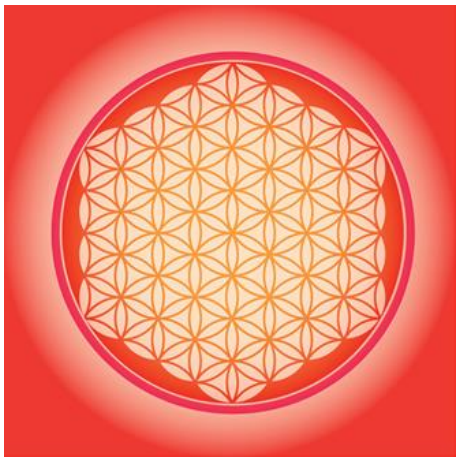




1

2

3



4

5

6

«Les actions de notre
vie quotidienne comme
le réveil, la toilette,
allumer l'encens,
ne paraissent pas
tellement importantes,
cependant
elles comprennent
tout le cosmos. »

Maître Taisen Deshimaru

«La vérité n'est pas
celle qu'articule
ta bouche.
Si tu veux la connaître,
écoute-la venir à toi,
par vagues,
du fond de ton être.
Car c'est de cette
nécessité intérieure
que naît la vision. »

Faouzi Skali

«Quand j'aurais le don
de prophétie,
la connaissance de tous
les mystères et de
toute la science,
quand j'aurais la foi la
plus totale,
celle qui transporte les
montages,
s'il me manque l'amour,
je ne suis rien. »

*Saint Paul
1 Corinthiens, 13-2*

«Toute connaissance
est vaine, s'il n'y a pas
travail.
Et tout travail est vide,
s'il n'y a pas amour.
Et lorsque vous
travaillez avec amour,
vous liez vous-même à
vous-même,
et aux uns et aux
autres.
Le travail est l'amour
rendu visible. »

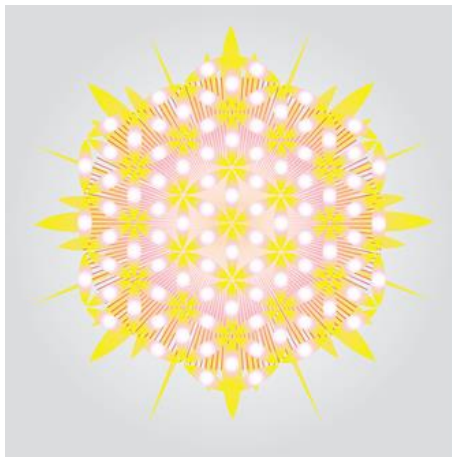
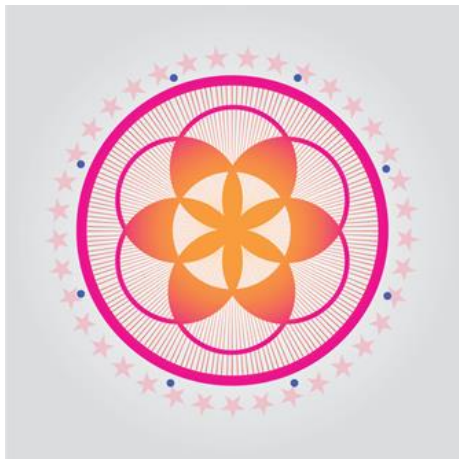
*Khalil Gibran
Le Prophète (1923)*

« La pensée est l'ancêtre
de l'action.
Si vous désirez améliorer
vos actions, il faudra
purifier vos pensées.
Ayez confiance en vous et
votre effort.
Vous pouvez déterminer
votre destinée par la force
de vos pensées.
Tout comme les nuages
sont la source principale
de la pluie, le contrôle de
vos pensées sera la source
de votre prospérité
durable. »

*Swami Sivananda
La Puissance de la pensée*

«J'essaie de traiter
quiconque je rencontre
comme un vieil ami.
Cela me donne
une sensation
de vrai bonheur.
Telle est la pratique
de la compassion. »

Le XIVe Dalai-Lama



7

8

9



10

11

12

«Le cosmos tout entier
est notre propre corps.
La vie et la mort
ne sont que
les allées et venues
du corps réel de
l'homme. »

Maître Taisen Deshimaru

« Le mental accorde de la valeur uniquement à ce en quoi il a une foi intense. Bien que nous voyions tous le même objet, chacun de nous y attache une valeur différente. Vous pensez selon vos penchants. [...] Personne n'est né parfait, mais il existe pour chacun la possibilité de s'améliorer. Les épreuves et les difficultés devraient faire de chacun de nous un être meilleur plutôt que de créer en nous des complexes et de nous étrangler l'esprit et le cœur. Trouvez refuge dans les pensées nobles et justes et vous atteindrez la perfection ».

*Swami Sivananda
La Puissance de la pensée*

« Vous êtes vous-mêmes votre propre ami ou votre ennemi. [...] La nature des choses qui vous entourent est telle que vous la pensez. Votre vie est faite par vos pensées. Les pensées sont les pierres qui forment l'édifice de votre personnalité. [...] Le monde qui vous entoure est le reflet de vos pensées. Vous expérimentez ce que vous pensez. »

*Swami Sivananda
La Puissance de la pensée*

« Pour méditer en marchant, on marche lentement, de manière détendue, un sourire léger sur les lèvres. Cette pratique permet de se sentir parfaitement bien, nos pas sont alors ceux de la personne la plus en sécurité sur Terre. Toutes nos peines et nos angoisses disparaissent, la paix et la joie emplissent notre cœur. Méditer en pratiquant la marche lente est à la portée de tous. Pour cela, il faut simplement un peu de temps, un peu de pleine conscience et la volonté d'être heureux. »

Thich Nhat Hanh

«Le Bouddha se révèle dans les choses les plus simples, juste sous vos yeux, à condition que vous ayez la volonté de regarder vraiment. Pour cela, l'essentiel est de trouver l'équilibre juste, l'équilibre qui ne retient rien et qui ne repousse rien. »

Ajahn Chah

« Quel est l'objet du yoga ?
La libération.
La libération de quoi ?
La libération de nos imperfections, la libération de la souffrance de la vie.
Pourquoi sommes-nous malheureux ?
Nous sommes malheureux parce que nous sommes asservis.
En quoi consiste cet asservissement ?
L'asservissement tient de la nature.
Qui nous asservit ?
Nous, nous-mêmes. »

Swami Vivekananda



13



14



15



16



17



18

« Sans amour, vous aurez beau faire - courir après tous les dieux de la terre, prendre part à toutes les activités sociales, tenter de remédier à la pauvreté, entrer en politique, écrire des livres, écrire des poèmes - vous ne serez qu'un être mort. Sans amour, vos problèmes iront croissant et se multipliant à l'infini, mais avec l'amour, quoique vous fassiez, il n'y a plus de risque, il n'y a plus de conflit. L'amour alors, est l'essence de la vertu.

La Vérité n'a pas de sentier,
et c'est cela sa beauté :
elle est vivante. »

Jiddu Krishnamurti

« Si cette individualité est anéantie, la joie créatrice qui s'y cristallisait disparaît, même si nulle matière ne s'est perdue, même si nul atome n'a été détruit.

Et si elle se perd, c'est aussi une perte pour le monde entier.
Elle est particulièrement précieuse parce qu'elle n'est pas universelle. »

Rabindranath Tagore

NB : les indiens disent qu'obtenir une vie humaine sur cette terre est une chance inestimable, infiniment précieuse.

« Le silence est la plus haute forme de pensée, et c'est en développant en nous cette attention muette au jour, que nous trouvons notre place dans l'absolu qui nous entoure. Il nous appartient - quand tout nous fait défaut et que tout s'éloigne – de donner à notre vie la patience d'une œuvre d'art, la souplesse des roseaux que la main froisse, en hommage à l'hiver. »

*Christian Bobin,
Le huitième jour de la
semaine*

« Prana est le principe de vie dans les êtres. Toute énergie quelle qu'elle soit, comme la chaleur, la lumière ou l'électricité est l'expression de prana.

Les êtres humains ne sont pas seulement des entités psycho-physiques. Prana a le pouvoir de nous élever au plus haut de niveau de supraconscience. Les techniques connues comme le Pranayama règlent la respiration. L'esprit devient calme et harmonieux. C'est de cette manière que la conscience s'élève lentement du niveau biologique au niveau spirituel et finalement se fond dans la pure conscience même. »
Swami Veetamohananda

« Vivre signifie être – aller de l'avant. S'accomplir, surmonter nos limitations, c'est être la lumière pour tous – c'est être joyeux et épanoui. Le but ultime de la vie est de réaliser la Vérité en partageant nos potentialités avec nos frères humains. En conséquence, chaque instant de notre vie doit être infiniment créatif au sein d'un univers fécond et généreux. »

Swami Veetamohananda

« La dureté des temps nous apprend à être endurants dans la poursuite de nos objectifs. L'harmonie et la joie intérieures ont de grands pouvoirs. Elles peuvent détruire toute tension. La vie est trop courte pour la rendre misérable. Puissent nos foyers se remplir d'amour, de rires et de joie! Nous ne dépendons pas de quelqu'un d'autre. Chacun doit conduire l'œuvre de sa vie dans un parfait équilibre de la tête et du cœur. »

Swami Veetamohananda



19



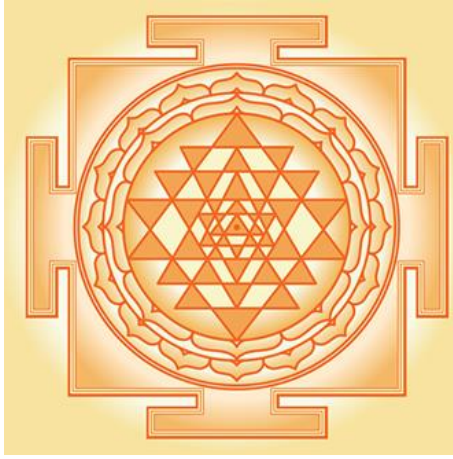
20



21



22



23



24

« La différence, c'est
l'espace même pour
que la relation soit
possible.
Si je n'étais pas autre
que toi,
comment pourrais-je
t'aimer et aller plus loin
que moi? »

Jean-Yves Leloup

« Longue est la route
qui court devant moi,
nombreux sont les
chemins et les mondes
parcourus. Ivre des
beautés de Ta création,
je me suis reposé
sur bien des étoiles.
Ma vie, animée du
souffle éternel du ciel,
ne connaît ni
commencement ni fin. »

Selvarajan Yesudian

« L'enseignement est
semblable à un radeau qui
est fait pour traverser, mais
auquel il ne faut pas
s'attacher. Lorsque vous
marchez, mangez et
voyagez, soyez présents.
Sinon vous passerez à côté
de la majeure partie de
votre vie.

Tout bonheur en ce monde
vient de l'ouverture aux
autres ; toute souffrance
vient de l'enfermement en
soi-même. »

Bouddha

« J'ai pendant un an rendu
visite à mon père dans la
maison où sa mémoire jour
après jour rétrécissait
comme une buée sur du
verre, au toucher du soleil.
Il ne me reconnaissait pas
toujours et cela n'avait pas
d'importance.
Je savais bien, moi, qu'il
était mon père. Il pouvait
se permettre de l'oublier.
Il y a parfois entre deux
personnes un lien si
profond qu'il continue à
vivre même quand l'un des
deux ne sait plus le voir. »

*Christian Bobin,
Ressusciter, 2001*

« Quand j'aurais le don
de prophétie, la
connaissance de tous
les mystères et de
toute la science, quand
j'aurais la foi la plus
totale, celle qui
transporte les
montages, s'il me
manque l'amour, je ne
suis rien. »

*Saint Paul
1 Corinthiens, 13-2*

« Je vous donne un
commandement
nouveau :
c'est de vous aimer les
uns les autres.
Comme je vous ai
aimés,
vous aussi aimez-vous
les uns les autres. »

*Evangile selon
Saint Jean XIII,34*