



DHAGPO KAGYU LING

Centre d'études et de méditation bouddhiques

Le 5 juillet 2020

Thayé Dorjé, Sa Sainteté le XVII^e Gyalwa Karmapa, nous invite à nous réveiller chaque jour avec un léger élan parce que ce jour pourrait bien être celui où nous nous réveillerons.

<https://www.dhagpo.org/fr/actualites/1937-meditations-pour-notre-epoque-videos-et-plus-14>

Plutôt que de penser que nous nous réveillons à un lundi sans fin, réveillons-nous chaque jour avec un léger élan parce que ce jour pourrait bien être celui où nous nous réveillerons.

C'est la raison pour laquelle les bouddhistes célèbrent les anniversaires ou les autres jours de fête au lever du soleil.

Il n'y a bien sûr rien de mal à les célébrer à minuit !

Bâillez et étirez-vous comme un nouveau-né.

Gazouillez et babillez comme un nouveau-né.

Et ouvrez-vous à la possibilité de vous réveiller.

Le sommeil est un intervalle naturel.

C'est une mort de velours, pas une mort austère.

C'est un intervalle de velours qui possède l'élan de réveiller la vie.

Le soleil se couche pour border une journée éclatante.

Assouplissez-vous, comme un nouveau-né.

Sans précaution ni avertissement.

N'est-il pas merveilleux que cet écoulement de jours et de nuits se prolonge de la même façon, indéfiniment ?

Y a-t-il quelque chose à craindre en voyant cet écoulement ?

Je ne le pense pas.

Nous pouvons nous interroger sur les diverses façons de nous réveiller, étant donné que chacun d'entre nous dort de manière un peu différente.

Sur le ventre, sur le dos ?

Cependant, ce questionnement n'est jamais effrayant.

Interrogez-vous, mais n'ayez pas peur.

Fermez les yeux simplement pour les ouvrir plus tard.

Le soleil se couche simplement pour se lever.