

10-07-2017

Dans le Sutra du Lotus, Bouddha dit : « *Dans ce triple monde, tout est mon royaume. Les être qui y demeurent sont tous mes enfants.* »

Ceci est l'esprit compatissant avec toute chose, qui pénètre en toute chose non pas pour lui même mais pour autrui.

Comme un développement naturel, nous devons trouver le sens véritable de notre vie en prenant soin des autres en déployant notre esprit vital dans cette direction et vers cet effort. Ressentir la vie comme étant digne d'être vécue ne consiste pas à éprouver continuellement une joie émotive. Cette force vitale qui est en nous, qui rencontre toute chose avec l'esprit affectueux des parents aimants est l'esprit joyeux. Nous qui sommes engagés dans une vie de méditation devons maintenir en nous sanshin : les trois esprits qui sont l'esprit vaste, l'esprit bienveillant et l'esprit joyeux. Une attitude qui consiste uniquement à se sentir en paix et protégé lorsque nous méditons n'est pas la bonne attitude.

Tous les êtres sensibles ont besoin d'aide.

Tous les êtres sensibles souffrent et connaissent l'angoisse.

Au plus profond de notre cœur, nous devons cultiver le vœu de les apaiser. Ce vœu est fondamental pour notre pratique mais il est difficile de s'y tenir. Nous pouvons le réaliser par l'action des trois esprits car sanshin, les trois esprits qui sont vaste, joyeux et bienveillant décrivent la façon dont nous-même, en tant que soi individuel devrions agir pour réaliser notre soi universel

*Maître Kosho Uchiyama*