

" L A V I E "

* *
**

La vie est un torrent qui commence dans un filet d'eau, puis s'élargit et s'approfondit jusqu'à l'Océan avec lequel finalement il se confond.

La vie est un mouvement continu, elle n'est pas statique, elle ne peut s'arrêter de couler. Il faut donc avancer avec elle, en élargissant et en approfondissant notre vécu à chaque instant. Sans doute, au long de notre voyage, rencontrons nous des choses indésirées, effrayantes, voire destructrices mais aussi le merveilleux et l'extraordinaire.

Quand on sait tirer les leçons de son expérience on finit par comprendre que les pôles opposés de la vie, comme le plaisant et le douloureux, le beau et le laid, sont pareillement des manifestations de la vérité.

Si vous faites face à la vie avec courage, si vous lui donnez votre entière attention, toute la perspective de votre existence changera.

Les obstacles et les problèmes diminueront sans cesse, jusqu'au jour où finalement vous vivrez la vie pour elle-même.

N'attendez pas de la vie que les bonnes choses, acceptez aussi ses côtés déplaisants.

Quand un problème se lève en votre esprit, voyez en lui une occasion de développer votre vie intérieure. Utilisez chaque situation et chaque circonstance de la vie comme instruments d'apprentissage.

Ne pas savoir tirer avantage des situations dites malheureuses ouvre la porte à la souffrance et à l'abdication de soi.

Mais lorsque nous sommes pleinement attentifs conscients, notre esprit est parfaitement clair et la lumière se lève alors.

La compréhension claire et intuitive de toutes les situations de la vie, c'est cela le début de la liberté.

La liberté on la réalise d'instant en instant grâce à l'attention. Quand on s'agit on est toujours exposé aux problèmes, aux crises.

Or nous sommes les problèmes. Pour les résoudre il faut d'abord nous comprendre nous-mêmes ainsi que la manière dont nous créons nos problèmes.

Ne blâmez ni les autres, ni l'infortune de votre existence, encore moins vous-mêmes.

Dire que nous sommes les problèmes n'est pas une condamnation, mais cela nous fait constater qu'ils sont le produit de notre état d'esprit ou de notre condition intérieure.