

Les Trois Entraînements vers la Voie de l'Éveil.

Partie 05

Lama TSONY

Je vous propose, comme nous l'avons fait hier, de prendre refuge, développer l'esprit d'éveil, requérir l'inspiration du Maître et sa bénédiction et ensuite simplement être là, présent. Prendre le temps de prendre trois inspirations profondes, rassembler un peu tout en un point et un moment (ici et maintenant), laisser le passé se dissoudre progressivement, ce qui est de l'avenir, le laisser venir puisque, comme le mot l'indique, il est à venir, donc il n'est pas là et on peut le laisser à lui-même. Une fois qu'on est dans cette présence dans ce moment, on commence par prendre conscience de notre corps et de la façon dont nous sommes assis. On ressent ce contact avec la terre, ce sens de stabilité que l'on gagne au contact du sol. Il y a une santé, là, une simplicité dans ce contact et on se laisse gagner par cette simplicité.

Une fois qu'on a ressenti cet enracinement (j'aime bien l'image d'un arbre pour décrire la posture), on peut alors trouver notre verticalité. Le corps est droit sans tension inutile. Pour favoriser cette posture, nos mains peuvent être posées à plat sur les cuisses, les paumes posées vers le bas ou bien dans le geste de la méditation, main droite dans la main gauche qui restent dans le giron. Ce qui est important, c'est que la position des mains soutienne les épaules. Si on utilise le geste de la méditation, il est important que les mains ne flottent pas dans le vide. Il faut qu'elles restent dans le giron et vous pouvez mettre un pull-over ou un coussin pour reposer vos mains dessus. Si les mains flottent, ce sont les trapèzes, les muscles du cou qui vont prendre la charge. Au bout d'un moment, on va avoir mal au dos et le dos va se voûter. Les mains doivent être posées.

Dans la même idée de garder le dos droit, on ouvre légèrement les épaules. On ne va pas bomber le torse à l'excès mais ouvrir les épaules afin que le dos ne soit pas voûté. Naturellement, sans excès. Cela va faciliter la respiration. Si le dos est voûté et les épaules affaissées, les poumons ont moins d'espace.

La colonne vertébrale est une colonne parfaitement droite, les vertèbres du cou doivent être dans l'alignement des autres vertèbres et, pour cela, on rentre légèrement le menton vers l'intérieur. Jamais sans excès. Cela favorise le bon alignement de la colonne vertébrale.

La bouche peut refléter énormément de choses que l'esprit traverse. Par la position de la bouche, on peut prendre conscience qu'il y a une tension. La bouche doit être détendue. Thich Nath Hanh dit, avec sa façon poétique, que la bouche est dans un demi-sourire. Vous pouvez faire l'expérience d'une bouche sérieuse et tendue, de la laisser se détendre et d'avoir cette sorte de demi-sourire, voyez combien ça fluidifie la pensée. C'est intéressant d'explorer ça. Il y a donc un petit espace entre les lèvres. Même chose avec les dents. La langue va légèrement toucher l'avant du palais, juste derrière les dents. Ça facilite aussi le système respiratoire. On respire principalement par le nez, sauf si vous avez le nez bouché en hiver...

Le regard, lorsque l'on pratique principalement le calme mental, sera dirigé vers le bas. Le regard, c'est un peu comme les volets sur les ailes d'un avion : c'est ce qui va modifier l'état de l'esprit. Si vous avez tendance à être agité, gardez le regard vers le bas : cela va calmer les choses. Les yeux sont mi-clos, naturellement, c.-à-d. pas ouverts, pas fermés et le regard est panoramique à 180°. De ce fait, le regard est plus léger, moins fixe, saisissant moins les objets qui sont devant nous. On embrasse du regard mais on est un peu « dé-focalisé ». En anglais, on dit « un regard soft ». Il y a une sorte de stabilité mais une stabilité qui ne s'attache pas à un objet. On voit simplement ce qui est dans notre champ de vision devant nous.

Si on préfère garder les yeux fermés, on peut le faire. Il y a de grands débats dans toutes les écoles bouddhistes sur la position des yeux. Je viens d'une école Kagyu où c'est « tu ne fermeras point tes yeux ». J'ai fait des retraites dans la tradition théravada où on m'a dit « tu n'ouvres pas les yeux ! ». Par delà de savoir qui a tort ou raison, je pense que ce sont des états différents en fonction des yeux. Parfois, quand on est vraiment très agité, on a besoin de fermer les yeux pour pouvoir se regrouper. Il faut alors faire attention à ne pas passer de la méditation à un train de pensées qui devient un rêve. Si on sent un peu d'endormissement, il est préférable d'ouvrir un peu les yeux. Il n'y a pas de règle absolue, ce sont une série d'outils que vous allez apprendre à maîtriser. La position des yeux va avoir une incidence directe sur l'état de l'esprit. Le regard sensiblement ouvert, les yeux mi-clos ou clos va pacifier l'esprit et lui permettre de se poser pour être dans une pleine conscience sans ingérence dans le flot des perceptions sensorielles ou des pensées. Tout ça, c'est quand on va travailler à cultiver essentiellement le calme mental.

Si le calme mental est acquis et que l'on va peu à peu travailler sur la vision pénétrante, on commence à regarder l'esprit : l'esprit en mouvement, l'esprit en repos, le mouvement de l'esprit lui-même, l'esprit observateur de ses mouvements et on peut alors diriger le regard plus devant soi. On va lever le regard pour l'avoir plus droit et plus direct parce que ça va affûter la perspicacité et la pénétration de l'esprit. C'est possible parce qu'on a déjà acquis le calme mental qui fait que, même si beaucoup de choses se passent devant nous, on n'est pas bousculé. Si on se rend compte que l'on commence à regarder de droite et de gauche, c'est le moment de baisser le regard pour reprendre contact avec le calme mental.

Plus loin, si vous avez l'expérience de la vacuité de tous les phénomènes et que tout ce qui s'élève n'est que le jeu magique de l'esprit et des interdépendances, vous allez pouvoir avoir un regard très ouvert qui embrasse tout l'espace et on reste là.

Mais auparavant, on va plutôt travailler avec ces deux premières positions : regard vers le bas pour le calme mental et ensuite plus élevé quand on commence à travailler la vision pénétrante.

On peut ajuster la situation de l'esprit avec le regard. On peut ajuster la situation de l'esprit avec la posture correcte du corps. On ne se rend pas compte que notre esprit est très tendu. Si on voit que nos lèvres sont serrées, cela indique quelque chose. On relâche. Avec un demi-sourire, on voit que, pendant un moment, l'esprit se « décongèle ». Tout ça fait partie de l'exploration méditative. On voit les relations entre le corps, l'esprit et les énergies

subtiles qui circulent à l'intérieur du corps et on voit comment tout ça interagit. C'est une observation que l'on peut faire durant les périodes de méditation.

Dans une charpente, il n'y a pas une pièce de bois qui prenne une charge supérieure aux autres. La masse de la charpente est également distribuée et elle descend se reposer sur la terre. Si la charpente n'est pas bien construite, il y a une pièce de bois qui va prendre toute la charge qui ne se sera donc pas, de ce fait, transmise à la terre. Ça va être le dos, les épaules, telle ou telle partie du corps. Quand on a ces tensions, on s'aperçoit que la posture n'est pas correcte : on doit bouger un peu, ressentir les choses et retrouver cet équilibre. L'équilibre n'est jamais acquis, il n'est pas fixe. S'il est fixé, ce n'est pas de l'équilibre mais de la calcification ! L'équilibre est un mouvement et c'est pour cela que je prends l'image de l'arbre pour définir la posture parce qu'un arbre bouge avec la terre, avec le vent. Il répond aux nécessités du mouvement. De la même manière, on va de temps à autres revenir à la posture, faire un scan du haut vers le bas, du bas vers le haut et s'assurer qu'il n'y a pas de tensions particulières ici ou là du fait d'une mauvaise posture. La posture a une incidence directe sur les énergies subtiles, les énergies subtiles sont le véhicule de la pensée et de l'esprit. Du corps, on va très directement vers l'esprit et la posture aura une influence sur la méditation.

Une fois que la charpente est bien installée, on sent cet équilibre (à gagner à chaque instant parce qu'il n'est pas acquis une fois pour toutes), on peut alors placer notre attention sur ce qui sera notre point de ralliement. Je parlais du point de ralliement lorsqu'on glisse et qu'on suit un train de pensées qui rebondit à partir d'une pensée initiale ou une sensation initiale qui n'existe plus en une fraction de seconde mais qui donne naissance à tout un train de pensées. On glisse. On s'aperçoit qu'on glisse. On se désengage. On ne se fustige pas. « Glissade-dont acte-point ». Et on revient au point de ralliement : la posture, le souffle, l'objet extérieur ou la visualisation et, à nouveau, on s'installe.

Souvenez-vous de ce qu'on a dit : définissez votre temps idéal, cinq ou dix cycles respiratoires. Avant que la tension s'accumule, faites une petite pause, à l'intérieur du segment de vingt minutes pour lequel on s'installe. Si vous glissez, vous revenez. C'est l'exercice. Et si pendant un temps d'ouverture la qualité spacieuse, ouverte, allégée et bienheureuse avec laquelle le corps et l'esprit s'installent, laissez-la être dans cette simplicité. Si vous n'avez plus besoin du point de ralliement, oubliez-le. Quand vous avez retrouvé vos amis à la gare, vous pouvez partir du point de ralliement : vous n'êtes pas obligé d'y rester toute la journée. Là, c'est la même chose. Lorsque l'esprit se pose dans cette expérience spacieuse, légère et bienheureuse, on reste dans cette simplicité.

Les bruits vont cesser de vous ennuyer parce qu'ils vont être vus pour ce qu'ils sont, c.-à-d. des sons. Idem pour les objets visuels, tous les stimuli sensoriels qui ne seront plus vus comme la base sur laquelle nous créons des saisies « j'aime, je n'aime pas, ça m'indiffère » et toutes les spéculations qui s'ensuivent. Sans qu'on ait à supprimer violemment les perceptions sensorielles ni les pensées, on les voit s'élever et disparaître comme les nuages qui traversent l'espace. Elles n'ont aucune incidence sur notre esprit parce que notre esprit ne répond plus à cette impérieuse nécessité de les contrôler, de les supprimer ou de les entretenir. Il y a là une forme de silence : la cessation du bavardage intérieur du processus discursif. Ce n'est pas l'annihilation des instants de conscience sensorielle ou mentale.

Peut-être qu'avec la troisième qualité, c.-à-d. la clarté, la conscience réflexive, l'esprit peut commencer à se regarder, conscient, en pleine conscience, de lui-même, par lui-même. Si vous arrivez là, restez-y aussi longtemps que cet établissement est naturel.

Si vous commencez à conceptualiser cet état et si vous vous dites « j'y suis, gardons-le », vous n'y êtes déjà plus. Revenez alors au point de ralliement. Reprenez le souffle. Retrouvez l'ouverture spacieuse et la cessation du bavardage intérieur sans vouloir créer cet état. Bien sûr, le moment de quiétude est rare et précieux. On a envie de le garder mais on ne le garde pas en le conceptualisant parce que ce que l'on garde c'est une représentation mentale, ce n'est plus le moment de quiétude.

Il faut revenir à non pas ce qui a produit la quiétude mais à ce qui l'a permise, c.-à-d. la présence, la pleine conscience qui n'est pas en recherche de cette expérience. En fait, la recherche de cette expérience empêche son avènement. Ce n'est pas quitter la quiétude pour revenir au point de ralliement, c'est quitter la représentation mentale de la quiétude à laquelle on s'est attaché. En fait, on est tombé amoureux d'une photo ! La photo n'est qu'une représentation de la personne. La personne est partie et on reste avec la photo. Ce n'est pas une vraie relation. Donc on va revenir au début de l'histoire pour que, peut-être, la personne arrive.

Pour décrire cette pratique du calme mental, j'utilise le poème de Jacques Prévert :

comment dessiner le portrait d'un oiseau.

Peindre d'abord une cage

Avec une porte ouverte

Peindre ensuite

Quelque chose de joli

Quelque chose de simple

Quelque chose d'utile

Pour l'oiseau

Placer ensuite la toile contre un arbre

Dans un bois

Ou dans une forêt

Se cacher derrière l'arbre

Sans rien dire

Sans bouger

Parfois l'oiseau arrive vite

Mais il peut aussi mettre de longues années

Avant de se décider

Ne pas se décourager

Attendre.

Attendre s'il faut pendant des années

La vitesse ou la lenteur de l'arrivée de l'oiseau

N'ayant aucun rapport

Avec la réussite du tableau.

Quand l'oiseau arrive

S'il arrive

Observez le plus profond silence

Attendre que l'oiseau entre dans la cage.

Quand il est entré

Fermer doucement la porte avec le pinceau

Puis,

Effacer un à un tous les barreaux

En ayant soin de ne pas toucher aucune des plumes de l'oiseau

Etc. etc...

Voilà : ça, c'est chiné, selon Prévert !

Comment est-ce que c'est venu ? C'est venu sans le chercher. Il faut donc revenir au point de départ, au souffle, au point de ralliement et laisser les choses qui ont ouvert cette expérience se mettre en place. Dans le poème de Prévert, on a mis en place la structure (la cage) et puis on attend. Peut-être que l'oiseau viendra, peut-être pas. Quand il vient, il faut

faire attention, en effaçant les barreaux de la cage, de ne pas endommager, ne pas conceptualiser l'oiseau. Tout ce mouvement est naturel.

On arrive au sujet qui est la Noble vérité du chemin qui mène à la cessation et, en particulier, les Trois entraînements qui sont regroupés dans ce qu'on appelle le Noble chemin octuple. On a vu que dans ce Soutra, on décrivait la nature du chemin. Ensuite le Bouddha a expliqué la nécessité de développer le chemin. Troisièmement, le fruit de ce chemin est une réalisation inaltérable et irréversible.

La nature du chemin.

On a vu que c'était un chemin qui demandait une détermination : se défaire de l'impatience. C'est un projet au long cours et le facteur temps ne doit pas venir peser. L'idée que l'on allait œuvrer pour les êtres aussi longtemps que leur nombre infini ne sera pas libéré, peut générer une forme de tension quant à la fin du processus. On se rappelle Shantideva : « aussi longtemps que l'espace durera, tant qu'il y a aura des êtres, puissé-je moi aussi demeurer afin d'éliminer la souffrance du monde ».

Donc on s'est débarrassé de la notion d'espace-temps, on a intensifié notre motivation, on embrasse ce chemin avec courage et on n'est pas tenté par le raccourci. Plus on se montre impatient, plus on cherche le chemin le plus rapide et le moins contraignant et plus on a de chance d'obtenir un piètre résultat. On se libère de tout ça lorsque l'on s'engage sur cette voie.

Cette voie conduit à son terme puisqu'elle mène à la cessation de la souffrance, on ne s'y engage donc pas pour un sous-résultat de bonheur, de bien-être ou une situation provisoire. On va poursuivre l'effort jusqu'au terme complet qui sera le plein et complet éveil.

Il y a un Maître birman, Goenka, qui racontait qu'il souffrait de migraines. C'est ce qui l'a motivé pour trouver un moyen spirituel pour dépasser la souffrance de ses migraines. Comme il était riche, il a vraiment tout essayé et s'est rendu compte qu'il arrivait à un point où les analgésiques ne fonctionnaient plus et qu'il fallait trouver autre chose.

Il entend parler d'un grand Maître de méditation en Birmanie et il va le voir. Le grand Maître lui demande : « qu'est-ce que tu veux ? ». Goenka répond « je voudrais me défaire de mes migraines ». Le Maître lui répond : « on ne construit pas une raffinerie à sucre juste pour avoir de la mélasse ! ». On ne s'engage pas sur le chemin de l'éveil juste pour avoir un sous-produit. On veut aller vers le vrai produit, ce qui est vraiment le résultat de ce chemin.

On trouve dans le terme sanskrit « Bodhisattva » : « sattva » l'être engagé sur la voie de l'éveil « Bodhi » pour le bienfait de l'ensemble des êtres. En tibétain, c'est « Djangchoub sempa », « sem » c'est l'esprit mais aussi l'être, « Djangchoub » c'est l'éveil et le « pa » veut dire courageux, déterminé. Donc on s'engage pleinement, sans réticence, sans l'idée de trouver un raccourci : on fait ce qui est à faire aussi longtemps que cela sera nécessaire. C'est la détermination que l'on doit développer et nourrir tout au long du chemin. Si on développe des solutions immédiates, elles ne vont pas être vécues comme des finalités mais comme des

moyens. Si une solution provisoire est vécue comme une finalité, on ne va pas parcourir l'ensemble du chemin. On va s'arrêter en chemin et on va être bloqué par notre désir de trouver une solution simple et confortable. Une fois qu'on a trouvé ce confort, on est tranquille et on se sent bien et on s'endort là-dedans. Notre démarche s'arrête.

On ne rejette pas les conditions provisoires, on doit résoudre nos difficultés quotidiennes mais le but ultime doit toujours s'étendre au-delà. On a une vision transcendante et on voit plus loin que la résolution immédiate ou plutôt la résolution immédiate va s'inscrire dans un cadre plus large de solutions complètes.

Les deux grands courants dans la pensée bouddhiste (la voie des Auditeurs et celle des Bodhisattvas) s'accordent sur le fait que l'essence du chemin qui conduit à la cessation de la souffrance a été enseignée par le Bouddha au travers de ce que l'on appelle maintenant le Noble chemin octuple. Il y a une petite différence dans l'interprétation de ce Noble chemin, bien qu'il soit accepté par les deux grands courants : dans le Mahayana, il y a l'idée que les huit aspects de ce chemin sont des instruments qui nous guident vers la compréhension directe et intuitive de la vacuité. Vous vous rappelez que le but des Bodhisattvas, c'est l'expérience intuitive directe de la vacuité qui est la véritable libération. Pour les Auditeurs, ce sera la réalisation du non-soi personnel qui sera le facteur essentiel de réalisation. Donc, dans la tradition des Auditeurs, le Noble chemin octuple est conçu comme une fin en soi. Le chemin est le fruit, en quelque sorte. Il incorpore la compréhension de la vacuité dans sa structure.

La structure de l'Octuple sentier porte en elle la notion de vacuité. La vacuité entendue par les Auditeurs et la vacuité entendue par les Bodhisattvas est, comme je l'ai déjà dit, sensiblement différente. La vacuité des Auditeurs s'appuie sur le fait que tout est composé et est donc vide d'une entité homogène. La matière est composée d'atomes et la conscience est composée de moments infimes de conscience. La saisie d'un soi comme étant homogène ne s'élève que dans un esprit qui ignore la nature composée du soi, tant au niveau de la matière (le corps, la forme, les sons etc..) qu'au niveau de l'esprit qui est conscient de cette matière au travers des six consciences (les cinq consciences sensorielles et la conscience mentale).

Dans l'approche du Bodhisattva, on est sur une compréhension différente de la vacuité qui s'appuie sur l'absence de substance de tous les phénomènes. Ça va un peu plus loin que l'idée de l'hétérogénéité. On va regarder même les atomes, en ce qui concerne la matière, comme étant vides de substance.

Dans le véhicule des Auditeurs, il y a quand même une vision de la substance. Il y a des atomes, des objets à l'extérieur qui ont une certaine existence substantielle sur laquelle les instants de conscience vont créer une histoire, un attachement et une saisie et ce sera le point de départ de la souffrance. Ils acceptent l'idée de la nature composée des phénomènes mais, quelque part, affirment l'idée de substance. Il y a un monde quelque part à l'extérieur qui est fait d'atomes auquel le soi de l'individu s'attache parce qu'il s'identifie à une entité illusoire.

Dans la perspective du Mahayana, on va voir que l'esprit produit l'expérience du rêve et, dans l'expérience du rêve, il produit à la fois l'agent (le rêveur) et les objets et les aventures que ce sujet est censé avoir. L'ensemble de la manifestation (le sujet et l'objet et

l'interaction entre les deux) n'est rien d'autre qu'un jeu de l'esprit et donc, de manière absolue, elle est faite du « tissu » de l'esprit qui est insubstantiel et insaisissable, dépourvu d'existence indépendante, indivisible. Donc vide.

On n'est plus dans une analyse atomique de la réalité mais dans une observation de la substance de la manifestation.

On est, dans les deux cas, à un niveau très élevé de la relation à la manifestation et au soi. C'est une différence très subtile mais elle est essentielle. D'un côté, il y a quand même une affirmation de substantialité et de l'autre, il y a une réfutation de la substantialité.

Question (inaudible) :

Un des facteurs importants, c'est l'impermanence. C'est la constante réorganisation des aspects matériels. C'est une vision atomiste de la matière. Et puis il y a la conscience qui est consciente de cette matière qui est comme un écran sur lequel la conscience projette ses affections, ses rejets, ses habitudes etc. Elle solidifie l'objet comme étant permanent.

Dans la voie du Bodhisattva, les principes de permanence et d'impermanence sont représentés par la vacuité. Pour rappel, la vacuité est synonyme de production interdépendante. Ce qui n'existe pas en soi substantiellement (c.-à-d. ce qui est composé) est par nature impermanent. Ce qui est substantiellement inexistant, immuable, indivisible est permanent. En fait, le principe même de la compréhension de la vacuité implique l'impermanence. C'est une autre forme d'approche de l'impermanence : c'est une impermanence de substance, plus qu'une impermanence de mouvement. C'est un peu plus profond dans l'analyse.

Ceci est un long débat et il faut approcher ça progressivement, en étudiant bien les quatre courants philosophiques à l'intérieur du Bouddhisme : les deux qui appartiennent au Véhicule des auditeurs et les deux qui appartiennent au Grand véhicule. On voit comment on passe d'un point de vue substantialiste à un point de vue non substantialiste et affirmatif et ensuite, d'un point de vue non substantialiste et affirmatif à un point de vue non substantialiste non affirmatif. Un Khenpo pourrait vous l'expliquer.

Donc si l'on s'accorde, dans ces deux courants, sur le Noble sentier, il y a une petite différence dans l'approche de ce sentier. Ce chemin est vu par le Mahayana comme une série d'instruments qui vont nous amener au but du chemin qui est la compréhension directe et intuitive de la vacuité. Dans la tradition des Auditeurs ou Théravada, le Noble chemin octuple est conçu comme une fin en soi qui incorpore la compréhension de la vacuité dans sa structure, c.-à-d. au travers de la vue juste, de la méditation juste ... La vue juste aura affaire, dans le Véhicule des Auditeurs, avec l'idée de l'absence de permanence dans les phénomènes comme dans la conscience. L'atman que les hindous considèrent comme étant permanent et stable est vu comme un anatman par les bouddhistes : il n'y a pas cette entité permanente qu'on appelle un soi.

Il est intéressant de voir le principe de l'ADN du Dharma. Dans chaque détail du Dharma se trouve l'intégralité du Dharma. Si on prend l'enseignement du Bouddha par un petit détail,

on peut tisser des liens avec l'ensemble des 84.000 dharmas. L'ensemble de l'enseignement du Bouddha se trouve dans chaque cellule, chaque élément de cet enseignement. En ce qui concerne l'Octuple noble sentier, on peut dire que l'ensemble de cet enseignement peut être répertorié dans l'une ou l'autre des huit catégories de ce chemin. Cela peut être une façon de découper les 84.000 dharmas.

Si on est dans l'approche du Mahayana, le chemin véritable doit être compris comme le développement de la réalisation directe et intuitive de la vacuité. C'est ce qui peut réellement conduire à la cessation complète de toutes les émotions perturbatrices.

Le chemin des Auditeurs permet de s'affranchir de trois des quatre voiles majeurs. Je rappelle que les quatre voiles majeurs sont les tendances fondamentales, le karma, les afflictions mentales (ou poisons mentaux) et le voile cognitif (namshé, la conscience affligée). Selon le Véhicule des Bodhisattvas, l'état d'éveil (Arhat, celui qui s'est défait des ennemis) du Véhicule des Auditeurs, il n'y aurait que trois voiles seulement qui auraient été levés. Le voile cognitif ne serait pas levé parce que la relation sujet-objet et la structure de cette relation (c.-à-d. la relation directe et intuitive de la vacuité) n'a pas été complètement menée à son terme. Donc le Véhicule des Bodhisattvas va travailler essentiellement sur la levée de ce quatrième voile. Il sera levé, en fait, la veille de l'éveil. On va l'éroder peu à peu mais la levée définitive se fait dans cette absorption méditative particulière qu'on appelle le samadhi immuable qui est le moment de l'éveil, lorsque le Bouddha s'assoit sous l'arbre de la Bodhi. C'est le dernier voile qui est levé et qui donne lieu à une réalisation irréversible puisque les causes d'un possible relaps dans la pensée dualiste n'existent plus. Il n'y a plus de base pour cela. Donc pour le Véhicule du Bodhisattva, c'est là que se trouve Samyak Sambouddha, le plein et parfait éveil.

Pour ceux qui viennent le matin pour réciter les 100 000 mantras, il y a cette longue série d'épithètes qui définissent le Bouddha « *tchom den dé té chin shépa dra tchom pa yang ta par dzjo pé sangyé* ». C'est utilisé dans le Mahayana pour faire une grande différence avec ce qui n'est que Arhat. *Tchom den dé*, le Victorieux. *Té chin shépa*, qui s'en est plaisamment allé vers le plaisant. *Dra tchom pa*, celui qui a défait l'ennemi. *Yang ta par*, complètement, parfaitement. *Dzjo pé*, parachevé. *Sangyé*, Bouddha. (*Sang*, ayant totalement levé les quatre voiles et *gyé*, ayant révélé toutes les qualités innées de l'esprit qui sont les qualités de l'éveil).

La définition d'un Bouddha dans le Véhicule des Bodhisattvas est beaucoup plus compétente et insiste beaucoup sur le parachèvement, l'au-delà, la transcendance pour montrer une différence avec le simple Arhat qui a défait les ennemis.

Ensuite, chacun selon sa vue considère que son éveil est final et définitif. Ceci dit, la réalisation des Arhats est immense et il reste très peu à peaufiner. A un moment ou un autre, ils vont continuer.

Question (inaudible) :

Les grands hiérarques des grandes traditions sont reconnus comme des « Bouddhas vivants » pour reprendre les termes du Théravada. Dans la tradition du Mahayana, on va dire « des Bodhisattvas ». Il est difficile de dire si c'est la reconnaissance sociale qui les qualifie ou

si c'est leur vraie expérience spirituelle : je ne m'aventurerais pas à le dire. Pour reconnaître un Bouddha, il faut un Bouddha. On nomme un arbre à ses fruits. Un poirier est appelé poirier parce qu'il a des poires. S'il y a des fruits de bienfaits, de douceur et d'élagage qui sont perceptibles dans la relation avec un de ces Maîtres, on peut alors dire que c'est un Maître. Nous avons jugé, dans notre subjectivité, du bienfait de cette rencontre qui est né en nous-même. C'est l'appréciation du fruit qui est importante, plus que le titre. Le titre peut être une indication ou peut être une tromperie. En France, on dit « à bon vin, point d'enseigne ». Quand un enseignant est bon, on n'a pas besoin de grandes affiches publicitaires. Cela ne veut pas dire que toutes les affiches publicitaires sont mensongères mais cela ne veut pas dire non plus qu'elles indiquent la réalité. On est dans la nécessité de s'appuyer sur le bon sens, de garder le cœur et les yeux ouverts. Je l'ai déjà dit, le disciple observe le Maître pendant trois ans avant de s'engager et le Maître observe le disciple pendant trois ans avant de s'engager. Est-ce que cet arbre porte des fruits d'éveil ou pas ?

Pour les êtres éveillés du Théravada, certains commentateurs disent que les conditions ne sont plus réunies pour que les Arhats se manifestent. Il y a eu une sorte d'âge d'or où la vie était plus simple et où l'état d'Arhat était plus facile à obtenir. Dans les textes les plus anciens comme le Thérigata (stances des sœurs aînées) ou le Théragata (stances des frères aînés), disciples directs du Bouddha, il y a beaucoup d'histoires où le Bouddha dit « viens et rejoins-nous » et certaines personnes, juste par l'écoute et les liens d'interdépendance, atteignent l'état d'Arhat et puis il y en a d'autres comme Ananda qui a passé toute sa vie à servir le Bouddha et qui, après la mort du Bouddha, n'avait toujours pas atteint l'état d'Arhat parce qu'il était très occupé à servir le Bouddha. Au rassemblement des frères et sœurs aînés, les Arhats et Arhatis vont mettre en forme la mémoire des enseignements du Bouddha et Ananda n'est pas convié parce qu'il n'a pas atteint l'état d'Arhat. C'est un paradoxe parce qu'il a été là tout le temps et partout. Ananda est le premier témoin du Bouddha et il n'est pas convié au rassemblement. Le lendemain matin, il médite mais comme il est fatigué, il va pour s'allonger. Il est dit qu'entre le moment où il penche sa tête vers le coussin et le moment où il pose sa tête, il a atteint l'état d'Arhat.

Il a donc pu faire partie du comité des sages ce qui était une bonne chose parce qu'on aurait perdu la trace de beaucoup d'enseignements qu'il était le seul à avoir entendus.

Dans le Véhicule des Auditeurs, ils définissent deux formes d'Arhat : l'Arhat qui enseigne et l'Arhat qui n'enseigne pas. Le Bouddha, dans le Véhicule des Auditeurs, est considéré comme un Arhat, c.-à-d. que tous ceux et toutes celles qui vont atteindre l'état d'Arhat atteindront une réalisation similaire à celle du Bouddha. Mais il y a une différence particulière, c'est qu'il a enseigné. Il a ouvert une voie et il a enseigné, c'est donc un Arhat enseignant. Il y a des Arhats qui restent silencieux parce que les conditions ne se présentent pas. Pour qu'il y ait une réponse, il faut qu'il y ait une question. Parfois des Bouddhas se manifestent et n'enseignent pas parce qu'il n'y a pas les conditions du dialogue. Ce n'est pas une volonté de retenir mais c'est simplement que les choses ne sont pas en place. Donc il faut beaucoup plus qu'un Bouddha pour avoir des enseignements, il faut aussi des gens qui écoutent avec un intérêt. L'interdépendance ne fonctionne pas s'il manque des éléments.

La voie (l'Octuple noble sentier), selon le Véhicule des Bodhisattvas, doit être comprise comme le développement de la relation directe et intuitive de la vacuité. C'est ce qui peut

réellement conduire à la cessation complète de toutes les émotions perturbatrices qui sont un des quatre voiles, mais aussi les trois autres voiles. Bien qu'il n'y ait absolument aucune contradiction entre ces deux approches, puisqu'on va vers la libération, l'accent est mis de façon différente sur certains points.

Dans le Mahayana, nous centrons davantage sur l'étude et la pratique des Trois entraînements : l'éthique, la méditation et la sagesse (prañā).

L'évolution au travers de ce que l'on va appeler, dans le Mahayana, les Cinq chemins est moins sur l'Octuple noble sentier. L'Octuple noble sentier n'est pas mis en avant avec autant d'insistance et d'emphase que dans le Véhicule des Auditeurs. En fait, la forme est différente. Dans le Mahayana, on va parler des Cinq chemins et des Trois entraînements. Ces Trois entraînements se retrouvent dans les Huit aspects du chemin. On peut catégoriser, à l'intérieur des Huit éléments du sentier, les Trois entraînements. Ce Noble sentier est donc enseigné dans le Véhicule des Bodhisattvas mais la classification est légèrement différente ce qui fait que, dans certains textes du Mahayana, on peut se dire « c'est bizarre, cela n'apparaît pas ».

Pendant des années j'ai pratiqué sous la direction de Guendune Rimpoché, il ne m'a jamais parlé de l'Octuple noble sentier mais, par contre, on a beaucoup travaillé sur les Cinq chemins.

Les Cinq chemins

Là où nous nous trouvons maintenant, on est dans la première phase du chemin qui s'appelle la phase d'accumulation. On va rassembler les deux provisions de la force motrice (le mérite) au travers de la générosité, l'éthique, la patience etc., en même temps que l'on va commencer à travailler sur l'élimination des voiles cognitifs pour commencer à développer un peu de discernement. C'est la première phase : la phase préparatoire. On récite des mantras, on fait beaucoup de rituels, on a beaucoup de générosité, etc. On construit les fondations. On prépare et on nourrit la terre dans laquelle on va planter les graines. C'est une phase importante. Elle s'appelle **le chemin (ou la voie) d'accumulation**.

Lorsque l'accumulation est solide et bien ancrée, on commence à entrer dans la deuxième phase qui est le **chemin de connexion ou de jonction**. C'est ce qui fait le pont entre le premier chemin et le troisième. Le chemin de jonction, c'est là où les choses deviennent plus personnelles : on commence à avoir une bonne compréhension de la voie, une bonne compréhension des principes fondamentaux qui vont plus loin que la compréhension intellectuelle. Il y a une sorte de compréhension intellectuelle affinée qui confine à l'expérience. Le fruit mûrit. Lorsqu'on arrive au terme de ce deuxième chemin, la « percée » va se faire et on entre dans le troisième chemin qui est le **chemin de vision**, c.-à-d. qu'on a une expérience intuitive et directe de la vacuité.

En termes de niveaux d'éveil, on a cinq chemins et dix niveaux d'éveils. Là, on entre dans le premier niveau d'éveil. C'est une expérience irréversible mais pas complète. L'image qui est donnée est celle de la lune du premier jour. Il faudra quinze jours pour que la lune devienne pleine. Au premier jour, on voit une petite tranche de lune. On ne peut pas dire

que c'est la pleine lune et on ne peut pas dire non plus que ce ne soit pas la lune. Cela n'a pas la force de la pleine lune mais cela a une force phénoménale comparée à l'absence de cette lune. On va progresser jusqu'à la pleine lune qui, métaphoriquement, sera l'éveil au travers du chemin suivant qui s'appelle le **chemin de méditation**. C'est le parcours de la première à la dixième terre. Progressivement, la lune va prendre de plus en plus d'importance et on arrivera à un moment où elle sera presque pleine.

Lorsque le Bouddha s'assoit sous l'arbre de la Bodhi en son Bodh Gaya, il fait cette expérience de Vajra Samadhi, l'absorption méditative ou la réalisation intuitive immuable. Cela correspond au quinzième jour où la lune est pleine et là, on entre dans le **chemin de la non-étude**. Cela veut dire qu'il n'y a plus rien à accumuler, plus rien à construire, à apprendre parce que tout est su et réalisé. C'est l'éveil du Bouddha.

Le chemin, dans le Mahayana, est donc vu au travers de ces Cinq voies plutôt qu'au travers du Noble octuple sentier. Mais on peut recadrer les Cinq voies dans le Noble octuple sentier. L'inverse aussi est vrai. Tout ça est affaire de catégorisation.

Question (inaudible) :

Il y a là un parachèvement des moyens habiles. C'est un moment où la sagesse est réalisée mais la différence entre la capacité d'action éveillée d'un Bodhisattva du septième niveau et celle d'un Bouddha est immense. On va parachever ça. Puisqu'il n'y a plus de saisie égocentrique, la référence à un soi et donc les possibilités d'épuisement, etc... Ne sont plus opérationnels et donc, l'activité éveillée peut prendre toute sa place. Elle va le faire au cours de ces trois niveaux suivants jusqu'au plein éveil. C'est le parachèvement des moyens qui seront au service d'autrui.

La définition de l'activité éveillée qu'on appelle Thinley en tibétain, selon Gampopa, c'est « œuvrer sans préconception au bien de tous les êtres ». L'image qui est donnée est celle du soleil. Le soleil rayonne sans discrimination, sans intention « d'avoir un rayon qui arrive dans la cour à 14h22 ». Il n'y a pas de point central qui émet une intention vers une périphérie qui serait réceptrice de cette activité. C'est un rayonnement spacieux et sans centre.

C'est un peu difficile à concevoir car, pour nous, l'activité est liée à un acteur et une intention. L'intention est une énergie qui s'est cultivée tout au long du chemin, c'est l'esprit d'éveil. Une dynamique a été créée. Cette dynamique a été créée par un soi qui a développé cette aspiration : il était le moteur mais aussi il était un frein parce que le soi était toujours la référence comme étant le « père fondateur » ou la « mère fondatrice ».

On sait très bien dans toutes les associations que les fondateurs sont ceux qui ont donné naissance au mouvement mais, à un moment donné, ils deviennent des poids parce qu'il y a un soi qui «est le président de l'association».

Dans le chemin d'éveil, le soi est sorti mais la dynamique reste.

Je prends une image pour l'expliquer en termes de fondations : j'ai fait fortune et j'ai un projet altruiste pour favoriser l'éducation dans le monde. Je mets ma fortune accumulée par mon effort (accumulation de mérite) au service d'une intention altruiste. Je crée une fondation et je meurs. Cette fondation continue. Le fondateur n'est plus. Le fondateur a été libéré, il a gagné le bienfait personnel qui est la cessation de cette méprise qui est le soi personnel comme étant réel, substantiellement existant. L'effort, l'énergie continue d'œuvrer parce qu'elle s'inscrit dans la nature des phénomènes et qu'elle est en réponse de façon naturelle aux besoins exprimés par les êtres.

Pour illustrer ça, je pense, par exemple, à la relation qui existe entre la mer et le bateau. La mer s'ouvre pour recevoir la coque du bateau et le soutenir. Il n'y a personne dans la mer qui est en charge de l'ouverture des vagues et de la pression nécessaire et suffisante pour que les bateaux flottent. Il y a une fonction dans la mer qui est d'accueillir et de soutenir. Cela nous permet peut-être de voir ce qu'est cette activité éveillée : une forme de spontanéité accomplissant le bien des êtres. Il n'y a pas de centre qui gère cette activité. Cette activité est coïncidente avec l'espace, donc elle se répand et rien de l'obstrue. Elle est libre du temps et de l'usure puisqu'elle n'est pas créée par des conditions. Elle n'est donc pas soumise à la disparition par la cessation de ses créations. C'est la nature-même de l'esprit que d'être porteuse de ces qualités altruistes tout en étant essentiellement vide. Ça, c'est la réalisation du plein éveil !

Il y a beaucoup de débats sur la nature de cette qualité. D'aucuns pensent qu'il n'y a pas vraiment cette qualité dans l'esprit d'éveil parce que le samsara pourrait être créé si l'esprit d'éveil avait cette fonction créatrice. D'autres pensent que le vide a certaines qualités etc.... Bref, des débats à l'infini sur le nombre d'anges qui peuvent danser sur la pointe d'une aiguille.

Pourquoi est-ce que je dis tout ça alors qu'on est à une époque où on a accès aux textes du Théravada et du Mahayana ? Je pense qu'il est important de comprendre pourquoi, dans une tradition, on n'entend pratiquement pas le terme de Noble chemin octuple et que, dans l'autre tradition, on n'entend pas parler des Cinq chemins. Il faut savoir que ce sont des façons différentes de diviser la même « tarte ». Chacun utilise des approches différentes, il ne faut pas voir en cela une contradiction intrinsèque.

Dans un des Soutras, le Bouddha décrit ce qu'on appelle des Trente-sept aspects de l'éveil. C'est de ce texte particulier que viennent, dans les traditions du nord (Inde puis plus tard le Tibet), la plupart des listes. Les encyclopédies se sont construites sur la base de ces trente-sept facteurs d'éveil. Ce sont les quatre attentions qui sont très fortement pratiquées dans le Véhicule des Auditeurs : le placement des quatre attentions sur la forme, les sensations, les formations mentales et les consciences selon le Soutra de Satipaṭṭhāna (le Soutra de la pleine conscience). Dans le Mahayana, on va plutôt pratiquer chiné qui va plutôt travailler sur la relation sujet-objet.

Il y a donc les quatre attentions, les quatre abandons complets, les quatre facteurs de pouvoirs miraculeux, les cinq facultés, les cinq pouvoirs, les sept branches du chemin vers l'éveil et l'octuple noble chemin. Le Noble chemin octuple se retrouve comme un élément des trente-sept facteurs d'éveil.

Les quatre attentions :

Largement évoquées dans les enseignements des Auditeurs, on ne les rencontre presque jamais dans le Mahayana. Les amis du Théravada s'étonnent du fait que l'on n'enseigne pas Satipatthana qui est un des Soutras fondateurs de leur tradition. Ce travail d'observation du non-soi se fait autrement dans la pratique du Mahayana.

Personnellement, je ne m'étais jamais posé la question jusqu'à la rencontre avec des pratiquants du Théravada : comment se fait-il que ce qui est tellement important dans le Théravada est à peine évoqué dans le Mahayana ? En fait, il est évoqué mais différemment. Cela ne veut pas dire que les Mahayanistes ne sont pas vigilants, qu'ils ne cultivent pas la pleine conscience. Les Quatre attentions sont incluses dans d'autres listes et notamment dans les Cinq chemins. Les Quatre attentions et l'Octuple noble sentier sont pratiqués du début jusqu'au stade avancé. On peut dire qu'ils y sont omniprésents.

Il s'agit de plusieurs paradigmes plutôt que de systèmes distincts.

Les Trente-sept aspects de l'éveil sont explicites dans les enseignements du Théravada et implicites dans ceux du Mahayana.

Question (inamenable) :

La différence, c'est une comparaison et elle est forcément liée au mode relatif. Le Mahayana va considérer que le Véhicule des Auditeurs fait les trois-quarts du travail mais qu'il reste un quart à faire. Le Théravada considère que tout est fait dans ce travail.

Ceci dit, ce qui se passe dans l'esprit d'un homme ou d'une femme qui atteint l'état d'Arhat, je ne m'aventurerais pas à l'expliquer ! Ce serait juste l'expression de ma subjectivité qui répète des concepts lus dans les textes du Mahayana. Je pense que, lorsqu'on arrive à une certaine compréhension, cette compréhension ouvre d'autres possibilités. On peut donc arriver à une compréhension et se rendre compte que ce n'est pas une finalité. Jusqu'à présent je le considérais comme une finalité. En fait, je découvre que cela n'en était pas une mais cela m'a permis d'arriver à ce point-là. Peut-être que je n'aurais pas eu la force et le courage de me lancer dans une tâche qui m'aurait paru irréaliste.

J'insiste beaucoup sur le fait que le Véhicule des Auditeurs est vraiment ancré dans le pragmatisme. Le Véhicule des Bodhisattvas est ancré dans l'idéalisme. Qui a raison ? Le pragmatiste ? Ou l'idéaliste ? Ce sont deux natures et deux caractères différents. On s'aperçoit qu'il n'y a pas deux ou trois véhicules mais une multitude d'individus avec des aspirations et des capacités différentes.

Maintenant, si j'ai le courage d'entreprendre avec beaucoup d'idéal un très long voyage, je vais sans doute rencontrer des obstacles, des difficultés, de l'épuisement et, à un moment, je devrai faire une pause pour pouvoir continuer. Comme Tchenrezi qui dit « je n'en peux plus, j'explose ». D'un autre côté, on peut être très pragmatique et se dire que cela, dans l'espace d'une vie, c'est atteignable. L'état d'Arhat est un gros morceau mais je renonce à

toute forme de distraction et je me concentre complètement sur ce chemin au travers de la méditation, de l'éthique et du discernement et je vais atteindre ça.

Qu'est-ce qui se passe dans l'esprit d'une Arhati ou d'un Arhat ? Je n'en sais rien. Je n'ai aucune idée mais je peux imaginer que cet état, peut-être, ouvre quelque chose.

J'essaie d'amener l'attention des gens sur le fait que pour les tenants du Mahayana, c.-à-d. ceux qui ont cet élan, cet idéal, il y a quand même cet aboutissement qui s'appelle l'état d'éveil. En ce sens, dans la subjectivité des tenants du Mahayana, comme dans la subjectivité des tenants du Véhicule des Auditeurs, il y a un aboutissement. On a besoin de cette idée d'aboutissement.

Qu'est-ce qui se passe dans l'esprit du Bouddha Shakyamuni lorsqu'il réalise le plein et parfait éveil sous son arbre à Bodh Gaya ? Vingt cinq mille périodes cosmiques infinies de travail au service des autres. Est-ce un point final ? Ou est-ce quelque chose qui s'ouvre ? Que deviennent les Bouddhas après l'éveil ? Là, on n'a aucune idée ! On ne peut pas avoir une vraie appréciation de cette réalité. On n'en sait rien !

Je peux tout à fait considérer que le chemin des Auditeurs amène à une réalisation qui ouvre la possibilité d'entrevoir une continuité du chemin qui, avant cette réalisation, est impossible. Je me dis aussi que le chemin du Bodhisattva amène à l'état de plein éveil qui est peut-être, non pas un point final ni un aboutissement, mais l'ouverture d'une autre possibilité qui, pour nous, est totalement inconcevable parce que même cet état-là nous est inconcevable.

Ainsi je réconcilie les deux, sinon on peut avoir l'arrogance de dire « moi, je suis du Mahayana, les autres ils ne vont pas jusqu'au bout ». Balayons un peu devant notre porte. Est-ce que vous êtes sûrs que lorsque vous atteignez votre plein éveil en votre Bodh Gaya sous l'arbre de la Bodhi que c'est la fin d'un chemin et que tout s'arrête ? Est-ce que c'est la cessation ? Ou est-ce que c'est l'ouverture d'un autre possible ?

Question (inamenable) :

Il y a une série de questions que le Bouddha a refusé de débattre parce que cela n'aurait mené nulle part. Entre autres : « Quelle est la zone d'influence des Terres pures ? Quel est le diamètre d'une Terre pure ? Que deviennent les Bouddhas lorsqu'ils atteignent l'éveil et qu'ils meurent ? ». C'est comme si une grenouille demandait à ce qu'on lui explique la physique quantique. Nous sommes un peu limités.

Shamar Rimpoché, dans un de ses enseignements, nous a dit : « Le Bouddha nous parle en utilisant une culture, un vocabulaire, des structures humaines parce que nous pouvons nous relier à ça. C'est intelligible. Si nous étions des chiens ou des chats, l'enseignement serait Oua-oua ou Miaou miaou ». Donc je pense que le Bouddha a fait l'impasse sur des choses qui n'étaient simplement pas recevables dans l'état actuel des choses pour la plupart des auditeurs, que cela soit des Bodhisattvas ou des Auditeurs du Théravada.

J'ai eu le sentiment et l'expérience, avec une immense tristesse, que je ne réaliserais pas un milliardième de ce que Guendune Rimpoché avait expérimenté et que cette réalisation allait partir avec lui. Quand j'ai vu ça, ce fut un moment d'immense tristesse.

Je lui apportais du courrier pour le lui traduire et ensuite apporter une réponse. Je frappe à sa porte de chambre. J'entends rien. Je rentre. Là, il est en méditation et je vois dans ses yeux l'espace infini de sa réalisation. Il est en lui-même et ne me montre pas le visage humain auquel je peux me relier. Et là, je me dis : « Ah ! Oui ! Ce n'est pas vraiment ce que je pensais ! ». J'ai passé vingt cinq ans auprès de lui, c'est un privilège immense mais ce que j'ai reçu n'était même pas une goutte dans cet océan. Et il y a eu un grand moment de tristesse parce que cet homme pouvait transmettre restera dans son expérience simplement parce que nous n'avons pas les moyens de recevoir cette expérience. Puis, il a pris conscience de ma présence. Et il est redevenu le Lama Guendune que tout le monde connaît.

A la suite de ça, il y a eu un grand moment de creux et puis je me suis dit que l'expérience n'est pas transmissible. On peut transmettre et créer les conditions dans lesquelles l'expérience se fait et ça, il l'a fait pleinement. Avec toutes ces années, j'ai reçu beaucoup plus d'outils que je ne suis en mesure d'utiliser. Cette transmission des outils s'est faite, je crois, complètement. Maintenant, cette réalisation, il m'appartient de l'expérimenter. On a tous reçu suffisamment d'enseignements pour atteindre vraiment la libération. Mais après, il faut se rappeler notre mortalité et l'impermanence. Il faut se rappeler que l'existence conditionnée est un problème et avoir envie de s'en affranchir. Mais ce n'est pas le Maître qui nous donne cela, c'est nous qui le découvrons.

Il y a eu un moment de creux parce que ce que j'ai cru entrevoir, à cet instant-là, était hors de ma portée actuellement. Mais ce n'est pas, dans l'absolu, hors de ma portée. J'espère qu'il y a des choses que je vais continuer à explorer dans les années qui restent pour ce corps. Et après, on continuera ! C'est pour cela que je disais hier qu'une de mes prières importantes est : « Puissé-je ne jamais être séparé d'un Maître authentique dans toutes mes existences. Puissé-je jouir des splendeurs du Dharma, et, développant des qualités sur le chemin, puisse-je rapidement atteindre l'état de plein éveil ». On a créé une dynamique.

C'était important de faire cette expérience. C'était fortuit mais c'était important parce que j'ai vu Guendune Rimpoché différemment.

Question :

J'ai vu dans ses yeux comme un espace infini. L'image qui me revient quand je repense à ça, c'est un espace cosmique avec plein d'étoiles. Je suis sorti d'un centrage très terrien. J'ai vu la voie lactée inscrite dans l'infinitude des voies lactées qui s'inscrivait dans l'infinitude des voies lacté etc.... C'était quelque chose de l'ordre de l'infini. Cette forme qui, pour moi, était Lama Guendune était une traduction de ça. C'était une sorte d'interface qui me permettait de lire autre chose qu'autrement je n'aurais pas pu lire.

C'est l'idée des Trois corps : le corps d'éveil absolu qui est totalement inaccessible pour moi qui peut se manifester de façon très subtile au travers des qualités d'éveil qui sont parfois représentées par les grands Bodhisattvas et puis le corps physique qui est présent en

ce monde et qui me permet de me relier et commencer une connexion avec ce mode d'être absolu. Je pense que ce que j'ai vu à ce moment-là, c'est le mode d'être absolu et c'était une modification de mon regard sur Guendune Rimpoché.

Ma grand-mère qui l'a rencontré lui a donné une kata et lui, il lui a remis une très belle kata en soie. Elle était vraiment belle. Ma grand-mère m'a dit : « il est gentil, ce pépé ». C'était ça aussi. Chacun y voit ce qu'il peut y voir et c'est la même chose avec les enseignements du Bouddha. Chacun voit ce qu'il peut recevoir. Le Bouddha a donné une forme qui est lisible et intelligible par l'humain à ce qui est au-delà du concevable. Il n'a pas enseigné l'inconcevable puisque, par définition, c'est inconcevable mais il a enseigné, dans une pédagogie magnifique, le même texte à tout le monde en même temps et chacun a entendu un autre texte. Et ce texte correspond aux besoins et aux aspirations de chaque personne.

Les Soutras disent que le Bouddha peut parler dans la langue de tout le monde. Il n'y a pas de traduction. On peut le prendre très littéralement. Moi, je le vois métaphoriquement, c'est-à-dire que l'enseignement trouve une réception en chacun qui correspond à son besoin, ses capacités et son aspiration. Après, diviser l'enseignement du Bouddha et faire des chapelles autour de ça, ce sont les défauts de l'humanité appliqués à une pédagogie merveilleuse. Cela n'a rien à faire dans le débat. Le pragmatisme du véhicule des Auditeurs doit être inclus dans la démarche du Bodhisattva. Le Bodhisattva doit cultiver l'idéalisme et, en même temps, cette recherche absolue de la nature de vacuité. Tout le monde participe de ce chemin d'éveil.

Guendune Rimpoché et Shamar Rimpoché nous ont toujours dit : « il n'y a pas trois véhicules, il y a trois types d'êtres ». On peut être dans un club, par exemple ici on peut se dire « club Vajrayana », on peut dire « moi je suis Vajrayaniste » et on a aucune idée de ce que cela veut dire ! On s'est juste accaparé les signes extérieurs du Vajrayanisme et, à l'intérieur, on est peut-être très ordinaire « moi et mon intérêt supérieur ».

Lorsqu'on comprend vraiment le pragmatisme du Véhicule des Auditeurs et qu'on l'incarne dans sa vie, par exemple au travers du Noble octuple sentier, on peut ajouter à ça l'idéal du Bodhisattva et conjuguer les deux. L'idéal doit être fou, l'application doit être au ras des pâquerettes. Si on mélange les deux et qu'on a un idéalisme restreint et un pragmatisme inconséquent, on n'avance pas. Donc on voit bien qu'on a besoin de tous ces éléments et aujourd'hui, grâce à la disponibilité de tous ces enseignements, on peut voir les convergences plutôt que de s'attacher aux détails qui sont des détails de catégories secondaires et insignifiants.

C'est une période intéressante parce que cela ne s'est pas passé beaucoup dans l'histoire du Bouddha. Tout le monde était réuni autour du Bouddha. Et très rapidement dans les générations qui ont suivi, tout ça s'est fractionné géographiquement, philosophiquement et après, c'est parti au Tibet, au Japon, en Chine etc. Il y avait beaucoup de distance et beaucoup de préjugés. Maintenant, en France, en Europe, on a la chance d'avoir de très belles traductions, comme dans ce livre où l'auteur, Tashi Tséring, essaye d'amener des convergences de vues en expliquant pourquoi on voit ceci ici et cela là-bas mais dans le fond, il n'y a pas vraiment de différence. J'ai un ami Lama Lhundrup qui a créé une fondation qui s'appelle « Ekadharma » ce qui veut dire « Un seul Dharma ».

Donc nous sommes à un moment de rencontres. On comprend les différences, les points de vue différents, on voit leurs fonctionnalités mais on voit que cela ne représente pas le fond. On peut suivre une tradition, un système mais aussi avoir une grande appréciation pour tous les autres systèmes en considérant que tout cela fait partie d'un chemin qui mène vers l'éveil d'une façon ou d'une autre.