

La grande pratique, c'est vivre la vie.

*Celle qui se présente chaque instant,
pas celle qu'on imagine, celle qu'on voudrait,
celle qu'on désire ... désespérément.*

*Rêver ne pourra jamais nous conduire à la réalité.
Rêver c'est vivre pour demain, espérer autre chose, attendre.
Réver, c'est rater le grand spectacle du réel: **Ce qui est.***

*Sortons du rêve et regardons avec passion ce qui est là. Ce
qui s'offre dans l'instant est notre richesse et notre seule
réalité. Vivons Cela, Vivons au présent.
Profitons de cette énergie colossale, cette force de vie qui
nous traverse, se déploie en nous et nous transforme.
La joie comme la tristesse, les peurs et le soulagement, la
santé et ses maladies, du grand cinéma sur l'écran de notre
Présence. Tout ce qui apparaît est en mouvement, en
transformation, éphémère, variable et instable.*

*L'écran n'est pas abimé, pas plus que le ciel au passage des
tempêtes. Soyons le spectateur attentif, émerveillé, détaché et
libre. L'acteur traverse une tempête en mer, l'observateur
n'est pas mouillé, LE Regard comme l'écran est intacte.*

Nous sommes Ce qui voit, pas Ce qui est vu.

Souvent confondus, nous nous prenons pour les acteurs avec les changements d'humeur et de costumes qui s'imposent selon notre rôle. Nous cherchons sans cesse notre vrai place et notre nature véritable. Nous cherchons le bonheur dans les accessoires et les distractions. Nous achetons des assurances et des voyages, un mariage ou un divorce, et le bonheur se pointe pour quelques temps. Nous y croyons jusqu'au changement de bobine. L'angoisse revient, la peur, le manque, le cinéma tourne en boucle, comme les saisons alimenté par le bavardage mental et notre consentement.

C'est juste une erreur de perspective.

Regarder pour Voir!

Ensemble, les pieds dans les pieds, la tête dans la tête, les pas dans les pas, dansons la vie qui danse en nous avec ses mille nuances, toutes cadences et rythmes confondus.

*La vie simple.
La joie éternelle.*