

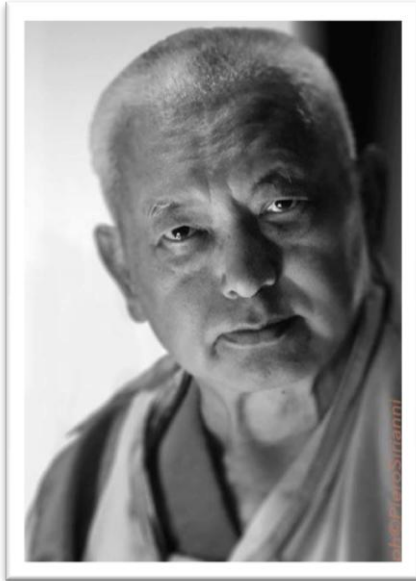


# Pourquoi pratiquer le tantra

Par Lama Zopa Rinpoché



CMR-MEDITATION-POURQUOI PRATIQUER LE TANTRA-Dernière mise à jour 23.07.2015



Tout d'abord, le but même de toute pratique tantrique est de pouvoir, le plus vite possible, être parfaitement bénéfique à tous les êtres. Nous avons besoin d'implanter dans notre esprit la graine des quatre corps d'un bouddha (les quatre *kayas* : *svabhavakaya*, *dharmakaya*, *sambhogakaya* et *nirmanakaya*) pour être à même d'accomplir de vastes activités pour tous les êtres, afin de les libérer de toutes leurs souffrances et de les guider au bonheur sublime de l'éveil. Recevoir les quatre initiations du Yoga Tantra Supérieur (on dit aussi : Tantra de l'Incomparable Union), celles du vase, du secret, de la sagesse transcendante et du mot, sème les graines des quatre corps et nous autorise à méditer et à exercer notre esprit dans la pratique du Yoga Tantra Supérieur. En transmettant les quatre initiations parfaites du Yoga Tantra Supérieur, le maître vajra qualifié sème avec certitude les graines des quatre corps d'un bouddha dans l'esprit du disciple.

Le pratiquant du Mahayana est rempli d'une compassion telle que, voyant que tous les êtres du samsara sont prisonniers de souffrances insoutenables, comme s'ils étaient pris au cœur même d'un vaste brasier, il ne peut le supporter davantage. Cela lui est aussi insupportable qu'une lance lui déchirant la poitrine. Un tel pratiquant n'a qu'un seul souhait, celui de libérer tous ces êtres de leurs obscurcissements et de les mener à l'éveil. Il ne peut plus supporter la pensée que les êtres souffrent dans l'obscurité de leur ignorance, dans le samsara. Une heure ou même une minute dans le samsara lui semble des éons de douleur.

L'unique solution est de réaliser au plus vite, dans cette vie même, l'éveil, le *dharmakaya*, dans le but de les mener tous rapidement à l'éveil. Réfléchir à ce que représente le *dharmakaya* vous aide à comprendre pourquoi vous devez pratiquer le Yoga Tantra Supérieur. Le *dharmakaya* est à la fois le vent subtil et l'esprit subtil. Leur essence est similaire mais leur dénomination diffère à cause de leurs différentes fonctions. L'esprit subtil du *dharmakaya* est complètement purifié de la vue dualiste subtile, l'apparence d'une existence véritable, et des voiles à l'omniscience. Cet esprit subtil a le pouvoir de demeurer éternellement en état de concentration méditative,

percevant directement la vacuité de tous les phénomènes, sans être affecté par le dualisme sujet/objet, comme de l'eau versée dans de l'eau. A aucun moment, cet esprit subtil ne se sépare de son objet, la vacuité.

Les arhats et les *arya bodhisattvas* qui ne pratiquent pas le Yoga Tantra Supérieur ont également développé la sagesse qui connaît directement la vacuité, cependant cette sagesse n'est pas l'esprit subtil du *dharmakaya* mais une sagesse plus grossière. Même les *arya bodhisattvas* pratiquant le Yoga Tantra Supérieur et ayant réalisé la claire lumière du sens, perçoivent directement la vacuité par la dissolution de la vue dualiste mais sans l'avoir éliminée totalement. La vue dualiste est toujours là. Durant leur absorption méditative, alors que l'esprit subtil est directement concentré sur la vacuité, la vue dualiste subtile s'est évanouie mais les voiles à l'omniscience (*shédrip* en tibétain) n'ont pas été totalement dissipés. A cause de cela, l'esprit subtil de cet *arya bodhisattva* ne peut pas rester pour toujours dans cet état d'équilibre méditatif, comme de l'eau versée dans de l'eau, sans avoir besoin de sortir de sa méditation. Lors des pauses entre les méditations, quand il se manifeste dans le corps illusoire, la vue dualiste qui s'était dissoute se manifeste à nouveau, et il y a apparence d'existence véritable.

Le *dharmakaya* est cet esprit subtil qui, en percevant directement la vacuité de toute existence, demeure concentré en un point sur cette vacuité. Le *dharmakaya* est purifié à jamais de toute vue dualiste subtile. Cet esprit subtil concentré en un point perçoit directement et sans interruption la vacuité de tous les phénomènes et en est à jamais inséparable, comme l'eau est indissociable de l'eau dans laquelle elle a été versée. Voilà ce qu'est le *dharmakaya* et c'est cela qui doit être réalisé.

Pour cela, la cause principale immédiate doit être un esprit subtil similaire. Une conscience grossière, ou esprit grossier, ne peut être la cause principale du *dharmakaya*. La cause principale du *dharmakaya* doit être un esprit subtil. Voilà toute la raison pour laquelle vous devez pratiquer le tantra pour réaliser l'éveil. La sagesse transcendante du *dharmakaya* est un esprit subtil absolument pur et à jamais concentré sur la vacuité. C'est l'esprit sacré du Bouddha.

L'esprit sacré du *dharmakaya* est complètement libre de toute souillure, vues dualistes subtiles comprises, mais en demeurant dans cet état, il ne nous est pas possible de guider les êtres. Nous devons nous manifester dans le *roupakaya*, qui comprend les deux corps de forme d'un bouddha, le *sambhogakaya* et le *nirmanakaya*. (L'unification appelée "au-delà de l'apprentissage" est celle du *dharmakaya* et du *roupakaya*.) Nous avons besoin de nous manifester sous des formes variées à différents moments pour pouvoir guider les êtres qui ont chacun un esprit doté de caractéristiques particulières ; selon leurs besoins, nous pourrions nous

manifeste sous la forme d'un roi, d'un ministre, d'un mendiant, d'un enseignant plein de vertu, d'un boucher, d'une prostituée ou d'un juge.

A l'heure actuelle, même en tant qu'êtres ordinaires, notre esprit subtil est inséparable de sa monture, de son véhicule, à savoir le vent subtil. Ils sont toujours inséparables et semblables en essence. Quand la voie est totalement actualisée, avec cessation complète de tous les obscurcissements des pensées perturbatrices et des voiles à l'omniscience, la continuation de notre esprit subtil devient le *dharmakaya*, et celle du vent subtil, le corps illusoire pur. Au temps résultant, le corps sacré et l'esprit sacré, le *roupakaya* et le *dharmakaya* sont unifiés.

Afin de réaliser cette unification de l'au-delà de l'apprentissage, l'unification de l'esprit sacré du *dharmakaya* et du corps sacré de *roupakaya*, il nous faut exercer notre esprit à sa cause principale, l'unification de l'apprentissage. Cela implique l'unification de l'esprit subtil de la claire lumière qui connaît directement la vacuité et du corps illusoire pur orné des trente-deux marques majeures et des quatre-vingt marques mineures identiques à celles d'un bouddha. Pour y accéder, il nous faut recevoir la quatrième initiation, l'initiation du mot, qui sème la graine pour réaliser l'unification de l'au-delà de l'apprentissage et nous autorise à méditer sur les chemins de l'unification de l'apprentissage et de l'au-delà de l'apprentissage.

Pour réaliser le chemin de l'unification, il nous faut réaliser séparément les causes de ce chemin, à savoir la claire lumière et le corps illusoire. Il est possible de réaliser la claire lumière en recevant l'initiation de la sagesse du Yoga Tantra Supérieur, qui sème la graine pour la réalisation du *dharmakaya* et nous autorise à méditer sur la claire lumière. Celle-ci comprend deux stades : la claire lumière de l'exemple (ou analogique) et la claire lumière du sens (ou de la signification). Avant de réaliser la claire lumière du sens, il faut réaliser la claire lumière de l'exemple et le corps illusoire impur. On réalise d'abord la claire lumière de l'exemple, qui est un esprit subtil percevant la vacuité avec un reste de vue dualiste. A cause de cette vue dualiste, on ne peut pas voir directement la vacuité.

Une fois atteint l'esprit subtil de la claire lumière de l'exemple, on parvient au corps illusoire impur en continuant à développer cette sagesse transcendante subtile qui réalise la vacuité. Pourquoi ce corps illusoire de la claire lumière de l'exemple est-il appelé "impur" alors que celui que l'on réalise avec la claire lumière de la signification est appelé "pur" ? Parce que le premier a encore l'obstacle des pensées perturbatrices (*nyeundrip* en tibétain) alors que le second en est débarrassé.

La claire lumière du sens est cet esprit subtil qui réalise directement la vacuité en ayant dissous la vue dualiste subtile. Cette claire lumière est le remède principal pour déraciner *shédrip*, la vue dualiste subtile, le voile à l'omniscience. On accède au corps illusoire pur à partir de la claire lumière de la signification, puis, en développant alternativement les deux, on réalise leur unification. Mais, pour pratiquer la voie du corps illusoire, il faut avoir reçu l'initiation du secret. Cette initiation sème la graine du *sambhogakaya* et vous autorise à méditer sur le corps illusoire.

Pour accomplir les voies du corps illusoire et de la claire lumière en recevant les initiations du secret et de la sagesse, nous devons bien évidemment avoir auparavant entraîné notre esprit à leur préliminaire, le stade de génération du tantra. Pour méditer ce stade de génération, il faut avoir reçu l'initiation du vase qui sème la graine du *nirmanakaya* et qui nous autorise à exercer notre esprit au stade de génération. Pour accéder aux réalisations du corps illusoire et de la claire lumière, il nous faut avoir obtenu les réalisations préliminaires grossières et subtiles de ce stade de génération.

#### POURQUOI LA VOIE DU YOGA TANTRA SUPERIEUR EST LA PLUS RAPIDE

Sans avoir reçu les initiations de la plus haute classe des tantras et sans pratiquer le tantra, il est impossible d'accéder à l'éveil. C'est la raison pour laquelle, à la fin de la préparation aux initiations du Yoga Tantra Supérieur, nous nous réjouissons d'avoir cette chance de pouvoir pratiquer le tantra. Dans le *paramitayana*, le véhicule des perfections, toutes les consciences (ou esprits) qui réalisent directement la vacuité sont des consciences grossières. Dans cette voie, il n'y a pas d'esprit subtil de claire lumière percevant directement la vacuité par la cessation de toutes les consciences grossières qui existent avant l'apparition des trois visions et jusqu'à celle des consciences plus subtiles qui surviennent au cours des trois visions. Cet esprit subtil n'existe pas dans le *paramitayana*.

Quand on suit la voie des perfections, il est nécessaire d'accumuler des mérites pendant trois éons incalculables. Après avoir accumulé ces mérites, une fois venu le temps d'accéder à l'éveil, on prend finalement les quatre initiations du Yoga Tantra Supérieur (celles du vase, du secret, de la sagesse et du mot), et l'on reçoit la consort de sagesse. Par contre, en actualisant le chemin du Yoga Tantra Supérieur, il est possible de parachever cette accumulation de mérites en une courte durée de vie, et même en quelques années. Comment est-ce possible ? La méthode la plus générale, comme l'explique Sa Sainteté, est de méditer sur les quatre puretés (du corps, du lieu, des jouissances et des actions). Faire les méditations des *sadhanas*, qui comprennent la

pratique des quatre puretés, est une méthode tantrique vraiment habile permettant l'accumulation d'une quantité incalculable de mérites en très peu de temps. C'est une manière d'expliquer comment le travail de purification et d'accumulation de mérites peut être mené à bien en un temps si court par la pratique du tantra. Je pense, quant à moi, que la principale raison est que la réalisation du corps illusoire impur nous aide à parachever la collection de mérites des trois grands éons incalculables. C'est cela qui permet de réaliser l'unification de l'au-delà de l'apprentissage en une courte durée de vie ou même en douze ans, comme le firent les grands yogis du passé.

Le pratiquant du Yoga Tantra Supérieur qui a réalisé la claire lumière de l'exemple ne craint plus de renaître dans l'un des royaumes inférieurs. Pour lui, ils n'existent plus car, arrivé à ce stade supérieur de réalisation, le pur et l'impur, ce qu'il convient d'éviter et ce qu'il convient de pratiquer, sont pour lui identiques. Plus rien ne différencie les enfers de l'éveil, ni le samsara du nirvana. Tout ce qui est dit dans les enseignements devient expérience vivante pour celui qui a atteint ces réalisations tantriques du plus haut niveau. Mais si vous n'avez pas atteint ce niveau et essayez de plagier ces expériences en affirmant qu'il n'y a pas de différence entre *karma* noir et *karma* blanc, vous devenez fou.

Il est certain que, si vous réalisez la claire lumière de l'exemple, vous avez la possibilité de réaliser dans cette vie même la claire lumière du sens et l'éveil. Dans l'expression « claire lumière de l'exemple », le mot « exemple » signifie que, pour le pratiquant du stade d'accomplissement du Yoga Tantra Supérieur, les vingt-cinq absorptions, les trois visions et la claire lumière, qui sont de fait expérimentées pendant le processus de la mort par les êtres ordinaires, se produisent pour lui de façon strictement similaire pendant sa méditation. L'esprit subtil concentré sur la vacuité, ce méditant fait cesser les consciences grossières, et jusqu'aux plus subtiles qui surgissent lors des trois visions, blanche, rouge et noire.

La claire lumière de l'exemple, cet esprit subtil de sagesse transcendante qui réalise la vacuité, est appelée « réalisation tantrique du *mahamoudra* de la béatitude et de la vacuité non-duelles ». Vous voyez que sans cette réalisation il est impossible d'atteindre le corps illusoire ni aucune de ces réalisations supérieures : la claire lumière du sens, le corps illusoire pur ou l'unification de l'au-delà de l'apprentissage. Sans la réalisation tantrique du *mahamoudra*, il n'y a aucun moyen d'atteindre le *dharmakaya*, aucun moyen d'accéder à l'éveil.

Les consciences grossières devant cesser si l'on veut réaliser la claire lumière de l'exemple, il est compréhensible que jamais une conscience grossière ne pourra devenir la cause principale du *dharmakaya*. Cette cause est dans la continuation de la réalisation tantrique du *mahamoudra*, la

sagesse subtile transcendante concentrée sur la vacuité. Le *dharmakaya* est cette sagesse transcendante subtile parfaitement purifiée, même de la vue dualiste subtile, qui demeure concentrée inséparablement et pour toujours sur la vacuité de tous les phénomènes, comme de l'eau versée dans de l'eau. Le *dharmakaya* est la sagesse subtile transcendante complètement pure qui réalise la nature absolue de toutes les existences. Si vous comprenez un peu ce qu'est le *dharmakaya*, vous pouvez alors comprendre ce qu'est le vent subtil, véhicule de cet esprit subtil. Le véhicule de cette sagesse subtile est le corps sacré d'un bouddha, complètement débarrassé des deux voiles.

### *Les bénédictions des dakas et dakinis*

Pour faire l'expérience, pendant la méditation, des vingt-cinq absorptions, des trois visions et de la claire lumière de la signification, grâce à la cessation des consciences grossières, les vents provenant de tous les *chakras* et canaux psychiques des différentes parties du corps doivent pénétrer dans le canal central, y demeurer et s'absorber en lui. Ce processus s'accompagne d'un certain nombre de signes. Quand tous les vents sont absorbés dans le canal central, les trois visions, puis la claire lumière, apparaissent.

Pour que soit activé le vent-esprit subtil et pour être capable de contrôler les vents afin de les rassembler dans le canal central, vos gouttes (d'énergie), *chakras* et vents doivent être bénis par les *dakas* et les *dakinis*. Les *dakas* et *dakinis* bénissent vos gouttes, *chakras* et vents, afin de les activer. Pour que celui puisse se produire, il est nécessaire d'avoir reçu une initiation du Yoga Tantra Supérieur. Les trois autres classes de tantras – le *kriya* tantra, tantra de l'action ; le *charya* tantra, tantra de la conduite et le *yoga* tantra – ne révèlent pas les méthodes du mandala du corps ni les méditations profondes et très secrètes dans lesquelles *dakas* et *dakinis* bénissent les *chakras*. Ces pratiques ne sont révélées que dans la voie du Yoga Tantra Supérieur.

Pour s'engager dans la pratique du mandala du corps, il est nécessaire de recevoir des initiations du Yoga Tantra Supérieur, puis de pratiquer les *sadhanas*, exerçant ainsi son esprit par des méditations quotidiennes. Cela explique pourquoi les longues *sadhanas* de Vajra Yogini et de Cittamani Tara, qui comprennent chacune un mandala du corps, sont si secrètes et si précieuses. Et c'est aussi la raison pour laquelle la pratique de Hérouka est tellement particulière, tellement précieuse que nombre de ses pratiquants font quotidiennement la longue *sadhana*.

Lama Tsong Khapa a expliqué dans ses enseignements tantriques l'extrême importance de cette pratique :

« Afin de faire l'expérience du stade d'accomplissement de la félicité née simultanément, il vous faut stabiliser votre concentration en un point sur le corps-vajra. Pour y parvenir, les *chakras* et les gouttes doivent être bénis par les *dakas* et les *dakinis*. Voilà pourquoi les méditations sur le mandala du corps sont l'objet de tant d'admiration. »

C'est la racine même. En prenant les initiations et en faisant les pratiques du mandala du corps, en recevant les bénédictions des *dakas* et des *dakinis* et en pratiquant les six yogas de Naropa, il vous sera possible d'accéder bien plus rapidement à la réalisation du *mahamoudra*. Grande est votre chance d'être né dans ce continent Sud où se trouvent les vingt-quatre lieux sacrés de Hérrouka, avec des *dakas* et des *dakinis* qui sont comme les étoiles de la nuit. Si vous pratiquez un Yoga Tantra Supérieur comme celui de Hérrouka ou de Vajra Yogini dans ce continent du Sud et particulièrement à proximité des vingt-quatre lieux saints situés en Inde, au Népal et au Tibet, les *dakas* et les *dakinis*, tels des étoiles, béniront vos *chakras* et vos gouttes afin que vous puissiez rapidement accéder à la réalisation du *mahamoudra* de la vacuité et de la grande félicité non-duelles. Ainsi vous pourrez réaliser l'état de *Vajradhara*, soit dans cette vie, soit dans la suivante. Au cas où vous n'auriez pas parachevé la voie dans cette vie, vous pourrez en tous cas le faire soit dans l'état intermédiaire, soit dans la vie prochaine.

C'est pour cette raison que cette parfaite renaissance humaine est d'une valeur tellement inestimable. Même si vous ne parachevez pas la voie tantrique dans cette vie-ci, vous pourrez renaître dans une terre pure où il est possible de pratiquer, aller jusqu'au bout de la voie et atteindre l'état d'éveil d'un bouddha. Grâce à cette parfaite vie humaine, vous avez cette opportunité incroyable d'accomplir tout cela. C'est une chose extraordinairement précieuse !

### ***Méditer sur la vacuité***

Partout où quelque chose existe, il y a vacuité et tout existe en dépendance d'un esprit valide. Pour exprimer cela autrement et le ressentir différemment, on peut dire que tout ce qui existe existe du côté de l'esprit. La signification de ce point est très profonde. Les choses existent en dépendance de l'esprit valide du sujet. Sans dépendre d'un esprit valide, il n'est rien qui puisse exister. Il est absolument impossible de définir un objet comme existant s'il n'est pas l'objet d'un esprit valide. Tout existe non seulement du côté de l'objet mais aussi du côté de l'esprit, du

sujet. La totalité de ce qui existe, nirvana et samsara, bien et mal, ami et ennemi, existe en dépendance de l'esprit. Absolument rien ne peut exister sans dépendre de l'esprit.

L'espace ne peut pas se transformer en terre. Quelque chose qui est permanent ne peut pas devenir impermanent parce qu'un phénomène permanent ne contient pas sa propre cause. Imaginez par exemple qu'à l'aide d'un marteau vous réduisiez une brique en morceaux, puis que vous réduisiez ces morceaux en une poudre et enfin que vous utilisiez cette poudre pour fabriquer un vase. Comme la brique n'existe plus, sa vacuité, ou encore sa nature absolue, a également cessé. Tant qu'elle est brique, la brique elle-même est *shigpa*, ce qui signifie qu'elle est soumise à désagrégation ou au changement dû à une cause. Et ensuite, après que le marteau l'ait brisée, elle est aussi *shigpa*. Mais la vacuité de la brique n'est pas *shigpa* car elle n'est pas soumise au changement dû à une cause principale et elle ne peut pas non plus cesser sous l'action d'une circonstance.

Quand, avec la poudre de brique, vous fabriquez un vase, celui-ci devient l'objet d'un esprit valide. En dépendance de la base, cette forme particulière, la pensée appose simplement une désignation, là, sur cette base. Nous touchons ici au point subtil et délicat qu'il nous faut comprendre ! Après avoir accumulé beaucoup de mérites, si l'on est intelligent, que l'on a de la chance et surtout de l'expérience, on peut sans confusion appréhender ce point subtil. Cette compréhension ne fait que renforcer la foi en la loi du karma, en l'existence des vertus et des non-vertus, du nirvana et du samsara. Cette foi profonde est le signe infaillible de la réalisation de la vacuité.

A ce point du raisonnement, il est très facile en effet de tomber dans la croyance extrémiste que les choses n'existent pas. La pensée ne fait que désigner là : « ce vase existe ». Ici chaque mot a son importance, particulièrement le mot **là** (*par* en tibétain). Cela veut dire : **là**, du côté de l'esprit. Quand vous entendez ce **là**, ce que votre esprit devrait comprendre c'est que rien n'existe de son propre côté. Le vase n'existe pas **à partir de** là (de lui-même), mais **là**, c'est-à-dire du côté de l'esprit. Il est clair que sa manière d'exister c'est en étant simplement désigné **là**.

Ce livre existe **là** : il existe par l'esprit qui simplement le désigne **là**. Quand vous entendez ce **là**, il vous faut comprendre qu'il y a un livre sur cette base, non pas du côté de la base, mais du côté de l'esprit. Ce mot donne une idée très claire que le livre existe sur cette base ayant cette forme particulière.

Il est vraiment très important quand vous méditez sur la vacuité de ne pas manquer un seul mot parce que chaque mot peut véhiculer une impression incroyable. Chaque mot est très clair,



riche, net et puissant. C'est pourquoi la traduction exacte et précise du tibétain est si essentielle car chaque mot est chargé d'un grand pouvoir et transmet à l'esprit une compréhension très claire.

## TOUT VIENT DE L'ESPRIT

Quand tous les êtres auront réalisé l'éveil, le samsara avec ses six royaumes, ses royaumes inférieurs avec animaux, *prétas* et êtres des enfers, rien de tout cela n'existera plus. Il y aura l'esprit omniscient de l'éveil. Le courant de conscience (en fait je parle ici de l'esprit subtil) ne cesse jamais, et comme il est sans fin dans sa continuité, le *dharmakaya* demeure éternellement. Quand chaque être aura purifié et éliminé les deux voiles, rien de ce que l'on appelle samsara ou même nirvana inférieur, qui est la simple libération des liens du karma et des pensées perturbatrices, ne subsistera. Ce point fait bien comprendre qu'éveil et samsara dépendent de l'esprit.

Prenons un exemple facile : telle personne pourra me sembler très laide et sans le moindre attrait, alors qu'un autre lui trouvera du charme et se sentira attiré par elle. Nous voyons tous deux la même personne au même moment, ce qui montre bien que la manière dont les phénomènes m'apparaissent vient de mon esprit, en fonction de mon karma, et que la manière dont ils apparaissent à l'autre personne dépend de son esprit et de son karma.

Cette façon de penser aide beaucoup à contrôler l'esprit insatisfait de l'attachement. Quand un objet vous paraît magnifique, essayez d'être conscient que vous avez vous-même créé cette beauté. C'est votre propre fabrication. Votre perception, à laquelle vous croyez dur comme fer, est que cet objet est beau de son propre côté. Vous êtes certain qu'il est beau de manière permanente. Pourtant, au moment même où cet objet vous apparaît comme beau, il est très possible que d'autres le trouvent laid et sans intérêt. Essayez d'être conscient que l'objet peut être perçu de différentes manières. Ainsi il devient très clair que votre vision des choses vient uniquement de votre esprit. La manière dont un objet vous apparaît dépend de votre esprit. Cela vous aide à comprendre votre propre karma ainsi que différents karmas. Si la façon dont nous apprécions un objet (le visage d'une personne par exemple) ne dépendait pas de l'esprit et du karma de chaque observateur pris individuellement, comment ce même objet pourrait-il apparaître différemment à différentes personnes ?

Prenons l'exemple du thé tibétain. Quand ils boivent du thé tibétain, les tibétains et même certains occidentaux lui trouvent un goût agréable sur lequel il appose l'étiquette « délicieux ». Cette sensation agréable est due au karma antérieur du buveur de thé qui impute la désignation

« délicieux » à cette sensation. Ce délicieux thé tibétain existe en dépendance de l'esprit de celui qui le boit et qui le désigne comme tel. Mais lorsque des occidentaux délicats, peut-être des américains, arrivent ici et se voient offrir de ce même thé agrémenté de sel et de beurre bien épais, ils ont l'impression de boire un breuvage dégoûtant. Cette sensation fort déplaisante aussi est le résultat du karma de ces personnes. Ce goût désagréable est le résultat de leur karma antérieur et ils imputent le nom « infect » à cette sensation particulière. Et quand ils boivent de ce thé tibétain, cela leur soulève le cœur.

Dans son grand commentaire du Lam-rim, Lama Tsong Khapa explique que parfois, alors que vous mangez un fruit censé être sucré, il arrive que contre toute attente vous trouviez à ce fruit un goût amer ou déplaisant. Lama Tsong Khapa dit que ce type d'expérience est le résultat de la convoitise, l'une des dix actions non vertueuses.

La totalité de l'existence (samsara et nirvana) dépend d'un esprit valide qui impute une désignation sur une base valide. Le samsara vient de l'esprit d'ignorance qui ne réalise pas la nature absolue du « je ». Le samsara vient de l'esprit. Ces agrégats, réceptacle de tant de problèmes, proviennent de l'ignorance qui se leurre totalement à propos de la nature absolue du « je ». L'éveil, le corps saint et indestructible (le corps-vajra) d'un bouddha, libéré de toutes souffrances, provient de l'esprit vertueux de la méthode et de la sagesse. Tout ce qui existe vient de l'esprit. Un phénomène n'a aucun moyen d'exister sans dépendre de l'esprit qui le connaît, c'est-à-dire du connaisseur (mais l'on parle ici de l'esprit, pas de la personne). Tout ce qui existe est vide d'exister sans dépendre de l'esprit.

Ce vase que nous pouvons utiliser est vide d'être un vase qui existe sans dépendre d'une base et du sujet, l'esprit. Il en va de même avec tout le reste de ce qui existe : tout objet existant, chacun pris individuellement, existe en dépendance d'une base et d'un esprit. Cette vacuité est la nature absolue de l'existence. C'est pourquoi partout où il y a existence, il y a vacuité. Partout où il y a vacuité, il y a Bouddha, et il y a *dharmakaya*, unifié à jamais à la nature absolue, comme de l'eau versée dans de l'eau.

### ***Les qualités du dharmakaya***

Là où est le *dharmakaya*, l'esprit sacré d'un bouddha, est aussi son véhicule, le vent subtil. Esprit et vent subtils ont la même essence mais simplement, à cause de leurs différentes fonctions, portent des noms différents. Là où il y a l'esprit sacré d'un bouddha, se trouve également son

corps sacré. Quand on comprend ces explications relatives au *dharmakaya* selon le tantra, on acquiert la ferme conviction que le Bouddha est présent au sommet de notre tête, sans qu'on l'ait visualisé. Même si dans votre chambre il n'y a pas de représentation du Bouddha, le Bouddha est là dans la chambre, sur l'autel. Où que vous vous trouviez, que l'endroit soit plaisant ou au contraire sordide, le Bouddha s'y trouve aussi. Il est dit dans les enseignements sur la philosophie bouddhique : « Il n'y a pas un seul endroit où le Bouddha ne soit pas. Il n'y a pas un seul endroit où l'esprit ne peut découvrir le Bouddha. » Savoir cela convainc l'esprit à s'engager dans la pratique du dharma et à accumuler les mérites.

Vous pourriez penser qu'une statue ou une thangka n'est rien d'autre qu'une statue ou une thangka, mais il s'agit en fait de la sagesse transcendante du *dharmakaya* qui comprend et perçoit directement aussi bien la nature absolue que la nature conventionnelle. Dans cette statue de Tara, les deux vérités coexistent, la vérité conventionnelle et la vérité ultime. La statue de Tara et sa nature absolue sont les objets de connaissance de l'esprit sacré de tous les bouddhas. L'esprit sacré de tous les bouddhas les appréhende. C'est seulement à cause de nos voiles et de nos distorsions mentales que nous ne voyons pas que tous les bouddhas demeurent dans cette statue de Tara. Qu'elle ait été bénie ou non, tous les bouddhas innombrables sont vivants dans cette statue.

Il est très bénéfique de se rappeler les qualités du *dharmakaya*, l'esprit sacré du Bouddha, quand on offre ne serait-ce qu'un bâton d'encens ou un bol d'eau. Conscients que tous les bouddhas demeurent dans la statue, vous faites votre offrande à tous les bouddhas et faites naître la félicité secrète dans leur esprit sacré, ce qui est l'essence de l'offrande.

### *Les êtres aux obstacles karmiques plus légers*

Lorsque Lama Atisha effectuait des circumambulations autour du stoupa de Bodhgaya, la statue de Tara et une autre en ivoire du Maître Bouddha Shakyamouni lui parlèrent en ces termes : "Grand yogi, si tu veux rapidement réaliser l'éveil, il te faut pratiquer bodhicitta."

Les statues donnent des conseils et des prédictions à ces êtres particuliers qui n'ont que de très légers voiles karmiques. En fait, je crois que le grand bodhisattva Kounou Lama Rinpoché a dit que non seulement la statue de Tara située à l'extérieur du stoupa parle, mais que toutes les autres statues aux alentours du stoupa le font aussi. Ce qui signifie qu'elles ont parlé quand les grands yogis du passé sont venus en pèlerinage.

Il y a un ou deux ans, une vieille femme venant du Tibet fit un pèlerinage à Nalanda, la grande université monastique où étudièrent des milliers de pandits, comme Lama Atisha ou Shantidéva. De nos jours, on ne peut plus voir que les ruines de quelques chambres, rien que quelques alignements de pierres. Sur une plate-forme où auparavant il y avait eu une statue du Bouddha Shakyamouni, cette femme âgée vit le Maître Bouddha Shakyamouni en personne, aussi grand que nature. La statue n'est plus depuis bien longtemps mais ce que vit cette personne ce n'était pas une simple statue, elle vit vraiment le Bouddha lui-même. Elle le vit pendant un court moment, puis il disparut.

On admire beaucoup la vie du Guéshé Kadampa Chagyoulwa parce qu'il était d'une extrême obéissance pour se dévouer correctement en pensées et en actions envers son ami vertueux Guéshé Deuloungpa. Guéshé Chagyoulwa nettoyait chaque matin la chambre de son maître. Il ramassait les débris dans un pli de sa robe et il descendait les jeter dehors. Ainsi servait-il quotidiennement son maître. Même s'il était au beau milieu d'une offrande de mandala, avec tous les plateaux et les grains empilés, dès qu'il entendait son maître l'appeler, il s'arrêtait sur-le-champ et allait lui offrir ses services.

Un jour, après avoir nettoyé la chambre de son maître et récolté dans sa robe tout ce qui était à jeter, il était en train de descendre l'escalier pour aller jeter les ordures dehors, quand soudain, arrivé à la troisième marche, il vit un grand nombre de bouddhas sous l'aspect du *nirmanakaya*. D'ordinaire, il ne pouvait pas voir même un seul bouddha, mais ce matin-là, il vit tout d'un coup, là dans l'escalier, un grand nombre de bouddhas. C'était le signe que ses voiles karmiques avaient diminué d'intensité grâce à sa dévotion correcte envers son maître.

Les bouddhas sont toujours présents. Seuls nos voiles karmiques et nos distorsions mentales nous empêchent de voir le Bouddha dans notre chambre.

**Colophon** : Extrait de *Cette précieuse renaissance humaine*, transcrit édité par les Editions Vajra Yogini. Avec leur aimable autorisation pour le programme Découverte du Bouddhisme. Version remaniée par Dominique Régibo, février 2005, pour le Service de traduction francophone de l'FPMT. Tous droits réservés.