

Pensées pour l'été 2010

« S'étonner : voilà un sentiment qui est tout à fait d'un philosophe. La philosophie n'a pas d'autre origine. »

PLATON [Théétète, 389-369]

« Combien est ridicule et étrange l'homme qui s'étonne de quoi que ce soit qui arrive en la vie. Dès l'aurore, dis-toi d'avance: Je rencontrerai un indiscret, un insolent, un fourbe, un envieux, un égoïste. »

MARC AURELE [Pensées, II, 1]

« C'est le fait d'un ignorant d'accuser les autres de ses propres échecs ;
Celui qui a commencé de s'instruire, s'en accuse soi-même ;
Mais celui qui est instruit n'en accuse ni autrui ni soi-même. »

ÉPICTÈTE [Manuel, V]

Pensées pour le printemps 2010

«Rien ne suffit à qui considère comme peu ce qui est suffisant.»

EPICURE [Sentence vaticane N°68]

Il y a 2.700 ans, le bouddha enseignait qu'un des trois principaux poisons provenait de la croyance inconsciente que les désirs peuvent être éternellement satisfaits. Ce que les psychologues cognitivistes nomment aujourd'hui un schéma cognitif dysfonctionnel.

Aujourd'hui, on constate que les pays développés ont un niveau de stress, de dépression et de troubles anxieux bien élevé ...

Et on y dit couramment que « l'argent ne fait pas le bonheur », mais on continue ...

« Tout le malheur des hommes vient d'une seule chose, qui est de ne pas savoir demeurer en repos, dans une chambre ».

PASCAL

L'homme est comme dans une voiture où il n'y aurait pas de freins.

Il ne sait pratiquement que fonctionner dans le « mode faire », c'est-à-dire en appuyant sur l'accélérateur adrénaline, fabriquant de nombreux troubles psychosomatiques.

La pratique de la méditation nous invite à fonctionner sur le « mode être », c'est-à-dire à savoir passer en « roue libre ».

En fait, le bonheur ne vient que dans la vacuité qui survient dans le mode « être ».

« Quand tout va bien, réjouis-toi, mais pas trop, car cela ne va pas durer.
Quand tout va mal, afflige-toi, mais pas trop, car cela non plus ne va pas durer ».

LAO-TSEU

Adorable !, Lao Tseu devait pratiquer la méditation zen vipassana !

Dans son poème "Tu seras un homme, mon fils", Rudyard Kipling nous invite aussi à « regarder ces deux menteurs d'un même front ».