

TROISIÈME PARTIE

Dans l'esprit de la pleine conscience

« Nous sommes tous les élèves du même maître : la réalité, avec laquelle les institutions religieuses ont travaillé, à l'origine.

La réalité intuitive nous dit... Maîtrise les vingt-quatre heures. Fais-le bien, sans te plaindre.

Il est aussi difficile de rassembler les enfants jusqu'à l'arrêt du car qui les conduit à l'école que de chanter des sutras au temple bouddhiste dans le froid du petit matin.

Les deux actions se valent. Elles sont également ennuyeuses et possèdent toutes deux la vertu de la répétition.

Répétition et rituel, ainsi que leurs résultats satisfaisants assument des formes variées. Changer le filtre à air, moucher le nez des gosses, aller aux réunions de parents d'élèves, ranger la maison, laver la vaisselle, contrôler la jauge à huile – ne vous leurrez pas en croyant que toutes ces corvées vous éloignent d'activités plus sérieuses.

Ces tâches ingrates ne sont pas des empêchements à notre "pratique" qui doit nous mener à la "voie". Cette accumulation de corvées est notre voie. »