



la réalisation en 3 étapes simples..

mais qui prennent des années.. par BSy

Stade1 : Le stade de la vision conventionnelle des choses. Le stade de l'identification au JE, MOI, MON, MA, MES. Le stade de l'identification aux choses extérieures, au travail, à la famille, à la société. Le stade où l'on combat tout de façon illusoire en imaginant changer le monde. La vision des choses est carrée, cadrée, personnelle, sans compromis, idyllique, idéale, le rêve. L'individu ne sait pas discerner le JE des phénomènes conditionnés. Il s'identifie à tout, il s'attache à tout, il souffre de tout.

Stade2 : Le stade intermédiaire est marqué par la pratique de la bonté et de la méditation. On commence à se désidentifier de l'illusion des phénomènes extérieurs. On commence à planter le refuge intérieur qui apparaît lors des méditations comme la Paix au bord du Stress. On commence à « économiser » la perte d'énergie dans les actions extérieures. On commence à avoir un réservoir d'énergie qui alimente de façon temporaire une nouvelle vision du monde. La vision devient pénétrante, dans l'instant présent, de la nature des choses telle que. La balance s'établit entre extérieur et intérieur. La présence-Unité commence à s'installer là on pose le pied. Le détachement de la souffrance s'installe par la compréhension de la loi de causalité : attachement entraîne inévitablement souffrance.

Stade3. Le stade fini est celui de la pratique méditative accomplie qui est Union avec la vie à tout moment. La purification du stade 2 arrive à maturité. L'Être intérieur se réalise par la complétude du refuge intérieur. Le refuge intérieur devient une île qu'aucun vent ni tempête ne peut plus submerger. La vie coule comme un ruisseau où l'Être-Présence-Conscience est conscient de l'apparition et disparition de tout phénomène sans y prendre part, ni en faire un acte kammique. Le triple chemin de la Vertu, de la méditation et de la sagesse est parfait. L'être est devenu équanimité, inconditionné, état de Nibbana.