

Sages Paroles



Offert par paguja-ebook.com

SAVOIR PRENDRE LE TEMPS

Prenez le temps de rire... c'est la musique de l'âme
prenez le temps de jouer... c'est le secret de la jeunesse
prenez le temps de lire... c'est la fontaine de la sagesse
prenez le temps d'être calme... c'est la condition du succès
prenez le temps d'être bon... c'est le chemin pour être heureux
prenez le temps de penser... c'est la source du pouvoir
prenez le temps d'aimer... c'est la raison de vivre !

(auteur inconnu)



Bienveillance

Que tous les êtres soient remplis de joie et de paix.
Que tous les êtres, partout,
Les forts et les faibles,
Les illustres et les insignifiants,
Les misérables et les puissants,
Les grands et les petits,
Les subtils et les grossiers ;
Que tous les êtres, partout,
En vue ou dans l'ombre,
A proximité ou à mille lieues,
Etant ou dans l'attente d'être :
Que tous soient remplis d'une joie durable.
Qu'aucun être n'en trompe un autre,
Qu'aucun être nulle part n'en méprise un autre,
Qu'aucun être sous l'emprise de la colère ou du ressentiment
Ne souhaite jamais le malheur d'un autre.
Tout comme la mère fait de sa vie un rempart
pour protéger de la souffrance son enfant, son unique enfant,
Laisse grandir en toi un amour sans bornes de toutes les créatures.
Laisse ton amour couler et silloner l'Univers,
Dans toute sa hauteur, sa profondeur et sa grandeur,
Un amour sans limites, sans haine et sans hostilité.
Puis, debout ou en mouvement, assis ou couché,
Tant que tu es éveillé, lutte pour cela en fixant ton esprit sur un point ;
Ta vie t'apportera le paradis sur terre.

Légende hindoue

Une vieille légende hindoue raconte qu'il y eut un temps où tous les hommes étaient des dieux.

Mais ils abusèrent tellement de leur divinité que Brahma, le maître des dieux, décida de leur ôter le pouvoir divin et de le cacher à un endroit où il leur serait impossible de le retrouver.

Le grand problème fut donc de lui trouver une cachette.

Lorsque les dieux mineurs furent convoqués à un conseil pour résoudre ce problème, ils proposèrent ceci: "Enterrons la divinité de l'homme dans la terre."

Mais Brahma répondit : "Non, cela ne suffit pas, car l'homme creusera et la trouvera."

Alors les dieux répliquèrent : "Dans ce cas, jetons la divinité dans le plus profond des océans."

Mais Brahma répondit à nouveau : "Non, car tôt ou tard, l'homme explorera les profondeurs de tous les océans, et il est certain qu'un jour, il la trouvera et la remontera à la surface."

Alors les dieux mineurs conclurent : "Nous ne savons pas où la cacher car il ne semble pas exister sur terre ou dans la mer d'endroit que l'homme ne puisse atteindre un jour."

Alors Brahma dit : "Voici ce que nous ferons de la divinité de l'homme : nous la cacherons au plus profond de lui-même, car c'est le seul endroit où il ne pensera jamais à chercher."

Depuis ce temps-là, conclut la légende, l'homme a fait le tour de la terre, il a exploré, escaladé, plongé et creusé, à la recherche de quelque chose ...

...qui se trouve en lui."



Règles pour un mariage heureux

Ne pas s'endormir avant qu'une dispute ne soit résolue
Ne critiquer son partenaire qu'avec tendresse
Lors d'une dispute, s'arranger pour que l'autre ait raison
Ne crier que si la maison est en flammes
Ne pas évoquer les erreurs du passé
Tout oublier mais jamais son partenaire
Ne jamais se mettre en colère en même temps
Toujours admettre toutes ses erreurs
Savoir pardonner et demander pardon
Chaque jour faire un geste d'amour

Anonyme



Les treize commandements de la vie

Le plus grand handicap, **la peur.**
Le plus beau jour, **aujourd'hui.**
La chose la plus facile, **se tromper.**
La plus grande erreur, **abandonner.**
Le plus grand défaut, **l'égoïsme.**
La plus grande distraction, **le travail.**
La pire banqueroute, **le découragement.**
Les meilleurs professeurs, **les enfants.**
Le plus grand besoin, **le bon sens.**
Le plus bas sentiment, **la jalousie.**
Le plus beau présent, **le pardon.**
La plus grande connaissance, **Dieu.**
La plus belle chose au monde, **l'amour.**

Anonyme



Comblé

J'ai demandé à Dieu la force pour atteindre le succès;
Il m'a rendu faible afin que j'apprenne humblement à obéir.
J'ai demandé la santé pour faire de grandes choses;
Il m'a donné l'infirmité pour que je fasse des choses meilleures.
J'ai demandé la richesse pour pouvoir être heureux;
Il m'a donné la pauvreté pour pouvoir être sage.
J'ai demandé la puissance pour obtenir l'estime des hommes;
Il m'a donné la faiblesse pour que j'éprouve le besoin de Dieu.
J'ai demandé un compagnon afin de ne pas vivre seul;
Il m'a donné un coeur afin que je puisse me réjouir de toutes choses.
Je n'ai rien eu de ce que j'avais demandé, mais j'ai reçu tout ce que j'avais espéré.
Presque en dépit de moi-même, les prières que je n'avais pas formulées ont été exaucées.
Je suis parmi les hommes, le plus richement comblé.

*Texte gravé dans un institut
de réadaptation à New York*



L'ECOLE DE LA VIE

Un corps t'a été donné. Tu peux l'aimer ou le détester, mais ce sera le tien pour toute la durée de cette vie.

Tu vas apprendre des leçons.

Tu es inscrit(e) dans une école informelle à plein-temps appelée "Vie". Chaque jour, tu auras l'occasion d'apprendre des leçons dans cette école. Tu pourras aimer les leçons, ou penser qu'elles sont idiotes ou sans objet.

Il n'y a pas de fautes ou d'échecs, seulement des leçons.

La croissance est un processus "essai-erreur-correction" ; elle consiste à expérimenter, à faire des expériences. Les expériences "ratées" font tout autant part du processus que celles qui "réussissent".

Une leçon sera répétée jusqu'à ce qu'elle soit acquise, intégrée.

Une leçon te sera présentée sous diverses formes, jusqu'à ce que tu l'apprennes. Quand tu l'auras apprise, tu pourras passer à la leçon suivante.

Apprendre des leçons ne finit jamais.

Il n'y a pas de partie de "Vie" qui ne contienne de leçon. Si tu es en vie, il y a des leçons à apprendre.

"Ailleurs" n'est pas meilleur qu'"ici".

Quand ton "ailleurs" est devenu "ici", tu obtiens à nouveau un autre "ailleurs" qui,

à son tour, te semblera meilleur qu'“ici”.

Les autres sont essentiellement des miroirs de toi-même.

Tu ne peux aimer ou détester “quelque chose” chez autrui que si ce “quelque chose” reflète une caractéristique que tu aimes ou que tu détestes en toi.

Ce que tu fais de ta “Vie” dépend de toi.

Tu as tous les outils, toutes les ressources dont tu as besoin. Tu es le créateur de ta vie. Ce que tu en fais dépend de toi. Le choix t'appartient.

Tes réponses sont en toi.

Les réponses aux questions de la “Vie” sont en toi. Tout ce qu'il faut, c'est regarder, écouter, sentir et faire confiance. Tu es la source.

A mesure que tu t'ouvres à cette confiance, tu te souviendras de plus en plus de tout ceci.

(auteur inconnu)

~~~~~

## **LA VIE**

La vie est une chance, **saisis-la.**

La vie est beauté, **admire-la.**

La vie est béatitude, **savoure-la.**

La vie est un rêve, **fais-en une réalité.**

La vie est un défi, **fais-lui face.**

La vie est un devoir, **accomplis-le.**

La vie est un jeu, **joue-le.**

La vie est précieuse, **prends-en soin.**

La vie est une richesse, **conserve-la.**

La vie est amour, **jouis-en.**

La vie est un mystère, **perce-le.**

La vie est promesse, **remplis-la.**

La vie est tristesse, **surmonte-la.**

La vie est un hymne, **chante-le.**

La vie est un combat, **accepte-le.**

La vie est une tragédie, **prends-la à bras-le-corps.**

La vie est une aventure, **ose-la.**

La vie est bonheur, **mérite-le.**

La vie est la vie, **défends-la.**

*Mère Teresa*

~~~~~

Ce qui est important

« Je me sens triste ! » dit une vague de l'océan en constatant que les autres vagues étaient plus grandes qu'elle. « Les vagues sont si grandes, si vigoureuses, et moi je suis si petite, si chétive. »

Une autre vague lui répondit : « Ne sois pas triste. Ton chagrin n'existe que parce que tu t'attaches à l'apparent, tu ne conçois pas ta véritable nature. »

- Ne suis-je donc pas une vague ? »

- La vague n'est qu'une manifestation transitoire de ta nature. En vérité tu es l'eau. »

- L'eau ? »

- Oui. Si tu comprends clairement que ta véritable nature est l'eau, tu n'accorderas plus d'importance à ta forme de vague et ton chagrin disparaîtra. »

Avoir à l'esprit que l'humanité fait partie d'un ensemble est important. Car l'être humain se considère souvent comme le centre des choses en s'arrogeant des droits particuliers qui n'ont pas de raison d'être.

Ainsi il ne voit que chez son prochain ce qu'il n'a pas, sans voir ce qu'il a déjà, et se cause les plus inutiles soucis.

Sagesse Zen



CHANCE ou MALCHANCE?

Un habitant du nord de la Chine vit un jour son cheval s'échapper et passer de l'autre côté de la frontière. Le cheval fut considéré comme perdu.

A ses voisins qui venaient lui présenter leur sympathie, le vieil homme répondit:

— La perte de mon cheval est certes un grand malheur. Mais qui sait si dans cette malchance ne se cache pas une chance?

Quelques mois plus tard, le cheval revint accompagné d'une magnifique jument.

Les voisins félicitèrent l'homme, qui leur dit, impassible:

— Est-ce une chance, ou est-ce une malchance?

Le fils unique du vieil homme fut pris d'une véritable passion pour la jument.

Il la montait très souvent et finit un jour par se casser la jambe pour de bon.

Aux condoléances des voisins, l'homme répondit, imperturbable:

— Et si cet accident était une chance pour mon fils?

L'année suivante les Huns envahirent le nord du pays. Tous les jeunes du village furent mobilisés et partirent au front. Aucun n'en revint. Le fils estropié du vieil homme, non mobilisable, fut le seul à échapper à l'hécatombe.

(d'après Hoài-Nam-Tu)



L'amour Inconditionnel

Puis-je être moi-même à tout moment, et puis-je permettre aux autres d'être eux-mêmes sans les juger, les conditionner, les critiquer ?

Suis-je capable d'aimer, d'aimer encore et toujours, sans rien demander en retour ?

Si je peux répondre oui à cette question, alors je peux apprendre à aimer sans condition.

Puis-je aimer quelqu'un avec la même profondeur et le même degré, que nous soyons ensemble ou séparés ?

Est-ce que je suis capable d'aimer encore quelqu'un même si je n'approuve pas quelque chose qu'il ait dit ou fait ?

Suis-je capable d'aimer quelqu'un à un tel point que je sois prêt à le laisser aller pour qu'il grandisse et qu'il mûrisse ?

Suis-je capable d'aimer quelqu'un suffisamment au point de cesser de l'aider si, en continuant de l'aider, cela va retarder sa croissance et son évolution ?

Suis-je capable d'aimer suffisamment au point de voir cette personne me quitter pour quelqu'un d'autre, et ne garder ni amertume, ni ressentiment, ni jalousie ?

Eileen CADDY

~~~~~

### UN SOURIRE

Un sourire ne coûte rien et produit beaucoup.  
Il enrichit ceux qui le reçoivent  
Sans appauvrir ceux qui le donnent.  
Il ne dure qu'un instant  
Mais son souvenir est parfois éternel.  
Personne n'est assez riche pour s'en passer,  
Personne n'est assez pauvre pour ne pas le mériter.  
Il crée le bonheur au foyer, soutient les affaires,  
Il est le signe sensible de l'amitié.  
Un sourire donne du repos à l'être fatigué,  
Rend du courage aux plus découragés.  
Il ne peut ni s'acheter, ni se prêter, ni se voler  
Car c'est une chose qui n'a de valeur  
Qu'à partir du moment où il se donne.  
Et si quelquefois vous rencontrez une personne  
Qui ne sait plus avoir le sourire,  
Soyez généreux, donnez-lui le vôtre.  
Car nul n'a autant besoin d'un sourire  
Que celui qui ne peut en donner aux autres.

(auteur inconnu)



## **RISQUER**

Rire, c'est risquer d'avoir l'air ridicule.

Pleurer, c'est risquer de paraître sentimental.

Vouloir rejoindre l'autre, c'est prendre le risque de s'impliquer.

Exprimer ses sentiments, c'est risquer de révéler sa véritable façon d'être, d'affirmer à la face du monde ses idées et ses rêves, c'est risquer de perdre.

Aimer, c'est prendre le risque de ne pas être aimé en retour.

Vivre, c'est risquer de mourir.

Espérer, c'est risquer le désespoir.

Essayer, c'est risquer d'échouer.

Mais on se doit de risquer

parce que la plus sérieuse menace à la vie elle-même

se trouve dans l'absence du risque...

*Anonyme*



## **LES TROIS PORTES**

Un Roi avait pour fils unique un jeune Prince courageux, habile et intelligent.

Pour parfaire son apprentissage de la Vie, il l'envoya auprès d'un Vieux Sage.

"Eclaire-moi sur le Sentier de la Vie", demanda le Prince.

"Mes paroles s'évanouiront comme les traces de tes pas dans le sable, répondit le Sage. Cependant je veux bien te donner quelques indications. Sur ta route, tu trouveras 3 portes. Lis les préceptes indiqués sur chacune d'entre elles.

Un besoin irrésistible te poussera à les suivre. Ne cherche pas à t'en détourner, car tu serais condamné à revivre sans cesse ce que tu aurais fui. Je ne puis t'en dire plus. Tu dois éprouver tout cela dans ton coeur et dans ta chair. Va, maintenant. Suis cette route, droit devant toi."

Le Vieux Sage disparut et le Prince s'engagea sur le Chemin de la Vie.

Il se trouva bientôt face à une grande porte sur laquelle on pouvait lire "CHANGE LE MONDE".

"C'était bien là mon intention, pensa le Prince, car si certaines choses me plaisent dans ce monde, d'autres ne me conviennent pas." Et il entama son premier combat. Son idéal, sa fougue et sa vigueur le poussèrent à se confronter au monde, à entreprendre, à conquérir, à modeler la réalité selon son désir.

Il y trouva le plaisir et l'ivresse du conquérant, mais pas l'apaisement du coeur. Il réussit à changer certaines choses mais beaucoup d'autres lui résistèrent.

Bien des années passèrent.

Un jour il rencontra le Vieux Sage qui lui demande :

"Qu'as-tu appris sur le chemin ?"

- J'ai appris, répondit le Prince, à discerner ce qui est en mon pouvoir et ce qui m'échappe, ce qui dépend de moi et ce qui n'en dépend pas".

- C'est bien, dit le Vieil Homme. Utilise tes forces pour agir sur ce qui est en ton pouvoir. Oublie ce qui échappe à ton emprise." Et il disparut.

Peu après, le Prince se trouva face à une seconde porte. On pouvait y lire "CHANGE LES AUTRES".

"C'était bien là mon intention, pensa-t-il. Les autres sont source de plaisir, de joie et de satisfaction mais aussi de douleur, d'amertume et de frustration." Et il s'insurgea contre tout ce qui pouvait le déranger ou lui déplaire chez ses semblables. Il chercha à infléchir leur caractère et à extirper leurs défauts.

Ce fut là son deuxième combat. Bien des années passèrent.

Un jour, alors qu'il méditait sur l'utilité de ses tentatives de changer les autres, il croisa le Vieux Sage qui lui demanda : "Qu'as-tu appris sur le chemin ?"

– J'ai appris, répondit le Prince, que les autres ne sont pas la cause ou la source de mes joies et de mes peines, de mes satisfactions et de mes déboires. Ils n'en sont que le révélateur ou l'occasion. C'est en moi que prennent racine toutes ces choses." "Tu as raison, dit le Sage. Par ce qu'ils réveillent en toi, les autres te révèlent à toi-même. Soit reconnaissant envers ceux qui font vibrer en toi joie et plaisir. Mais sois-le aussi envers ceux qui font naître en toi souffrance ou frustration, car à travers eux la Vie t'enseigne ce qui te reste à apprendre et le chemin que tu dois encore parcourir." Et le Vieil Homme disparut.

Peu après, le Prince arriva devant une porte où figuraient ces mots :

"CHANGE-TOI TOI-MEME".

"Si je suis moi-même la cause de mes problèmes, c'est bien ce qui me reste à faire," se dit-il. Et il entama son 3ème combat. Il chercha à infléchir son caractère, à combattre ses imperfections, à supprimer ses défauts, à changer tout ce qui ne lui plaisait pas en lui, tout ce qui ne correspondait pas à son idéal.

Après bien des années de ce combat où il connut quelques succès mais aussi des échecs et des résistances, le Prince rencontra le Sage qui lui demanda :

Qu'as-tu appris sur le chemin ?"

- J'ai appris, répondit le Prince, qu'il y a en nous des choses qu'on peut améliorer, d'autres qui nous résistent et qu'on n'arrive pas à briser."

"C'est bien," dit le Sage.

- Oui, poursuivit le Prince, mais je commence à être las de me battre contre tout, contre tous, contre moi-même. Cela ne finira-t-il jamais ? Quand trouverai-je le repos ? J'ai envie de cesser le combat, de renoncer, de tout abandonner, de lâcher prise."

- C'est justement ton prochain apprentissage, dit le Vieux Sage. Mais avant d'aller plus loin, retourne-toi et contemple le chemin parcouru."

Et il disparut.

Regardant en arrière, le Prince vit dans le lointain la 3ème porte et s'aperçut qu'elle portait sur sa face arrière une inscription qui disait

"ACCEPTTE-TOI TOI-MEME."

Le Prince s'étonna de ne point avoir vu cette inscription lorsqu'il avait franchi la porte la première fois, dans l'autre sens. "Quand on combat on devient aveugle, se dit-il." Il vit aussi, gisant sur le sol, éparpillé autour de lui, tout ce qu'il avait rejeté et combattu en lui : ses défauts, ses ombres, ses peurs, ses limites, tous ses vieux démons. Il apprit alors à les reconnaître, à les accepter, à les aimer. Il apprit à s'aimer lui-même sans plus se comparer, se juger, se blâmer. Il rencontra le Vieux Sage qui lui demanda :

"Qu'as-tu appris sur le chemin ?"

- J'ai appris, répondit le Prince, que détester ou refuser une partie de moi, c'est me condamner à ne jamais être en accord avec moi-même. J'ai appris à m'accepter moi-même, totalement, inconditionnellement."

"C'est bien, dit le Vieil Homme, c'est la première Sagesse. Maintenant tu peux repasser la 3ème porte."

A peine arrivé de l'autre côté, le Prince aperçut au loin la face arrière de la seconde porte et y lut :

"ACCEPTTE LES AUTRES".

Tout autour de lui il reconnut les personnes qu'il avait côtoyées dans sa vie ; celles qu'il avait aimées comme celles qu'il avait détestées. Celles qu'il avait soutenues et celles qu'il avait combattues. Mais à sa grande surprise, il était maintenant incapable de voir leurs imperfections, leurs défauts, ce qui autrefois l'avait tellement gêné et contre quoi il s'était battu.

Il rencontra à nouveau le Vieux Sage. "Qu'as-tu appris sur le chemin ?" demanda ce dernier.

- J'ai appris, répondit le Prince, qu'en étant en accord avec moi-même, je n'avais plus rien à reprocher aux autres, plus rien à craindre d'eux. J'ai appris à accepter et à aimer les autres totalement, inconditionnellement."

- C'est bien," dit le Vieux Sage. C'est la seconde Sagesse. Tu peux franchir à nouveau la deuxième porte. »

Arrivé de l'autre côté, le Prince aperçut la face arrière de la première porte et y lut :

"ACCEPTTE LE MONDE".

Curieux, se dit-il, que je n'aie pas vu cette inscription la première fois. Il regarda autour de lui et reconnut ce monde qu'il avait cherché à conquérir, à transformer, à changer. Il fut frappé par l'éclat et la beauté de toute chose. Par leur perfection. C'était pourtant le même monde qu'autrefois. Etait-ce le monde qui avait changé ou son regard ?

Il croisa le Vieux Sage qui lui demanda.

"Qu'as-tu appris sur le chemin ?"

- J'ai appris, dit le Prince, que le monde est le miroir de mon âme. Que mon âme ne voit pas le monde, elle se voit dans le monde. Quand elle est enjouée, le monde lui semble gai. Quand elle est accablée, le monde lui semble triste. Le monde, lui, n'est ni triste ni gai. Il est là ; il existe ; c'est tout.

Ce n'était pas le monde qui me troublait, mais l'idée que je m'en faisais. J'ai appris à accepter sans le juger, totalement, inconditionnellement."

C'est la 3ème Sagesse, dit le Vieil Homme. Te voilà à présent en accord avec toi-même, avec les autres et avec le Monde."

Un profond sentiment de paix, de sérénité, de plénitude envahit le Prince. Le Silence l'habita. "Tu es prêt, maintenant, à franchir le dernier Seuil, dit le Vieux Sage, celui du passage du silence de la plénitude à la Plénitude du Silence".

Et le Vieil Homme disparut.

*Anonyme*



## **L'ETRANGER**

Un jeune homme s'approcha et lui dit:

- Je ne suis jamais venu ici; comment sont les gens qui vivent dans cette ville?

Le vieil homme lui répondit par une question:

- Comment étaient les gens dans la ville d'où tu viens?

- Egoïstes et méchants. C'est d'ailleurs la raison pour laquelle j'étais bien content de partir, dit le jeune homme.

Le vieillard répondit:

- Tu trouveras les mêmes gens ici.

Un peu plus tard, un autre jeune homme s'approcha et lui posa exactement la même question.

- Je viens d'arriver dans la région; comment sont les gens qui vivent dans cette ville?

Le vieil homme répondit de même:

- Dis-moi, mon garçon, comment étaient les gens dans la ville d'où tu viens?

- Ils étaient bons et accueillants, honnêtes; j'y avais de bons amis; j'ai eu beaucoup de mal à la quitter, répondit le jeune homme.

- Tu trouveras les mêmes ici, répondit le vieil homme.

Un marchand qui faisait boire ses chameaux non loin de là avait entendu les deux conversations. Dès que le deuxième jeune homme se fut éloigné, il s'adressa au vieillard sur un ton de reproche:

- Comment peux-tu donner deux réponses complètement différentes à la même question posée par deux personnes?

- Celui qui ouvre son coeur change aussi son regard sur les autres, répondit le vieillard. Chacun porte son univers dans son coeur.

*Anonyme*



## LACHER PRISE

Lâcher prise, ce n'est pas se montrer indifférent, mais simplement admettre que l'on ne peut agir à la place de quelqu'un d'autre.

Lâcher prise, ce n'est pas couper les liens, mais prendre conscience que l'on ne peut contrôler autrui.

Lâcher prise, ce n'est pas être passif, mais au contraire chercher principalement à tirer une leçon des conséquences inhérentes à un événement.

Lâcher prise, c'est reconnaître son impuissance, au sens où l'on admet que le résultat final n'est pas toujours entre ses mains.

Lâcher prise, c'est ne plus blâmer ou vouloir changer autrui, c'est, au lieu de cela, choisir de consacrer son temps à donner le meilleur de soi-même.

Lâcher prise, ce n'est pas prendre soin des autres en faisant preuve d'une totale abnégation, mais se sentir concerné par eux.

Lâcher prise, c'est ne pas "assister ", mais encourager.

Lâcher prise, c'est ne pas juger, et accorder à autrui le droit d'être humain, c'est à dire lui accorder le droit à l'erreur.

Lâcher prise, c'est ne pas s'occuper de tout ce qui arrive, c'est laisser les autres gérer leur propre destin.

Lâcher prise, c'est ne pas mater les autres, c'est leur permettre d'affronter la réalité.

Lâcher prise, ce n'est pas rejeter, c'est au contraire accepter.

Lâcher prise, c'est ne pas harceler, reprocher, sermonner ou gronder, et tenter de déceler ses propres faiblesses et de s'en défaire.

Lâcher prise, c'est ne pas adapter les choses à ses propres désirs, et prendre chaque jour comme il vient et l'apprécier.

Lâcher prise, c'est ne pas critiquer ou corriger autrui, mais s'efforcer de devenir ce que l'on rêve de devenir.

Lâcher prise, c'est ne pas regretter le passé, c'est vivre et grandir dans le présent pour l'avenir.

Lâcher prise, c'est **craindre moins et aimer davantage.**

*Anonyme*

~~~~~

L'ART DE VIEILLIR

Vieillir, se l'avouer à soi même et le dire tout haut, non pas pour voir protester les amis, mais pour y conformer ses goûts et s'interdire ce que la veille encore on se croyait permis.

Avec sincérité, dès que l'aube se lève, se bien persuader qu'on est plus vieux d'un jour; à chaque cheveu blanc, se séparer d'un rêve et lui dire tout bas un adieu sans

retour.

Aux appétits grossiers, imposer d'âpres jeunes, et nourrir son esprit d'un solide savoir, devenir bon, devenir doux, aimer les fleurs, aimer les jeunes, comme on aima l'espoir. Se résigner à vivre un peu sur le rivage, tandis qu'il vogueront sur les flots hasardeux, craindre d'être importun sans devenir sauvage, se laisser ignorer tout en restant près d'eux.

Vaquer sans bruit aux soins que tout départ réclame, prier et faire un peu de bien autour de soi, sans négliger son corps, parer surtout son âme, chauffant l'un aux tisons, l'autre à l'antique Foi.

Puis un beau soir, discrètement, souffler la flamme de sa lampe et mourir parce que c'est la loi.

Jean Fabié



La trace sur le sable

Dans la nuit de Noël, j'ai eu un songe :

Je marchais sur la plage en compagnie du Seigneur.

J'ai regardé en arrière et j'ai vu qu'à ce jour,

Dans le film de ma vie, surgissaient des traces sur le sable :

L'une était mienne, l'autre était celle du Seigneur.

Ainsi nous continuions à marcher

Jusqu'à ce que tous mes jours fussent achevés.

Alors, je me suis arrêté, j'ai regardé en arrière :

J'ai retrouvé qu'en certains endroits

Il y avait seulement UNE empreinte de pieds.

Et ces lieux coïncidaient justement

avec les jours les plus difficiles de ma vie,

Les jours de plus grande angoisse, de peur, de douleur. J'ai donc interrogé :

“ Seigneur tu as dit que tu étais avec moi

Tous les jours de ma vie,

et j'ai accepté de vivre avec Toi .”

Et le Seigneur m'a répondu :

“ Mon fils : Je t'aime

J'ai dit que je serais avec toi pendant toute la promenade,

Et que Je ne te laisserais pas une seule minute,

Et Je ne t'ai pas abandonné.

Les jours où tu as vu à peine une trace sur le sable

Furent les jours où Je t'ai porté. ”

Poète brésilien



N'abandonne surtout pas !

Lorsque dans la vie rien ne va plus,
Que les problèmes tourmentent ton esprit
Et que l'argent te cause tant de soucis...
Repose-toi s'il le faut, mais n'abandonne surtout pas.
Lorsque trop d'erreurs ont été commises,
Que tout ton univers menace de s'écrouler
Et que, fatigué, tu sens la confiance t'abandonner...
Repose-toi s'il le faut, mais n'abandonne surtout pas.
Tu sais, la vie est parfois étrange, avec son lot de surprises et d'imprévus,
et il ne nous est pas donné de savoir à l'avance combien d'étapes nous devons
franchir, ni combien d'obstacles nous devront surmonter avant d'atteindre le
bonheur et la réussite. Combien de gens ont malheureusement cessé de lutter
alors qu'il n'aurait peut-être fallu qu'un petit pas de plus pour transformer un
échec en réussite ? Et, pourtant, un pas à la fois n'est jamais trop difficile.
Tu dois donc avoir le courage et la ténacité nécessaire pour faire ce petit pas de
plus, en affirmant que la vie est une grande et puissante amie qui se tient
toujours à tes côtés, prête à te porter secours.
Tu verras alors que cette attitude appellera, du plus profond de toi-même,
des forces de vie que tu ne soupçonnais même pas et qui t'aideront à réaliser ce
que tu entreprendras.
Mais surtout et avant tout, rappelle-toi bien:
Quand dans ta vie, des moments difficiles viendront...
Repose-toi s'il le faut, mais n'abandonne surtout pas.

Anonyme



Tu seras un homme, mon fils

Si tu peux voir détruit l'ouvrage de ta vie
Et sans un seul mot te mettre à rebâtir,
Ou perdre d'un seul coup le gain de cent parties
Sans un geste et sans un soupir ;
Si tu peux être amant sans être fou d'amour,
Si tu peux être fort sans cesser d'être tendre,
Et te sentant haï, sans haïr à ton tour,
Pourtant lutter et te défendre ;
Si tu peux supporter d'entendre tes paroles
Travesties par des gueux pour exciter des sots,

Et d'entendre mentir sur toi leurs bouches folles
Sans mentir toi-même d'un seul mot ;
Si tu peux rester digne en étant populaire,
Si tu peux rester peuple en conseillant les rois
Et si tu peux aimer tous tes amis en frère
Sans qu'aucun d'eux soit tout pour toi ;
Si tu sais méditer, observer et connaître
Sans jamais devenir sceptique ou destructeur,
Rêver mais sans laisser ton rêve être ton maître,
Penser sans n'être qu'un penseur ;
Si tu peux être dur sans jamais être en rage,
Si tu peux être brave et jamais imprudent,
Si tu sais être bon, si tu sais être sage,
Sans être moral ni pédant ;
Si tu peux rencontrer triomphe après défaite
Et recevoir ces deux menteurs d'un même front,
Si tu peux conserver ton courage et ta tête
Quand tous les autres les perdront,
Alors les Rois, les Dieux, la Chance et la Victoire
Seront à tout jamais tes esclaves soumis
Et, ce qui vaut mieux que les Rois et la Gloire,
Tu seras un homme, mon fils.
R. Kipling



Offert par paguja-ebook.com

©2009-PaGuJa

Tous droits réservés