

PROGRAMMATION D'UNE JOURNEE

Nous allons poser le postulat selon lequel une journée est une initiation et ce, pour plusieurs raisons :

- Même si un jour semble ressembler au précédent, en réalité, il est différent. En effet, on ne vit jamais 2 fois la même chose, on ne se trouve jamais 2 fois exactement devant la même situation ;
- Chaque jour peut être considéré comme une expérience, car, même si on rencontre les mêmes personnes aux mêmes lieux, leur comportement est différents suite à leur propre expérience du jour passé ;
- Puisque chaque jour est une expérience, il faut que nous tirions un profit de ce que nous avons appris (à ses dépens ou non) à l'issue de ces épreuves.

Puisque nous sommes partis du postulat selon lequel une journée était une initiation, nous devons admettre que cette journée commence et se termine par un « rituel ». De même, tout au long de celle-ci, nous suivrons un parcours que nous avons fié au préalable : « un chemin » et nous allons choisir des moyens appropriés pour que tout se passe pour le mieux : « une voie ».

D'ailleurs, si nous y réfléchissons bien, ce « rituel » existe déjà, puisque chaque jour, que ce soit au réveil, aux moments des repas, au coucher, nous faisons toujours les mêmes choses dans un même ordre. Par conséquent, au lieu que ce « rituel » soit le fruit de « la force d'habitude », comme le disent les maîtres du zen, nous allons consciemment le mettre en place, le codifier.