

# Un Bouquet de Roses

## 1) Gatha de la cloche.

Corps et esprit en parfaite harmonie,  
Je vous envoie mon coeur avec le son  
De cette cloche.  
Qu'il pénètre profondément  
Dans l'univers,  
Éveillant les êtres à la vie.

## 2) Mes chers amis

Chers frères, chères soeurs  
Vous m'avez tellement chéri,  
Vous avez rempli mon âme,  
Je vous aime...

## 3) Je suis chez moi je suis arrivé.

Je suis chez moi, je suis arrivé  
IL n'y a qu'ici et maintenant.  
Bien solide, vraiment libre,  
Je prends refuge en moi-même.  
Je suis chez moi, je suis arrivé  
Il n'y a qu'ici et maintenant.  
Bien solide, vraiment libre,  
Dans la terre pure je m'établis.

## 4) Le bonheur c'est maintenant.

Le bonheur c'est maintenant,  
J'ai laissé tous mes soucis...  
Nul part où aller et rien à faire,  
Pas besoin de me presser.  
Le bonheur c'est maintenant,  
J'ai laissé tous mes soucis...  
Quelque part où aller,  
Quelque chose à faire  
Mais à présent j'ai tout mon temps.

## 5) L'île intérieure.

Quand j'inspire, je retourne  
Dans mon île intérieure, chez moi.  
Il y a de très beaux arbres  
Dans mon île à moi,  
Des sources d'eaux claires,  
Des oiseaux tout joyeux,  
Le soleil et l'air pur,  
Quand j'expire je suis bien.  
Oh comme j'aime revenir dans mon île.

## 6) Appelez-moi par mes vrais noms

Ma joie est comme le printemps,  
Elle épanouit les fleurs  
Tout autour de la terre.  
Ma peine, une rivière de larmes,  
Si vaste qu'elle emplit les quatre océans.  
Oh, appelez-moi par mes vrais noms,  
Pour que j'entende à la fois  
Mes rires et mes pleurs,  
Pour que ma joie et ma peine ne fassent  
plus qu'une.  
Oh, appelez-moi par mes vrais noms afin  
que je m'éveille,  
Que la porte de mon coeur  
S'ouvre enfin à jamais.

## 7) Quand j'inspire, quand j'expire.

Quand j'inspire, quand j'expire,  
Quand j'inspire, quand j'expire,  
Je me sens comme une fleur,  
Aussi fraîche que la rosée.  
Je suis solide comme une montagne,  
Je suis ferme comme la terre,  
Je suis libre.  
Quand j'inspire, quand j'expire,  
Quand j'inspire, quand j'expire,  
Je suis l'eau reflétant  
Ce qui est vrai, ce qui est beau.  
Et je sens qu'il y a de l'espace  
Tout au fond de moi.  
Liberté, Liberté, Liberté.

## 8) L'amour.

Comme une brise en plein été,  
Ou comme un beau nuage,  
L'amour veut être libre,  
Ne l'enferme pas dans un coffre  
Où il va périr.  
Qui aime ne fait point de prisonniers,  
N'essaie pas de posséder.  
L'amour est comme une fleur de  
printemps qui pousse en liberté.

## 9) Regarde la rose éclore

Regarde la rose éclore,  
La mouette planer au ciel.  
Regarde les vagues tanguer,  
Les nuages s'étirer.  
Le temps qui passe  
N'est que soleil et pluie,  
L'espace n'est que du vent.  
Ainsi va la vie.

## 10) Un bouquet de roses

Je n'essaie pas d'être  
Un bouquet de roses.  
Ne m'emprisonne pas  
Dans une idée, un nom.  
Je suis une montagne, je suis un pré,  
Où pousse l'impatience  
Avec l'angélique,  
Le souci avec l'immortelle.

## 11) L'esprit se perd...

L'esprit se perd en mille et une  
pensées  
Mais je marche en paix  
Sur ce beau chemin  
A chaque pas souffle un vent léger  
A chaque pas une fleur éclot.

## 12) Reviens en toi

Reviens en toi, reviens en toi,  
Reviens au creux de ton coeur  
Reviens à ton souffle,  
Reviens à tes pas, en ce lieu,  
En ce moment, reviens en toi  
Reviens en toi,  
Reviens au creux de ton coeur.

## 13) Gatha pour planter un arbre

En la terre je me confie,  
En la terre je me confie,  
Et la terre, et la terre, et la terre  
En moi se confie.  
En Bouddha je me confie,  
En Bouddha je me confie,  
Et le Bouddha, Et le Bouddha,  
En moi le Bouddha se confie.

## 14) Chanson de Saint Francis

Pour vivre libre et heureux  
Prenons tout notre temps  
Faisons bien en faisant peu  
Le coeur libre et content  
Pour parcourir le chemin  
Avançons doucement  
Petit début grand fin  
Nous guiderons sûrement  
Pierre à pierre, jour après jour  
Bâtissons notre île  
Cultivons la joie, l'amour  
Sereins et tranquilles.

## 15) Sans venir, sans partir.

Sans venir, sans partir,  
Ni avant, ni après.  
Je te tiens près de moi  
Et te laisse pour être libre...

Parce que je suis en toi  
Et tu es en moi (*bis*).

### 16) J'inspire, j'expire.

J'inspire, j'expire, plus profond, plus doux.  
Je me calme, je relâche, je souris, je suis libre.  
Moment présent, moment merveilleux.

### 17) Le royaume de l'esprit.

Le royaume de l'esprit est mien je choisis,  
Je choisis où je veux aller,  
Enfer et paradis, j'les connais tous les deux,  
Je choisis où je veux aller.

### 18) Les dons du Bouddha.

Bouddha, Bouddha, merci pour le don de liberté,  
Bouddha, Bouddha, merci pour le don de paix,  
Respirant, souriant, je jouis du don de liberté,  
Respirant, souriant, je jouis du don de paix.

### 19) La cloche 1/2/3/2/1

1/ J'écoute, j'écoute : ce son merveilleux  
Me ramène à ma vraie demeure.  
J'écoute, j'écoute : le son merveilleux de votre  
coeur  
Me ramène à mon île intérieure.  
2/ Tout comme l'eau du lac  
Porte délicatement mais sûrement,  
Le pétale de fleur tombé jusque sur la rive.  
3/ La cloche invitée résonne.  
Du coeur de notre maître l'amour irradie.  
En vagues douces elle touche notre coeur  
Et nous ramène doucement  
Vers la rive de notre île intérieure.

### 20) L'esprit est un ciel tout bleu

L'esprit est un ciel tout bleu.  
Les nuages vont et viennent,  
Mais l'esprit est un ciel tout bleu.

### 21) Chant du vent

J'écoute le chant du vent et ce chant n'a pas de nom,  
J'écoute le chant du vent et ce chant est sans paroles.  
J'écoute le chant du vent, et dans ce chant je peux voir,  
Le vent est libre, le vent est libre...

J'écoute la lune chanter et son chant n'a pas de nom,  
J'écoute la lune chanter et son chant est sans paroles.  
J'écoute la lune chanter et dans son chant je peux voir,  
La lune est libre, la lune est libre...

J'écoute l'oiseau chanter et son chant n'a pas de nom,  
J'écoute l'oiseau chanter et son chant est sans paroles.  
J'écoute l'oiseau chanter et dans son chant je peux voir,  
L'oiseau est libre, l'oiseau est libre...

### 22) Comme un enfant

Comme un enfant aux yeux de lumière,  
Qui voit passer au loin les oiseaux,  
Un oiseau bleu survolant la terre  
Vois comme le monde, le monde est beau...

Beau le bateau dansant sur les vagues,  
Ivre de vie, d'amour et de vent  
Belle la chanson, naissante des vagues,  
S'abandonnant au sable blanc...

Blanc l'innocent, le sang du poète,  
Qui en chantant invente l'amour,  
Pour que la vie s'habille de fête  
Et que la nuit se change en jour...

Jour d'une vie où l'ombre se lève  
Pour éveiller la biche aux yeux doux,  
Où les matins effeuillent les rêves  
Pour nous donner un monde d'amour...

*L'amour c'est toi, l'amour c'est moi,  
L'enfant c'est toi, l'oiseau c'est moi,*

Vois la misère, les hommes et la guerre,  
Qui croient tenir les rênes du temps,  
Pays d'amour n'a pas de frontière  
Pour ceux qui ont un coeur d'enfant...

### 23) Au bord de la rivière

Au bord de la rivière, m'allant promener,  
L'eau était si claire et le vent léger.

*Refrain : Je me suis couché dans l'herbe,  
Pour écouter le vent,  
Ecouter chanter l'herbe des champs.*

Au bord de la rivière les oiseaux du ciel,  
Chantaient leur prière, au Dieu du soleil.

Au bord de la rivière me suis endormi  
Rêvant de la terre et du paradis.

Au bord de la rivière, Thây m'ayant guidé  
En pleine conscience, me suis éveillé.

### 24) Je suis l'arbre

Je suis l'arbre, je suis l'oiseau,  
Je suis la terre et le ruisseau,  
Il n'y a plus d'après ni d'avant,  
Tout est ici et maintenant.

Le moi, le mien évanouis,  
L'inter- être a tout réuni,  
L'un dans le tout, tout est dans l'un,  
L'amour pour tous et pour chacun.

Ayant lâché, ayant perdu,  
Les illusions, les fausses vues  
N'attendant rien, de tout content,  
Libre et léger comme le vent.