

Le bonheur ici et maintenant

Vivre dans le passé ou bien dans le futur
N'apporte que rancœur pour un homme mature
Le passé doit se perdre dans un esprit d'oubli
Le futur ne concerne que la peur des ennuis

Capturer cet instant et le domestiquer
Chercher autour de soi pourquoi on peut l'aimer
S'émerveiller de tout y trouver la beauté
S'enchanter de le vivre savoir le contempler

Un rayon de soleil à travers les persiennes
Le chant du rossignol demandant qu'elle vienne
Un papillon qui vole autour des azalées
La vie nous est offerte par cet instant volé

Assieds-toi sur un banc écoute la nature
Retrouve des amis qui parlent de culture
Aborde un inconnu et fais sa connaissance
Refuse à jamais toutes les manigances

Cuisine pour tes proches les plats qu'ils vont aimer
Soit doux avec les autres apporte leur la paix
Tous ces conseils influent sur notre conscience
Aboutir à l'éveil de l'instant en présence

Avant tu n'existais que sur le mode utile
Demain existera toujours dans l'inutile
Fais de l'instant présent le meilleur de ta vie
Ton émerveillement ton bonheur a ce prix

Le Ichigo Ichie du Japon est issu
Il faut citer aussi les carnets de Li Yu
Et l'émerveillement de Bertrand Vergely
Tout cela a pour but d'embellir notre vie

Savoir se détacher de toutes contingences
Pour aiguiser la pointe de notre conscience
Dans un élan d'amour qui construit l'existence
Apporter à l'instant toute sa consistance

jpGabrillac

