

Karma Trinlay Rinpoché

Bodhicaryavatara- Partie 1

Institut Yeunten Ling – 7 septembre 2024, Matin

Je vous remercie tous de nous avoir accompagné dans la prise de refuge, la génération de la bodhicitta et je vous remercie également pour votre présence. C'est un plaisir de vous retrouver à nouveau ici, à Yeunten Ling.

Depuis l'année dernière, nous avons donc commencé l'étude du texte intitulé *Le Bodhisattvacaryavatara*, en Sanskrit, en tibétain *djang choub sempai cheupa la djoug pa*, donc l'entrée dans la conduite des bodhisattvas, du maître indien Shantideva qui a vécu aux environs du VII^e siècle de notre ère.

Ce texte est un texte bouddhique que nous désignons comme un *shastra*, ou *ten tcheu* en tibétain, c'est à dire que ce n'est pas un soutra ou un texte attribué au Bouddha mais il porte sur les enseignements du Bouddha.

Nous pouvons l'appeler en ce sens une sorte de texte exégétique, qui nous donne accès aux enseignements du Bouddha.

Les textes attribués au Bouddha sont extrêmement vastes. Vous avez par exemple ce que l'on nomme la collection des *soutras* qui restitue l'enseignement du Bouddha et qui comprend déjà plus de 104 volumes.

Ce corpus est vaste et un texte comme celui de Shantideva résume les points que l'on trouve éparés à travers un large corpus de littérature et enseignements.

Premier point, c'est qu'un traité comme un *Shastra* résume, ramène.

Deuxième point (un *shastra*) présente (les enseignements) dans un ordre cohérent, c'est à dire met en relation divers enseignements et (fait le lien) entre ces différents enseignements.

Aussi, certains points peuvent être difficiles à comprendre et le texte essaie ici de rendre ces points explicites, clairs, accessibles. En ce sens, c'est ce que proposent tous les *shastras* bouddhiques à l'ensemble ou à une partie des enseignements du Bouddha.

En général, l'ensemble des enseignements du Bouddha sont présentés par rapport à son talent pédagogique. Le Bouddha a donné des enseignements plus ou moins abordables selon les dispositions, les capacités de ses disciples. Un certain nombre d'enseignements et de méthodes de pratique sont accessibles au plus grand nombre. C'est ce que l'on nomme le véhicule commun ou l'enseignement commun du bouddhisme, le véhicule dit des auditeurs ou des shravakas. Les shravakas étaient la majorité des disciples du Bouddha.

Ensuite, il existe un autre corpus d'enseignements, associé à celui des shravakas, que l'on nomme le véhicule des bouddhas par soi, des bouddhas solitaires.

Ensuite, les enseignements moins accessibles qui sont plus proches de la pratique même du Bouddha, que l'on nomme le véhicule des bodhisattvas. C'est l'enseignement, peut-on dire ésotérique, moins accessible dans un certain sens.

Cette distinction, que l'on nomme véhicule, se fonde surtout par rapport à la motivation et aux capacités des pratiquants.

Les aspirations du véhicule des shravakas, c'est vraiment basé sur la poursuite de l'éveil, la libération de l'existence conditionnée, tout d'abord pour soi-même. Ensuite le pratiquant va progressivement comprendre la vacuité de son esprit. De cette réalisation, il va se libérer des causes et des conditions de l'existence dans le samsara et de l'expérience du mal-être.

Dans le véhicule des pratiékabouddhas, le pratiquant comprend et surtout s'appuie sur une compréhension des douze parties de la coproduction conditionnée.

Contemplant le sens inverse de la présentation, par l'observation de la mort, il comprend la naissance, le devenir. Du devenir, (il comprend) toutes les causes en remontant jusqu'à l'ignorance et de l'ignorance à la compréhension de la vacuité. Donc, il comprend à la fois la vacuité de l'esprit, et il comprend partiellement la vacuité des phénomènes.

Le bodhisattva s'appuie surtout sur la compréhension de la vacuité à la fois de l'individu et des phénomènes. Il poursuit, non pas simplement pour lui, l'au-delà du mal-être, mais se focalise surtout sur (l'aspect) d'œuvrer pour le bien des êtres et il souhaite établir tous les êtres sensibles dans l'Éveil parfait. Donc, on peut voir ainsi différents degrés de motivation et différents degrés de compréhension, et en fonction de cela aussi, des objectifs, des résultats et des fruits différents.

L'ensemble de cette littérature du Bouddha peut être aussi divisée en fonction du sujet principal qui est abordé. Dans l'ensemble, tous les enseignements du Bouddha que l'on nomme les trois exercices ou trois entraînements du pratiquant sont: la discipline éthique, l'entraînement contemplatif et enfin le développement du discernement, de la sagesse : on nomme cela le *trishiksa chila samadhi Prajna* en termes sanskrit. En tibétain, on dit *lab pa sum*.

Ce n'est pas le texte en question que nous étudions ; nous étudions le véhicule des bodhisattvas.

Donc Shantideva ici, on lui attribue un autre (texte : le Compendium des Sutras) mais nous ne l'avons pas. Ce n'est pas parvenu jusqu'à nous, ça a été perdu. Les deux textes qui existent sont le Bodhisattvacaryavattara, que nous sommes en train d'étudier, et le Shikhsasamuccaya, le Compendium des entraînements (qui s'adresse à ceux qui ont déjà une certaine connaissance des enseignements du Bouddha).

Ces textes évidemment présentent les enseignements que l'on trouve dans le véhicule des bodhisattvas, aussi appelé le grand véhicule.

Et en particulier, les enseignements que l'on trouve dans les soutras. Les soutras traitent principalement de l'exercice contemplatif, alors que le Vinaya traite de la discipline éthique et les Abhidharma de la connaissance et de la sagesse. Donc ici, ce texte aborde surtout les enseignements que l'on trouve dans les soutras.

Les deux textes de Shantideva que je viens de mentionner ne sont pas sans rapport (l'un avec l'autre). Le Shikhsa Samuccaya est présent en fait dans toutes les pratiques des bodhisattvas, mais citant tous les soutras et les différents passages des enseignements du Bouddha. C'est un texte, en ce sens, plutôt pour quelqu'un d'un peu plus familier avec les enseignements. Le Bodhicaryavattara, par contraste, est plus abordable, plus explicite, plus pour le pratiquant étudiant débutant, si je puis dire.

Question du traducteur néerlandais sur l'existence des textes attribués à Shantideva

Réponse de Trinlay Rinpoche :

Il y avait trois ouvrages : Il y en a deux qui sont parvenus jusqu'à nous ; le troisième est perdu, mais les deux existent. Ok, le Shiksa Samuccaya et le Bodhicaryavattara existent.

TR

Pour répondre à votre question. Le troisième texte, on le nomme souvent DOTU, le Compendium des soutras est attribué à Nagarjuna. Mais il se peut qu'il y en ait eu un autre rédigé par Shantideva, qui est d'ailleurs mentionné dans le texte lui-même. Donc c'est celui qu'on pense qui est perdu. Certains disent que finalement peut être ce sont les mêmes textes, les deux sont les mêmes textes, le Shiksa Samuccaya et le Sutra Samuccaya. En tout cas, Shiksa Samuccaya, nous l'avons.

Shiksa Samuccaya est plus difficile ; le Bodhicaryavattara est plus facile et nous en avons plusieurs traductions. Vous avez l'ouvrage publié par les éditions Padmakara, une nouvelle traduction que nous avons utilisée. Je vous recommande de le consulter. En parallèle il existe au moins trois autres traductions en français, à ma connaissance, donc l'édition précédente, puis une édition assez ancienne qui date du début ou milieu du XX^e siècle.

Il existe au moins trois, voire quatre traductions du Bodhicaryavattara en français. De toute façon, je vous recommande de regarder toutes les traductions, les commenter, les consulter et les comparer.

Autre version : 'Vivre en héros pour l'éveil' : c'est une quatrième traduction française.

Pour les anglophones également, il existe un certain nombre de traductions, notamment une excellente traduction du Bodhicaryavattara par le groupe de traducteurs de Padmakara. Vous avez également l'excellente traduction à partir du sanskrit et du tibétain, de Wallace et Vesna: 'A guide to the bodhisattva way of life', ed. Snow Lion 1997, qui est aussi une très bonne traduction en anglais.

Ce que vous verrez d'emblée, c'est que le texte est sous forme de stances. Donc c'est un texte qui se veut évidemment d'un accès plus facile à l'enseignement du Bouddha mais qui reste difficile, par sa forme.

Dans les temps anciens en Inde, étant donné l'absence des développements technologiques que nous connaissons aujourd'hui, pour conserver un texte, il était très important de pouvoir le résumer et le rendre facilement assimilable par la mémoire. Or, la forme métrée et poétique des stances permet de mémoriser plus facilement le texte. Comme on n'avait pas accès à tant de copies, les étudiants mémorisaient le texte et donc c'était important, pour l'auteur, de le condenser.

La contrainte de condenser, de résumer, a l'avantage de pouvoir mémoriser plus facilement, mais a le désavantage d'être moins explicite.

C'est un peu comme dans un poème, si vous voulez. C'est court, facile à retenir et c'est beau, mais on ne sait pas toujours très clairement ce qu'il veut dire (rire) ; Mais la tradition a compensé ce problème en écrivant des commentaires (rire) ;

Donc, c'est un peu comme (et j'aime bien donner cette analogie) aujourd'hui, quand vous essayez d'envoyer des fichiers très lourds par courrier électronique, parfois ça ne passe pas, n'est-ce pas ? C'est trop lourd. Donc vous, vous devez le condenser,

mais le récipient, de l'autre côté, ne peut pas l'ouvrir, sauf s'il a un programme qui permet d'avoir accès au texte.

C'est un peu ainsi, le commentaire se sert d'outil qui permet de rendre ce qui est implicite et pas clair, explicite et clair.

Donc il existe une variété de commentaires différents. Certains auteurs de Shastra ont écrit eux-mêmes un commentaire sur leurs propres stances. Le terme néologisme utilisé, c'est auto commentaire : c'est l'auteur qui se commente lui-même ou rend lui-même les stances explicites à ses disciples qui ont pu écrire également des commentaires sur le texte. Il cite une variété de commentaires. Il y a certains commentaires qui se focalisent uniquement sur la forme, les difficultés de la forme, c'est les commentaires mot à mot si je puis dire. En tibétain, les termes respectifs pour l'auto commentaire, c'est *rang deun* et le commentaire pour le mot à mot, on appelle ça *tsig deun*.

Par exemple pour évoquer, vérifier un point de grammaire qui a dû être condensé ou implicite dans le texte, ou pour bien montrer la relation, juste rendre le texte en vers en forme condensée, explicite, ça c'est une forme de commentaire. Après, vous avez d'autres types de commentaires qui se préoccupent moins des mots, mais surtout du sens. (Ce deuxième type de commentaire) rend ce qui a été présenté de manière abrégée, succincte, en développant au niveau du sens.

Donc le texte à l'origine a été écrit en sanskrit, qui est la langue savante de l'Inde. Concernant le sanskrit, il existe le sanskrit classique et une forme de sanskrit spécifique au bouddhisme qu'aujourd'hui, on appelle souvent le sanskrit bouddhique. Certains le nomment une sorte de sanskrit hybride bouddhique un peu différent, et donc c'est dans cette forme de sanskrit que ce texte a été écrit à l'origine. Le sanskrit avec le pali sont les deux grandes langues de l'Inde, encore en usage pour la littérature bouddhique en général.

Il existait évidemment des textes écrits dans d'autres langues de l'Inde. Comme le magadhi, etc. Mais nous avons beaucoup moins de textes dans cette langue (?).

Donc le Bohicaryavattara, a été traduit très tôt en tibétain et nous en avons des commentaires indiens et sanskrit et aussi un grand nombre de commentaires en tibétain.

Le Bodhicaryavattara comprend un peu moins de 1000 stances et nous avons, comme je vous le dis, divers commentaires. Le commentaire que j'utilise est celui écrit Pawo Tsuglag Threngwa, un maître très important de notre lignée, un maître qui a vécu au XVI^e siècle au Tibet. Il était un disciple et aussi contemporain du huitième Karmapa. C'était l'un des maîtres spirituels et principal aussi, du neuvième Karmapa, et du quatrième Shamarpa.

Donc c'est un maître important, d'une très grande érudition, il est surtout connu pour son travail historique. Il a écrit une histoire de la lignée Kagyu et particulièrement Karma Kagyu et son œuvre est considérée comme un travail remarquable d'historien. Il utilise les méthodes presque contemporaines de recherche dans l'histoire, etc. Donc, il est regardé avec beaucoup d'estime, c'est une référence pour l'étude de l'histoire du bouddhisme au Tibet.

Le dernier prédécesseur de Pawo Rinpoché est venu en Europe. Il a vécu un certain temps en France, notamment en Dordogne.

Son commentaire est particulièrement remarquable à différents niveaux, c'est à dire qu'il reprend déjà tous les commentaires indiens et il les compare, il les cite. Et puis il développe de manière très détaillée et complète, tous les points abordés dans le Bodhicaryavatara et apporte toute la compréhension, l'interprétation, selon notre lignée. Et en ce sens-là, c'est un des plus remarquables, des plus beaux commentaires sur le Bodhicaryavatara en tibétain.

Nous n'avons pas de traduction complète de ce commentaire ; il en existe une version partielle par Brunholds (?) en anglais mais c'est tout, à ma connaissance.

Pour résumer un peu le Bodhicaryavatara, on peut dire qu'il traite d'un seul sujet, c'est l'esprit de l'éveil, la bodhicitta.

Il présente ce sujet à travers près de 900 stances, divisé en dix chapitres.

Ce sont donc d'abord l'éloge de la pensée de l'éveil ou selon la traduction, les bienfaits de l'esprit de l'Éveil.

Le chapitre deux s'intitule la confession.

Le chapitre trois, l'adoption de l'esprit de l'Éveil.

Le chapitre cinq est intitulé la vigilance.

Et le chapitre six, l'enseignement sur la patience, dans notre traduction.

Et le chapitre sept, c'est le courage, selon notre traduction.

Et chapitre huit, la concentration.

Chapitre neuf, la sagesse, la connaissance transcendante

Le dernier chapitre, la dédicace des mérites.

Pawo Tsuglak ne délimite pas de cette manière les 10 chapitres, mais il y a un autre commentaire de Khenpo Kunpal qui s'appuie sur une stance de Nagarjuna qui est la suivante :

Puisse la Bodhicitta ou la pensée de l'Éveil, si vous préférez, prendre naissance là où elle n'est pas encore née. Puisse-t-elle ne jamais faillir là où elle a pris naissance mais toujours croître de plus en plus.

En tibétain : djang choub sem tcho rinpoche /ma kye pa nam kye gyour tchig /kye pa nyam pa me pa dang /gong ne gong dou pel war cho //

C'est une stance attribuée à Nagarjuna

il y a trois points abordés : comment l'acquérir la bodhicitta? Une fois qu'on l'a acquise, comment faire en sorte de ne pas la perdre ? Et ensuite comment l'améliorer, la faire croître ? Trois thèmes principaux et Khenpo Kunpal utilise tout le bodhicaryavattara sur la base de ces trois points, ce qui permet de voir ensemble, de résumer ensemble les dix chapitres.

Ainsi, les trois premiers chapitres présentent en quelque sorte comment acquérir la bodhicitta. Le premier chapitre nous présente les bienfaits de la bodhicitta : en prenant connaissance des bienfaits de la bodhicitta, on est enclin à l'adopter.

Une fois qu'on est enclin à adopter cette qualité, ensuite, plus concrètement, il s'agit de générer effectivement cette attitude en soi.

Donc, il présente ici la pratique en sept parties que l'on nomme souvent la 'pratique en sept branches', qui comprend les offrandes aux Trois joyaux : déférence et offrande, refuge, dévoilement des fautes ou confession, réjouissance des mérites,

demander aux Bouddhas de mettre en branle la roue de l'enseignement et de demeurer longtemps et la dédicace des mérites. Ce sont là les sept pratiques, les pratiques en sept branches.

La pratique en sept parties a des variantes. C'est un classique de la pratique dans le Grand Véhicule. Vous le retrouvez régulièrement, que ce soit lors des rassemblements ou des pratiques formelles. Mais on le retrouve également dans les méthodes de pratique du Vajrayana, c'est vraiment une pratique fondamentale. On peut la nommer aussi une sorte de pratique préparatoire. Telle que présentée ici dans le bodhicaryavattara, c'est une pratique préparatoire à la génération de la bodhicitta.

- Donc, dans ce cadre-là, on distingue parfois l'hommage et l'offrande aux Trois Joyaux comme deux pratiques distinctes. Elles peuvent aussi être réunies. Shantideva ajoute aussi l'offrande incluant l'hommage aux Trois Joyaux.
- La prise de refuge est traitée à part.
- Puis vous avez le dévoilement des fautes : ici, s'appuyant sur les quatre forces, on se détourne de toutes les dispositions négatives qui sont des entraves au développement de la bodhicitta.
- La réjouissance des vertus, c'est à dire prendre connaissance des qualités et de s'en réjouir profondément et ainsi développer des dispositions pour générer la bodhicitta.
- La requête solennelle au Bouddha d'enseigner, de demeurer longtemps pour le bien des êtres.
- la dédicace, c'est à dire ici faire don de ses mérites à tous les êtres, à tous les autres êtres sensibles, et aussi dédier le mérite pour l'obtention de l'Eveil complet, l'Eveil de tous les Êtres.

Donc c'est la pratique en sept branches sur la manière de développer cette attitude de courage que caractérise la bodhicitta. (Cette attitude) est suivie par la formulation de l'engagement, c'est à dire la prise des vœux de bodhisattva, point culminant du chapitre trois. Donc le premier chapitre traite surtout des bienfaits.

Les chapitres deux et trois présentent la pratique en sept parties qui culmine avec la prise des vœux de bodhisattva et de la réjouissance, (la pratique) est conclue par la réjouissance dans le fait d'avoir pris les vœux de Bodhisattva.

Donc, les trois premiers chapitres sont: 'Comment faire naître la bodhicitta là où elle n'a pas encore pris naissance' ?

Les trois chapitres qui vont suivre : quatre, cinq, six présentent essentiellement : 'comment faire pour ne jamais perdre la bodhicitta' ?

Ce qui répond à cette problématique : 'Comment ne pas perdre la bodhicitta' ? (tib.), c'est : l'application, l'enseignement sur l'application, *Pao yeu pa* (tib), la vigilance qui comprend la discipline éthique et la patience ; l'enseignement sur la patience présente la troisième paramita, celle de longanimité ou patience.

Ensuite les trois derniers chapitres : 'Comment faire en sorte de perfectionner la bodhicitta acquise, maintenue ? Il faut la perfectionner à son degré le plus parfait, l'Éveil, grâce à l'enthousiasme, la concentration et surtout la connaissance transcendante.

Le tout dernier chapitre s'intitule simplement dédicace, prière d'aspiration qui conclut le texte rédigé par Shantideva.

Donc la question à laquelle il faut d'emblée répondre :

Qu'est-ce que c'est que la bodhicitta ?

Nous l'avons traduit : l'esprit de l'Éveil.

Pour résumer, c'est aujourd'hui de trouver en nous ce qui est le plus proche de l'Éveil, ce qui va aboutir à l'Éveil dans notre condition présente. Comment discerner, reconnaître la part d'Éveil en nous ou ce qui exprime l'Éveil en nous et qui nous porte à l'Éveil ?

Éveil de Bouddha et éveil au sens commun)

Évidemment, vous allez me poser la question : Mais qu'est-ce que c'est que l'éveil ? Le terme indiquant son opposé est le sommeil.

L'éveil, c'est l'absence de sommeil. L'éveil, parce que c'est une sorte d'analogie. Vous avez d'une part ce qui se passe par un autre sommeil : c'est la confusion, c'est l'absence de discernement. Ce sont nos biais cognitifs, notre ignorance qui est associée au mal-être, qui est le fondement, la base du vécu caractérisé par le mal être, ce vécu impermanent et conditionné est caractérisé par le mal-être.

Donc ça, c'est le sommeil. Aussi le sommeil, c'est une sorte d'absence de liberté, c'est la limite de nos capacités. Tout ça peut s'entendre un peu dans le sens du sommeil, si vous voulez. L'Éveil par opposition, qu'est-ce que c'est ? Ce n'est pas, comme certains l'imaginent peut-être, une sorte de dimension autre, l'union avec une réalité subliminale quelconque, sorte de paradis, etc.

C'est simplement l'absence de confusion, l'absence de toute confusion, de tout égarement. Et donc ça se caractérise par le discernement, la sagesse, la liberté implicite. Ce que l'on nomme ignorance, mal être sont entre guillemets. (Ignorance et mal-être) sont fortuits, adventices, c'est-à-dire qu'ils n'ont pas de véritable raison d'être. Ils s'appuient simplement, se manifestent simplement du fait de la confusion.

Et par opposé, eh bien, il y a la réalité de notre esprit fondamentalement libre.

Cette réalité de l'esprit qui est libre, c'est une manière de parler sans réifier. Il ne faut pas réifier, ici, l'esprit, mais comprendre tout simplement son potentiel libre, libre de mal-être, potentiel aussi de discernement.

Alors fondamentalement, le message ou le but, c'est simplement d'actualiser pleinement son potentiel.

Dans ce sens, ce que l'on nomme l'Éveil, ce n'est pas tant quelque chose qu'il nous faut produire et créer, c'est la réalité. Simplement, c'est la réalité que nous ignorons. Donc en fait, la voie, c'est de dissiper l'ignorance qui entrave à l'expression de l'Éveil.

Donc, nous reviendrons aussi par la suite à ce sujet plus en détail.

Simplement, si nous nous posons la question : 'que suis-je, qu'est-ce que ma réalité ? Je peux avoir cette idée 'je suis un, je m'appelle untel', etc. Mais en fait, on va vite se rendre compte qu'il s'agit de conventions. Vous auriez très bien pu vous appeler par un autre nom, vous auriez très bien pu naître dans d'autres conditions. Il n'y a rien de véritablement irréductible par rapport à votre identité.

Lorsque l'on pense à soi-même, on aura du mal à désigner vraiment qui est notre sujet. Ce qui est en quelque sorte indéniable, c'est qu'il y a cette expérience que nous sommes en train de percevoir et que nous avons des pensées, des représentations, des ressentis.

Mais cette expérience, simplement cette capacité d'expérience, de perception, on lui attribue toutes sortes d'interprétations : 'ça, c'est agréable, c'est bon ; ça c'est mauvais'. Toutes sortes de discriminations entre soi et autrui. Et quand on regarde bien, ces discriminations, en somme, ce sont des sortes d'attribution de représentations, une sorte de construction fictive qui peut être temporairement utile par rapport à un certain ressenti, par rapport à une certaine manière de nous positionner vis à vis des situations et des personnes qui nous entourent. Mais on voit bien que c'est toujours conventionnel, relatif.

Alors peu importe, mais simplement le fait même que nous ayons eu cette expérience, ces perceptions de la chose qui a cette expérience, c'est ce que nous appelons l'esprit. Et nous interprétons cette expérience comme étant 'quelqu'un', 'quelque chose' qui fait cette expérience et que je saisis comme 'je'. Ce que je peux appeler le 'je' en général, c'est le sujet, l'agent, celui qui est dans le siège de conducteur, si je puis dire, (celui) qui prend les décisions.

C'est ça le 'je', n'est-ce pas ? C'est le 'je' et nous assumons, sur la base de ce simple vécu d'expérience, qu'il y a expérience, pensée, perception. Donc je pense qu'il y a quelque chose qui perçoit, qui est distinct de ce qui est perçu. C'est des niveaux d'interprétation. Je vous disais tout à l'heure, on interprète sur la base d'une expérience.

Mais quand on essaie de regarder, observer cette chose qui est expérience, ce que l'on nomme l'esprit, si on essaie de l'observer, voir comment il est, où il est, en quoi est-il sujet ?, c'est très difficile. Où s'arrête le sujet et où commence l'objet ?

Quand on regarde d'une part s'il y a un sujet, quelque chose, une sorte d'entité distincte, est-ce que c'est un avec l'essence ? Est-ce que c'est la chose perçue ? Est-ce la chose qui perçoit ou le sujet qui perçoit, qui fait l'expérience en tant qu'entité ? (?enregistrement inaudible).....

01:14:31

... À l'observer, à le saisir ? Il n'a pas de forme. Il n'a pas de couleur. On ne peut pas lui désigner un locus, un lieu où il se trouve. Et c'est en ce sens-là que l'on ne trouve pas un soi, qu'on parle de vacuité. Le terme vacuité, ça ne veut pas dire une sorte de néant, c'est qu'en fait, quand on essaie d'observer le sujet qui perçoit, on ne peut pas le trouver.

Ne pas pouvoir observer quelque chose qui correspond à notre idée du 'je' ou ne pas trouver une forme, une couleur, un locus, etc., ça ne veut pas dire qu'on n'a rien trouvé pour autant. La vacuité, le terme vacuité, ça ne veut pas dire le rien, le néant. On n'a pas trouvé quelque chose, mais on n'a pas trouvé 'rien' non plus. Il y a quand même toujours cette expérience, cette perception.

Cet aspect d'expérience, de vécu, on le nomme clarté ou luminosité, en analogie à la lumière rendant visibles les formes, les couleurs, etc. L'esprit a cette qualité de rendre toute perception possible, toute expérience possible. Sans l'esprit, il n'y aurait rien, il y aurait un néant.

Mais cette expérience, l'esprit, est vacuité.

C'est vacuité, ni existant, ni non-existant, ni les deux à la fois, ni le contraire des deux à la fois.

Nous pensons qu'il y a d'une part sujet et d'autre part objet, que ce sujet est quelque chose d'impermanent ; on cherche le 'je' mais on n'arrive pas à l'observer, (le percevoir)

C'est cela la réalité qui constitue la base de toute notre expérience. Il n'y a pas de (néant ?), sinon il n'y aurait absolument rien. Mais du simple fait qu'il y a expérience, nous attribuons 'être' à cela.

'Je suis' s'appuie simplement sur cette base d'expérience. Mais quand je cherche 'l'être qui est', je ne le trouve pas dans l'expérience, dans cette qualité de vécu ou de luminosité.

Et ça, ce n'est pas une question d'opinion, de croyance, c'est quelque chose que nous pouvons directement observer.

Que nous la reconnaissons ou ne la reconnaissons pas, ça demeure toujours la réalité, la réalité qu'il nous faut découvrir. Donc ici, on utilise le terme 'inséparabilité ou union de la vacuité et de la luminosité, ou clarté'.

Et ça, c'est simplement la réalité. Si on regarde, si on se tourne vers le Bouddha et la Bible on consulte par exemple, le Lalitavistara qui retrace la vie du Bouddha, on voit le Bouddha formuler sa découverte après l'éveil et dire : (citation en tibétain) *tsa bou...* (tib) savoir profond, subtil. (Ce terme) indique ici la vacuité, c'est à dire insaisissable, aucun concept, '*chiwa*'(tib) : parfaitement paisible. Cette réalité est libre de tout. On se sent parfaitement paisible en ce sens que l'on ne connaît aucune agitation. Les afflictions, les concepts, etc. ne sont pas constitutifs. C'est la qualité d'expérience en elle-même, la base de l'expérience, qui est parfaitement paisible.

treupa dang trelwa (tib.) signifie 'libre de toutes les représentations, de toute réification'. C'est la luminosité inconditionnée qui est immortelle.

Qualité immortelle, on ne peut pas trouver son origine, quand ça a commencé, ni quand ça va s'arrêter. Et c'est une qualité perpétuelle. Mais il n'y a rien non plus de saisissable en tant que substantialité de soi ou de non-soi, réalité originelle de notre esprit.

Si cela est découvert et (si) notre esprit demeure dans cette réalité, il est parfaitement libre. Si cette réalité n'est pas reconnue, il y a non-reconnaissance, en ce sens que l'ignorance, le fait de ne pas voir, se manifeste aussi par la méprise, la distorsion.

Donc, quelle est la distorsion ? Quelle est l'ignorance ? On ne voit pas la vacuité, on saisit un 'je', on ne reconnaît pas la luminosité on saisit toute expérience comme une altérité distincte. Et cette saisie duelle 'je-autrui' dispose aux afflictions, c'est à dire désir-attachement, haine-aversion déterminent notre volition et nos actes, déterminent notre caractère, notre devenir. Et l'expérience manifeste qui est empreinte d'impermanence est dès lors (une expérience) de déception. Et donc ça, c'est le samsara possible. C'est un possible, ça n'a pas été produit par quelqu'un, ça n'a pas été infligé, ce n'est pas le fruit du hasard, seulement le possible. Comme avec la vue : le fait de voir vient que la vue ne se voit pas.

Avec l'expérience ou l'esprit, vient aussi la non-reconnaissance, la possibilité de la non-reconnaissance de cet esprit. Et c'est ça notre situation présente. Et si on la reconnaît, eh bien, la liberté est là.

Donc, tout monde, toutes les pratiques bouddhiques, toute l'étude du Dharma, etc. ont pour objectif de nous amener à reconnaître cette réalité, simplement reconnaître la réalité telle qu'elle est. Il ne s'agit pas de nous instruire à développer un certain concept artificiel, une représentation artificielle ou des croyances, mais simplement d'aller au-delà de toutes nos confusions et de simplement reconnaître la réalité. C'est cette réalité de notre esprit qui fonde aussi la réalité de tous les phénomènes.

Présentement, du fait de cette ignorance, il y a cet attachement profond au 'je'. Nous avons sans cesse servi le 'je', servi cette fiction que nous entretenons, qui en fait, nous éloigne de notre réalité et qui est cause de notre souffrance perpétuelle.

Cependant, même si nous sommes si attachés au 'je', quelque part, la réalité de notre esprit se manifeste malgré nos fictions, en ce sens que nous pouvons exprimer la bonté, la bienveillance, la compassion, la générosité, une attitude complètement désintéressée. C'est ce que nous voyons les êtres exprimer constamment.

Par l'amour et la compassion dont on parle parfois, on utilise le terme de 'nature de bouddha.' Cette nature de bouddha, c'est simplement cette réalité de vacuité et luminosité dont on a parlé, qui est présente chez tous les êtres, parce que c'est simplement notre réalité. Et cette réalité (s'exprime, c'est-à-dire) est réellement le soi. Exister, c'est quelque part impossible.

En ce sens, on voit clairement comment la saisie du 'je' et donc l'amour du 'je', l'attachement au 'je' qui en vient, tout ça est fondé sur une fiction.

Plus notre attachement à cette fiction est forte, plus le chérissement du 'je' est fort et plus la souffrance est grande.

Et spontanément parfois, eh bien, on est à même d'exprimer une attitude complètement à l'opposé de l'amour du 'je', de la saisie du 'je', totalement, spontanément, naturellement, les humains l'expriment, les animaux l'expriment, tous les êtres sont à même de pouvoir l'exprimer.

Le Bouddha a partagé les souvenirs de ses vies antérieures et parfois, on présente le début du parcours du Bouddha vers l'éveil par un événement, une naissance antérieure du Bouddha.

Avant de rencontrer la voie, il était né dans l'enfer, il avait pris naissance en enfer. Et en enfer, il est dit qu'il était obligé de tirer une charrette avec une autre personne. Tous deux, ils tiraient cette charrette et on les frappait, on les battait. Tandis qu'ils souffraient énormément, un instant de bonté, d'affection s'est élevé dans l'esprit du futur Bouddha, de cet être qui se trouvait en enfer. Il s'est tourné contre la personne qui le battait et dit : 'laissez mon compagnon se reposer, je vais tirer la charrette seul. Laissez-lui un instant de répit'. Cet instant de bonté s'est élevé en lui. Le gardien de l'enfer lui dit : 'Comment oses-tu me parler ainsi ? Il le frappa si fort qu'il le tua à l'instant. Mais à cause de cet instant de bonté, il a échappé à l'enfer. Il a repris immédiatement une naissance heureuse.

Cela montre à quel point cette pensée de bonté peut s'exprimer chez n'importe quel être sensible, dans n'importe quelle condition. Au-delà de notre attachement à notre fiction, c'est la modalité naturelle de notre esprit, si vous voulez, qui s'exprime même sous l'emprise de la confusion, apporte un bienfait immense, certes temporaire, mais en s'appuyant sur cette qualité, on peut complètement dépasser toutes les fictions, toutes les entraves qui empêchent nos qualités originelles d'être manifestes.

La bodhicitta s'appuie sur cette attitude spontanée d'amour que l'on a, de la bienveillance qu'on est capable d'exprimer. La bodhicitta, c'est amener cette bienveillance au plus haut degré et la rendre universelle. C'est un amour-bienveillance au plus haut degré, complètement désintéressé et universel, en ce sens qu'on l'exprime à tous les êtres sensibles sans exception aucune. Donc, en ce sens c'est une perspective altruiste.

Donc, la bodhicitta s'exprime d'abord dans le vœu, non pas pour son (propre) éveil seulement, mais le vœu d'accomplir l'éveil de tous les êtres sensibles, sans exception et afin de réaliser ça, (on fait le vœu) d'atteindre l'éveil comme moyen pour aider les êtres, comme support pour s'appuyer sur cette intention. C'est ce qui constitue, au niveau débutant relatif, l'accès à la bodhicitta.

Donc, on peut parfois imaginer que la bodhicitta, c'est une sorte de voie altruiste de sacrifice pour les autres. Ce genre de chose, on peut le penser, mais on va voir qu'en fait on y trouve véritablement son salut, c'est à dire œuvrer pour le bien des autres et finalement accomplir réellement aussi son propre salut, sans exclure les autres, évidemment.

Par exemple, déjà cultiver cette attitude d'affection, de bienveillance et (la) montrer à l'égard de tous les êtres sensibles sans exception.

Peut-être certains d'entre vous pensent : 'oui, je veux bien, sauf cette personne-là'. On peut penser ça : 'Je suis prêt à aimer tout le monde, sauf...' Quand on dit cela, on est en train de se nuire à soi-même. Si la bienveillance est là, cette attitude protège de la haine-aversion, de l'attitude d'hostilité. Si cette attitude n'est pas universelle, il y a toujours la possibilité de la haine-aversion. C'est un poison. Quiconque le cultive, son esprit aussitôt éprouve le mal-être qui crée les causes du mal-être. Donc, on voit déjà d'emblée comment le fait de développer cette attitude de manière universelle nous protège pour nous-mêmes. Qui a cette attitude-là connaît le bien-être temporaire, comme dans l'exemple de l'histoire du Bouddha, dans l'une de ses vies antérieures.

En somme, le Bouddha a partagé ses découvertes avec nous. Il a découvert les bienfaits de l'attitude de la bienveillance.

Ainsi, si nous développons cette attitude, nous sommes en train d'accomplir notre propre bénéfice. Il n'y a pas besoin d'avoir une attitude intéressée. L'attitude intéressée, en quelque sorte, empêche la possibilité de tirer tous les bienfaits possibles.

En cultivant cette attitude désintéressée, on a comblé son bien. Mais ça n'exclut pas le fait d'accomplir le bien des autres. Déjà, on ne nuit plus aux autres êtres sensibles et on devient même capable d'aider effectivement les êtres.

Il y a toute une problématique à cette idée 'd'aider les êtres' : toutes les horreurs du monde sont faites en ce nom-là.

On dit : ' je veux aider les uns, les autres,' etc., mais énormément de choses horribles ont été accomplies (en ce nom). Donc, qu'est-ce qui est réellement bénéfique pour les êtres ? C'est de découvrir leur réelle qualité. Mais si nous ne la connaissons pas, si nous ne sommes pas à même de l'exprimer, nous ne pourrions pas l'inspirer aux autres, on ne pourra pas faire preuve de réelle bonté.

QUESTIONS

Nous pouvons à présent prendre quelques minutes pour nos questions, si vous en avez.

Question sur la bodhicitta qui s'adresse aux êtres sensibles

Trinlay Rinpoche

On utilise ce terme être sensible pour désigner les êtres qui sont donc tous les êtres qui ont un esprit, tous les esprits. Ça va du microbe à la baleine, aux dieux, aux êtres des enfers, ça inclut tout. Et l'insensible peut être la table, le pilier ; les plantes sont considérées comme êtres insensibles aussi, pas des êtres sensibles. Ça ne veut pas dire qu'ils ne réagissent pas. Évidemment, les plantes respirent, c'est des êtres vivants, mais pas nécessairement sensibles.

J'en conviens, avec vous, pas besoin d'exclure quiconque, quelque type d'être que ce soit. On peut éprouver de la bienveillance à l'égard de tout, absolument tout. Mais disons que le pilier ne ressent ni la douleur, ni le plaisir, et de même, l'arbre n'a pas de ressenti. En ce sens-là, donc, en général, la compassion, c'est par rapport à un être qui ressent de la douleur.

L'amour bienveillant, c'est à l'égard des êtres, qui ressentent le bien-être. Si le pilier peut ressentir le bien être, bien sûr, je lui souhaite.

Cela répond-il à votre question ?

Inconnu :

Oui et non. Je me demande pourquoi (l'enseignement ?) ne peut pas s'étendre unanimement ?

TR

L'enseignement ? Peut-être. On peut interpréter de cette manière-là, mais en fait, ce n'est pas du tout le cas. Il n'est pas du tout mentionné qu'il faut expressément exclure les êtres inanimés en question, par exemple. La colère, même la colère, qui s'exprime même par quelqu'un qui, se prenant le pied dans une marche se met en colère contre la marche.

Cette colère-là, reste de la colère et c'est très négatif.

Et il est tout à fait acceptable et même recommandé d'éprouver de la bienveillance à l'égard de tous les êtres animés comme inanimés, si vous voulez. Il n'y a pas d'exclusion en particulier. Ça veut dire que dans la pratique, évidemment, souvent

le ressentiment, l'observation de la souffrance, du plaisir, c'est par rapport à des êtres animés, puisque les êtres inanimés ne l'éprouvent pas.

Intervenant 1

Mais par rapport à mon attitude empreinte de discrimination ou de malveillance, etc. Il faut traiter tous de manière égale avec bienveillance.

Trinlay R

D'autant plus. C'est d'autant plus vrai que la discrimination ou la distinction entre êtres animés et inanimés est relative et conventionnelle. A un niveau ultime. On ne peut pas faire cette distinction. Maintenant, quand on éprouve de l'amour-bienveillance, il est important de comprendre ce dont il s'agit. Il ne faut pas le confondre avec de l'attachement. Il y a beaucoup de gens qui traitent leur auto, leur montre, leurs œuvres d'art etc. avec plus de bienveillance encore qu'à l'égard des êtres animés.

Et ça, ce n'est pas de la bienveillance, c'est de l'attachement ici, c'est du désir-attachement.

Karmapa (?) Du Soum Kyenpa par exemple, dans son ouvrage *Sem nyi gyamtso*, le 'repos de la réalité de l'esprit', recommande d'abord de cultiver l'équanimité à l'égard de tous les êtres sensibles. L'équanimité qui n'est pas à confondre avec l'indifférence, c'est-à-dire, être dans un rapport sans attachement, sans aversion, sans hostilité à l'égard de tous les êtres, sans partialité, sans préférence à l'égard de tous les êtres. À l'égard de tout, en somme. Et c'est sur cette base, ensuite, que l'on va développer l'amour-bienveillance qui n'est pas le désir-attachement.

Question

Quel est le lien entre l'esprit et l'expérience (?) individuelle ?

Trinlay Rinpoche

La dualité de l'expérience de l'individualité se manifeste du fait de l'attachement à l'individu, c'est à dire, en somme, la naissance et la condition dans laquelle nous sommes est précédée par l'ignorance. Et c'est du fait de l'ignorance, la saisie du 'je' que l'individualité est manifeste. L'individualité ne s'observe pas en elle-même. C'est quelque chose de construit.

Donc dans la réalité, l'individualité suppose aussi la distinction.

Et quand on dit 'il n'y a pas de distinction', on s'imagine un tout. Individualité, tout le monde est un. Voilà donc, et il en résulterait que lorsque le Bouddha a atteint l'éveil, on aurait dû tous atteindre l'éveil, parce qu'on ne (naît ? ou n'est ?) pas.

Or, il a atteint l'éveil et nous pas. Mais aussi, si vraiment il y a individualité, temps partiel, il se peut qu'il n'y ait pas de possibilité de communication et que l'éveil ne puisse rien dire pour moi, que ce soit quelque chose de singulier au Bouddha seulement parce que tout le monde est distinct et séparé.

La vacuité, c'est observer aussi qu'il n'y a ni distinction ni unité. On ne peut pas trouver un tout, ni de choses séparées.

Donc la vacuité permet, du fait de la vacuité, qu'il peut y avoir la distinction. Mais c'est tout à fait relatif. Ces distinctions sont le fruit de l'illusion, de la confusion, ne sont pas établies en tant que telles.

?

TR : Ni l'un ni l'autre. Cependant.

Une multiplicité n'est possible que si on peut établir une unité. S'il y a une unité substantielle distincte, alors on peut parler d'une multiplicité, n'est-ce pas ? Mais le problème, c'est que quand on observe et on analyse, on n'arrive pas à trouver une quelconque substantialité qui soit irréductible. Le 'un' est divisible à l'infini. On ne peut pas trouver un instant de temps, une étendue d'espace, une entité atomique irréductible qui serait le fondement de la réalité, ou un instant de temps de pensée qui soit irréductible.

On ne peut pas trouver l'être en ce sens-là.

Donc s'il n'y a pas 'un', il n'y a pas de multiplicité.

Mais est-ce que pour l'instant on a trouvé un tout qui serait une sorte de grand 'un' ou 'tout et un' ?

Ça non plus on ne l'a pas trouvé et on ne peut pas le trouver.

Donc, du fait des causes et des conditions spécifiques, une multiplicité peut apparaître.

Mais ce n'est qu'une apparence, ce n'est pas une multiplicité d'entités.