Le Sourire du Bouddha

Bouddha sous son arbre souriait. Ayant atteint l'éveil et la compassion ultime et universelle, il ne pouvait que sourire . L'état de bouddhéité est un bonheur suprême.



Le sourire délicat du Bouddha s'affirme comme la vraie révolution du bouddhisme. Sourire au milieu des tempêtes, des tourments représente la grande transformation, la mutation subtile d'un état de souffrance à un bonheur réalisé.

Dans nos méditations, dans notre quotidien, cultivons avec tendresse l'art de sourire.

Le sourire du Bouddha fleurit depuis un amour sans limite. Même si le nôtre ne jaillit pas pleinement d'une bienveillance inconditionnelle, au moins peut-il réjouir notre coeur. Et pour lui donner de la consistance, offrons-le afin qu'il réchauffe certains coeurs. Car, à qui sourit le Bouddha ? aux autres, à tous les autres ? C'est plus que plausible.

Entrainons-nous donc à sourire pour les autres. Découvrons cet épanouissement des lèvres et du coeur dans notre pratique. Au Japon, présenter un beau visage est essentiel, car notre visage ne nous appartient pas, puisque ce sont les autres qui le voient et qui peuvent se réjouir de notre sourire. Pour une société plus heureuse, soyons heureux dans le coeur et laissons cette paix et ce bonheur transparaître sur notre visage. Laissons fleurir notre visage, en prenant appui sur celui du Bouddha.

La Perfection de Sapience, plus qu'une vision précieuse, serait-elle aussi la source d'un sourire subtil.. ?

Puisse notre sourire devenir une nouvelle pratique de pleine conscience.

Alain Delaporte-Digard for www.buddhachannel.tv