



Feuilles Jaunes

Ajahn Jayasāro

Mars 2026

Le tapas suprême.....	2
Les enseignements forment un tout.....	4
Éveiller l'ardeur.....	6
L'amour de soi dans le Bouddhadhamma.....	8
L'équilibre de la pratique	10
Les bases historiques du bouddhisme sont vérifiables.....	12
Équanimité en temps de conflit.....	14
Les vérités viennent parfois de manière inattendue.....	16
Les motivations de la vertu.....	18

Le tapas suprême



In the time of the Buddha, the word 'tapas' (heat, fervor) was used to refer to spiritual austerities practiced either as a means to stimulate inner fire or, in the case of the Jains, to burn up old karma. The Buddha gave tapas a new meaning and purpose: the incineration of mental defilement. On the first Māgha full moon after his enlightenment, the Buddha taught a verse of key teachings, the Ovāda Pātimokkha, to a group of 1,250 arahants, many of whom were former fire worshippers. In it, he stated that khamti (patience, forbearance) is the supreme tapas.

Forbearance incinerates defilements because it opposes the mind's natural tendency towards anger, resentment and depression in the face of the unpleasant. Without it, the mind is easily hijacked by defilement, and all its wholesome qualities remain brittle and immature. Khamti allows us to bear with unpleasant phenomena without agitation, whether it be physical pain and discomfort, the harsh words of others, or one's own inner urges towards unwise action. We don't make bad situations worse.

In our efforts to cultivate khamti, we are guided by our understanding that the mind is vast, big enough to include the unpleasant. We keep it big and spacious. We don't allow our mind to contract to the shape of the pain.

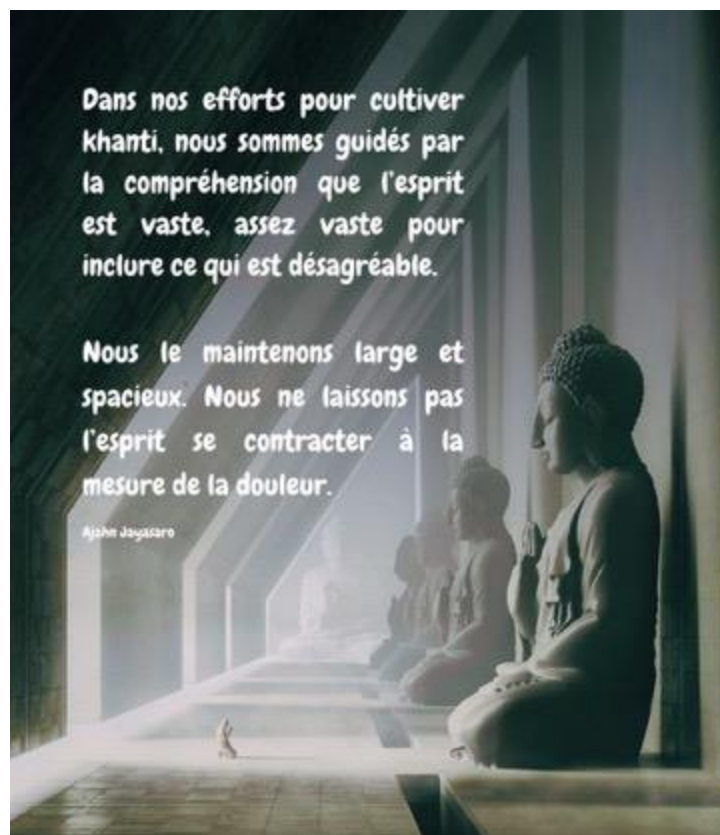
Ajahn Jayasāro
3/3/26

À l'époque du Bouddha, le mot « tapas » (chaleur, ferveur) désignait les austérités spirituelles pratiquées soit pour stimuler le feu intérieur, soit, dans le cas des N, pour brûler l'ancien kamma. Le Bouddha donna à tapas un sens et un but nouveaux : l'incinération des souillures mentales. Lors de la première pleine lune de Māgha après son éveil, il enseigna un verset fondamental, l'Ovāda Pātimokkha, à un groupe de 1 250 arahants, dont beaucoup étaient d'anciens adorateurs du feu. Il y déclara que khanti (patience, endurance) est le tapas suprême.

La patience incinère les souillures parce qu'elle s'oppose au penchant naturel de l'esprit vers la colère, le ressentiment et l'abattement face à ce qui est désagréable. Sans elle, l'esprit est facilement détourné par les souillures, et ses qualités salutaires demeurent fragiles et immatures. Khanti nous permet de supporter les phénomènes désagréables sans agitation, qu'il s'agisse de douleur physique, d'inconfort, des paroles dures d'autrui ou de nos propres élans intérieurs vers des actions imprudentes. Nous n'aggravons pas les situations difficiles.

Dans nos efforts pour cultiver khanti, nous sommes guidés par la compréhension que l'esprit est vaste, assez vaste pour inclure ce qui est désagréable. Nous le maintenons large et spacieux. Nous ne laissons pas l'esprit se contracter à la mesure de la douleur.

Ajahn Jayasāro
3/3/26



Les enseignements forment un tout



There are two levels of Right View: mundane and supramundane. (see, for example, MN117). Supramundane (lokuttara) Right View refers to the clear vision of the way things are in light of the Four Noble Truths. Mundane (lokiya) Right View requires us to adopt certain propositions, not as religious dogmas, but as working hypotheses. By doing so, these propositions provide the foundation and the framework for the cultivation of Right Thought and all the other aspects of the Eightfold Path. The word 'Right' here is used in a functional sense. These principles of Right View are 'right' in the sense that they provide views and values necessary for fulfilment of the path to Nibbāna. Rejecting them creates an obstacle—not to leading a good life, certainly, but to liberation.

For a new student, taking on a teaching of causality may be straightforward. But it may be difficult to grasp why accepting, for example, a deep karmic link with one's parents, or rebirth and the existence of different realms of being, is in any way vital for Dhamma practice. Our willingness to accept ~~the~~ will depend on the depth of confidence we have in the wisdom of the Buddha. We may consider: if the Buddha is teaching untrue things, or presenting trivial matters as important, what does that say about his Buddhahood? If we cherry-pick his teachings, how can we claim to have taken refuge in the Triple Gem.

Ajahn Jayasāro
7/3/26

Il existe deux niveaux de Vue Juste : la vue juste mondaine et la Vue Juste Supramondaine (voir, par exemple, MN 117). La Vue Juste Supramondaine (lokuttara) est la vision claire de la réalité à la lumière des Quatre Nobles Vérités. La vue juste mondaine (lokiya) nous invite adopter certaines propositions, non pas comme des dogmes religieux, mais comme des hypothèses de travail. Ces propositions fournissent ainsi les bases et le cadre nécessaires à la culture de la Pensée Juste et de tous les autres aspects du Noble Chemin.

Le terme « juste » est utilisé ici dans un sens fonctionnel. Les principes de la Vue Juste sont « justes » dans le sens où ils fournissent les points de vue et les valeurs nécessaires à la réalisation du chemin vers le Nibbana. Les rejeter constitue un obstacle à la libération, même si cela n'empêche pas une vie épanouie.

Pour un débutant, parler d'un enseignement sur la causalité peut sembler simple. Cependant, il peut être difficile de comprendre pourquoi accepter un lien karmique profond avec ses parents, la renaissance ou l'existence de différents royaumes d'existence est essentiel à la pratique du Dhamma. Notre disposition à les accepter dépendra de la profondeur de notre confiance en la sagesse du Bouddha. La question se pose : si le Bouddha enseigne des choses fausses ou présente des questions triviales comme importantes, qu'est-ce que cela dit de sa qualité de Bouddha ? Si nous choisissons dans ses enseignements ce qui nous plaît, comment pouvons-nous prétendre avoir foi dans le Triple Joyau ?

Ajahn Jayasaro
07/03/26



Éveiller l'ardeur



Again, Udayin, I have proclaimed to my disciples the way to develop the four right kinds of striving. Here, a bhikkhu awakens zeal for the non-arising of arisen evil unwholesome states, and he makes effort, arouses energy, exerts his mind and strives. He awakens zeal for the abandoning of arisen evil wholesome states... He awakens zeal for the arising of arisen wholesome states... He awakens zeal for the continuance, non-disappearance, strengthening, increase and fulfilment by development of arisen wholesome states, and he makes effort, arouses energy, exerts his mind, and strives. And thereby many disciples of mine abide, having reached the consummation and perfection of direct knowledge (MN77)

These days a lot of emphasis is put on the fine details of meditation techniques, as if Dhamma practice is a matter of correctly applying a formula. In the suttas the Buddha puts much more emphasis on attitude. In the stock passage quoted above, the first and most important step is to awaken zeal. When zeal has been awakened, Right Effort follows naturally.

So how is zeal awakened? It may be done by reflecting on the dukkha you've seen in your life caused by unwholesome mental states, until you are inspired to put effort into protecting the mind against them. It may be done by reflecting on the beauty of wholesome dhammas to the extent that you are inspired to cultivate them. It may be to remind yourself that life is short and that you should waste no time in following the path to liberation while you are still here. Create zeal, cultivate zeal and practice becomes smoother and energised.

Ajahn Jayasaro
10/3/26

« Encore une fois, Udayin, j'ai proclamé à mes disciples la manière de développer les quatre efforts justes. Ici, un bhikkhu éveille son zèle pour que les états mauvais et malsains qui ne sont pas encore apparus ne surgissent pas, et il fait des efforts, suscite son énergie, exerce son esprit et persévère. Il éveille son zèle pour abandonner les états mauvais et malsains qui sont apparus. Il éveille son zèle pour l'apparition d'états sains non apparus... Il éveille son zèle pour la continuité, la non-disparition, le renforcement, l'augmentation et l'accomplissement par le développement d'états sains apparus, et il fait des efforts, suscite son énergie, exerce son esprit et persévère. Et ainsi, beaucoup de mes disciples demeurent, ayant atteint l'accomplissement et la perfection de la connaissance directe.» (MN 77)

De nos jours, on accorde beaucoup d'importance aux détails des techniques de méditation, comme si la pratique du Dhamma consistait à appliquer correctement une formule. Dans les suttas, le Bouddha accorde beaucoup plus d'importance à l'attitude. Dans le passage cité ci-dessus, la première étape, et la plus importante, consiste à éveiller l'ardeur. Une fois l'ardeur éveillée, l'Effort Juste suit naturellement.

Alors, comment éveiller l'ardeur ? Cela peut se faire en réfléchissant au dukkha que vous avez vu dans votre vie, causé par des états mentaux malsains, jusqu'à ce que vous soyez inspiré à faire des efforts afin de protéger votre esprit contre eux. Cela peut se faire en réfléchissant à la beauté des dhammas sains, au point d'être inspiré à les cultiver. Cela peut être de vous rappeler que la vie est courte et que vous ne devriez pas tarder à suivre le chemin de la libération tant que vous le pouvez encore.

Éveillez l'ardeur, cultivez-la, et votre pratique deviendra plus fluide et plus énergique.

Ajahn Jayasāro
10/3/26



L'amour de soi dans le Bouddhadhamma



These days people are often told they should love themselves. It sounds reasonable. But it's not clear exactly what loving yourself entails, or, indeed, what the phrase really means at all. Presumably, it refers to having a certain kind of feeling towards yourself. Many people check to see whether they have the feeling, don't find it, and end up harbouring toxic and incoherent ideas like not being good enough.

Buddhadhamma is precise and pragmatic. It starts with practical down-to-earth questions like: How can you be a good friend to yourself. The answer it gives is

Nourish your heart with acts of kindness and generosity.

Create and maintain intelligent boundaries for your life by upholding the five precepts.

Apply yourself to abandoning unwholesome mental states and cultivating positive ones such as patience, mettā and mindfulness.

Seek to learn from every experience, and develop insight into the-way things are, free from attachment and bias.

Ajahn Jayasāro
11/3/26

Le Bouddhadharma toujours précis et pragmatique, commence par poser des questions pratiques et concrètes telles que : « Comment être un bon ami envers soi-même ? »

La réponse est la suivante :

Nourrir son cœur par des actes de gentillesse et de générosité.

Construire et maintenir des garde-fous intelligents dans la vie en respectant les cinq préceptes.

S'efforcer d'abandonner les états d'esprit malsains et de cultiver des états d'esprit bienfaisants, comme la patience, la bienveillance (mettā) et la pleine conscience.

Tirer des leçons de toutes ses expériences et développer une vision pénétrante de la réalité, libre de tout attachement et de tout parti pris.

Ajahn Jayasāro
14/03/26



L'équilibre de la pratique



In 1978, in London, just before coming to Thailand, I had a conversation with a psychiatrist who had recently retired after a long, successful career. It surprised me when she said that she had rarely recommended her patients to meditate. In her view, the most essential thing to impress upon people with mental health issues was how tied their problems were to their actions and speech, and how their first most important step was giving care to their behaviour in the world.

The importance of *sīla* cannot be overestimated. Lay meditation retreats have certainly been a very positive development in Buddhist communities over the past fifty years. However, meditation is just one part of the integrated training of body, speech and mind necessary for liberation. Too much emphasis on applying a particular meditation technique and not enough on the supporting conditions provided by *dāna* and *sīla*, often leads to unsustainable progress. Under the special conditions of a retreat, the mind may enjoy a glimpse of the sublime. The question is whether it is mature enough to deepen that vision. Learning the joy of selfless giving, and experiencing the integrity and self-respect that comes through upholding the precepts, are vital constituents of that maturity.

Ajahn Jayasāro

17/3/26

En 1978, à Londres, juste avant de partir pour la Thaïlande, j'ai eu une conversation avec une psychiatre qui venait de prendre sa retraite après une longue et brillante carrière. Je fus surpris lorsqu'elle me confia qu'elle avait rarement conseillé la méditation à ses patients. Selon elle, l'élément le plus essentiel à faire comprendre aux personnes atteintes de troubles mentaux était à quel point leurs problèmes étaient liés à leurs actes et à leurs paroles, et que la première étape et la plus importante consistait à prêter attention à leur comportement dans le monde.

On ne saurait surestimer l'importance de sīla. Les retraites de méditation pour laïcs ont certes constitué une évolution très positive au sein des communautés bouddhistes au cours des cinquante dernières années. Cependant, la méditation ne représente qu'un aspect de l'entraînement global du corps, de la parole et de l'esprit nécessaire à la libération. Mettre trop l'accent sur l'application d'une technique de méditation particulière et pas assez sur les conditions favorables fournies par dāna et sīla conduit souvent à des progrès non durables. Dans les conditions particulières d'une retraite, l'esprit peut entrevoir le sublime. La question est de savoir s'il est suffisamment mûr pour approfondir cette vision. Apprendre la joie du don désintéressé et faire l'expérience de l'intégrité et du respect de soi qui découlent de l'observance des préceptes sont des éléments essentiels de cette maturité.

Ajahn Jayasāro
17/3/26



Les bases historiques du bouddhisme sont vérifiables



You may have been asked: How sure can you be that the Buddha even existed? How far can you trust your texts? My answer is that our faith is well-grounded indeed.

The Sutta and Vinaya Pali texts show an incredible internal consistency and unity, while containing no references to later texts. They reveal no historical anachronisms. This gives the informed reader a strong sense of them all being the work of a single mind. The uniformity of the texts across isolated transmission lineages indicates a common pre-sectarian origin. It also indicates the reliability of the oral transmission methods the monks used to preserve them.

The sixteen countries mentioned in the texts were soon swallowed up by the Nanda empire. A lack of references to this or the following Mauryan empire and its great figures such as Chandragupta and Ashoka reinforces the texts early provenance. As does any reference to writing. Archaeological discoveries have corroborated the existence of most of the monasteries and cities, and dated them to the 5th cent. BCE.

The Ashokan columns, erected some 150 years after the Buddha's passing offer compelling evidence. The Lumbini column states, 'Here, the Buddha, Shakyamuni, was born. Another includes the names of suttas the great emperor advised his subjects to study. The great stupas he had built at Sanchi and Bharhut, 1000 kms from his capital, feature stone carvings depicting episodes from the Buddha's life, showing how widely the teaching had already spread.

There is much more. I'm only scratching the surface with this single yellow page. For anyone interested in this topic, I recommend the excellent 'The Authenticity of the Early Buddhist Texts,' by the venerable bhikkhus, Sujāto and Brahmāli.

Ajahn Jayasaro
21/5/26

On vous a peut-être déjà demandé : « Comment pouvez-vous être sûrs que le Bouddha a réellement existé ? Dans quelle mesure pouvez-vous faire confiance à vos textes ? » Ma réponse est que notre foi repose vraiment sur des bases solides.

Les textes pāli des Suttas et du Vinaya font preuve d'une étonnante cohérence interne et d'une grande unité, sans faire la moindre référence à des textes postérieurs. Ils ne révèlent aucun anachronisme historique. Cela donne au lecteur averti le sentiment profond qu'ils sont tous l'œuvre d'un seul et même esprit. L'uniformité des textes à travers des lignées de transmission isolées indique une origine commune antérieure à la division sectaire. Elle témoigne également de la fiabilité des méthodes de transmission orale utilisées par les moines pour les préserver.

Les seize pays mentionnés dans les textes ont rapidement été absorbés par l'Empire Nanda. L'absence de toute référence à cet empire, ou à l'empire Maurya qui lui a succédé, ainsi qu'à leurs grandes figures telles que Candagutta et Asoka, démontre l'ancienneté de ces textes. Il en va de même de l'absence à toute référence à l'écriture. Des découvertes archéologiques ont confirmé l'existence de la plupart des monastères et des villes, et les ont datés du Ve-IVe siècles av. J.-C. Les colonnes d'Asoka, érigées environ 150 ans après la mort du Bouddha, en témoignent de manière convaincante. La colonne de Lumbini porte l'inscription : « C'est ici que le Bouddha, Shakyamuni, est né. » Une autre mentionne les suttas que le grand empereur conseillait à ses sujets d'étudier. Il fit construire de grands stupas à Sanchi et à Bharhut, à 1 000 km de sa capitale. Ces stupas comportent des sculptures sur pierre représentant des épisodes de la vie du Bouddha, montrant à quel point l'enseignement s'était déjà largement répandu.

Et ce ne sont là que quelques éléments parmi tant d'autres. Cette simple page jaune n'en est qu'un aperçu. À tous ceux qui s'intéressent à ce sujet, je recommande l'excellent ouvrage « The Authenticity of the Early Buddhist Texts » par les vénérables bhikkhus Sujato et Brahmāli.

Ajahn Jayasāro
21/03/26



Équanimité en temps de conflit



Trying to keep the breath in mind, we become aware of all the conditions that obstruct us from doing so. We learn how to prevent them arising and how to let them go. This principle applies in other areas of practice. By bearing in mind the fourth precept, for example, we become aware of all the intentions and rationales, the desires and fears, that lead us to lie. This gives us the knowledge we need to gradually purify our speech. We uphold precepts because we are wise enough to see their value, and by upholding them we grow in wisdom.

In practising Right Intention (*Sammā Sankappā*), holding our firm intention to dwell in thoughts free from ill-will, anger and aggression we become sensitive to whenever such thoughts arise. This is an especially important practice in times of conflict. Fear easily leads to resentment and anger which if not expressed verbally may appear as thoughts like, 'Serves them right', 'They had it coming to them' etc, when the side we see as 'them' suffers. We forget that indulging in even the slightest pleasure in the suffering of even the ~~most~~ worst of people creates a stain in the heart.

Angry thoughts, thoughts of ill-will and aggression only dwell in our minds because we give them shelter. A common reason to do that is to believe the only alternative to anger is passivity. That is not the case. The true alternative to anger is the clear-sighted and intelligent evenness of mind called *upekkhā*.

Ajahn Jayasaro
24/3/26

En essayant de maintenir l'attention sur la respiration, nous prenons conscience de tous les obstacles qui nous en empêchent. Nous apprenons à empêcher leur apparition et à lâcher prise sur eux. Ce principe s'applique à d'autres aspects de la pratique. En gardant à l'esprit le quatrième précepte, par exemple, nous prenons conscience de toutes les intentions et motifs, de tous les désirs et de toutes les craintes qui nous poussent à mentir. Cela nous apporte la connaissance nécessaire pour purifier progressivement notre parole. Nous observons les préceptes parce que nous sommes assez sages pour en voir la valeur, et en les observant, nous devenons plus sages.

En pratiquant l'intention juste (*sammā saṅkappa*), en gardant la ferme intention de demeurer dans des pensées exemptes de malveillance, de colère et d'agressivité, nous devenons sensibles à l'apparition de telles pensées. Cette pratique est particulièrement importante en période de conflit. La peur conduit facilement au ressentiment et à la colère, qui, s'ils ne s'expriment pas verbalement, peuvent se manifester sous forme de pensées telles que « Ça leur apprendra », « Ils l'ont bien mérité », etc. Lorsque le camp que nous considérons comme « eux » souffre, nous oublions que le fait de prendre ne serait-ce qu'un léger plaisir dans la souffrance des pires personnes crée une tache dans le cœur.

Les pensées de colère, de malveillance et d'agressivité ne trouvent refuge dans notre esprit que si nous leur offrons un abri. Une raison courante pour cela est de croire que la seule alternative à la colère est la passivité. Ce n'est pas le cas. La véritable alternative à la colère est l'équanimité lucide et intelligente de l'esprit appelée *upekkhā*.

Ajahn Jayasāro
24/03/26



Les vérités viennent parfois de manière inattendue



Many years ago I was living in a small hut on the side of a thickly forested hill. One day, I decided to climb up the stream that thundered down nearby, swollen by the previous day's storm. It wasn't an easy climb, and as I clambered from rock to rock, I slipped and fell. I found myself on my back in the water, winded but otherwise unhurt, suddenly aware of just how reckless I'd been. If I'd broken a leg, it wouldn't have been until the following morning, when I failed to appear for almsround in the farms far below, that anyone might've guessed something was wrong. Then another thought struck me: how on earth had I made such a safe landing? I realised that I'd made a seriously acrobatic movement through the air. I couldn't help but feel impressed. As a monk I contemplate the selfless nature of the body every day. How hair and nails grow, the heart beats, blood circulates, food is digested etc all without my permission or control — indeed in most cases, without my understanding of the processes involved. Most importantly, I reflect how the human body ages moment by moment, falls prey to sickness, and eventually dies — all completely indifferent to the desires and fears of the mind it inhabits the world with. I've been reflecting on such topics for almost fifty years. And yet, sitting in the middle of that swiftly flowing stream, it was the unexpected, unthinkable grace of the body falling from a boulder, that gave me one of my most memorable insights into the truth of 'anatta'.

Ajahn Jayasāro
28/3/26

Il y a de nombreuses années, j'habitais dans une petite cabane au flanc d'une colline recouverte d'une forêt dense.

Un jour, je décidai de remonter le ruisseau tout proche qui, gonflé par l'orage des jours précédents, dévalait la pente en rugissant. La montée n'était pas facile et, en grim pant de rocher en rocher, j'ai glissé et je suis tombé. Je me suis retrouvé sur le dos dans le ruisseau, le souffle coupé, mais indemne. J'ai alors pris conscience de l'imprud ence dont j'avais fait preuve. Si je m'étais cassé une jambe ce n'est que le lendemain matin que cela aurait été remarqué, quand je ne me serais pas présenté pour ma tournée d'aumône quotidienne dans le village en contrebas.

Puis une autre pensée me traversa l'esprit : comment avais-je pu atterrir de manière aussi contrôlée ? Je me rendis compte que j'avais effectué un mouvement acrobatique étonnant dans les airs. Je ne pus m'empêcher d'être impressionné.

En tant que moine, je contemple chaque jour la nature impersonnelle du corps. Les cheveux et les ongles qui poussent, le cœur qui bat, le sang qui circule, la nourriture qui est digérée etc, tout cela se produit sans ma permission et est hors de mon contrôle. Dans la plupart des cas, je ne comprends même pas les processus en jeu. De plus, je réfléchis à la façon dont le corps humain vieillit à chaque instant, tombe en proie à la maladie et finit par mourir, tout en restant complètement indifférent aux désirs et aux peurs de l'esprit avec lequel il partage le monde. Je réfléchis à ces sujets depuis près de cinquante ans. Et pourtant, assis dans ce ruisseau en crue, c'est la grâce inattendue et inimaginable d'un corps tombant d'un rocher qui m'a donné l'une de mes perceptions les plus mémorables de la vérité « d'anattā ».

Ajahn Jayasāro
28/03/26



Les motivations de la vertu



Cynics often adopt a superior, "Come on, let's be honest about what's really going on here" tone to their pronouncements. The seventeenth century Dutch philosopher Bernard Mandeville, for example, had this to say: "The humblest man alive must confess that the reward of a virtuous action... consists in a certain pleasure he procures to himself by contemplating his own worth."

The view here, in a nutshell, is that people perform good actions primarily for the good feelings it gives them. A so-called virtuous action is thus not so different from those deemed unvirtuous (including perhaps certain actions dear to Mr. Mandeville). The belief underpinning the view is that we should accept the humbling truth that we are all, always and inevitably, motivated by self-interest.

A couple of points: firstly, the fact that the recollection of a virtuous action brings joy to the mind is not proof that the joy must necessarily be the goal or anticipated reward of the act. Wishes to make the world a better place, to make a difference, to help to reduce suffering, are not so glibly dismissed. Alongside the love of pleasure and self, the love of goodness and truth has played an undeniable part in human history.

Also, from a Buddhist point of view, an act committed in order to procure the pleasure of contemplating one's own worth is ~~is~~ not, in fact, a virtuous action at all. It is a transaction.

Ajaln Jayasara
3/3/26

Les cyniques adoptent souvent un ton condescendant dans leurs propos, du genre : « Allons, soyons honnêtes sur ce qui se passe réellement ici ». Le philosophe néerlandais du XVIIe siècle, Bernard Mandeville, par exemple, affirmait ceci : « L'homme le plus humble qui soit doit reconnaître que la récompense d'une action vertueuse [...] réside dans un certain plaisir qu'il se procure en contemplant sa propre valeur ».

En résumé, cette vision consiste à affirmer que les gens accomplissent de bonnes actions principalement parce qu'elles leur procurent des sentiments agréables. Une action dite vertueuse ne diffère pas tant de celles jugées non vertueuses (y compris, peut-être, certaines actions chères à M. Mandeville). La conviction qui sous-tend cette vision est que nous devrions accepter la vérité qui invite à l'humilité selon laquelle nous sommes tous, toujours et inévitablement, motivés par notre intérêt personnel.

Quelques remarques : le fait que le souvenir d'une action vertueuse apporte de la joie à l'esprit ne prouve pas que cette joie doive nécessairement être le but ou la récompense attendue de l'acte. Ces aspirations à rendre le monde meilleur, à faire une différence et à contribuer à réduire la souffrance ne peuvent pas être si facilement écartées. À côté de l'amour du plaisir et de soi-même, l'amour du bien et de la vérité a joué un rôle indéniable dans l'histoire de l'humanité.

D'un point de vue bouddhiste, un acte commis dans le but de procurer le plaisir de contempler sa propre valeur n'est, en réalité, pas du tout une action vertueuse. C'est une transaction.

Ajahn Jayasāro
31/3/26