L'essence du bonheur et de la vraie liberté
By Kristen

Table des matières

Introduction 1
Chapitre 1 : Les types de souffrance 3
Chapitre 2： La souffrance psychologique 5
1. La souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut 5
2. La souffrance de la séparation de ce que l'on aime 7
3. La souffrance de la confrontation envers ce qu'on n'aime pas 8
Chapitre 3： La souffrance du changement (bonheur) accroît l'avidité, tandis que l'avidité accroît la souffrance 11
Chapitre 4 : Chaque vie est dotée d'une configuration d'origine unique 16
Chapitre 5 : La configuration d'origine et l'environnement de croissance 20
Chapitre 6 : Vivre, c'est continuer de vivre 23
Chapitre 7 : Le bonheur et la paix 27
Chapitre 8 : Le principe de cocréation 32
2. Tout suit la loi universelle 33
Chapitre 9 : Les talents, les passe-temps et la personnalité ne sont pas héréditaires 36
Chapitre 10 : Libre arbitre et souffrance omniprésente 40
Chapitre 11 : Les humains sont trompés par le bonheur 45
Chapitre 12 : Les humains sont trompés par la liberté 49
Chapitre 13 : Vies passées, vie présente et causalité 54
Chapitre 14 : Cause karmique, effet karmique et Hao Liao Ge 60
Chapitre 15 : Tout ce qui vous fait ressentir du plaisir vous fera sûrement souffrir 65

Introduction

Vous ne voulez pas souffrir, mais vous réfléchissez rarement à la cause profonde de la douleur.
Vous courez après le bonheur, mais vous ne comprenez pas son essence.
Vous recherchez la liberté, mais vous ne comprenez pas ce qu'est la vraie liberté.
Voulez-vous vivre instinctivement comme un animal ?

Dès sa naissance, l'être humain commence à expérimenter diverses souffrances.

Les souffrances des nourrissons sont principalement la faim, le froid et la chaleur. En général, ils expriment leurs besoins en pleurant. En grandissant, pendant la petite enfance et l'enfance, Les enfants aiment jouer et sont curieux à propos de la nature. Ils veulent observer et essayer différentes choses. Ils peuvent aimer différents jouets. S'ils obtiennent leurs jouets préférés, ils se sentent heureux ; dans le cas contraire, ils se sentent tristes. Et si leurs jouets sont perdus ou cassés, ils seront également contrariés.

Pendant l'enfance, ils sont énergiques et aiment passer du temps avec leurs camarades. Bien qu'ils aient des besoins variés, ils sont généralement faciles à satisfaire et heureux.

À l'adolescence, leur attention pour le sexe opposé grandit. Instinctivement, ils veulent fréquenter quelqu'un et se sentent heureux en relation. Au contraire, si la personne qu'ils admirent les rejette, ils se sentent tristes.

En grandissant, avec l'accroissement de leurs connaissances et capacités, ils ont de plus en plus de désirs et de passe-temps. Certaines personnes aiment les arts comme le chant, la danse et le théâtre, d'autres les sports comme les arts martiaux, d'autres encore la lecture et l'écriture, certains les voyages, d'autres la recherche du pouvoir, tandis que d'autres conservent leur curiosité et leur passion pour la recherche de la vérité.

Les êtres humains recherchent le bonheur et satisfont leurs désirs à travers un large éventail d'activités.

La plupart d'entre eux cherchent à se nourrir lorsqu'ils ont faim et à se vêtir lorsqu'ils ont froid, comme les autres animaux. Leur vie consiste à soulager instinctivement la souffrance et à poursuivre ce qu'ils considèrent comme la liberté et le bonheur. Très peu de gens prennent le temps de réfléchir sur la racine de la souffrance, sur l'essence du bonheur et sur la véritable liberté.

Penchons-nous à présent sur ces questions.

Chapitre 1 : Les types de souffrance

Vous ne voulez pas souffrir, mais vous réfléchissez rarement à la cause profonde de la douleur.
Vous courez après le bonheur, mais vous ne comprenez pas son essence.
Vous recherchez la liberté, mais vous ne comprenez pas ce qu'est la vraie liberté.
Voulez-vous vivre instinctivement comme un animal ?

Il existe deux types de souffrances humaines. La première est la souffrance physique, qui est appelée communément douleur. La seconde est la souffrance psychologique, qui prend principalement racine dans les désirs et les émotions. Nous l'appelons souffrance du fait de ne pas avoir ce que l'on veut, souffrance d'être séparé de ceux que l'on aime et souffrance de faire face à ce que l'on n'aime pas.

Analysons-les étape par étape, en commençant par la souffrance physique. Il y a plusieurs types de souffrances physiques: les souffrances liées à la maladie, aux blessures, au vieillissement et à la mort.

Prenons l'exemple de la souffrance liée à la maladie. Lorsque les hommes tombent malades, la douleur physique et l'inconfort persistent et peuvent même s'intensifier avec le temps. Parallèlement, ils peuvent ressentir diverses émotions négatives, telles que le stress, la peur de la mort, l'inquiétude au sujet du travail, des enfants et des petits-enfants, et l'inquiétude au sujet de l'argent.

Par exemple, si une personne souffre d’une rhinite aiguë, elle peut

souffrir de congestion nasale, d'écoulement nasal, de difficultés respiratoires et de gêne au niveau de la tête et des poumons. En prenant un médicament pour dégager les voies nasales, elle se sentira plus à l'aise et son humeur s'améliorera également.

Pendant le traitement d'une maladie, lorsque l'inflammation ou le virus est éliminé, la douleur diminue, voire disparaît, et le corps se sent bien. Après le traitement, alors que la douleur disparaît, le confort physique apparaîtra. Par la suite, les diverses émotions négatives s'atténueront également progressivement et une humeur relaxante et joyeuse persistera pendant un certain temps.

De même, lorsqu'une personne a faim, elle peut se sentir faible, ressentir une gêne à l'estomac et être anxieuse. Lorsqu'elle commence à manger, l'inconfort de la faim s'atténue progressivement, l'énergie remonte progressivement, les émotions négatives s'estompent et le bien-être fait surface.

En bref, le sentiment qui émerge du soulagement ou de l'élimination de la douleur physique est la relaxation, le plaisir ou le confort dans le corps. Il y a simplement deux façons différentes de décrire le même ressenti.

Cependant, l'homme est ignorant et s'accroche au sentiment qui naît du soulagement ou de l'élimination de la douleur physique, tout en rejetant la douleur elle-même.

La douleur physique est durable, tandis que le sentiment qui naît du soulagement ou de l'élimination de la douleur physique est éphémère.

Dans le terme « Kuai Le » (bonheur), « Kuai » signifie éphémère, tandis que « Le » signifie soulagement.

Chapitre 2：La souffrance psychologique

Ne pas obtenir ce que l'on veut, se séparer de ce que l'on aime, rencontrer ce que l'on n'aime pas.
Outre les souffrances physiques, nous souffrons également dans nos cœurs.
D'où viennent ces souffrances ?

Il existe trois grands types de souffrances psychologiques: la souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut, la souffrance d'être séparé de ce que l'on aime et la souffrance de faire face à ce que l'on n'aime pas.

1. La souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut

Lorsque les gens désirent quelque chose, ils veulent absolument l'obtenir. Cependant, avant de l'obtenir, ils doivent réfréner leur envie et leur désir. A ce moment, la souffrance de ne pas obtenir ce qu'ils veulent surgit. Plus l'envie et le désir sont forts, plus la souffrance est grande. Dans le même temps, ils peuvent également ressentir diverses émotions négatives, telles que la tension, l'anxiété et l'inquiétude.

Par exemple, si une personne souhaite posséder un appartement, elle peut travailler dur, se dévouer et faire tout son possible pour y parvenir. Cependant, après des années de dur labeur, le prix de l'appartement peut avoir augmenté avant qu'ils n'aient réussi à économiser suffisamment pour un paiement. Ou bien en raison de ne pouvoir obtenir un prêt, l'achat de l'appartement devient impossible. La souffrance de ne pas obtenir ce qu'ils veulent demeure présente tout au long de la vie.

Lorsqu'une personne est attachée à quelque chose ou à une carrière, le désir de réussir est très fort. Cependant, avant d'atteindre le succès, elle doit endurer diverses difficultés et échecs et contenir son désir intérieur de réussite. La souffrance de ne pas obtenir ce qu'elle veut continue à l'accompagner tout au long de sa vie.

Par exemple, un athlète qui a consacré plus de dix ans à un entraînement et des compétitions intenses a finalement l'occasion de participer à une compétition internationale. En attendant la compétition, jusqu'à la veille, il est accablé par le désir de gagner. Même la nuit, il n'arrive pas à bien dormir. Pendant l'épreuve, le désir de gagner le rend extrêmement nerveux. S'il perd, il se sentira frustré, morose et même pleurera. Il ne peut qu'endurer la souffrance et attendre la prochaine occasion. La souffrance de vouloir gagner mais de ne pas pouvoir y arriver peut le motiver à endurer diverses épreuves et à poursuivre un entraînement intense.

Il existe de nombreux exemples sur la souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut. En cette ère de haute technologie, les hommes vivent de nombreuses souffrances liées à l'impossibilité d'obtenir ce qu'ils veulent. Ceux qui n'ont pas d'appartement en veulent un ; ceux qui possèdent un appartement désirent un manoir ; et ceux qui possèdent un manoir en veulent d'autres. Ceux qui n'ont pas de voiture en veulent une ; ceux qui possèdent une voiture veulent une voiture de luxe ; et ceux qui possèdent une voiture de luxe en veulent plus. Certains veulent même acheter un avion. La personne la plus riche du monde, Elon Musk, se prépare même à immigrer sur Mars.

Je pense que sauver la Terre est plus consciencieux et significatif qu'immigrer sur Mars. Si nous prenons bien soin de notre planète, elle pourra être vivable pendant des millions d'années. N'est-ce pas mieux ?

En ce qui concerne l'habillement, la nourriture, le logement et le transport, plus les humains ont de besoins, plus ils souffrent de ne pas obtenir ce

qu'ils veulent ; plus leur désir de satisfaire ces besoins est fort, plus ils souffrent de ne pas obtenir ce qu'ils veulent. Parallèlement, la souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut peut s'accompagner d'autres émotions négatives, telles que le chagrin, la tristesse, le complexe d'infériorité, l'envie, la plainte et l'inquiétude concernant les gains et les pertes.

Lorsque les besoins sont satisfaits, la souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut est atténuée ou éliminée, et les émotions négatives sont également soulagées et s'estompent progressivement, ce qui conduit à un sentiment de bonheur.

2. **La souffrance de la séparation de ce que l'on aime**

La souffrance de la séparation de ce que l'on aime fait référence à l'immense souffrance qui survient lorsque des êtres chers sont séparés ou ne peuvent être ensemble pour une raison ou une autre. Elle peut s'accompagner de diverses émotions négatives telles que la nostalgie, la tension, l'anxiété et le chagrin.

Dans la vie terrestre, lorsque les hommes et les femmes s'engagent dans des relations amoureuses, ils développent un attachement émotionnel fort l'un envers l'autre. S'ils sont séparés pour une raison objective, ils éprouveront une détresse et un attachement intenses, endurant d'énormes souffrances. Plus l'attachement émotionnel est fort, plus la souffrance de la séparation est grande. L'attachement émotionnel est source de grandes souffrances.

Si l'un des partenaires d'une relation amoureuse meurt, le partenaire survivant peut être dévasté. Certains peuvent même mourir dans un état dépressif. Si l'un des partenaires tombe amoureux de quelqu'un d'autre, l'autre peut être submergé par une forte colère ou un désir de vengeance. Certains peuvent même se suicider ou assassiner leur partenaire. L'incidence des meurtres causés par des conflits amoureux se classe au deuxième rang de tous les homicides.

De plus, l'attachement émotionnel entre parents et enfants, ainsi qu'entre frères et sœurs, peut également engendrer la souffrance de la séparation de ceux qu'on aime, ce qui entraîne diverses tragédies dans la vie.

De la même manière, la perte ou l'endommagement d'un objet cher peut entraîner la souffrance d'être séparé de ce qu'on aime, ainsi qu'une forte colère contre la personne qui l'a endommagé. Si la perte est due à l'imprudence de l'individu, elle suscite également de vifs regrets et une grande détresse. Il s'agit également de la souffrance de la séparation de ce qu'on aime.

Lorsque l'on retrouve une personne ou un objet aimé, la souffrance de la séparation de ce qu'on aime est atténuée ou éliminée, et les émotions négatives sont également soulagées et disparaissent progressivement, ce qui conduit à un sentiment de bonheur.

3. La souffrance de la confrontation envers ce qu'on n'aime pas

Lorsqu'une personne rencontre un adversaire ou un ennemi, elle peut éprouver du ressentiment, du dégoût ou de l'aversion. Parallèlement, elle peut ressentir diverses émotions négatives, telles que la tension, la peur, l'anxiété et la tristesse. En conséquence, elle sera constamment anxieuse et sur ses gardes, craignant d'être blessée, attaquée, victime d'un complot ou même tuée par l'ennemi. Même dans des situations légèrement conflictuelles, si elle doit côtoyer quelqu'un qu'elle n'aime pas, elle sera de mauvaise humeur.

Le ressentiment et la haine entre les personnes sont principalement dus au fait qu'une partie a volé, trompé ou dérobé des objets que l'autre partie aime; ou qu'une partie a agressé, insulté, calomnié, diffamé, persécuté ou trompé l'autre partie, ou la personne ou l'animal que l'autre partie aime.

Par conséquent, la souffrance liée à la rencontre de ce que l'on n'aime pas est également causée indirectement par l'envie et le désir.

Si l'on se réconcilie avec son adversaire ou son ennemi, la souffrance liée à la confrontation de ce que l'on n'aime pas sera atténuée ou éliminée, et les émotions négatives seront soulagées et disparaîtront progressivement, ce qui conduira à un sentiment de bonheur.

Le sentiment qui émerge du soulagement ou de l'élimination de la souffrance psychologique est la relaxation, la joie ou le bonheur dans l'esprit. Il s'agit simplement de deux façons différentes de décrire le même sentiment. Cependant, les humains sont ignorants, ils veulent seulement le sentiment qui naît du soulagement ou de l'élimination de la souffrance psychologique, mais pas de la souffrance elle-même. La souffrance psychologique est durable, tandis que le sentiment qui naît du soulagement ou de l'élimination de la souffrance psychologique est fugace. Dans le terme « Kuai Le » (bonheur), « Kuai » signifie éphémère, tandis que « Le » signifie apaisement (joie).

De l'analyse ci-dessus, on observe que l'attachement et le désir conduisent inévitablement à trois types de souffrances mentales et à diverses émotions négatives. Ces souffrances peuvent entraîner des douleurs physiques telles que la maladie, les blessures et la mort. La douleur physique, à son tour, amplifie les diverses émotions négatives, ce qui accroît encore la douleur physique.

En conclusion, qu'il s'agisse de souffrance physique ou mentale, son apparition est une souffrance ; son processus est une souffrance ; son atténuation ou son élimination, ainsi que le soulagement des émotions négatives, est essentiellement la réduction de la souffrance, sans aucun autre sentiment.

Cependant, les êtres humains qualifient à tort la réduction de la souffrance de confort, de bonheur et de plaisir. En réalité, il s'agit d'une erreur psychologique.

Nous parlons de la réduction de la souffrance comme de la souffrance du

changement. En d'autres termes, les sentiments que les humains qualifient de confort, de bonheur et de plaisir sont essentiellement la souffrance du changement.

Désormais, nous savons que des termes tels que confort, bonheur, plaisir et joie sont synonymes de la souffrance du changement.

Chapitre 3：La souffrance du changement (bonheur) accroît l'avidité, tandis que l'avidité accroît la souffrance

Nous sommes constamment à la recherche du bonheur, mais pourquoi finissons-nous par souffrir ?
Pouvez-vous comprendre le cycle qui va du bonheur à la souffrance ?

Aujourd'hui, continuons à explorer la souffrance du changement (bonheur) et le désir.

Dans la conférence précédente, nous avons expliqué que si une personne fait quelque chose qui soulage ses souffrances psychologiques et physiques, ainsi que ses émotions négatives, elle développera un attachement à cette souffrance du changement (bonheur), souhaitant que ce soulagement de la souffrance se poursuive. Par conséquent, elle répétera cette action jusqu'à ce que la souffrance soit temporairement éliminée. Cependant, la souffrance et les émotions négatives réapparaîtront, de sorte qu'elle devra répéter cette action encore et encore.

Le terme "attachement" signifie que lorsque la souffrance du changement (bonheur) survient, l'esprit s'y attache, comme une tache d'huile sur un tissu qu'il est difficile de laver. Lorsque l'esprit est attaché à la souffrance du changement (bonheur), il est difficile de s'en défaire. Au fur et à mesure que nous soulageons la souffrance, notre attachement grandit, ce qui augmente encore la souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut, la souffrance d'être séparé de ce que l'on aime, ainsi que diverses souffrances psychologiques et physiques.

Chaque fois que nous répétons cette activité, nous habituons cet

attachement ; nous devenons alors plus friands de cette activité, et cet attachement se transforme en désir. À ce stade, cette activité est devenue un passe-temps et nous la pratiquons de plus en plus fréquemment. Par conséquent, l'attachement qui ne cesse de croître se transforme en avidité.

Au fur et à mesure que l'avidité grandit, on devient dépendant de l'activité, et l'avidité se transforme en avarice. C'est ce que l'on appelle un toxicomane. Que signifie le terme "addiction"? En termes médicaux, l'"addiction" est définie comme une habitude ou une dépendance qui se forme en raison de stimuli externes fréquents sur le système nerveux central. Le terme "toxicomane" désigne une personne qui souffre d'une certaine dépendance indépendante de sa volonté. La dépendance est donc déjà une pathologie, difficile à traiter.

Lorsqu'une personne devient dépendante de quelque chose, cela a de graves répercussions sur sa vie, sa famille et son travail. Dans les cas les plus graves, elle peut même être amenée à commettre des délits, ce qui entraîne diverses souffrances physiques et mentales.

L'exemple le plus typique est celui de la toxicomanie, que nous allons donc utiliser pour développer notre propos. La plupart des toxicomanies sont le résultat d'un vide spirituel, de l'ennui, de la négativité et du pessimisme, d'un stress mental élevé, d'une dépression à long terme ou d'un sentiment de dégoût et d'impuissance face à la vie. Les drogues peuvent engourdir le système nerveux, procurant une détente temporaire au corps et à l'esprit. Sous cette influence, des hallucinations et un sentiment d'extase peuvent apparaître, atténuant ainsi temporairement les émotions négatives telles que le vide spirituel, la décadence et la dépression. Cependant, prendre de la drogue revient à boire du poison pour étancher sa soif. Une fois que les effets de la drogue ont diminué, les méridiens se bloquent et se resserrent à nouveau. Leur système nerveux, tel un ressort mécanique déformé, est incapable de se rétablir naturellement. En conséquence, une souffrance indescriptible et atroce apparaît dans leur corps et leur esprit. Par conséquent, ils ont besoin de

plus de médicaments pour engourdir les nerfs, ouvrir les méridiens, détendre le corps et l'esprit et soulager la souffrance.

En fait, de nombreuses activités, si elles sont pratiquées fréquemment au fil du temps, se transforment en passe-temps. Par exemple, gagner de l'argent, regarder des émissions en boucle, idolâtrer des célébrités, faire de la musique, de la calligraphie et de la peinture, danser, jouer à des jeux de balle, faire du sport, participer à des compétitions, jouer au mahjong, parier, rechercher le pouvoir, et même rechercher la vérité, etc. Au stade du hobby, le fait de ne pas être satisfait peut entraîner des souffrances mentales et des émotions négatives, mais cela peut encore être contrôlé. Cependant, si nous continuons à nous y adonner et à nous y immerger de plus en plus, il ne s'agit plus d'un passe-temps, mais d'une dépendance. Si elle n'est pas satisfaite, la souffrance mentale et les émotions négatives seront intenses. À ce stade, nous ne pouvons plus nous en empêcher. Avec le temps, nos organes peuvent commencer à se dérégler et, progressivement, le corps tombe malade.

Par exemple, de nos jours, de nombreuses personnes souffrent de maladies cardiaques, d'hypertension artérielle, d'hypercholestérolémie et d'hyperglycémie (diabète), du cancer, etc. et d'encore plus de maladies psychologiques. Diverses maladies étranges du corps et de l'esprit entraînent diverses souffrances physiques. La souffrance à long terme accélère la mort.

Une autre possibilité est que lorsqu'une personne s'engage dans une activité et devient de plus en plus dépendante, au fil du temps, la souffrance psychologique telle que la souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut et la souffrance de la séparation d'avec ce qu'on aime, ainsi que diverses émotions négatives, s'intensifient et la torturent pendant une longue période. En conséquence, elle peut se tourner vers des activités immorales, voire illégales. À la fin, elle peut trouver la vie insupportable, voire se suicider. Elle peut également souffrir d'une dépression mentale et être envoyées dans un hôpital psychiatrique.

En résumé, la racine du désir est la souffrance du changement (bonheur). En s'habituant constamment à la souffrance du changement (bonheur) et en augmentant l'attachement à cette souffrance, le désir naît.

Si un désir n'est pas satisfait, il provoquera des souffrances psychologiques telles que la souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut, la souffrance d'être séparé de ce que l'on aime et la souffrance de rencontrer ce que l'on n'aime pas. Cela peut également entraîner indirectement des maladies physiques.

Si le désir est satisfait, cela se renforcera en raison de l'accoutumance et se transformera en avidité ou même en avarice.

Si l'avidité et l'avarice ne peuvent être satisfaites en permanence, cela entraînera des souffrances psychologiques et des émotions négatives plus fortes, ainsi que diverses douleurs physiques.

Si l'avidité et la cupidité peuvent être continuellement satisfaites, c'est encore pire. Cela consomme rapidement l'énergie et l'esprit d'une personne, entraînant un vieillissement rapide, la maladie et la mort.

Résumons maintenant la situation sous un autre angle. Les êtres humains, poussés par divers besoins physiques et psychologiques, doivent constamment explorer et apprendre à trouver des moyens rapides et pratiques de satisfaire ces besoins. Afin d'obtenir les conditions nécessaires à la satisfaction de leurs besoins, les êtres humains doivent travailler dur. La satisfaction de leurs besoins fait naître et grandir l'attachement, qui engendre à son tour diverses souffrances physiques et psychologiques.

Contraints par ces souffrances physiques et psychologiques, les êtres humains sont constamment à la recherche de méthodes pour les soulager. Cependant, lorsque leur souffrance est soulagée, l'attachement naît et grandit également, donnant lieu à diverses émotions négatives telles que

la colère, créant ainsi un cercle vicieux. Telle est notre vie.

En cette ère de haute technologie, tant en Orient qu'en Occident, avec le manque de foi et le déclin de la moralité, la plupart des gens prônent l'individualisme, l'hédonisme et le libéralisme. De plus en plus d'activités addictives apparaissent, et l'humanité tombe en disgrâce. De plus en plus de facteurs conduisent à des maladies psychologiques et leur taux d'incidence augmente également. L'avenir de l'humanité est vraiment alarmant !

Chapitre 4 : Chaque vie est dotée d'une configuration d'origine unique

Le cadre de la vie, combiné à l'environnement de croissance, constitue la dimension de la vie d'une personne.
Quelle est la dimension de votre vie ?

Aujourd'hui, nous allons explorer plus avant la réalité de la vie. Tout d'abord, nous allons comprendre un concept appelé "la configuration d'origine de la vie".

La configuration d'origine de la vie fait référence à notre quotient intellectuel inné, à notre quotient émotionnel, à notre quotient spirituel, à notre quotient moral et à nos divers potentiels. Le cadre de vie, combiné à l'environnement de croissance, compose la dimension de la vie d'une personne, qui peut varier considérablement d'un individu à l'autre.

Qu'est-ce que la dimension de la vie? En termes simples, il s'agit de l'état de vie actuel d'une personne. Par exemple, le roi des singes et le Bouddha ont des états de vie très différents. Le roi des singes, avec ses 72 transformations et ses yeux de feu, possède d'immenses pouvoirs surnaturels. Cependant, il ne peut jamais échapper à la paume du Bouddha. Après avoir enduré 500 ans de souffrance et reçu les conseils d'Avalokiteshvara et les enseignements du moine Tang, l'état de vie du roi des singes s'améliore et la dimension de sa vie change.

Commençons par apprendre la signification du QI (quotient intellectuel), du QE (quotient émotionnel), du QS (quotient spirituel), du QM (quotient moral), etc.

Le QI est la mesure de l'intelligence cognitive. Il reflète les capacités d'observation, de mémoire, de réflexion, d'imagination, de créativité, ainsi

que d'analyse et de résolution de problèmes d'une personne. Le QI d'une personne normale se situe généralement entre 85 et 115.

Le QE englobe les capacités de maîtrise de soi, d'enthousiasme, de persévérance, de motivation personnelle et d'autodiscipline. Il convient de noter que le QE couvre également les interactions humaines. Daniel Goleman, psychologue titulaire d'un doctorat de l'université de Harvard, identifie cinq composantes clés de l'intelligence émotionnelle:

1. La capacité à être conscient de ses propres émotions. C'est le cœur de l'intelligence émotionnelle.
2. La capacité à contrôler ses émotions et à les exprimer de manière opportune et appropriée.
3. La capacité à se motiver et à réguler ses émotions. Elle permet de s'élever après les périodes creuses de la vie et de repartir sur de nouvelles bases.
4. La capacité à comprendre les émotions et les besoins des autres. C'est la base d'interactions saines et d'une communication efficace.
5. La capacité à réguler ses propres réactions émotionnelles et celles des autres. The ability to regulate one's own and others' emotional responses.

Le QS (quotient spirituel) fait référence à l'intelligence spirituelle des êtres humains, c'est-à-dire à la capacité de pénétrer l'essence des choses, d'acquérir une compréhension et une intuition qui vont au-delà de la pensée logique. Le QS et le QI sont tous deux des formes d'intelligence qui permettent de comprendre les choses, mais le QS a une dimension plus élevée que le QI. Le quotient spirituel lui-même a également différentes dimensions. Plus le quotient spirituel est élevé, plus la dimension est importante.

Le QM (quotient moral) est la capacité à intégrer la connaissance et l'action. Il détermine la manière dont les êtres humains appliquent des principes universels tels que l'intégrité, la responsabilité, l'empathie et le pardon à leurs croyances, leurs visions et leurs comportements. Le QM

englobe des qualités telles que l'empathie, le respect, la patience, le pardon, l'honnêteté, la responsabilité, l'équanimité, la loyauté, la politesse, l'humour et toutes les autres vertus.

Les valeurs du QI et du QE ne sont pas liées à la dimension de la vie. Dans cette même dimension, leurs valeurs sont proportionnelles aux capacités. Plus la valeur est élevée, plus la capacité est forte.

Les valeurs du QM et du QS sont proportionnelles à la dimension de la vie. Plus la valeur est élevée, plus la dimension est élevée.

Le QM et le QS sont comme les deux faces d'une même pièce : le QM met l'accent sur la gentillesse, tandis que le QS met l'accent sur la sagesse. Lorsqu'ils atteignent une certaine dimension, ils se fondent en un seul, que nous pouvons appeler "quotient de sagesse".

Les personnes ayant des dimensions inférieures ont tendance à juger celles qui ont des dimensions supérieures en fonction de leur propre état de vie. Par exemple, les personnes ayant un QM faible mais un QE élevé peuvent faire preuve de flatterie, d'hypocrisie et d'une forte exécution à l'égard de leurs dirigeants.

D'autre part, les personnes ayant un QM élevé et un QE élevé font preuve de respect, de loyauté, de compréhension et d'une grande capacité d'exécution à l'égard de leurs dirigeants. Toutefois, les personnes ayant un QM faible mais un QE élevé peuvent considérer les personnes ayant un QM élevé et un QE élevé comme semblables à elles-mêmes, en supposant qu'elles sont douées pour la flatterie, l'hypocrisie, etc.

Le QI, le QE, le QS et le QM sont collectivement connus sous le nom de "quatre quotients", qui ne sont pas héréditaires. Les gènes humains font référence à l'information génétique contenue dans l'ADN, qui présente deux caractéristiques: l'une est de se répliquer fidèlement; l'autre est la possibilité de mutation due à des radiations externes, entraînant des

maladies. Par conséquent, les gènes humains ne peuvent agir qu'au niveau physique; ils peuvent entraîner une similitude d'apparence entre les enfants et les parents. Cependant, les quatre quotients des enfants peuvent être très différents de ceux de leurs parents. Ils ne peuvent donc pas être hérités. Comment les quatre quotients peuvent-ils se refléter dans l'ADN ?

L'ADN est composé de molécules. C'est une biomacromolécule essentielle au développement et au fonctionnement normal des organismes. Il s'agit d'une substance de niveau biochimique. En revanche, les quatre quotients sont des facultés mentales dont la forme d'énergie ne se situe pas au niveau moléculaire et atomique, mais plutôt au niveau de l'énergie du biochamp.

Les valeurs des quatre quotients d'une personne n'ont aucun rapport avec les valeurs des quatre quotients de ses parents. Par exemple, des parents ayant un QI et un QE élevés peuvent avoir des enfants ayant un QI et un QE faibles, et vice versa. De même, des parents ayant un QS et un QM faibles peuvent avoir des enfants ayant un QS et un QM élevés, et vice versa.

Certaines personnes présentent des niveaux élevés des quatre quotients, ce qui est exceptionnellement rare. Cependant, leurs parents peuvent n'avoir que des niveaux moyens des quatre quotients.

Le contexte inné d'une personne et l'environnement dans lequel elle grandit déterminent ses quatre quotients. Toutefois, le milieu de vie, en tant que facteur principal, joue un rôle prépondérant. Bien entendu, les facteurs externes tels que l'environnement de croissance, y compris le cadre de vie, l'environnement social, l'environnement éducatif, etc. sont également importants pour le développement et la culture des quatre quotients.

Nous poursuivrons l'examen de ce sujet dans le prochain chapitre.

Chapitre 5 : La configuration d'origine et l'environnement de croissance

Le développement de nos quatre quotients est crucial.
Dans quelle mesure avez-vous développé les vôtres ?

Les quatre quotients innés de chaque individu se développent progressivement grâce à leur environnement de croissance, qui comprend le cadre de vie, l'environnement social, l'environnement éducatif, etc.

Les quatre quotients sont comparés aux quatre types de minerais: l'or, l'argent, le cuivre et le fer. La quantité totale de chaque minerai et la teneur en métaux qu'il contient sont comparables au potentiel inné des quatre quotients d'une personne. Le développement et la culture des quatre quotients d'un individu sont comparables au traitement et à l'affinage de ces quatre minerais.

Par conséquent, la quantité, la teneur en métal et les techniques de traitement et d'affinage de chaque minerai déterminent la pureté et la quantité du métal extrait.

Plus la teneur en métal des minerais est élevée et meilleures sont les techniques de traitement et d'affinage, plus la pureté du métal extrait est élevée. Plus la quantité de minerais est importante et plus les travailleurs sont assidus, plus la quantité totale de métal extrait est élevée.

La théorie du développement et de la culture des quatre quotients d'un individu est similaire, nous ne nous étendrons donc pas sur ce point. Cette analogie n'est peut-être pas très exacte, car les êtres humains sont des êtres spirituels et leurs opérations physiques et mentales sont très profondes et dépassent l'entendement des gens ordinaires.

La biologie moderne nous apprend que les enfants et les parents sont génétiquement semblables. Cependant, même en l'absence de toute mutation génétique, leurs quatre quotients peuvent présenter des différences significatives. Nous pouvons donc conclure que les quatre quotients des humains ne proviennent pas du corps physique. Le corps humain n'est qu'un instrument complexe et sophistiqué, tandis que les quatre quotients peuvent être séparés du corps. Nous fournirons ultérieurement une analyse plus détaillée sur ce sujet.

En outre, l'environnement de croissance est crucial. Le développement des quatre quotients peut varier d'une personne à l'autre dans des environnements de croissance différents.

De nos jours, le système éducatif se concentre principalement sur le développement du quotient intellectuel (QI) des individus et sur l'acquisition de diverses compétences. En raison des variations du QI, on peut observer dès le plus jeune âge des différences significatives dans les résultats scolaires des individus.

Bien entendu, le QI et le niveau d'éducation ne sont pas directement proportionnels. Certaines personnes n'ont suivi que l'enseignement primaire, mais leur QI est élevé. D'autres sont titulaires d'un diplôme universitaire, mais leur QI est médiocre ; ils ont simplement la chance ou l'opportunité de poursuivre des études supérieures.

En raison du manque de développement du quotient émotionnel (QE) dans le système éducatif actuel, le QE n'est développé et cultivé que dans une mesure limitée dans les environnements sociaux et familiaux. Seules quelques personnes dotées d'un QE élevé font preuve de qualités impressionnantes. Elles excellent souvent en tant que leaders, entrepreneurs ou cadres.

Dans le système d'éducation scolaire actuel, le quotient spirituel (QS) n'est pratiquement pas développé. Seules quelques rares personnes dotées

d'un QS élevé ont le potentiel de devenir de véritables scientifiques innovants ou des maîtres sages ayant atteint un niveau spirituel.

Actuellement, les écoles promeuvent également dans une certaine mesure l'éducation au quotient moral (QM). Toutefois, en raison d'une grave pénurie d'enseignants qualifiés et de l'absence d'un système de formation systématique et professionnel, le développement et la culture du QM sont relativement médiocres pour la plupart des gens. Seuls quelques rares individus dotés d'un potentiel de QM élevé peuvent réellement devenir des élites sociales et l'épine dorsale de la nation.

Chapitre 6 : Vivre, c'est continuer de vivre

Les différentes combinaisons des quatre quotients conduisent à des parcours de vie différents.
Pourtant, combien de personnes sont capables de voir clair dans la diversité de la vie ?

Aujourd'hui, explorons plus avant la réalité de la vie. En raison de leurs différents quotients et de leurs différentes dimensions de la vie, les êtres humains ont des attitudes différentes à l'égard du travail.

Les personnes dont le quotient spirituel (QS) et le quotient moral (QM) sont faibles travaillent simplement pour des raisons et des attitudes égoïstes. Seules quelques rares personnes ayant un QS et un QM élevés travaillent avec une attitude ou un motif purement altruiste. Le motif et l'attitude de la plupart des gens se situent quelque part entre les deux.

Les personnes dont le quotient spirituel (QS) et le quotient moral (QM) sont moins élevés ont une dimension de vie moins importante. Elles ont tendance à avoir plus de besoins, de désirs, de souffrances et de contrariétés. En revanche, les personnes dont le QS et le QM sont plus élevés ont une dimension de vie plus élevée. Ils ont tendance à avoir moins de besoins, de désirs et de contrariétés, sont satisfaits de ce qu'ils ont et mènent une vie heureuse et paisible.

Les personnes dont le quotient spirituel (QS) et le quotient moral (QM) sont plus élevés sont plus populaires. Elles traitent les autres sur un pied d'égalité et s'abstiennent d'imposer aux autres ce qu'elles ne désirent pas elles-mêmes. Elles sont honnêtes, humbles, amicales, ouvertes, pleines d'humour, satisfaites, économes, généreuses, ne cherchent pas à entrer en

compétition avec les autres, etc. En revanche, les personnes dont le QS et le QM sont moins élevés ont tendance à être ingrates, envieuses, trompeuses, mécontentes, et aiment entrer en compétition, se plaindre, comparer, rechercher le plaisir, etc. Par conséquent, elles sont moins populaires.

À notre époque, la société n'ayant pas mis l'accent sur la culture du quotient moral (QM), la plupart des gens, qu'ils soient riches ou pauvres, ont tendance à être mécontents, envieux, à aimer la compétition et à rechercher le plaisir, mais sont réticents à donner.

Pour les pauvres, le plus grand souhait est de survivre. Certains peinent dans les champs, d'autres travaillent de longues heures jour et nuit, comme les bœufs. Avec leurs maigres revenus, les habitants des villes achetent des appartements, croulant sous les hypothèques et asservis à leur maison, tandis que les habitants des campagnes construisent des maisons de plus en plus grandes. Bien qu'ils vivent dans des maisons coûteuses, ces personnes sont spirituellement appauvries. Il y a peu de joie et de liberté dans leur vie; ils vivent simplement pour continuer de vivre.

Quant aux riches qui ont accumulé des richesses, ils peuvent acheter plusieurs appartements, construire des maisons ou acheter des voitures de luxe pour montrer leur statut. Ils travaillent encore plus dur que les pauvres, échangeant leur vie contre de l'argent. En raison de leurs dépenses élevées et de leur avidité, ils prennent souvent des risques pour réaliser d'autres investissements, alors que de nombreux investissements aveugles conduisent à la faillite.

Lors des retraites de bien-être que nous proposons aux entrepreneurs, nous constatons que ces derniers sont souvent épuisés mentalement et physiquement. Nombre d'entre eux sont accablés par des dettes en chaîne et des actifs négatifs. En raison de l'immense pression psychologique qu'ils subissent, la plupart d'entre eux souffrent d'anxiété à long terme, ce

qui se traduit par un état de santé moins bon que celui des personnes ordinaires.

Une fois que les êtres humains ont satisfait leurs besoins fondamentaux, s'ils disposent d'un surplus de richesse, la plupart d'entre eux, en raison de leur faible quotient spirituel (QS), sont moins enclins à penser à élever la dimension de leur vie. Ils préfèrent s'adonner aux loisirs, aux jeux, aux voyages, au chant, à la danse, au sport et à diverses formes de divertissement. Ils cultivent divers passe-temps pour passer le temps, gaspillant ainsi leur vie.

Au fur et à mesure que les humains accumulent des richesses, ils ont tendance à rechercher un mode de vie plus luxueux, comme les manoirs, les voitures de luxe, les belles compagnes, les restaurants raffinés, les voyages autour du monde, les bijoux, etc. Certains individus aiment également collectionner les antiquités, la calligraphie et les peintures.

Il existe un groupe de personnes qui ont un fort désir de célébrité, de statut, de dignité et de prestige. Elles aiment occuper des positions de pouvoir, être des leaders et contrôler les autres. Elles préfèrent avoir le plus grand nombre possible de subordonnés et recherchent même l'admiration des autres.

Un autre groupe de personnes est passionné par la littérature et l'art. Nombre d'entre eux dépendent de leur écriture créative ou de leurs performances artistiques pour gagner leur vie. Cependant, de nos jours, l'art est devenu de plus en plus commercial et médiocre, manquant de l'innocence et de la pureté que l'on trouvait dans les œuvres des anciens maîtres de l'art. Ceux qui savent se vendre sont sous les feux de la rampe, tandis que les véritables maîtres et experts restent dans l’ombre.

Beaucoup de gens aiment apprendre et acquérir des connaissances, mais la plupart d'entre eux le font pour mieux satisfaire leurs propres besoins et désirs. Seuls quelques individus font preuve d'une véritable curiosité et

sont prêts à explorer la vérité et la réalité de l'univers et de la vie, ainsi qu'à développer et à cultiver leur quotient spirituel (QS) et leur quotient moral (QM).

La vie est pleine d'expériences diverses qu'il est difficile de décrire complètement.
Comme écrit dans « Le rêve de la chambre rouge »[1]
Quel désordre! Chaque fois que l'un d'entre eux s'en va, un autre entre en scène. Nous considérons à tort un pays étranger comme notre patrie.
Comme il est absurde qu'en fin de compte, tout notre travail consiste à confectionner des vêtements de mariage que d'autres porteront !

[1] 1 Le Rêve de la chambre rouge (Honglou Meng) ou L'histoire de la pierre (Shitou Ji) est un roman chinois composé par Cao Xueqin au milieu du XVIIIe siècle. L'un des quatre grands romans classiques de la littérature chinoise, il est connu pour sa portée psychologique et son observation de la vision du monde, de l'esthétique, des modes de vie et des relations sociales de la Chine du XVIIIe siècle.

Chapitre 7 : Le bonheur et la paix

Quelle est la relation entre le bonheur et la souffrance ?
Quelle est la différence entre la paix et le bonheur ?
Préférez-vous la paix ou le bonheur ?

Il existe une sorte de joie appelée paix, qui est différente du bonheur.

Dans le chapitre 1, nous avons mentionné que la souffrance humaine est principalement une souffrance physique, ainsi qu'une souffrance psychologique, à savoir la souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut, la souffrance d'être séparé de ce que l'on aime et la souffrance de rencontrer ce que l'on n'aime pas.

Lorsque ces souffrances sont atténuées, diverses émotions négatives telles que l'anxiété, l'inquiétude, la tension et la peur sont également soulagées. Les êtres humains qualifient l'expérience de ce processus de "bonheur".

Dans le terme "Kuai Le" (bonheur), "Kuai" signifie éphémère, tandis que "Le" signifie soulagement. Nous appelons le bonheur la souffrance du changement, car dans ce processus, il n'y a que l'atténuation de la souffrance, sans rien d'autre.

Cependant, lorsque la souffrance ou les émotions négatives sont temporairement soulagées, c'est-à-dire lorsque la souffrance du changement (bonheur) disparaît, cet état d'absence de souffrance, d'émotions négatives et de souffrance du changement (bonheur) est appelé "paix".

En d'autres termes, il s'agit d'un état où il n'y a ni souffrance ni bonheur.

La paix est pure et libre. Cependant, cette paix est relative et temporaire, car la souffrance et les émotions négatives peuvent réapparaître à tout moment.

En fait, les gens ordinaires font rarement l'expérience d'une paix temporaire. Ils passent le plus clair de leur temps dans la souffrance ou l'apaisement de la souffrance, dans les émotions négatives ou l'apaisement des émotions négatives.

Lorsqu'une personne est faiblement attachée à ses proches ou à ses biens, elle souffre moins. En souffrant moins, elle souffre également moins du changement (bonheur). Ainsi, la paix relative et temporaire qu'elle éprouve est plus grande.

Lorsqu'une personne n'est pas du tout attachée à ses proches ou à ses biens, elle ne souffre pas à cause d'eux. Sans souffrance, elle ne connaîtra pas la souffrance du changement (bonheur). Dans ce cas, en ce qui concerne les êtres chers ou les choses, elle a atteint la paix complète. Tant qu'ils n'ont pas de désir, ils atteignent une paix durable.

Prenons l'exemple d'un fumeur. Lorsqu'il a envie d'une cigarette, il éprouve de la souffrance; lorsqu'il fume, il éprouve la souffrance du changement (bonheur). Au début, il peut fumer un paquet tous les deux jours, puis un paquet par jour, deux paquets par jour, voire trois paquets par jour. Plus la dépendance est forte, plus la souffrance est intense et plus la souffrance du changement (bonheur) est forte lorsqu'on fume. Si un fumeur occasionnel n'est pas dépendant du tabac, sa souffrance liée à l'envie de fumer est très faible et sa souffrance liée au changement (bonheur) est également très faible, presque négligeable. Par rapport à ceux qui ont une dépendance au tabac, cet état est une paix relative. Si une personne ne fume pas du tout, pas même une seule cigarette, elle n'a ni souffrance ni souffrance de changement (bonheur) liées au tabagisme. Par conséquent, en ce qui concerne le tabagisme, sa paix est complète, durable, pure et libre.

Prenons l'exemple du mahjong ou d'autres jeux d'argent. Lorsque l'addiction apparaît, les personnes souffrent; lorsqu'elles perdent une partie, la souffrance est encore plus grande. Au début, ils peuvent commencer par de petites mises, puis les augmenter progressivement (la dépendance au jeu s'intensifie avec le temps). Qu'ils jouent, ils gagnent ou ils perdent, ils donnent la priorité à la satisfaction de leur dépendance au jeu. S'ils gagnent, la souffrance du changement (bonheur) est intense. S'ils perdent, malgré une autre couche de souffrance, en raison d'une forte dépendance au jeu, certaines personnes ne peuvent pas s'arrêter, même lorsqu'elles sont sur le point de faire faillite.

Si un joueur occasionnel n'est pas dépendant du jeu, sa souffrance mentale liée à l'envie de jouer est très faible et sa souffrance liée au changement (bonheur) est également très faible, presque négligeable. Comparé aux personnes souffrant d'une addiction au jeu, cet état est une paix relative. Toutefois, si une personne ne joue pas du tout, elle n'éprouve ni souffrance ni souffrance de changement (bonheur) liées au jeu. Par conséquent, en ce qui concerne le jeu, sa paix est complète, durable, pure et libre.

Certains diront peut-être : "Si je n'ai ni hobby ni désir, à quoi bon vivre ?". En fait, c'est impossible pour les humains. L'être humain naît avec de nombreux besoins innés et potentiels, ce qui entraîne de nombreuses souffrances. En vieillissant et sous l'influence ou la stimulation de l'environnement, la souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut, la souffrance d'être séparé de ce que l'on aime et la souffrance de rencontrer ce que l'on n'aime pas, ainsi que la souffrance de diverses maladies, émergeront constamment. Ils doivent donc chercher des méthodes pour atténuer ou supprimer temporairement les souffrances.

Nous devons comprendre que dans la plupart des cas, lorsque quelque chose est au stade de projet, les gens sont prêts à le faire. Cela s'explique par le fait que la souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut est relativement faible et qu'il est facile de la mettre en œuvre et de la

satisfaire. Au cours de la mise en œuvre, la souffrance et les émotions négatives sont atténuées, et cette souffrance du changement (bonheur) semble être une raison pour les gens ordinaires de continuer à vivre.

Lorsque les besoins physiques fondamentaux d'une personne, tels que la nourriture et les vêtements, sont satisfaits, d'autres besoins innés et potentiels émergent constamment. Par exemple, les besoins sociaux, le besoin de respect, le besoin de connaissance, les besoins esthétiques, etc. La satisfaction de ces besoins est acceptée par le grand public. Ainsi, les industries du divertissement et de l'éducation sont prospères, car elles sont non seulement légales, mais aussi conformes aux valeurs universelles.

Cependant, la plupart des gens n'ont jamais pensé que les centres d’intérêts peuvent devenir des passe-temps, que les passe-temps peuvent devenir des obsessions et que les obsessions peuvent devenir des dépendances. Et tous les passe-temps peuvent s'intensifier, sans exception.

Prenons par exemple l'attachement à la propreté, y compris la propreté du cadre de vie, la propreté de la nourriture, la propreté des vêtements, la propreté de son propre corps, etc. Les gens ordinaires apprécient la propreté mais n'y sont pas très attachés. Dans la plupart des cas, ils peuvent vivre dans une relative tranquillité. Il existe un groupe de personnes qui aiment la propreté et y sont très attachées. Elles ont des exigences élevées en matière de propreté de leur environnement, de leur nourriture, de leurs vêtements et de leur corps. Elles aiment nettoyer ou se laver. En outre, il existe un petit pourcentage de personnes souffrant de mysophobie (= horreur de la saleté), dont l'attachement à la propreté est devenu pathologique. Elles doivent constamment nettoyer et se laver afin de soulager leur souffrance psychologique et leurs émotions négatives.

Par essence, l'amour de la propreté et la mysophobie sont identiques. Dans les deux cas, lorsque l'individu perçoit quelque chose comme sale, il

éprouve une souffrance. La différence réside dans l'intensité de cet attachement.

Sans les conseils des sages, l'humanité ne se tournerait pas vers l'introspection et la maîtrise de soi. Par conséquent, dans la société actuelle, la plupart des gens deviennent de plus en plus avides. En conséquence, les diverses souffrances et émotions négatives augmentent en quantité et en intensité, ce qui rend difficile la libération des personnes. Par conséquent, ils doivent constamment rechercher des méthodes d'apaisement.

Chapitre 8 : Le principe de cocréation

Quel est le fondement théorique de toute science et de toute philosophie ?
Quelles sont les trois caractéristiques de toutes les choses de l'univers ?
Peut-on séparer le corps et l'esprit ?

Einstein a eu une citation célèbre: "Dieu ne joue pas aux dés". Cela signifie que ce monde est unifié, harmonieusement ordonné et qu'il suit la loi de causalité. Dieu ne donne à l'humanité que des âmes, où il y a le libre arbitre, ainsi que des différences dans les quatre quotients et la personnalité.

Dans son livre « Le monde tel que je le vois » (The World as I See It), Einstein a utilisé plusieurs articles pour développer ses opinions religieuses et expliquer la relation entre la religion et la science. Einstein a déclaré: "La connaissance de l'existence de quelque chose que nous ne pouvons pas pénétrer, des manifestations de la raison la plus profonde et de la beauté la plus radieuse, qui ne sont accessibles à notre raison que sous leurs formes les plus élémentaires - c'est cette connaissance et cette émotion qui constituent l'attitude véritablement religieuse." Il a également souligné : "En ce sens, et en ce sens seulement, je suis un homme profondément religieux".

Einstein a dit aux gens: "Le mystère de l'éternité de la vie et l'intuition de la merveilleuse structure de la réalité me suffisent, de même que l'effort acharné pour comprendre une partie, même infime, de la raison qui se manifeste dans la nature". En d'autres termes, Einstein reconnaît que la raison humaine existante est incapable de pénétrer pleinement les mystères de l'univers et de la vie.

Nous savons que tous les cadres théoriques de la science moderne sont basés sur des axiomes. Les soi-disant axiomes sont des faits de base évidents fondés sur la raison humaine. Il s'agit de propositions fondamentales qui ont été examinées par une pratique répétée à long terme et qui n'ont pas besoin de preuves supplémentaires. Par exemple, entre deux points, il existe une et une seule ligne droite. Toute cause a un effet et tout effet a une cause. Il s'agit là d'axiomes.

Les axiomes sont le fondement de tous les théorèmes, et les théorèmes doivent être prouvés par des méthodes logiques. La loi de causalité est un axiome qui sert de fondement théorique à toutes les sciences et à la philosophie. Sans la loi de causalité, tous les théorèmes scientifiques et théories philosophiques ne peuvent être établis.

La loi de causalité stipule que tout phénomène ou toute chose doit avoir sa cause, c'est-à-dire que "les choses ont leur racine et leurs branches, les affaires ont leur fin et leur commencement". En d'autres termes, tout résultat ou phénomène résulte de la combinaison de causes et de conditions.

La loi de causalité est également appelée principe de dépendance, avec les trois caractéristiques suivantes :

1. Les effets découlent des causes.

Pas de cause, pas d'effet ; là où il y a un effet, il doit y avoir une cause. Il est séquentiel : les causes précèdent toujours les effets, et leur séquence ne peut être inversée.

2. Tout suit la loi universelle

Les relations entre les phénomènes objectifs existent objectivement, ne sont pas soumises à la volonté humaine et sont universelles.

Par exemple, la naissance est inévitablement suivie de la mort, le

rassemblement est inévitablement suivi de l'adieu, l'union est inévitablement suivie de la séparation, et la formation est inévitablement suivie de la destruction. Ce sont des lois universelles. La diversité des liens entre les phénomènes objectifs détermine la complexité des relations causales.

3. L'existence naît de la vacuité.

Ce que l'on appelle "naissance" signifie le passage de la non-existence à l'existence, et "cessation" signifie le passage de l'existence à la non-existence.

L'apparition de quoi que ce soit est basée sur le vide, de la non-existence à l'existence. La cessation de toute chose est basée sur un changement graduel, une transition progressive vers le vide.

L'existence d'une chose doit présenter les trois caractéristiques ci-dessus.

Prenons l'exemple d'un arbre. L'arbre est un résultat. Lorsque la graine de l'arbre bénéficie de la bonne température, de l'humidité et des nutriments suffisants, elle commence à germer. Ensuite, avec beaucoup de soleil, elle grandit et finalement fleurit et porte des fruits. C'est ce que l'on nomme "les effets découlent des causes".

Le gène d'un arbre détermine les caractéristiques de son espèce, conformément à la loi universelle, de sorte qu'un pépin de pomme ne peut pas devenir un poirier. C'est ce que l'on nomme "Tout suit la loi universelle".

Avant d'être planté, l'arbre n'existe pas. Il n'existe qu'après avoir été planté. C'est ce que l'on nomme "L'existence naît du vide".

Si nous utilisons ces trois caractéristiques pour examiner l'existence des choses, nous constaterons que tout dans l'univers possède ces trois caractéristiques de base. Rien ne peut échapper à la naissance et à la

cessation dépendantes, c'est-à-dire à la loi selon laquelle les causes et les conditions conduisent à la naissance et à la cessation. Toutes choses suivent la loi de causalité et ont leurs causes et effets correspondants.

Les Quatre Quotients dans l'âme humaine et la configuration initiale de la personnalité ne sont qu'un résultat. Alors, quelle en est la cause? Nous devons discuter de cette question sur la base de la loi de causalité. Au chapitre 5, nous avons démontré que les Quatre Quotients sont des facultés mentales. Les quatre quotients d'une personne sont très différents de ceux de ses parents. Le potentiel des Quatre Quotients n'est pas hérité. Les gènes du corps humain sont hérités des parents et le corps humain n'est qu'un outil de l'esprit.

Basés sur la loi de causalité ou le principe de l'apparition dépendante, les Quatre Quotients dans l'âme humaine et le cadre d'usine de la personnalité doivent avoir leurs causes sous-jacentes, tandis que le libre arbitre est inhérent à l'âme humaine.

Chapitre 9 : Les talents, les passe-temps et la personnalité ne sont pas héréditaires

Talents, loisirs, personnalité et tempérament. Sont-ils hérités ? D'où viennent-ils ? Une révolution dans votre compréhension de la génétique.

Aujourd'hui, prouvons encore plus que l'esprit humain n'est pas hérité des parents, c'est-à-dire que l'esprit humain n'est pas copié dans le corps.

Nous savons qu'outre le potentiel inné des Quatre Quotients, chacun naît également avec un potentiel pour diverses compétences et passe-temps. Le potentiel peut aussi être appelé talent. En fait, le talent et le potentiel sont deux aspects d'une même chose. Du point de vue inné, cela s'appelle le talent; du point de vue du développement et de la culture, cela s'appelle potentiel (capacité latente).

Par exemple, chacun a des talents différents dans le sport, la musique, la peinture, la calligraphie, etc. Comme le dit le proverbe: « Chaque métier a son maître ». En d'autres termes, tout le monde a du talent dans un domaine. Bien entendu, le niveau de talent peut varier considérablement.

Par exemple, les différences de talent parmi les joueurs de Go sont les plus évidentes. Au stade amateur, il y a 13 niveaux et 8 rangs, tandis qu'au stade professionnel, il y a 9 rangs. Nous ne parlerons pas des amateurs pour l'instant. Parmi les joueurs professionnels, ils passent le même temps à jouer au Go, mais leurs compétences varient considérablement, en particulier parmi les joueurs professionnels de haut niveau. Plus le rang est élevé, plus cela devient difficile. Cela montre clairement les différences de talent.

Dans la culture chinoise, il existe une coutume traditionnelle appelée « La prise de la première année » (« One-year-old catch »), qui se transmet parmi les peuples depuis les dynasties du Sud et du Nord. Lorsqu'un enfant atteint l'âge d'un an, les parents placent divers objets tels qu'un boulier, un stylo, un livre et une balance devant l'enfant. Sur la base de l'objet saisi par l'enfant, des prédictions peuvent être faites sur son futur choix de carrière.

Cela reflète la sagesse transmise par nos ancêtres depuis des milliers d'années.

Dans le roman « Le rêve de la chambre rouge » (Dream of the Red Chamber), il y a une scène de la « Prise d'un an » de Jia Baoyu[2] où il attrape un fard rouge et une épingle à cheveux, préfigurant son futur tempérament sexuellement ambivalent.

De plus, au Tibet, il existe une tradition permettant de reconnaître les lamas réincarnés. Ils placent différents ensembles de chapelets devant l'enfant à tester et vérifient si l'enfant saisit l'ensemble de chapelets que le lama décédé avait utilisé auparavant. Ceci est utilisé pour déterminer si l'enfant est le lama réincarné qu'ils recherchent.

À mesure que les humains vieillissent, diverses préférences et désirs potentiels émergent. Par exemple, les jeunes garçons peuvent s'intéresser aux armes, aux véhicules, à divers jeux de ballon, etc., tandis que les jeunes filles peuvent être attirées par les poupées, le chant, la danse, les jouets d'imitation, etc. Bien sûr, il y a des exceptions, mais ceci est vrai dans la plupart des cas.

---

[2] Jia Baoyu (chinois : 賈寶玉) est le personnage principal du roman classique chinois du XVIIIe siècle "Le rêve de la chambre rouge). Le refus de Baoyu de grandir est l'un des thèmes du roman. Il ne se prépare pas correctement à sa vie d'adulte en préparant les examens de la fonction publique qui lui permettraient d'obtenir un emploi de fonctionnaire. Son refus d'étudier est une source constante de tension avec son père, Jia Zheng 賈政. Son badinage facile avec ses cousines suggère qu'il reste innocent (ou du moins inconscient) de la sexualité, même après avoir eu des relations sexuelles avec sa bonne, Aroma (Xiren 襲人). Le monde de l'adolescence est présenté dans le roman comme attrayant, mais le refus de Baoyu d'accepter l'âge adulte est l'une des causes de la catastrophe qui s'abat sur la famille Jia.

Certains enfants aiment manger de la viande ou du poisson, tandis que d'autres préfèrent un régime végétarien et ont des nausées en mangeant de la viande. Certains enfants ont la bouche sucrée, tandis que d'autres préfèrent les aliments épicés et aigre-doux.

En grandissant, les filles ont tendance à rechercher la beauté, tandis que les garçons préfèrent être sympas. A partir d'un certain âge, leurs préférences vestimentaires et leurs goûts esthétiques varient considérablement. Leurs passe-temps individuels, comme pratiquer la musique, les échecs, la calligraphie, la peinture et le sport, émergent progressivement. En grandissant, les humains subissent de plus en plus de vexations. En raison de la pression exercée pour gagner sa vie, la jalousie, la compétitivité, l'arrogance et la colère peuvent surgir. Tout cela est inné. Cependant, certaines personnes font preuve de convivialité, de gentillesse, de patience et d'humilité. En termes de tempérament, il peut exister des différences significatives entre les individus et leurs parents.

Les adultes ont tendance à choisir leur carrière en fonction de leurs préférences. Attendu que certaines personnes peuvent ne pas avoir de talents ou de passe-temps spécifiques; ils doivent acquérir une compétence pour trouver un emploi. Cependant, ils ont encore du talent dans ce domaine. Ils choisissent naturellement d'acquérir une compétence pour laquelle ils ont du talent, puis trouvent un emploi pour gagner leur vie. À ce stade, les loisirs ne sont pas prioritaires, la survie étant la principale préoccupation.

La personnalité et le tempérament innés de chacun diffèrent grandement de ceux de leurs parents et de leurs frères et sœurs. Les différences étant si évidentes, nous ne donnerons pas d'exemples spécifiques.

En conclusion, les talents innés, les passe-temps, la personnalité et le tempérament d'une personne ne sont pas hérités; ils diffèrent grandement de ceux de leurs parents. Ils ne peuvent donc pas être transmis par l'ADN.

Le potentiel, les talents, les passe-temps, la personnalité et le tempérament des humains appartiennent tous à l'esprit humain. Alors que les gènes du corps humain sont copiés de ceux des parents, l'esprit ne l'est pas. Le corps humain et l'esprit peuvent donc être séparés. Le corps n'est pas le véhicule de l'esprit; c'est juste un outil au service de l'esprit.

Dans les chapitres suivants, nous continuerons à approfondir ce sujet.

Chapitre 10 : Libre arbitre et souffrance omniprésente

Les humains ont le libre arbitre, mais les actions aveugles du libre arbitre nous rendent de moins en moins libres.
Recherchez-vous la liberté ou suivez-vous le karma ?

Aujourd'hui, explorons davantage la réalité de la vie. Nous savons que les humains ont une capacité d'agir subjective, c'est-à-dire qu'ils disposent du libre arbitre et de la créativité.

Selon les sciences naturelles, basées sur la deuxième loi de la thermodynamique, un système isolé a tendance à augmenter son entropie, pour finalement atteindre un état d'entropie maximale, qui est l'état le plus désordonné du système. Cependant, dans un système isolé, s'il existe un organisme doté du libre arbitre, l'entropie du système isolé peut continuer à diminuer avant la mort de l'organisme. Cela semble violer les sciences naturelles.

Prenons un exemple simple : une rivière coule vers l'est. Ceci est conforme à la loi de la nature. Dans le fleuve, toute chose ne possédant pas de libre arbitre s'écoule inévitablement vers l'est. Cependant, les organismes vivants dotés de libre arbitre peuvent nager à contre-courant jusqu'à la source de la rivière. De plus, les choses pilotées par des organismes dotés de libre arbitre peuvent également évoluer à contre-courant.

Les êtres humains sont appelés êtres spirituels, car leur spiritualité se reflète dans leur libre arbitre. Cependant, bien que les humains disposent du libre arbitre, ils ne comprennent pas la réalité et la vérité de l'univers et de la vie. Ainsi, leur libre arbitre a tendance à agir par ignorance, ce qui

constitue une action aveugle. Les actions du libre arbitre produisent une force d'inertie, qui ne disparaît pas mais est stockée sous forme d'énergie dans l'esprit de chaque individu.

Le libre arbitre agit constamment et, ce faisant, il accumule de plus en plus d'énergie d'inertie. Nous appelons « karma », l'énergie d'inertie accumulée par les actions du libre arbitre. L'énergie accumulée par des actions karmiques répétées est connue sous le nom d'« habitude karmique ».

Le karma est classé en karma positif, karma négatif et karma neutre (ni positif ni négatif). L'accoutumance au karma positif est appelée habitude karmique positive, l'accoutumance au karma négatif est appelée habitude karmique négative, tandis que l'accoutumance au karma neutre est appelée habitude karmique neutre. Ces habitudes karmiques sont stockées sous forme d'énergie dans l'esprit de chaque individu.

Dans notre vie quotidienne, nous avons entendu le terme « Zào Yè » (créer du karma). « Zào » signifie créer ou générer, tandis que « Yè » fait référence à l'énergie d'inertie accumulée grâce aux actions. Créer du karma ne signifie pas « commettre des péchés ». « Commettre des péchés » fait spécifiquement référence à la création d'un karma négatif.

Dans notre vie quotidienne, nous avons également entendu des termes tels que « Shì Yè » (carrière) et « Jiā Yè » (propriété familiale), où « Jiā Yè » fait référence à la richesse et aux actifs accumulés par les membres de la famille grâce à un travail acharné.

Il est important pour nous d'avoir une compréhension claire et profonde du terme « karma ». Le « karma » est l'énergie d'inertie, et l'accoutumance au karma est appelée habitude karmique. L'habitude karmique, à son tour, exerce une force sur le libre arbitre, et cette force est appelée force karmique. À mesure que l'habitude et la force karmiques deviennent de plus en plus intenses, la liberté des humains

diminue.

Prenons l'exemple du tabagisme.

Si une personne ne fume pas du tout, alors en ce qui concerne le tabagisme, elle n'a ni habitude ni force karmique, elle est complètement libre. Pourtant, un jour, tentée par un ami, elle décide d'essayer de fumer. Au début, elle ne fume qu'occasionnellement sans devenir dépendants, l'envie de fumer est donc très faible. En d'autres termes, l'habitude karmique de fumer est très faible. En ce qui concerne le tabagisme, elle dispose encore d'un degré de liberté relativement élevé.

Après une période d'accoutumance, elle augmente progressivement sa consommation de tabac, passant d'un paquet tous les deux jours à un paquet par jour. L'habitude karmique de fumer s'intensifie progressivement et elle commence à devenir dépendante du tabac. À ce stade, la force karmique du tabagisme la rend compulsive et restreint sa liberté. Nous appelons le sentiment de contrainte et de manque de liberté provoqué par la force karmique une souffrance omniprésente. À mesure que la dépendance au tabac s'intensifie, elle doit fumer deux, voire trois paquets par jour. À ce stade, la force karmique générée par le tabagisme devient déjà très puissante. En ce qui concerne le tabagisme, elle a très peu de liberté.

Si elle choisit de ne pas fumer, la force karmique lui fera éprouver de grandes souffrances ; si elle succombe à la force karmique et fume, elle connaîtra la souffrance du changement (bonheur), ce qui renforce encore l'habitude karmique.

Dès lors, la souffrance omniprésente provoquée par la dépendance au tabac la pousse à vivre une vie de tabagisme continu sous la contrainte de la force karmique, alternant ainsi constamment entre la souffrance et la souffrance du changement (bonheur), créant ainsi un cercle vicieux. En ce qui concerne le tabagisme, elle est passée d'un état de liberté et de paix à

un état sans liberté ni paix.

Prenons le jeu comme autre exemple.

Si une personne ne joue pas du tout, alors en ce qui concerne les jeux, elle n'a ni habitude karmique ni force karmique, elle est libre. Cependant, un jour, tente par un ami, elle décide de s'essayer à des jeux. Au début, elle ne joue qu'occasionnellement sans devenir dépendante, la contrainte de jouer est donc très faible. En d'autres termes, l'habitude karmique de jouer est très faible. En ce qui concerne les jeux, elle reste relativement libre.

Après une période d'accoutumance, elle augmente progressivement la fréquence de jeu d'une ou deux heures par jour à quatre ou cinq heures par jour. L'habitude karmique du jeu s'intensifie progressivement et elle commence à devenir dépendante du jeu. D'une manière ou d'une autre, la force karmique du jeu la rend compulsive et restreint sa liberté. En d'autres termes, elle commence à ressentir une souffrance omniprésente. À mesure que la dépendance s'intensifie, elle peut souvent jouer toute la journée et même rester éveillée toute la nuit. Certains individus ont même joué jusqu'à l'épuisement ou la mort subite. Ces reportages ne sont pas des cas isolés.

À ce stade, la force karmique générée par le jeu devient déjà très puissante. En matière de jeu, la liberté est très restreinte. Renoncer à jouer entraîne de grandes souffrances karmiques; succomber à la force karmique et continuer à jouer, entraîne la souffrance du changement (bonheur), ce qui renforce encore l'habitude karmique.

Dès lors, la souffrance omniprésente apportée par la dépendance au jeu pousse à la dépendance au jeu sous la contrainte de la force karmique, alternant ainsi constamment entre la souffrance et la souffrance du changement (bonheur), créant ainsi un cercle vicieux. En ce qui concerne les jeux, on passe ainsi d'un état de liberté et de paix à un état sans liberté

ni paix.

En résumé, les actions aveugles du libre arbitre génèrent du karma, et l'accumulation de karma forme des habitudes karmiques. Lorsqu'une habitude karmique exerce une force sur le libre arbitre, l'habitude karmique est également appelée force karmique. Le karma entraîne inévitablement un sentiment de contrainte et de manque de liberté chez les humains. En d'autres termes, le karma conduit inévitablement à une souffrance omniprésente.

Chapitre 11 : Les humains sont trompés par le bonheur

La plupart des gens recherchent le bonheur, mais en réalité ils sont trompés par le bonheur.
La poursuite aveugle du bonheur est la plus grande méprise de la plupart des gens.

Nous savons que le bonheur est la souffrance du changement, un soulagement temporaire de la souffrance. Plus nous souffrons, plus nous nous sentirons heureux lorsque la souffrance sera soulagée. Certains diront peut-être : même sans le soulagement de la souffrance, nous pouvons toujours expérimenter le bonheur (la souffrance du changement). Par exemple, aujourd'hui je suis de bonne humeur, plein d'énergie, sans contrariété ni douleur physique. Lorsqu'un masseur qualifié me masse le dos, je me sens à l'aise et heureux.

Cependant, la vérité est qu'il existe une souffrance sous-jacente dans le corps. Pourquoi aller se faire masser ? En effet, à notre âge, nos muscles sont déjà usés, ce qui vous rend sujet à la fatigue ; et les canaux énergétiques dans notre dos sont quelque peu bloqués. De ce fait, lorsque cet inconfort est soulagé grâce au massage, nous ressentons du confort et du bonheur (souffrance du changement). Si nous massions le dos d'un enfant de cinq ou six ans en bonne santé, il ne ressentirait aucun bonheur (souffrance du changement) ; il pourrait même ressentir de la douleur et de l'inconfort.

Au fil du temps, nous commençons à vieillir et à ressentir la « souffrance du vieillissement ». Cependant, ce type de souffrance n'est peut-être pas assez grave pour nous empêcher de vivre ou de travailler ; au lieu de cela, nous pouvons encore endurer et persévérer. En nous observant

attentivement, nous constatons que tout au long de la journée, nous avons de nombreux besoins et désirs, dont beaucoup ne sont peut-être même pas conscients. Ils sont cachés dans notre esprit, ce qui nous amène à nous inquiéter des gains et des pertes, à nous sentir inexplicablement irritables, déprimés, à nous plaindre et à nous mettre en colère, ou même à nous sentir anxieux.

Lorsqu'un désir ne peut être satisfait, nous ne pouvons qu'endurer et déplacer notre attention vers la satisfaction d'autres désirs réalisables, oubliant ainsi temporairement ceux qui restent insatisfaits. Alternativement, lorsqu'un désir ne peut être satisfait, nous pouvons le supporter tout en faisant des efforts pour étudier et travailler, afin d'obtenir les conditions et les capacités nécessaires pour satisfaire nos désirs.

La plupart des gens sont ignorants. Ils ne recherchent que le bonheur (souffrance du changement), mais en réalité, ils sont trompés par le bonheur (souffrance du changement).

Lorsque les humains satisfont leurs désirs afin d'obtenir le bonheur (souffrance du changement), leur cupidité s'installe définitivement, renforçant ainsi l'habitude de la cupidité. À mesure que l'habitude de l'avidité se renforce, la souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut s'intensifie, ce qui amène les humains à satisfaire leurs désirs plus fréquemment pour atténuer cette souffrance. À mesure que la souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut s'intensifie, la souffrance de la séparation d'avec ce que l'on aime, la souffrance de rencontrer ce que l'on n'aime pas et diverses émotions négatives s'intensifient et augmentent également, créant un cercle vicieux.

De cette manière, dans le cycle de souffrance et de souffrance du changement (bonheur), les humains s'inquiètent des gains et des pertes, oscillant entre la joie et le chagrin. Le plus terrifiant est que cette situation a tendance à s'aggraver avec le temps, ce qui fait que les humains y sont

piégés et incapables de s'échapper, comme les diables.

En réalité, ce que les humains recherchent réellement, c’est la paix et non le bonheur (la souffrance du changement). Alors, qu’est-ce que la paix ? Comme mentionné dans les chapitres précédents, la paix est un état pur et libre.

Lorsqu’une personne cherche moins de désirs et se sent plus satisfaite, elle éprouve moins de souffrance et de bonheur (souffrance du changement). En conséquence, sa santé physique tend à être meilleure, son état intérieur est plus tranquille et détendu, elle éprouve moins de contrariétés et d'émotions négatives. C'est une paix relative.

Moins une personne a de désirs, plus son corps et son esprit deviennent sains et purs, conduisant à un niveau de paix plus élevé. Pour augmenter notre niveau de paix, nous avons besoin des conseils d’enseignants sages pour voir la réalité de la vie, nous comprendre, enflammer notre sagesse et élever notre état de vie.

De là, nous pouvons comprendre que pour atteindre une paix relative et augmenter notre niveau de paix, la première étape consiste à identifier la racine de la souffrance : le désir. Ensuite, nous devons utiliser les bonnes méthodes pour réduire le désir, éliminant ainsi véritablement la souffrance, plutôt que de soulager temporairement la souffrance en satisfaisant aveuglément nos désirs.

C’est l’idée fausse la plus répandue chez la plupart des gens : ils croient qu’en satisfaisant leurs désirs, ils peuvent soulager la souffrance et atteindre le bonheur (souffrance du changement). Cependant, cette approche intensifie en réalité les désirs, conduisant à des souffrances encore plus grandes qui doivent être soulagées. De cette manière, cela crée un cercle vicieux, les emprisonnant de plus en plus profondément.

La clé est donc de savoir comment maîtriser les bonnes méthodes pour

réduire le désir. Ici, nous pouvons les présenter brièvement.

Tout d’abord, apprenez et comprenez la loi de cause à effet. Soyez conscient de la relation entre la cause karmique, l’effet karmique, la force karmique et l’habitude karmique.

Comprenez qu'à mesure que les humains visent à satisfaire continuellement divers besoins et désirs, l’habitude karmique du désir s’intensifie, conduisant à des souffrances sans fin et de plus en plus graves dans le futur. Faites des efforts pour gérer le désir et restez à l’écart des influences extérieures qui déclenchent le désir.

Deuxièmement, pratiquez le yoga ou la méditation. En cultivant le corps et l’esprit et en contrôlant notre respiration, nous pouvons apprivoiser notre désir.

Troisièmement, suivez un professeur sage pour apprendre la sagesse. Comprendre la racine de la souffrance et l’essence du bonheur (souffrance du changement). Sachez que tout est transitoire, comme des nuages éphémères.

Ici, nous ne fournirons pas d’explications détaillées. Cependant, il existe des enseignements dédiés pour nous guider dans l’apprentissage des bonnes méthodes, qui peuvent nous aider à réduire et même à éradiquer l’habitude karmique du désir, nous conduisant à une paix authentique et parfaite.

Chapitre 12 : Les humains sont trompés par la liberté

La plupart des gens veulent la liberté, mais en réalité ils sont trompés par la liberté.
Savez-vous ce qu'est la vraie liberté ?

Aujourd'hui, continuons à explorer la réalité de la vie. Parlons d'abord de la conception conventionnelle de la liberté.

Du point de vue des humains, la liberté est considérée comme le droit de faire ce que l'on veut dans les limites des lois et de la morale. En d'autres termes, tant que l'on n'entrave pas ou n'empiète pas sur la liberté des autres, on peut faire ce qu'on veut, et cela est considéré comme de la liberté. Ainsi, la liberté est conditionnelle ; elle est soumise à des contraintes. La condition de la liberté est que les individus doivent se retenir, ne pas violer les lois ou la moralité, c'est-à-dire ne pas entraver ou empiéter sur la liberté d'autrui.

Lorsqu'une personne exerce son droit légal et éthique à la liberté, si elle est confrontée à des interférence, des contraintes, du contrôle, ou même à la force de la part d'autrui, alors sa liberté est entravée, violée ou privée par d'autres individus ou groupes. Veuillez noter que le point clé de la liberté : « Je peux faire ce que je veux » est le mot « vouloir », qui exprime la volonté, le goût et la préférence.

Lorsqu'une personne est motivée par son habitude karmique et contrainte par sa force karmique, c'est-à-dire contrainte par la souffrance ou la douleur omniprésente, afin de soulager ces souffrances, elle génère l'idée de vouloir faire quelque chose. La pensée : « Je veux faire quelque chose » semble proactive mais est en réalité passive.

Ensuite, elle doit obtenir la liberté de le faire.

Lorsqu'une personne a la liberté de faire ce qu'elle veut, l'étape suivante consiste à obtenir les conditions nécessaires pour atteindre cette liberté, notamment le fait de disposer d'une richesse suffisante et de divers facteurs de soutien, ainsi que d'être libre de toute ingérence, contrainte, contrôle ou infraction de la part des autres. si elle ne parvient pas à obtenir les conditions nécessaires pour atteindre la liberté, alors sa souffrance et sa douleur omniprésentes persisteront et elles ne pourra que les endurer.

Lorsqu'une personne a obtenu les conditions nécessaires pour accéder à la liberté, sa volonté d'entreprendre peut varier.. La volonté peut être classée en niveaux d'intérêt : du passe-temps à l'obsession jusqu'à la dépendance. Si la volonté d'une personne de faire quelque chose est au stade de l'intérêt, alors la souffrance omniprésente et la souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut qu'elle éprouve ne sont pas intenses, et elle peut toujours se contrôler.

Si sa volonté a augmenté jusqu'au stade de passe-temps ou d'obsession, passant d'un sentiment de contrainte à un sentiment d'agitation, alors la souffrance omniprésente et la souffrance de ne pas obtenir ce qu'elle veut deviennent très intenses.

A ce stade, si elle dispose des conditions nécessaires pour accéder à cette liberté, elle aura du mal à se contrôler. Elle peut souvent ignorer les sentiments de sa famille, de ses amis ou de ses collègues et faire ce qu'elle veut, jusqu'à empiéter sur la liberté d'autrui.

Si sa volonté s'est transformée en dépendance, elle connaîtra une souffrance intense et omniprésente et la souffrance de ne pas obtenir ce qu'elle veut. A ce stade, si elle dispose des conditions nécessaires pour accéder à cette liberté, elle aura du mal à se retenir. Elle peut devenir folle et nourrir un ressentiment intense lorsque ses désirs ne sont pas satisfaits,

ou même blesser physiquement ou voler les biens d'autrui. Cela correspond au dicton : « Mieux vaut mourir que vivre sans liberté ».

Les choix faits par les humains en fonction de leur volonté et de leurs préférences sont en réalité motivés par des habitudes karmiques et contraints par la force karmique. Autrement dit, la quête de la liberté consiste essentiellement à soulager temporairement la souffrance et la douleur omniprésentes.

En résumé, les humains désirent la liberté et les conditions pour y parvenir, car ils font l'expérience d'une souffrance et d'une douleur omniprésentes. Pour soulager temporairement ces souffrances, ils doivent suivre leurs habitudes karmiques pour faire ce qu'ils veulent.

La plupart des gens sont ignorants. Ils désirent la liberté et les conditions pour y parvenir, mais en réalité, ils sont trompés par la liberté. Lorsque les humains font librement ce qu'ils veulent, leur karma s'habitue de manière répétitive, renforçant ainsi leur habitude karmique de « vouloir faire quelque chose ».

À mesure que l'habitude karmique se renforce et que l'attachement grandit, la souffrance et la douleur omniprésentes s'intensifient. Par conséquent, les humains ont tendance à faire ce qu'ils veulent plus fréquemment, afin de soulager temporairement la souffrance et la douleur omniprésentes. Cela crée un cercle vicieux.

En conséquence, la souffrance et la douleur omniprésentes des humains deviennent de plus en plus graves, conduisant à une cupidité et à une avarice encore plus forte. Le plus terrifiant est que cette situation a tendance à s'aggraver avec le temps, conduisant l'humanité à tomber dans l'abîme et à se retrouver piégée comme des diables, incapables de se libérer.

Prenons l'exemple du tabagisme.

Une personne qui ne fume jamais n’a pas l’habitude karmique d’avoir « envie de fumer » ; elle peut librement choisir de fumer ou non sans souffrance omniprésente. Alors qu’une personne dépendante du tabac a l’habitude karmique d’avoir « envie de fumer ». Lorsqu’elle a envie de fumer et qu’elle peut le faire, elle se sent libre de fumer. Lorsqu’elle a la liberté de fumer, ainsi que les conditions nécessaires, elle a le sentiment d’avoir acquis la liberté de fumer.

Résumons. Les humains considèrent le droit de soulager temporairement la souffrance et la douleur omniprésentes comme la liberté. Cependant, à mesure qu’ils font librement ce qu’ils veulent, l’habitude karmique de la cupidité se développe. Puisqu’il y a trop de choses que les humains désirent faire, à mesure que les habitudes karmiques de divers désirs se développent, les conditions objectives pour atteindre la liberté deviennent de plus en plus difficiles. La quête de la liberté aura inévitablement un impact ou un impact sur la liberté des autres. Par conséquent, la liberté des humains sera soumise à de plus en plus de contraintes ou de contrôles et pourrait ne pas être autorisée. En conséquence, les humains finiront par perdre leur liberté dans la quête de la liberté. C'est un résultat inévitable.

En réalité, la liberté recherchée par les humains n’est pas la vraie liberté. La vraie liberté est la liberté intérieure. La liberté intérieure signifie que l'on peut choisir de faire ou de ne pas faire quelque chose, sans souffrance omniprésente, sans douleur ou sans souffrance du changement (bonheur), sans la notion d'être libre ou non. Cet état est appelé liberté intérieure.

Alors, comment pouvons-nous atteindre la liberté intérieure ? Continuons à utiliser le tabagisme comme exemple.

Lorsqu'une personne dépendante du tabac commence à arrêter de fumer, elle a toujours tendance à « avoir envie de fumer », mais rationnellement, elle veut arrêter de fumer et, sur le plan comportemental, elle s'abstient de fumer. Au cours de ce processus, elle peut expérimenter une souffrance omniprésente, la souffrance de ne pas obtenir ce qu’elle veut et la

souffrance de la séparation d'avec ce qu'elle aime. Cependant, tant que la méthode est bonne et que l'on persévère, la dépendance au tabac s'affaiblira progressivement, et la souffrance omniprésente, la souffrance de ne pas obtenir ce que l'on veut et la souffrance de la séparation d'avec ce que l'on aime diminueront également.

Une fois que cette personne a complètement arrêté de fumer, elle n'a plus tendance à « avoir envie de fumer », et elle est ainsi libérée de la souffrance omniprésente, de la souffrance de ne pas obtenir ce qu'elle veut et de la souffrance de la séparation d'avec ce qu'elle aime. Elle n'a plus besoin de la soi-disant liberté ; elle a retrouvé sa liberté intérieure. Par conséquent, pour atteindre la liberté intérieure, nous devons éliminer complètement la souffrance et la douleur omniprésentes. Pour y parvenir, nous devons utiliser les bonnes méthodes pour affaiblir la force karmique et réduire les habitudes karmiques, plutôt que de suivre aveuglément les habitudes karmiques afin de soulager temporairement la souffrance et la douleur omniprésentes.

C'est la plus grande idée fausse pour la plupart des gens : s'ils suivent aveuglément leurs habitudes karmiques pour atteindre une liberté temporaire, le résultat est une augmentation de ces habitudes et une croissance de l'attachement, créant un cercle vicieux et finalement une perte de liberté.

Chapitre 13 : Vies passées, vie présente et causalité

Le monde matériel suit la loi de la causalité, et le monde spirituel suit également la loi de la causalité.
Comment la loi de causalité opère-t-elle dans le monde spirituel ?
Comment la loi de causalité détermine-t-elle nos vies passées et nos vies futures ?

Au chapitre 8, nous avons discuté du principe de la dépendance, également connu sous le nom de loi de causalité. Maintenant, récapitulons.

La loi de causalité est un axiome qui sert de fondement théorique à toute science et philosophie. Sans la loi de causalité, tous les théorèmes scientifiques et théories philosophiques ne peuvent être établis. La loi de causalité stipule que tout phénomène ou chose doit avoir une cause, c'est-à-dire que « les choses ont leurs racines et leurs branches, les choses ont leur fin et leur début ». En d'autres termes, tout résultat ou phénomène résulte d'une combinaison de causes et de conditions.

Le principe de la survenance dépendante présente trois caractéristiques :

(1) Les résultats découlent de causes ;
(2) Tout suit la loi universelle.
(3) L'existence naît du vide.

Tout dans l'univers possède ces trois caractéristiques fondamentales. Rien ne peut échapper à la dépendance grandissante et à la cessation – la loi qui provoque et conditionne l'apparition et la cessation. Le monde matériel suit la loi de causalité, et le monde spirituel suit également la loi de causalité.

L'énergie d'inertie générée par les actions du libre arbitre est appelée « karma ». Autrement dit, toutes nos pensées et nos actions laisseront des empreintes, créant une sorte d'inertie. Cette énergie d'inertie accumulée par des actions répétées forme des habitudes karmiques. Les habitudes karmiques formées à partir des actions du libre arbitre, à leur tour, influenceront le libre arbitre. Cette force qui agit en réponse au libre arbitre est appelée force karmique.

En fait, la loi de causalité est toujours présente dans les actions du libre arbitre. Ainsi, la cause est la force de la cause karmique, ou simplement la cause karmique ; l'effet est la force de l'effet karmique, ou simplement l'effet karmique ; et la condition est la force de la condition karmique, ou simplement la condition karmique. Lorsque le libre arbitre agit, les causes karmiques influencent également les actions du libre arbitre, donnant lieu à des effets karmiques, qui deviennent alors de nouvelles causes karmiques. La loi de causalité n'est donc pas un déterminisme ou un fatalisme.

Toute personne ayant une pensée logique peut comprendre que puisqu'il y a causalité, il doit y avoir réincarnation. Pourquoi ? Certains individus méchants commettent le mal tout au long de leur vie et meurent sans subir de représailles. Alors que certaines personnes vertueuses mènent une vie juste mais décèdent sans recevoir aucune récompense. S'il n'y avait pas de vie après la mort ni de conséquences à affronter après la mort, où les individus méchants échapperaient aux rétributions qu'ils méritent et où les individus vertueux ne pourraient pas recevoir les récompenses qu'ils méritent, alors la loi de causalité ne serait pas établie et les valeurs éthiques n'auraient aucun sens. Dans le monde réel, le mal semble souvent plus rentable que la justice, alors pourquoi devrions-nous encore défendre la justice ? Certains individus se livrent à des actions immorales, ne recherchant que leur propre bénéfice, tout en semblant vivre heureux. S'il n'y avait aucune rétribution pour leurs actes, ne serait-il pas plus raisonnable de commettre de mauvaises actions ?

Par conséquent, ce n’est que lorsque les actions immorales conduisent inévitablement à des représailles, que les actes vertueux finissent par apporter des récompenses et que la justice prévaut, que nous avons une raison de défendre la droiture et de trouver un sens à la poursuite de la justice.

Le potentiel inné des Quatre Quotients d'une personne, ainsi que ses divers passe-temps, compétences, personnalité et tempérament, sont différents de ceux de ses parents. Ils ne sont pas hérités et ne sont pas non plus fixés par Dieu. Les effets karmiques avec lesquels nous sommes nés dans cette vie doivent avoir leurs causes dans nos vies passées.

Même parmi les frères et sœurs élevés par les mêmes parents dans le même environnement familial, les personnalités peuvent différer considérablement : certains sont compatissants, d’autres indifférents ; certains sont empathiques, certains sont égoïstes ; certains sont forts, d’autres faibles ; certains sont ouverts d'esprit, d'autres sont conservateurs... Ces personnalités commencent à se manifester dès la petite enfance, avant l'éducation formelle. Cela peut également être observé dans leurs centres d’intérêts et leurs comportements.

Certaines personnes naissent avec une déficience intellectuelle grave, tandis que d’autres sont des génies nés. Certains sont bienveillants dès leur plus jeune âge, tandis que d’autres sont égoïstes. Certains sont naturellement faciles à vivre et doux, tandis que d’autres sont têtus et impatients. Sans causes sous-jacentes, il n’y aurait pas de tels effets karmiques innés. De plus, certaines personnes naissent avec des souvenirs de leurs vies antérieures. De telles variations existent. S’il n’y avait pas de vies antérieures, la loi de causalité ne serait pas établie.

Des preuves encore plus convaincantes peuvent être trouvées chez de vrais jumeaux. Ils ont la même constitution génétique, la même apparence, les mêmes parents, grandissent dans le même environnement, portent les mêmes vêtements et reçoivent la même éducation. Cependant, à mesure

qu’ils grandissent, entre trois et sept ans, leurs différentes personnalités, préférences, talents, potentiels, ainsi que différents quotients intellectuels, émotionnels, spirituels et moraux commencent à se manifester.

L’affirmation selon laquelle les humains n’ont pas de vie passée ou future manque de fondement scientifique. Aucun scientifique ne peut prétendre avoir prouvé cette affirmation par l’expérimentation. Une affirmation qui n’a pas été prouvée par l’expérimentation et la pratique n’est qu’une spéculation. Comment peut-on y croire aveuglément ?

Certaines personnes peuvent demander : « S'il y a des vies antérieures, pourquoi est-ce que je ne m'en souviens pas ? En fait, si nous réfléchissons calmement, nous réaliserons que même sans considérer ses vies antérieures, une personne ordinaire ne se souvient presque de rien avant l’âge de six ans. De combien de choses vous souvenez-vous encore d’il y a plusieurs décennies ou même quelques années seulement ? Comment pouvez-vous dire que des choses dont vous ne vous souvenez pas ne se sont jamais produites ?

Après avoir passé neuf mois et demi dans le ventre de sa mère, il est normal d'oublier complètement les vies antérieures. Bien sûr, très peu d’individus se souviennent de leurs vies antérieures, mais à mesure qu’ils vieillissent, ces souvenirs s’estompent progressivement. De tels cas ont été enregistrés et rapportés tout au long de l’histoire.

Des chercheurs scientifiques occidentaux ont également confirmé l’existence d’âmes après la mort grâce à l’hypnose ainsi que des recherches sur des individus qui sont revenus à la vie après la mort (expériences de mort imminente).

Bien sûr, pour vérifier la réincarnation, il existe généralement deux possibilités : la première consiste à pratiquer le yoga, la pleine conscience ou la méditation. Après avoir atteint un certain niveau, on peut être capable de le percevoir et de l’expérimenter directement. Cela a été

confirmé par de nombreux praticiens. La deuxième possibilité est que les scientifiques pourraient à l'avenir inventer des instruments plus sophistiqués capables de détecter les âmes après la mort.

Tout a sa cause et son effet. De la formation des galaxies à la piqûre d'un moustique, il y a toujours des causes et des conditions derrière tout cela. Rien n'arrive sans cause. Les causes donnent lieu à des effets, et les effets deviennent des causes. Les causes et les effets s'interconnectent comme une chaîne circulaire sans fin qui ne s'arrête pas. En nous basant sur la nature continue de la causalité, nous pouvons également prouver que la loi de la causalité est inévitable tout au long des vies passées, présente et futures.

La loi de causalité est une loi naturelle régissant l'univers et la vie. Rien n'est accidentel ou désordonné. Les expériences, les hauts et les bas de notre vie, ainsi que les personnes que nous rencontrons et les circonstances auxquelles nous sommes confrontés, ne sont pas le fruit du hasard.

Puisqu'il existe une loi de causalité dans l'univers, il doit y avoir une réincarnation. Beaucoup de gens ne veulent pas croire en cette vérité, principalement à cause de leur arrogance. Ils ne veulent pas accepter qu'il existe de grands sages dans ce monde, dotés d'une sagesse et de capacités bien au-delà des gens ordinaires. De plus, beaucoup de gens supposent que les anciens sages sont simplement déifiés et idolâtrés par les générations futures. Une telle croyance est profondément enracinée et difficile à changer. Ces divers doutes et préjugés les empêchent d'apprendre avec une attitude ouverte et humble, ce qui rend difficile l'aprentissage de la sagesse des anciens.

Chaque personne ordinaire est attirée dans ce monde par son propre karma. Hormis la mort, qui est certaine, ils ne connaissent rien de l'avenir. Leur subconscient est rempli d'anxiété et de peur. Ceux qui ne croient pas à la réincarnation ne connaissent pas les raisons de ces sentiments et ne se

demandent pas non plus pourquoi cela se produit. Lorsqu'ils sont seuls et oisifs, cette agitation, cette peur et cette solitude inexplicables les hantent souvent. N'osant pas se faire face, ils ont tendance à se réfugier en compagnie des autres, en s'adonnant à des activités de divertissement comme discuter, jouer et danser, pour passer le temps et oublier ces sentiments. Ils peuvent également choisir de s'immerger dans l'art. Le phénomène le plus courant dans la société moderne est de regarder la télévision ou de parcourir les smartphones pour passer le temps sans but.

Les gens qui ne croient pas à la vie après la mort pensent dans leur subconscient : les humains ne sont rien de plus que des machines biochimiques très complexes mais pas mystérieuses. Ils croient qu'après la mort, il ne reste plus rien et qu'ils devraient donc profiter pleinement de la vie de leur vivant. Quant à ces criminels, ils pensent qu'après leur mort, ils pourront échapper à toute responsabilité pour leurs actes. Ainsi, ils commettent des crimes avec cet état d'esprit de chance et d'avidité.

Dans le monde d'aujourd'hui, les humains ont une confiance aveugle dans la science. Obsédés par l'évolution de la technologie, ils sont confrontés à une grave crise spirituelle qui continue de se propager à travers le monde. Dans les pays occidentaux, diverses questions sociales confuses deviennent de plus en plus répandues et problématiques. Aujourd'hui, l'individualisme, le libéralisme, le matérialisme et l'hédonisme grandissent et se propagent à nouveau, façonnant subtilement l'atmosphère sociale. Partout dans le monde, les gens deviennent de plus en plus matérialistes, recherchent un succès rapide, sont myopes, sans scrupules, spirituellement vides et irresponsables.

Chapitre 14 : Cause karmique, effet karmique et Hao Liao Ge

Comment le libre arbitre, sous l'influence du karma, vous rend-il non-libre ?
Comment vous lie-t-il dans le cycle de la réincarnation ?
Comment façonne-t-il le cours de l'histoire humaine ?
Comment donne-t-il naissance à tous les phénomènes du monde ?

Reprenons d'abord les principaux points du chapitre précédent.

Bien que les humains disposent du libre arbitre, ils ne comprennent pas la vérité et la réalité de l'univers et de la vie. Ainsi, leur libre arbitre a tendance à agir par ignorance, ce qui constitue une action aveugle. L'énergie d'inertie générée par les actions du libre arbitre est appelée « karma ». Lorsque le libre arbitre agit constamment, le karma s'accumule et des habitudes karmiques se forment. Lorsque les habitudes karmiques agissent sur le libre arbitre, on parle également de force d'inertie, ou simplement de force karmique. Nous savons que lorsque le libre arbitre agit, il est influencé par le karma.

Nous désignons la fonction du karma comme une cause karmique, et l'effet des actions conjointes du libre arbitre et de la cause karmique comme un effet karmique. Les effets karmiques deviennent alors de nouvelles causes karmiques, continuant à participer aux actions du libre arbitre et donnant naissance à de nouveaux effets karmiques. De cette manière, diverses et innombrables causes et effets karmiques sont générés dans notre esprit. La loi de causalité ne se trompera jamais.

Prenons un exemple. Supposons que votre maison soit située près d'une

rivière et qu'il y ait deux ponts pour rejoindre la ville de l'autre côté. Un pont se trouve du côté est de votre maison et l'autre du côté ouest, tous deux à environ 200 mètres, avec des routes tout aussi bonnes à parcourir. Chaque jour, vous traversez la rivière à vélo pour faire des courses. Aujourd'hui, vous choisirez peut-être d'emprunter le pont du côté est, tandis qu'un autre jour, vous choisirez peut-être celui du côté ouest. Au fil des années, la probabilité d'utiliser chacun de ces deux ponts serait d'environ 50 %. Cela démontre le libre arbitre.

Un jour, une nouvelle famille s'installe du côté est et elle a un Dogue du Tibet. Chaque matin, lorsque vous traversez le pont, le propriétaire promène le chien sur le pont, ce qui vous fait peur. Ainsi, vous arrêtez d'emprunter le pont du côté est. Cette peur est la cause karmique. Influencé par la cause karmique, votre libre arbitre modifie votre comportement.

Après plusieurs mois, vous rencontrez par hasard la propriétaire du chien et découvrez qu'elle est une belle actrice que vous admirez. À partir de ce moment-là, vous surmontez votre peur et recommencez à utiliser le pont du côté est, dans l'espoir de discuter avec elle. En fait, son chien ne mord pas. De cette façon, influencé par d'autres causes karmiques, votre libre arbitre modifie à nouveau votre comportement. Par conséquent, votre liberté intérieure est affectée par les forces karmiques, ce qui vous rend moins libre.

Une autre possibilité est que vous n'ayez pas peur des chiens ; en fait, vous aimez particulièrement les Dogue du Tibet. Ainsi, vous commencez à emprunter le pont du côté est tous les jours pour voir le chien et même lui apporter des collations. La propriétaire du chien est une femme ordinaire. Cela continue pendant plusieurs mois. Puis un jour, vous avez un petit conflit avec la propriétaire du chien et vous ne voulez plus la voir. À partir de ce moment, vous surmontez l'envie de voir le Dogue du Tibet et commencez à passer par le pont du côté ouest.

Les êtres humains sont ainsi, de moins en moins libres sous l'influence du karma. Chaque individu possède son propre libre arbitre. Au cours d'innombrables vies, grâce à chacune de nos pensées, nous avons créé d'innombrables karmas, formé diverses causes karmiques et accumulé d'innombrables habitudes karmiques.

À l'égard d'autres individus ou races, nous avons accumulé diverses causes karmiques telles que l'affection ou l'aversion, la jalousie ou le mépris, la peur ou la colère. À l'égard de diverses choses, nous avons accumulé des habitudes karmiques telles que l'attachement, le désir, l'avidité et l'avarice.

Toutes les habitudes karmiques accumulées dans les vies passées et présentes, qu'elles soient positives, négatives ou neutres, deviennent les causes karmiques de la prochaine renaissance. Après la renaissance, le potentiel inné des Quatre Quotients, ainsi que divers talents et intérêts, personnalité et tempérament, sont tous des effets karmiques résultant des causes karmiques accumulées au cours d'innombrables vies. Les forces karmiques, les habitudes karmiques, les causes karmiques et les effets karmiques de tous les êtres vivants s'entrelacent et s'influencent mutuellement, formant le cours de l'histoire humaine.

Le libre arbitre, influencé par les forces karmiques, crée tout, comme un artiste. Les causes et les effets karmiques se développent cycle après cycle, apparaissent et cessent en raison de diverses conditions, de manière inconcevable, donnant lieu à tous les phénomènes du monde, comme une danse. Les habitudes karmiques des humains conduisent à une souffrance omniprésente, donnant lieu à d'innombrables douleurs et souffrances de changement (bonheur).

Chaque individu traverse la naissance, le vieillissement, la maladie et la mort ; chaque famille est confrontée à la joie et au chagrin, à la séparation et aux retrouvailles ; chaque carrière connaît des hauts et des bas, des succès et des échecs ; chaque cœur éprouve du bonheur, de la colère, du

chagrin et de la joie. Le monde est comme une scène sur laquelle un drame complexe et en constante évolution se déroule à chaque instant.

Les montagnes bougent, les vallées changent, la mer se transforme en champs.
Les visages juvéniles du passé se parent désormais de cheveux gris.
Les émotions oscillent entre la joie et le chagrin, le rire et la colère.
Les jours et les nuits s'enchaînent, les hivers et les étés alternent.
Nuageux ou ensoleillé, sombre ou lumineux, le temps est imprévisible, le soleil et la lune se poursuivent l'un l'autre.
La vie est remplie de cycles de richesse et de pauvreté, de gains et de pertes, de hausses et de baisses, sans schéma fixe.
Les relations sont changeantes : la flatterie d'hier peut se transformer en conflit d'aujourd'hui.

Les humains ne savent pas s'il existe des immortels dans le monde. Certaines personnes peuvent croire à l'existence des immortels, mais elles ne savent pas de quel genre d'êtres il s'agit. Dans leur imagination, les immortels sont des êtres qui vivent éternellement et librement. En réalité, ce que les gens envient réellement, ce n'est pas l'immortalité, mais la liberté intérieure.

Par conséquent, le chant original Hao Liao Ge du « Rêve de la chambre rouge » est adapté comme suit :

Tout le monde aspire à la liberté, mais on ne peut pas abandonner la gloire et le succès !
Où sont les grands d'autrefois ? Ils reposent désormais dans des tombes herbeuses.
Tout le monde aspire à la liberté, mais on ne peut pas abandonner l'or et l'argent !
Chaque jour, on se plaint de ne pas en avoir assez, mais quand on en a enfin assez, les yeux se ferment pour toujours.
Tout le monde aspire à la liberté, mais on ne peut pas se séparer de ses

amours !
Jour après jour, les amoureux expriment leur attachement, mais une fois décédé, leur amour s'en vont avec un autre.
Tout le monde aspire à la liberté, mais on ne peut pas abandonner ses enfants et ses petits-enfants !
Les parents aimants sont nombreux depuis l'Antiquité, mais qui a vu des enfants véritablement attachés à la piété filiale ?

Chapitre 15 : Tout ce qui vous fait ressentir du plaisir vous fera sûrement souffrir

Si les désirs d'une personne peuvent être satisfaits sans fin, sa destruction n'est pas loin.

L'humanité a une caractéristique fondamentale : nous avons tendance à nous fier à des choses qui nous font ressentir du plaisir. Alors, comment naît le plaisir ?

Dans le cerveau humain existe un neurotransmetteur appelé dopamine, une molécule qui aide les cellules à communiquer. Lorsque les individus subissent des stimuli externes et que leur attachement latent, leur désir, leur cupidité et leur avarice sont satisfaits, la dopamine est libérée en grande quantité. Par exemple, un câlin, un compliment ou une rêverie peuvent déclencher une augmentation des niveaux de dopamine. Lorsque les stimuli externes sont suffisamment forts pour satisfaire les désirs d'une personne et soulager temporairement la souffrance cachée de ne pas obtenir ce qu'elle veut, elle éprouve un sentiment de relaxation et de soulagement dans ses sens, ce qui est du plaisir.

La découverte par Arvid Carlsson de la dopamine en tant que neurotransmetteur lui a valu le prix Nobel de physiologie ou médecine en 2000. La dopamine est associée à diverses addictions. Une libération excessive de dopamine peut causer des dommages au cerveau, au cœur et aux vaisseaux sanguins.

Les expériences superficielles du plaisir incluent les blagues, la nourriture délicieuse, les taquineries, les éloges, les discours dissimulés ou même la peur. Les expériences modérées incluent le tabagisme, les jeux ou la chirurgie esthétique. Les expériences plus profondes incluent les activités

sexuelles, le jeu excessif ou la consommation de drogues, communément appelées « sexe, jeu et drogues ».

En comparant ces trois éléments, si le sexe augmente les niveaux de dopamine de 100 %, la cocaïne élève la dopamine de 350 % et la méthamphétamine entraîne une augmentation de près de 1 200 %. Il est donc très difficile d'arrêter la drogue.

Le monde devient de plus en plus ouvert et débridé. Les gens sont constamment à la recherche de diverses expériences agréables sur l'internet, telles que les rencontres, les divertissements, les jeux, les ragots et les secrets.

Ce qui est alarmant, c'est que tout ce qui vous apporte du plaisir vous apportera certainement aussi de la souffrance.

Par exemple, les belles femmes, la nourriture délicieuse, les mots doux, le tabac, l'alcool et les drogues peuvent procurer un sentiment de plaisir, mais ils peuvent aussi causer du tort : la nourriture délicieuse peut entraîner une prise de poids et des problèmes de santé, les mots doux peuvent amener les gens à se perdre et à se déconnecter de la réalité, les belles femmes peuvent déclencher le désir et faire perdre la tête. Sans parler des effets secondaires du tabac, de l'alcool et des drogues. Ceci est également mentionné dans le Tao Te Ching : « Les cinq couleurs aveuglent les yeux, les cinq notes assourdissent les oreilles ».

Ce qui est encore plus terrifiant, c'est que lorsque la dopamine est en excès, le seuil d'expérience du plaisir est dépassé, conduisant à une désensibilisation au plaisir. À mesure que le seuil augmente, si une personne veut éprouver continuellement du plaisir, elle doit constamment intensifier le niveau de stimuli. La stimulation doit augmenter sans cesse pour continuer à éprouver du plaisir.

Par exemple, certaines personnes commencent à fumer un paquet tous les

deux jours, puis progressent vers un paquet par jour, puis deux paquets par jour, et finissent par atteindre un point où elles doivent même fumer deux cigarettes à la fois pour ressentir cette sensation. De même, ceux qui aiment les plats épicés peuvent avoir envie de plats de plus en plus épicés. Ce modèle s'applique à toutes les dépendances telles que les divertissements, la consommation de drogues et les jeux d'argent.

Il existe une expérience comme celle-ci : une électrode est implantée dans le cerveau d'une souris, et la souris est autorisée à appuyer sur une pédale pour délivrer une stimulation électrique. À chaque pression, l'électrode stimule les neurones producteurs de dopamine, provoquant une excitation. En conséquence, la souris appuie sur la pédale plusieurs centaines de fois par minute jusqu'à ce qu'elle s'épuise et meure.

Le sentiment de plaisir peut être conçu. Ce qui est le plus terrifiant à notre époque, c'est que le sentiment de plaisir peut être créé par la technologie et les algorithmes modernes.

Par exemple, il existe de plus en plus d'applications de divertissement, et qu'est-ce qui se trouve au cœur de la plupart des applications ? Derrière chaque application se cache une équipe puissante qui utilise une technologie de pointe (AR + VR, Augmented reality + Virtual reality, Réalité augmentée + réalité virtuelle) et exploite de plus grandes capacités de calcul et de traitement des données (cloud computing + big data). Grâce à divers moyens tels que le son, la lumière, l'interaction et le feedback, ils utilisent des systèmes de recommandation précis pilotés par des algorithmes et guidés par diverses théories de la psychologie, du comportement du consommateur, des neurosciences, etc. Ils vous bombardent continuellement de stimuli, satisfont tous vos désirs et vous donnent un plaisir constant, vous rendant de plus en plus dépendant d'eux.

Aux yeux des capitalistes, il n'y a que de l'argent et du profit, mais pas d'humanité ni de droiture. Des mesures telles que le nombre inscriptions, le nombre d'utilisateurs actifs quotidiens (DAU / daily active users), le

nombre d'utilisateurs actifs mensuels (MAU / monthly active users) et la durée moyenne en ligne déterminent la valeur d'une application. De nos jours, il n'existe aucune application qui ne soit mesurée par ces valeurs.

Si les désirs d'une personne peuvent être satisfaits à l'infini, leur destruction n'est pas loin.

Internet est une arme à double tranchant. D'une part, cela nous offre diverses commodités ; d'autre part, il propose également divers contenus indésirables, tels que des émissions vulgaires sur les plateformes de streaming en direct, des émissions de talents ou des émissions de téléréalité trompeuses, des romans fantastiques déroutants, etc. La logique qui les sous-tend est basée sur la satisfaction sans fin des désirs humains. Jamais auparavant rien n'a permis de comprendre la nature humaine aussi complètement qu'Internet.

L'avant-propos du livre Amusing Ourselves to Death (Se distraire à en mourir) précise : "Ceux qui nous donneraient tellement que nous en serions réduits à la passivité et à l'égoïsme... la vérité serait noyée dans un océan d'inutilité... nous deviendrions une culture triviale, préoccupé par un équivalent de sensationnels, de dépravations et d'aventures relatées dans "centrifugal bumble puppy[3]...

Ces capitalistes ou hommes d'affaires profitent de leur pouvoir de discours pour créer une « bulle d'information », vous enfermant dans le monde qu'ils créent, comme divers soldes de vacances, des publicités de lavage de cerveau et des tactiques de manipulation conçues pour vous attirer.

Diffusion gratuite d'informations, toutes sortes d'informations vulgaires imprègnent chaque recoin, comme la belligérance, l'idolâtrie des

[3] Le "Centrifugal Bumble-Puppy" est un jeu complexe dans lequel les joueurs lancent la balle sur un disque qui continue de tourner et, à son tour, la balle est renvoyée vers le joueur dans une direction aléatoire qu'il doit rattraper.

célébrités, les transactions boursières, les commérages, la violence, les manœuvres abusives et les abus, tout cela déclenchant et réalisant divers aspects sombres de la nature et des désirs humains. Tout le monde aspire à la liberté, mais s'il n'y a pas d'éducation et de contraintes juridiques et morales, et pas d'étude et de pratique de l'autodiscipline, la liberté ne peut que conduire à la décadence, aux maladies et même à la destruction.

La dopamine joue un rôle dans la régulation de diverses fonctions physiologiques du système nerveux central. Cependant, lorsque la dopamine est surproduite pendant une longue période, elle peut entraîner des perturbations de la régulation neuronale, entraînant divers troubles tels que la maladie de Parkinson, la schizophrénie, les troubles obsessionnel du comportement (TOC), le trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH), les tumeurs hypophysaires, etc.

S'appuyer uniquement sur l'autodiscipline et la culture personnelle ne suffit pas ; il doit y avoir un mécanisme de régulation dans la société pour restreindre le côté sombre de la nature humaine et nourrir son côté brillant. Nous soutenons fermement le contrôle de l'État sur Internet et l'industrie du divertissement, car sans de telles réglementations, la vie des gens serait polluée et s'enfoncerait de plus en plus profondément.

L'enseignement le plus fondamental de la culture chinoise est l'autodiscipline, qui signifie essentiellement contrôler correctement ses désirs. Cependant, de nos jours, très peu de gens maîtrisent leurs désirs de manière proactive. Alors que la plupart des gens choisissent de rester engourdis, très peu de gens choisissent l'autodiscipline et la patience. Seuls ceux qui utilisent une forte volonté pour surmonter le désir et la colère peuvent atteindre l'éveil spirituel, la transcendance et l'élévation. Ce sont souvent ces individus déterminés qui ne suivent jamais la foule et peuvent accomplir de grandes choses.

La médecine saine a un goût amer et les conseils honnêtes sont difficiles à accepter. J'espère que vous qui lisez ce livre vous vous efforcerez

d'apprendre l'autodiscipline, de ne pas vous agripper au plaisir et à l'excitation, de cultiver et de renforcer votre capacité de réflexion indépendante, d'étudier et de travailler dur en permanence dans vos domaines dédiés et de devenir les piliers de l'avenir.

Salutations !