *L'idiotie.*
- *Pourquoi vous moquez-vous de moi ?*
- *Je ne me moque pas de toi, je te dis la vérité pure. Si tu ne deviens pas aussi bête qu'un âne, si tu ne deviens pas le plus inintelligent des hommes et si tu ne remporte pas l'unanimité dans l'imbécillité, alors tu peux dire adieu à l'éveil !*



Le renoncement n'est pas abandonner toute possibilité de plaisir ou de joie, c'est abandonner l'attachement à ces choses. Aussi surprenant que cela puisse paraître, le sage jouit et souffre sans attachement, il rit et pleure sans attachement.



*Tel tu veux que le monde soit,
tel tu dois être à l'intérieur,
et il le sera.*

FIN.