

Bodhicaryavatara. Trinlay Rinpoche. Yeunten ling. Dimanche 8/9/2024 PM

Un bon après-midi à tous. Nous arrivons à présent au début du chapitre deux du Bodhicaryavatara. Comme vous vous souvenez, ce texte comporte près de 1000 stances, un peu moins de 1000 stances qui sont divisées en dix chapitres qui peuvent être regroupés en trois grandes parties. En suivant la prière attribuée à Nagarjuna, qui est :

*'Puisse la pensée de l'éveil précieuse et sublime naître là où elle n'a pas pris naissance. Là où elle a pris naissance, puisse-t-elle ne jamais faillir, mais toujours croître de plus en plus'.*

Nous sommes dans la partie des trois premiers chapitres qui concernent le premier souhait, à savoir comment faire naître la pensée de l'éveil en nous qui ne l'avons pas encore fait naître.

Le premier chapitre nous a présenté la pensée de l'éveil ou bodhicitta et en particulier, nous avons envisagé les bienfaits immenses et comment nous en sommes (dotés). C'est le cœur de la voie. C'est ce qui est source d'un bienfait immense, une qualité sans comparaison aucune. En ayant ainsi pris connaissance de ces qualités, si nous avons réellement bien compris ce qu'est la bodhicitta et le propos du premier chapitre, nous éprouvons à l'égard de la bodhicitta, la pensée de l'éveil, une admiration réelle, une appréciation qui nous pousse à vouloir développer en nous-mêmes la bodhicitta. Cela nous amène au second chapitre, une continuation qui aboutit au troisième chapitre : la génération de la pensée de l'éveil.

Ce que nous allons aborder à présent est souvent désigné par le terme couramment utilisé aujourd'hui, une sorte de traduction littérale du terme tibétain *yenla dunpa*, qui veut dire les sept branches. Ce sont 7 pratiques consécutives. Parfois on peut les nommer aussi 'la pratique en sept parties', ou sept pratiques consécutives qui sont préliminaires à la génération de la bodhicitta. C'est ce sujet-là qui est abordé à partir du chapitre deux.

Une image pour illustrer ce point : si vous souhaitez teindre une étoffe d'une certaine couleur, il vous faut au préalable préparer cette étoffe. Cette étoffe peut être souillée, avoir des taches d'huile et que sais-je d'autre, il est donc très important de bien la nettoyer avant d'appliquer la teinture.

Aujourd'hui, un peu à cette image, nous souhaitons appliquer dans le courant de notre être cette attitude si merveilleuse qu'est la bodhicitta, la pensée de l'éveil, et pour ce faire, si nous ne nous préparons pas comme pour la préparation d'une étoffe pour que la teinture prenne bien, il se peut que la bodhicitta ne prenne pas dans le courant de notre être ou prenne de manière incomplète.

00:10:13:16 - 00:10:14:06

Les sept pratiques consécutives préparatoires nous permettent d'accumuler des mérites, de purifier les dispositions négatives, le karma négatif sur le courant de notre être et ainsi de purifier les souillures du courant de notre esprit. Donc, ce sont les sept pratiques qui comprennent également la prise de refuge qui constituent la méthode ici présentée.

Nous avons une sorte d'entrave, d'empêchement. Cette entrave présente dans le courant de notre être nous a empêché jusqu'à présent la

possibilité de générer la bodhicitta et de ce fait, d'atteindre l'éveil parfait.

Ces entraves peuvent être ramenées à trois :

- n'avoir pas fait ce qu'il aurait fallu faire ;
- avoir fait ce qu'il aurait fallu ne pas faire ;
- la force de ce que nous avons fait s'est épuisée.

(Ce sont) les trois sortes d'entraves (dues)aux souillures dans le courant de notre être.

Le premier point, c'est que nous n'avons pas pris connaissance de la possibilité de l'éveil, des qualités de la bodhicitta. N'ayant pas pris connaissance, nous n'avons pas pu développer un intérêt, une admiration pour ces qualités (car) nous n'avons jamais eu de la déférence à l'égard de ces qualités. En d'autres termes, nous avons été dans le déni constant de ces qualités.

Et c'est ça, le voile, l'obscurcissement ou souillure. Vous pouvez choisir l'adjectif que vous préférez. Donc, pour remédier à cela, c'est *shradha depa*, la foi, qui est évidemment à développer.

Mais particulièrement, la déférence, le respect de l'éveil, des qualités de l'éveil et de la bodhicitta. Et donc ici la première pratique est évidemment : rendre hommage aux bouddhas et bodhisattvas.

La pratique suivante, c'est celle de l'offrande. L'offrande est en quelque sorte le remède et l'antidote à l'obscurcissement qui est l'attachement à mes biens. Je n'ai pas consacré mes ressources à la poursuite de l'éveil, ni à la pensée de l'éveil et à l'éveil. J'ai constamment cultivé de l'attachement à l'égard du 'je' et donc de ce qui est à moi. Et donc je n'ai pas pu consacrer mes ressources à l'obtention de l'éveil. Et donc pour contrer cela, c'est la pratique de l'offrande.

Troisième sorte de souillure, c'est : j'ai constamment cultivé les attachements à l'égard de ce qui est biaisé lors de la confusion et de ce fait là, je n'ai jamais pris refuge. Donc qu'est-ce que cela veut dire ? Ça signifie que nous, nous nous sommes toujours attachés à nos fictions, à l'idée du je, l'importance du je, et nous avons toujours été égocentrés d'une part, et d'autre part au service de l'ego, nous avons constamment cultivé les afflictions, le désir, l'attachement, l'aversion, la haine, la jalousie, l'orgueil. Toutes les 84 000 afflictions.

Ces afflictions, nous les avons cultivées pour notre bien, et elles n'ont fait que créer de la souffrance pour nous. Nous n'avons pas pris connaissance réellement de ce qui est source de bienfaits pour nous, ce qui est véritablement salutaire pour nous. Et donc pour remédier à cela, c'est la prise de refuge.

Par la pratique nous pouvons exprimer notre respect et déférence. Cultiver en son esprit les qualités, reconnaître les qualités des Trois Joyaux par la parole et exprimer ses qualités par le corps, montrer sa déférence, son respect par les prosternations, par exemple. Donc, c'est la déférence ou le respect et l'hommage du corps, parole, esprit à l'égard de Trois Joyaux et en particulier de l'éveil et de l'origine ou cause de l'éveil (qui est) la pensée de la pensée de l'éveil ou la bodhicitta et ce respect, complété par le fait de consacrer ses ressources est apparenté à la pratique de la générosité qui est la pratique de l'offrande. Donc, nous faisons offrande à l'égard de l'éveil, etc., les Trois Joyaux. Les Trois Joyaux n'ont que faire de nos offrandes, mais c'est un moyen pour nous de consacrer toutes nos

ressources envers la poursuite de l'éveil et en particulier dépasser tout attachement aux biens et cultiver ainsi l'attitude de la générosité et accroître son mérite.

Ensuite, c'est la prise de refuge. Nous prenons refuge dans les Trois Joyaux. Il y a le refuge commun et le refuge spécifique au grand véhicule que nous verrons plus en détail par la suite.

Ensuite, nous avons parlé d'une deuxième sorte d'entrave : avoir fait ce qu'il aurait fallu ne pas faire.

Qu'est-ce que c'est ? Nous avons, de par le passé, cultivé les actes négatifs de la pensée, de la parole et du corps, et nous avons commis de très nombreux actes négatifs et également, nous nous sommes posés en entrave en empêchant d'autres êtres d'accomplir des actes positifs. Le remède aux deux aspects de cette entrave, c'est la pratique de la confession qui s'appuie sur les quatre forces : la force du support (la prise de refuge dans les Trois Joyaux, la force du remords, la force des remèdes et la force de l'engagement.

L'on dissipe du courant de notre être toutes les empreintes, toutes les dispositions négatives de nos actes négatifs passés. C'est ici la pratique de la confession, la traduction de *digpa chagpa* (tib) qui veut plutôt dire 'dévoilement des fautes', c'est à dire ici, en vue 'd'éliminer les fautes du courant de son être'.

Ensuite, par rapport au point d'avoir été 'entrave' à l'accomplissement de la vertu des autres, il s'agit de la pratique de demander au Bouddha d'enseigner le Dharma aux autres êtres sensibles et de ne pas entrer en Nirvana, de demeurer longtemps pour le bien des êtres.

Donc il y a le support, le remords, le remède et l'engagement (cité plus haut).

Il y a aussi la pratique de réjouissance des mérites. Cette pratique-là aussi fait partie du remède contre le fait d'avoir été obstacle à l'accomplissement de vertus par les autres.

Et enfin, nous avons parlé de trois points. Vous vous souvenez ? Un point, c'est que les conséquences de ce que l'on a fait ont été minimales, en ce sens que leurs forces sont épuisées. C'est du fait que tout mérite (consécutif à) tout acte vertueux, dans lequel nous nous sommes engagés, a été toujours entaché par l'égoïsme, par les afflictions, par la crainte et surtout par l'espoir de rétribution pour soi-même seulement. Cela fait que même si on a accompli un bien, cela évidemment s'est manifesté en fruit.

Mais une fois que ce fruit est manifeste, eh bien, il est sans autre conséquence pour nous. Il n'a pas été assez puissant pour nous amener jusqu'à l'éveil, et donc pour remédier à cela, c'est la pratique de la dédicace des mérites.

Donc, nous avons une liste de huit pratiques. Il y a notamment les offrandes, le refuge, le dévoilement des fautes, la réjouissance des vertus, la demande au Bouddha de mettre en branle la roue de l'enseignement, la requête au Bouddha de ne pas entrer en parinirvāna et de demeurer longtemps pour le bien des êtres. Et huitièmement la dédicace des mérites, c'est à dire dédier le mérite à l'obtention de l'éveil, partager son mérite avec tous les êtres, reverser le mérite à tous les êtres, c'est à dire le faire commun, faire que notre mérite

soit commun, faire en sorte que ce que j'ai accumulé, soit commun à tous. Ce sont là les huit points qui sont abordés ici.

Ces huit points remédient au fait de n'avoir pas fait ce qu'il aurait fallu faire pour avancer vers l'éveil, d'avoir fait ce qu'il ne fallait pas faire, (qui est) une entrave vers l'avancée vers l'éveil. Et enfin que le peu de vertu à laquelle nous nous sommes familiarisés ou que nous avons accumulée a été d'une force faible et impuissante à nous amener jusqu'à l'éveil.

Dans le texte ici, l'on commence directement avec la pratique de l'offrande. Donc en somme la déférence est implicitement incluse dedans et est suivie ensuite par la prise de refuge qui est suivie par le dévoilement des fautes, et ensuite dans l'ordre, la réjouissance des vertus, la requête au Bouddha de mettre en branle la roue du Dharma, (la requête) de demeurer longtemps et, dernier point, le septième, la dédicace des mérites.

Donc il y a ici quelques manières de présenter et d'expliquer ces pratiques préliminaires ou ces pratiques liminaires à la génération de la bodhicitta. Par exemple, il est question des quatre voiles karmiques dans d'autres commentaires indiens, par exemple. Le fait que j'ai moi-même accompli des actes négatifs, que j'ai empêché d'autres personnes à exercer des vertus et que j'ai renoncé au Dharma, que j'ai eu une mauvaise aspiration, que j'ai souhaité ce qui était, au fond, en réalité, nuisible pour moi-même, dans la confusion. Donc respectivement, la pratique de la confession, c'est le remède aux actes négatifs que j'ai accomplis moi-même.

Empêcher les autres d'accomplir des vertus est remédié par la réjouissance dans les vertus.

Demander au Bouddha de mettre en branle la roue de l'enseignement et de demeurer longtemps sont tous deux les remèdes à l'abandon du Dharma.

Et les aspirations négatives sont remédiées par la dédicace des mérites, qui est qualifiée par l'aspiration vers l'éveil.

Le maître Shantideva par exemple, détaille toutes les parties que nous allons voir : on retient 27 étapes de purification de son esprit afin de pouvoir générer la bodhicitta. Ces étapes sont : l'offrande, l'offrande de sa personne, le dévoilement des fautes, l'ablution des bouddhas, polir le corps des Bouddhas, leur offrir des vêtements, offrir les ornements et oindre les bouddhas de parfum, leur offrir des fleurs, leur offrir des guirlandes, leur offrir de l'encens, leur offrir de la nourriture, leur offrir la lumière, leur offrir l'univers, leur offrir un palais, leur offrir une ombrelle, leur offrir de la musique et faire l'offrande perpétuelle par nos aspirations.

Faire ensuite l'offrande insurpassable, puis l'offrande de l'éloge, et ensuite les prosternations.

Le refuge, les réjouissances, la demande de mettre en branle la roue du Dharma, de ne pas entrer dans le nirvana, de dédier le mérite et de faire des aspirations, de formuler les aspirations des vœux.

En somme, Shantideva est en train de nous présenter concrètement le rite que l'on suit, qui nous amène à la génération de la bodhicitta. Donc ce sont des étapes préparatoires qui aboutissent à la génération de la bodhicitta. Donc, lorsque vous souhaitez prendre les vœux de bodhisattva, il est très important d'être familier avec ces sept pratiques qui vont être accomplies lors de la prise des vœux de

bodhisattva. Ces pratiques sont aussi celles que l'on accomplit couramment et constamment une fois qu'on a pris les vœux de bodhisattva. (Ces pratiques servent) aussi à renforcer et maintenir la pensée de l'éveil, sans cesse.

Donc, la prise des vœux de bodhisattva comporte trois parties : La partie d'application ou préparatoire, la partie principale, l'actuelle prise des vœux et la partie finale. Donc, on peut dire partie liminaire, partie principale et partie finale ou conclusion.

La partie préparatoire peut être résumée en sept parties comme nous avons vu donc l'offrande, le refuge et le dévoilement des fautes, la demande au Bouddha de mettre en branle la roue de l'enseignement, les prier de ne pas rentrer en parinirvana.

Pardon, j'ai oublié avant ça la réjouissance dans les vertus, la demande aux bouddhas de mettre en branle la roue de l'enseignement, ensuite prier de ne pas rentrer en parinirvana et enfin la dédicace des mérites.

Donc la première offrande, l'offrande elle-même, comporte plusieurs formes. Donc tout d'abord, la première pratique de l'offrande, celle de ce qui est en ma possession ou ce que je contrôle. Ensuite, la deuxième forme d'offrande est celle de ce qui n'est pas en ma possession, qui n'est pas en mon pouvoir. Puis, la troisième offrande, c'est l'offrande de sa personne.

Quatrième offrande, ce sont des offrandes imaginées, formées par mon esprit. Il y a là onze formes d'offrande et cinquièmement, c'est l'offrande insurpassable, c'est à dire cinq offrandes qui plaisent véritablement au Bouddha. Ensuite c'est l'offrande de déférence, de son respect, qui comprend donc corps, parole et esprit. Mais ici, particulièrement dans le texte, l'hommage physique, la prosternation et l'hommage verbal des qualités des bouddhas.

Revenons au texte maintenant. Donc. Chapitre deux **Stance 1**. '*Pour cultiver ce précieux esprit, je fais dûment offrande aux Ainsi-Allés et au Saint Dharma, joyau immaculé, de même qu'aux bodhisattvas, ces océans de qualités*'.

En tibétain l'offrande signifie : 'Afin de saisir ce joyau de l'esprit de manière excellente, pas dûment, mais *legpa* (tib), ce qui veut dire 'de manière excellente', en termes de qualité. J'offre une excellente offrande aux *Tathagatas*, traduit ici par les 'Ainsi Allés'.

Ainsi '*dampai tcheu*' a été traduit ici par 'saint', mais qui, en tibétain veut dire 'authentique, véritable', càd 'qui n'est pas erroné', donc le Dharma authentique qui n'est pas erroné : *Trima mé pa* (tib).

*Keun tcho* (tib), ici traduit par 'joyau', parce qu'en sanskrit le terme est *ratna* (skt) parfois, mais en tibétain, on traduit par 'joyau', ce qui est 'rare, sublime', de grande qualité, supérieur'. Donc une chose rare et sublime, c'est moi, mais cela veut dire 'immaculé et serein, immaculé'.

Donc ici, on est en train de parler bien sûr du Dharma et *sangye se* (tib) : *sangye* signifie Bouddha et le terme *se* (tib) utilisé ici, c'est le terme honorifique pour 'fils'. Ça veut dire prince, ou fils spirituel des Bouddhas. Les bodhisattvas sont ainsi désignés parce

qu'ils ont généré la pensée de l'éveil qui les amène à devenir bouddha, tout comme un prince est voué à devenir un roi parce qu'il possède les gènes du roi, de son père.

Le bodhisattva a les gènes spirituels de l'éveil et donc le gène spirituel, si je puis dire, c'est la bodhicitta.

Comme il a la bodhicitta, il est promis à devenir un bouddha. C'est en ce sens-là qu'il est fils des bouddhas.

Ces trois joyaux, donc Bouddha, Dharma et Sangha, ici spécifiquement le Sangha du grand véhicule. Les bodhisattvas ont des qualités extraordinaires, non seulement en termes qualitatifs, mais aussi dans leur amplitude extrêmement vaste, ils sont un océan de qualités et c'est envers eux que je fais excellemment cette offrande.

Qu'est-ce que nous offrons ici ? Nous offrons ce qui est en ma possession. Cela peut être par exemple, les offrandes matérielles, physiques en notre possession, que nous disposons devant l'autel ou au moment de la prise des vœux de Bodhisattva, par exemple.

L'offrande est dite excellente. Excellente, ça n'implique pas nécessairement qu'il faille absolument offrir des choses extrêmement chères et rares, etc. L'excellence de l'offrande vient du fait que cette offrande est faite sans aucun attachement, sans aucune attente. Cette offrande est faite de manière inconditionnelle, sans attente et faite avec joie et libre de toute avarice. C'est en cela que c'est une offrande excellente parce qu'il n'y a pas d'attentes.

Quand il n'y a pas d'avarice et pas d'attentes, c'est alors que l'offrande devient inconditionnelle et que l'on peut utiliser le terme 'excellent'.

Et donc c'est uniquement le fait de pouvoir générer cette pensée d'éveil, en son début, purement altruiste, dont la qualité inconditionnelle est sans attentes.

Donc cette offrande est faite devant les Trois Joyaux.

Est-ce que cela nécessite la présence des Trois Joyaux? Ce n'est pas nécessaire que les Trois Joyaux soient présents. Qu'il y ait des représentations des Trois Joyaux, c'est excellent, comme ici les représentations du Bouddha, du Dharma, de la Sangha représentés par les textes du Bouddha et ses disciples réalisés.

Donc, on peut faire cette offrande et s'ils sont là réellement, (c'est) encore mieux. Et même s'il n'y a pas de représentation, on peut également faire cette offrande devant les bouddhas et leurs disciples imaginés, les Trois Joyaux imaginés. En terme de bienfait, il n'y a pas de différence, on obtient autant de mérites et de bienfaits que de le faire en la présence du Bouddha lui-même.

Donc, les offrandes elles-mêmes sont des offrandes physiques, quand on le peut. Ainsi on donne ce que l'on est heureux de donner. La chose donnée n'est pas importante, c'est la manière dont cela est donné qui est importante. Donc en quelque sorte, il n'y a pas de limite au don. S'il y en a beaucoup, on peut offrir beaucoup. S'il y en a peu, on offre peu. Peu importe, c'est l'acte de l'offrande qui est important.

De la **stance 2 à la stance 7 inclus** vient ce qu'on nomme les offrandes d'objets qui ne sont pas en mon pouvoir physique, qui existent réellement. Nous (les) offrons par la pensée au Bouddha.

*'Toutes les fleurs et les fruits, les simples de toute espèce, tout ce qui est précieux dans le monde, et les eaux pures qui ravissent l'esprit, les montagnes de pierres et les forêts, les solitudes enchanteresses, les arbres sertis de fleurs comme de bijoux, les branches qui ploient sous les fruits, les parfums des dieux et des autres mondes, les encens, les arbres, les arbres joyaux, les céréales qui poussent sans être cultivées, et toutes les belles choses dignes d'être offertes. Les étangs et les lacs ornés de lotus où chantent les cygnes à la voix mélodieuse. Toutes ces choses qui n'appartiennent à personne et s'étendent jusqu'aux confins de l'espace infini, je les invoque mentalement pour en faire pure offrande au sage suprême entre les êtres, et aux bodhisattvas, aux saints destinataires. Grande est votre compassion. Soyez bienveillants avec moi et acceptez ces offrandes. Je n'ai pas de mérites, je suis très pauvre et n'ai d'autre richesses à vous offrir. Alors, protecteurs, qui pensez au bonheur des autres, acceptez-les pour mon bien, car vous en avez le pouvoir'.*

Donc le texte ici est assez explicite, il n'y a pas trop à commenter. Quelque part, souvent quand on voit quelque chose de beau et magnifique, que ce soit un paysage, un coucher de soleil ou quelque chose comme ça, il y a une sorte d'attachement qui peut s'élever. Ah ! ça j'aime bien ça, je voudrais que ça dure, etc. Mais quand vous rencontrez ce genre de situation, il serait bien de le prendre dans votre esprit et de l'offrir au Bouddha afin que la bodhicitta puisse naître en vous. Donc vous avez l'appréciation de toutes ces belles choses mais sans aucun attachement.

Dans le premier cas, c'était des choses qui étaient en mon pouvoir, donc je peux en faire ce que je veux. Alors je les offre. Dans le deuxième cas, ce sont des objets physiques qui existent réellement dans le monde, mais qui ne m'appartiennent pas ou qui ne sont pas dans mon pouvoir. Mais ça ne m'empêche pas de pouvoir les apprécier, les prendre dans mon esprit et de les offrir. Donc on peut penser d'abord aux choses qui n'appartiennent à personne, toutes les choses belles et extraordinaires qui ne peuvent pas être appropriées, qui appartiennent à la nature, qui ne sont à personne. Et bien, toutes ces choses, je les offre aux bouddhas. Et puis, il y a certainement aussi plein d'autres choses que d'autres personnes se sont appropriées, alors sans les leur ôter, je souhaite ces choses également aux bouddhas. On peut penser de cette manière-là, mais en tout cas dans le texte, ce qui est souligné, c'est que toutes ces choses qui n'appartiennent à personne, particulièrement ces choses physiques qui existent mais qui ne sont la propriété de personne. Aujourd'hui, c'est un peu difficile, tout est approprié, même la lune ! Je crois qu'on est déjà en train de se l'approprier !

Parfois, il y a plusieurs propriétaires. Nous pensons que nous sommes propriétaires de tel lopin de terre, mais en fait, c'est l'Etat qui est propriétaire de nous.

Nous pensons que nous sommes propriétaires de toutes les fleurs qui sont ici, mais il y a toutes les abeilles qui se sont approprié ces fleurs, qui pensent que ce sont les leurs.

Donc, quand on cherche vraiment comme ça, on voit que la notion de propriété est une fiction.

En tout cas, l'idée, c'est sans ôter quoi que ce soit à quiconque, c'est apprécier toutes ces belles choses, les prendre en pensée et les offrir sans que d'autres personnes en soient dépourvues. L'offrande n'est pas d'ôter les subsistances aux autres.

Et donc, pourquoi est-ce qu'on fait cette offrande ? Cela est expliqué dans la dernière stance : *'dépourvu de mérite, je suis très pauvre et n'ai d'autre richesse à vous offrir. Alors protecteur, qui pensez au bonheur des êtres',* etc.

Donc, cette stance-là explique la raison pour laquelle on fait cette offrande de cette manière et il faut se rappeler le contexte : l'enseignement de Shantideva étant celui d'un renonçant adressant cet enseignement à d'autres renonçants et aux moines et moniales qui sont eux-mêmes, en ce sens, dépourvus de biens à offrir. Ils ont renoncé à leurs biens, leurs richesses, à leur famille, etc. pour se consacrer complètement à la pratique, à l'étude de la pratique spirituelle et c'est pourquoi cette pratique-là est mise en avant.

Pour les non-renonçants qui sont des aspirants à la voie des bodhisattvas en tant que laïcs, et si vous possédez de grandes richesses, de grands biens, ou si vous en avez peu, selon vos conditions, vous pouvez offrir, comme on a dit précédemment, tout ce que vous avez joie à offrir. Donc cela n'implique pas qu'il faille simplement en prendre par l'esprit. Si vous avez le pouvoir de dédier des ressources pour le Dharma pour d'autres pratiquants, eh bien c'est bien de le faire.

À l'exemple de Anathapindada qui était un marchand extrêmement fortuné en Inde, qui avait offert un parc au Bouddha où le Bouddha avait récité pendant plus de 20 ans, ce qui s'appelle le Jetta wahana. L'histoire raconte que ce parc appartenait à un prince et ce prince ne voulait pas s'en séparer. Mais un jour, il avait dit : ' Je ne m'en séparerai que si quelqu'un vient en couvrir la superficie de pièces d'or. Et Anathapindada l'avait entendu dire cela en public et donc oui, il avait, quelque part, donné sa parole, il avait annoncé un prix. Le prince ne voulait pas s'en séparer mais Anathapindada a trouvé l'or pour recouvrir entièrement le parc de pièces d'or et il l'a offert ensuite au Bouddha.

Quinze mètres carrés en ville, est-ce aussi cher que cela ? Quel est le prix du mètre carré dans les grandes villes actuellement ?

Après ces offrandes physiques, qui sont saisies comme ma propriété, qui ne m'appartiennent pas, que j'offre en esprit, il y a une troisième dernière offrande physique d'objet réel qui est en fait ma personne. Je me donne entièrement aux Trois Joyaux.

En général, on est attaché à ses biens, bien sûr, mais on est encore davantage attaché à sa personne, à son corps.

Cela aussi nous l'offrons aux trois joyaux afin de générer la bodhicitta.

Cela est présenté dans les **stances 8 et 9** :

*'Ô vainqueurs et vous, bodhisattvas, je vous fais à jamais l'offrande de tous mes corps. Acceptez-moi complètement, suprêmes héros de l'esprit, et je serai votre respectueux serviteur.*

*Si vous m'acceptez complètement, j'aiderai tous les êtres, sans peur du monde. Je me dégagerai de mes anciens méfaits et n'en commettrai plus d'autres'.*

01:16:20:16

En fait qu'est-ce ce qui est vraiment en mon pouvoir ? Les choses que je dis être 'à moi' ne sont pas vraiment en mon pouvoir. Mais rappelez-vous ce qui, en fait est vraiment en mon pouvoir : la seule chose qui est quelque peu réellement en mon pouvoir, c'est ma propre personne. Et donc ça je l'offre, pas simplement (le corps, l'identité) de cette vie, mais de toutes les vies à venir. Je vais mourir. Le prochain corps que je prendrai, d'emblée, je l'offre déjà au Bouddha.

Donc, en fait, toutes ces offrandes, les bouddhas n'en ont pas besoin, quelque part, peut-être, nous les encombrons avec nos personnes et nos biens, nos choses, etc. C'est pour nous l'occasion de pouvoir nous consacrer entièrement à l'éveil, consacrer nos ressources, notre personne, entièrement à l'éveil, et cela maintenant devient très clair dans ces stances.

Il est dit : *'Acceptez moi complètement suprêmes héros de l'Esprit et je serai votre respectueux serviteur'*.

Ça veut dire que je me suis donné au Bouddha. Qu'est-ce que ça implique ?

Ça implique que désormais je n'appartiens plus à 'je', à cette fiction. Désormais, je suis la propriété des Trois Joyaux et étant la propriété des Trois Joyaux, quel est le mandat des Trois Joyaux, si je puis dire ? Le mandat des trois Joyaux, c'est d'accomplir le bien de tous les êtres sensibles et désormais, étant leur serviteur et en tant que leur serviteur, je les trahirais si je servais le 'je', et je ne ferais pas le bien des êtres. Je n'accomplirais pas le mandat des bouddhas.

Voilà donc, je serai et je m'engage à être le serviteur des Trois Joyaux, et les Trois joyaux oeuvrent pour le bien des êtres. Donc désormais, j'oeuvrerai pour le bien des êtres. Je ne nuirai pas aux autres êtres. Je ne nuirai pas à moi-même non plus. Le mandat des Trois Joyaux, c'est aussi d'accomplir mon bien ultime, et je m'efforcerai à faire cela en poursuivant l'éveil et en même temps en accomplissant le bien des êtres.

Donc ça implique, comme dans la stance neuf et dix : *'je me dégagerai de mes anciens méfaits et n'en commettrai plus d'autres'*.

C'est à dire, jusqu'à présent, je servais l'ego, je servais cette fiction du 'je', et le servant, je ne faisais que nuire aux autres et nuire à moi même. Maintenant, je n'appartiens plus à l'ego, j'appartiens au Bouddha, aux bodhisattvas, ces êtres d'immenses qualités, et je suis leur serviteur et désormais je vivrai en accord avec leurs qualités.

On peut s'arrêter là peut-être. Ensuite viennent les offrandes imaginées, il y a 11 offrandes imaginées ou générées par la pensée. On verra ça demain.

QUESTIONS 01:22:46:20

#### Question

Comment se détacher des envies et de l'attachement et de l'attachement aux souvenirs ? Aux objets, aux êtres aimés ?

Réponse de Trinlay Rinpoche

Je pense que souvent on confond attachement avec appréciation. Dans la vie ordinaire, dès qu'on apprécie quelque chose, tout de suite l'attachement vient avec et donc dans le langage courant, on confond un peu les deux.

C'est intéressant de savoir distinguer les deux, en ce sens que ne pas être attaché ne nécessite pas de ne pas apprécier. Souvent, les personnes pensent que si on n'apprécie pas, si on n'est pas attaché, on est presque hostile à quelque chose et on a l'impression que la voie du détachement, c'est en quelque sorte développer une attitude d'hostilité à tout ce qui est confortable et bien et bon, qu'on peut apprécier. Et on a par exemple dans certaines religions, des formes d'ascèse qui sont proposées, ce qui, en d'autres termes, revient à cultiver une hostilité à tout ce qui est source de bien-être et de confort.

Donc le détachement ne doit pas être confondu avec une attitude d'hostilité.

- Question du traducteur sur les termes hostilité ou austérité ?

Rinpoché :

L'austérité, ça sonne presque pareil, donc j'ai dit hostilité, aversion et pas détachement. L'hostilité est une autre forme d'attachement.

C'est penser : 'c'est mal, c'est mauvais. Je ne dois pas avoir ça'.

'C'est pas bien' d'apprécier la nourriture, 'c'est pas bien' d'avoir un vêtement confortable.

Voilà le fouet !

Ce n'est pas le détachement et il est important de comprendre ça. Je ne sais pas, en Occident, la haine, l'aversion, les attitudes hostiles, la violence, c'est (ce qui est considéré comme étant) le plus négatif.

Donc, tout d'abord, il faut vraiment s'efforcer d'essayer de dissiper ces attitudes qui suscitent hostilité, aversion, qui sont des pensées comme la discrimination. 'Ces personnes-là sont moins bien, je peux les mépriser'. 'Ce qu'il fait, c'est mal'. 'Je souhaite qu'il souffre', toutes ces sortes de pensées sont l'expression de l'hostilité, de l'aversion et créent du karma négatif en nous en donnant raison à la colère.

Pour le bodhisattva débutant, l'attachement ici c'est : 'Ah, c'est ça ! C'est très bien, c'est agréable. Je serais content de pouvoir encore passer du temps avec ma famille ou être dans une situation agréable et connaître le plaisir : apprécier cela, en quelque sorte le désirer, c'est moins grave.

Donc, la manière d'aborder toutes les choses plaisantes, agréables qui nous arrivent dans la vie, il faut les regarder comme une bénédiction. Si on a des circonstances favorables, si on a une bonne santé, si on est de belle apparence, si on est intelligent, si on a une grande fortune, tout ça sans avoir nécessairement poursuivi ces choses, voulu avoir ces choses-là, quand ces choses-là viennent naturellement, c'est le résultat de nos actes vertueux, c'est le fruit de nos actes vertueux. Il n'y a pas à les détester, à les rejeter.

L'attachement, c'est de vouloir pour soi. Ne pas vouloir que ça change. Ne jamais perdre, c'est l'avarice. Ce qui fait qu'on ne peut pas être généreux avec soi même quand on a quelque chose de bien, de ne pas pouvoir partager tout ça, ça fait partie de l'attachement, c'est vouloir pour soi seulement.

En quelque sorte, le bodhisattva est content d'avoir toutes les choses favorables dans la vie, parce que c'est un moyen par lequel il peut aussi aider les autres. S'il a richesse, tant mieux, il peut pratiquer la générosité, il peut partager avec les autres, s'il est agréable et beau à voir, il est content, sa présence réjouit les autres êtres sensibles.

S'il a de la connaissance, il est très heureux. Il peut partager cela. Il ne veut qu'aider de toutes les manières possibles, être une source de bien pour les autres êtres sensibles.

Donc le détachement vient avec le discernement, c'est à dire quand on comprend que tout est éphémère, que tout est impermanent, que les choses que l'on possède, on ne peut pas les garder, elles viennent et partent. L'important, c'est de pouvoir les utiliser, de sorte d'en faire bénéficier les autres êtres sensibles, pour qu'ils puissent les utiliser.

C'est alors que notre fortune crée davantage de fortune, davantage de bonheur pour les autres êtres, etc. Ça crée une source de joie infinie et la compréhension de l'impermanence nous reconforte. Dans la générosité, par exemple, c'est (considérer que) garder pour soi, n'avoir que pour soi, ça revient à n'avoir rien. Si on est avare, on n'ose même pas utiliser pour soi-même. On ne sait pas comment consommer. On pense que l'on ne va plus avoir. Et donc déjà on s'appauvrit et finalement, le bien pourrit, il ne fait rien.

Et par rapport aux personnes aussi, on parle de la question intime, de la passion, de l'attachement aux personnes. L'attachement, c'est le désir-attachement, c'est toujours pour soi. Notre rapport est souvent basé sur l'impératif de l'ego, 'c'est pour moi'. Cette personne est bien pour moi, donc je veux l'avoir pour moi'.

Ça détruit la relation et la personne devient un objet qu'on veut consommer et qu'on veut avoir. Il n'y a plus de respect pour l'autre et donc souvent beaucoup de conflits dans les familles et entre les couples, etc. viennent du fait qu'on n'arrive pas à exprimer l'amour-bienveillance.

On utilise le terme amour mais à travers l'amour, on n'exprime que notre désir-attachement et le désir-attachement, c'est quelque chose de très exclusif, possessif.

Il y a des attentes, il y a la crainte. C'est douloureux pour soi, c'est douloureux pour les autres. Donc c'est important d'essayer de remplacer ça par l'amour-bienveillance. L'amour-bienveillance, c'est réellement s'efforcer à toujours faire le bien de l'autre, apporter le bonheur à l'autre, trouver sa joie et son bonheur dans l'effort d'apporter du bonheur à l'autre. Et dans cela, on crée alors des relations saines, des relations de bienveillance.

Quand on a cette attitude, on suscite cette attitude à son propre égard.

Question Inaudible

Trinlay Rinpoche

L'objet, c'est aussi la perception de l'objet, c'est à dire, par exemple, un parent.

Tuer son père, sa mère, c'est un acte très grave, parce qu'en fait, finalement, dans notre perception, il y a le déni, déni de la bonté de ces personnes, le dénigrement de leur bonté. Donc en fait, c'est comme si envers une source de bonté pour nous, on est en train de la

détruire. Donc par extension, (cette attitude de déni s'étend) à l'égard des êtres éveillés qui sont des êtres de très grande qualité, d'immense bonté pour nous. Et donc c'est en somme, une sorte de déni de cette bonté. C'est comme mépriser et maltraiter quelqu'un qui est en difficulté, comme un misérable, un fragile. Le maltraiter, c'est dénier sa difficulté, c'est ne pas reconnaître sa difficulté, c'est faire preuve d'une absence totale de cœur, de sensibilité. Et donc, ça renforce en nous cette attitude extrêmement négative, c'est à dire que ça reflète le degré de notre ignorance et de la force de notre affliction.

Question : Donc, ce que je viens de parler, je veux dire, si je cours aussi, je te dis je suis pris par l'ignorance, je ne sais pas. Je ne reconnais pas. Et les effets sont là. Je me doute que j'ai appris ainsi ?

Trinlay Rinpoche

Non, c'est une question d'intention ou de non-intention. C'est pas une question d'ignorance.

Dans le bouddhisme, l'ignorance, c'est la faute la plus grave, en quelque sorte, parce que sans l'ignorance, on serait tous bouddha. Tous les problèmes émergent de l'ignorance.

Donc, c'est un point important de savoir distinguer entre quelque chose que l'on fait par ignorance, intentionnellement ou inintentionnellement. Intentionnellement, si on veut réellement, si on a l'intention vraiment de nuire, de faire du mal, etc. Inintentionnellement, c'est par accident, c'est pas pareil. Ce n'est pas une question de présence ou d'absence d'ignorance.

Question à propos des relations parents et des enfants :

La notion de conflit dans la relation parent-enfant : si l'enfant ne tue pas un des parents, est-ce que l'attitude d'esprit d'éveil du parent serait de régulièrement recontacter l'enfant pour diminuer son karma négatif au lieu de couper la relation avec lui ?

Trinlay Rinpoche :

Le karma, ce n'est pas les parents qui le font.

Cela ne garantit pas que l'enfant va avoir moins de karma négatif, il peut développer encore davantage d'énerverment.

Si on est dans cette situation où en tant que parent, on a des enfants qui ne veulent pas nous parler, la meilleure chose que l'on puisse faire, c'est soi-même ne pas entrer dans une attitude d'hostilité, d'aversion, de rancune à l'égard de ses enfants. Il faut essayer de continuer d'éprouver l'amour-bienveillance que l'on a, et d'exprimer cela à travers la dédicace des mérites de nos pratiques, si on est un pratiquant bouddhiste. Et sinon, je ne sais pas, en faisant preuve de générosité à leur égard malgré leur comportement. Donc c'est le mieux que l'on puisse faire.

Question sur les offrandes à propos de l'offrande accompagnée d'attente de résultat.

Si l'offrande est faite en demandant de générer et soutenir l'esprit d'éveil, il s'agit d'un souhait et non d'une attente.

Trinlay Rinpoche

Ce n'est pas une attente égoïste, ce n'est pas pour l'ego. 'Attente' c'est : 'je veux quelque chose pour moi' ; l'esprit de l'éveil, c'est : 'je le veux, mais pas pour moi ; je veux, pour tous les êtres sensibles, générer cette attitude de bienveillance, etc'. Donc on peut dire oui, peut-être, d'une certaine manière ça peut être intéressé, mais ce n'est pas intéressé au sens où c'est pour l'ego. On veut, voilà, on veut quelque chose de mondain, ici, on demande en vue de l'éveil parfait de tous les êtres. Et cela exprime en fait la qualité inconditionnelle, ce n'est pas une transaction.

On pourrait être un peu plus précis par rapport à ce point. On pourrait dire que l'excellence, c'est le fait que l'offrande est faite sans aucune avarice.

Mais quand on va plus loin, c'est-à-dire sans la motivation égoïste, c'est à dire souhaitant, par amour et compassion à l'égard de tous les êtres sensibles et avec le souhait d'obtenir (soi-même) l'éveil pour le bien de tous les êtres, par cette attitude-là, l'offrande est faite. Là, la motivation n'étant pas égoïste, c'est l'excellence.

Mais l'excellence vient aussi du fait que lorsque l'on fait cette offrande envers soi, on le fait aussi envers ce champs de qualités extraordinaires. En ce sens, l'excellence de l'offrande est faite à la fois par la motivation, par la manière de faire l'offrande et aussi envers qui on fait cette offrande, c'est à dire la reconnaissance de ces qualités. C'est tout cela qui fait que l'offrande est excellente.

Merci pour votre attention. Je vous invite à vous joindre à moi pour la dédicace des mérites.