



Les avantages d'une vie monastique Par Lama Thoubtèn Yéshé



ENS-ETH&V- avantages vie moanstique-Dernière mise à jour 21.07.2016

Chapitre deux : les avantages d'une vie monastique (première partie) – Lama Yéshé

En 1982, Lama Yéshé organisa, à Bodhgaya et à Dharamsala, en Inde, la première « Enlightened Experience Celebration » (Célébration de l'Expérience éveillée), une série de 5 mois d'enseignements, d'initiations et de retraites. Une centaine de moines et de moniales de l'Institut International du Mahayana (IMI) y assista. Lors de la partie du programme se tenant à Dharamsala, Lama Yéshé appela les moines et les moniales dans la gomba du centre de retraite de Toushita et leur fit les discours suivants durant deux soirées (les 17 et 18 avril).

Je veux dire quelques mots aux moines et aux moniales occidentaux réunis ici aujourd'hui.

En quelque sorte, nous sommes très chanceux. Nous sommes extrêmement chanceux d'essayer de vivre, du mieux que nous le pouvons, même pour une journée ou un mois, selon les règles du vinaya du Seigneur Bouddha. C'est déjà bien.

De nos jours, le monde dégénère rapidement dans la bassesse, l'agressivité et la saisie des ressources, conduisant les individus à un état d'anxiété considérable. Bien que nous soyons des moines et des moniales, nous ne pouvons pas ignorer ce qui se passe dans le monde. Les journaux et les magazines sont remplis de ces informations. Même ici, en haut dans les montagnes, nous ressentons aussi cette vibration négative.

Par conséquent, nous avons de bonnes raisons d'être fiers de notre ordination. Nous devrions être fiers, plutôt que de penser : « Je suis un moine – Je suis si inutile, si seul. » « Je suis une moniale – Je suis si inutile, si seule. » Au lieu de répéter ce mantra, vous devriez être fiers de ce que vous êtes.

Aussi, je suis très satisfait de la façon dont se déroule cette célébration du Dharma que nous organisons. Quand vous considérez que la plupart des occidentaux du 20ème siècle ne vivent que pour profiter des plaisirs des sens, c'est comme un rêve que plus d'une centaine de moines et de moniales occidentaux puissent se réunir autour d'un événement comme celui-ci. Rappelez-vous ce que Sa Sainteté Ling Rinpoché nous a dit à Bodhgaya : bien que les touristes viennent là depuis longtemps, notre rassemblement est un événement historique. Jamais auparavant, des occidentaux ne se sont rassemblés là pour vivre et pratiquer en accord avec le mode de vie bouddhiste. Ainsi, nous sommes très, très chanceux. Vous devriez être très heureux. Vivre purement dans les règles du vinaya même pour une journée est très rare. Vous le faites, c'est suffisant pour moi.

Pourquoi et comment l'IMI (Institut International du Mahayana) démarra ?

J'aimerais raconter une partie de l'histoire de l'Institut International du Mahayana. Certaines personnes eurent des doutes, quand je nommai cette organisation, « Institut International du Mahayana » : ils n'aimaient pas le nom. Peu m'importe. Qui se préoccupe que certains l'aient et d'autres pas ? C'est juste l'esprit dualiste au travail. Sans objet de haine, il n'y a pas de désir. Mais j'ai abouti à ce nom car les mots signifiaient quelque chose.

Les membres de notre Sangha viennent du monde entier, ainsi nous sommes réellement « internationaux » ; le bouddhisme que nous pratiquons est le Mahayana, et puisqu'il s'agit d'un phénomène éducatif, je l'ai nommé « institut » : Institut International du Mahayana.

Pourquoi créer un tel institut ? Pourquoi nos moines et moniales internationaux ne devraient-ils pas juste aller dans les montagnes et vivre comme Milarépa ? Pourquoi avons-nous besoin d'une organisation ? Bien, prenez par exemple cette célébration du Dharma : combien de personnes a-t-il fallu pour l'organiser ? Sans organisation, comment cette « Enlightened Experience Celebration » aurait eu lieu ? C'est ma réponse. Même deux personnes vivant ensemble, en couple, ont besoin d'organiser leurs vies. Nous avons besoin d'organisation. Certains hippies rejettent toute organisation – c'est stupide ; ils ne comprennent pas. Ils ne peuvent même pas organiser leurs propres vies, et encore moins faire quelque chose qui soit bénéfique à tant d'autres personnes.

Donc pourquoi ai-je créé cet institut ? Parce que j'ai senti que, selon les règles du vinaya, il était de ma responsabilité de le faire. Les membres de notre Sangha ont commencé leur étude du Dharma avec le lamrim ; cela leur a donné une certaine compréhension de la nature du samsara, des bénéfices du renoncement, et de la meilleure façon de pratiquer. De par leur propre expérience, ils devinrent enthousiastes à l'idée de prendre l'ordination. J'ai donc dit oui. Mais vous savez, pour moi, dire oui est facile. Je peux ordonner n'importe qui n'importe quel jour en récitant les mots de la cérémonie d'ordination : « Bla-bla-bla ». Mais donner l'ordination à quelqu'un est plus que le simple travail d'une journée. Le Seigneur Bouddha a dit que vous deviez prendre soin de votre Sangha. Mais comment prendre soin de la Sangha ? Je suis juste un stupide moine himalayen sans expérience mondaine, ni organisationnelle. Je n'ai même jamais été directeur du monastère de Séra. J'étais juste un simple moine. Tout ce que j'ai fait fut d'étudier, de servir et de cuisiner pour mon maître. Quand j'examine ce qui a besoin d'être fait, il m'apparaît difficile de prendre la responsabilité de ce qu'est maintenant devenue [une organisation de] presque une centaine de moines et de moniales. Ce processus m'amena à la conclusion que si je créais une organisation communautaire pour la Sangha, ses membres s'aideraient les uns les autres.

Nous avons besoin de sécurité. Nous sommes ce que les tibétains appellent des « corbeaux blancs ». Les tibétains considèrent qu'il est aussi impossible pour des occidentaux de devenir moines ou moniales, que pour un corbeau d'être blanc. Au regard de la société, nous sommes des parias. Nos visages roses montrent que nous ne faisons pas partie de la société tibétaine et, à cause de notre attitude de renoncement, nous sommes également exclus de la société occidentale. Ils pensent que nous sommes des [membres de] Haré Krishna. Non pas que je sois en

train de dénigrer les Haré Krishnas, mais les gens nous rejettent car c'est ce qu'ils pensent que nous sommes. Ainsi, j'ai senti que nous avons besoin de créer notre propre catégorie, afin que nous puissions exercer notre propre réalité. Par conséquent, il y a huit ans, j'ai fondé cette organisation.

Depuis, nous nous sommes enrichis d'environ cinq à dix moines et moniales par an. À l'origine, nous avons établi l'organisation à Katmandou, à Kopan et de mon point de vue, les moines et les moniales qui y résident ont réussi. Ils étudièrent le lamrim, ils apprirent quelques rituels. Mais après quelque temps, le gouvernement changea les lois pour les visas et il devint impossible financièrement pour eux de rester là-bas. J'ai alors pensé : bien, c'est OK, ce n'est rien. Ils sont occidentaux et non népalais ; il serait stupide pour eux d'imaginer passer leurs vies entières au Népal, dans le Tiers-monde. Ils avaient cependant renoncé au confort de cette vie, ce qui est une très bonne chose. J'ai donc réfléchi profondément à ce qu'il fallait faire.

Cela prit longtemps pour fonder Nalanda en France, notre premier monastère occidental. Ce ne fut pas facile. En occident, vous devez vous impliquer avec des dollars. Sans argent, vous ne pouvez pas acheter de terrain. Heureusement, un étudiant dévoué nous a offert la propriété de Lavour. Ainsi, finalement, nous avons maintenant un endroit, qui nous donne la possibilité de mener une vie monastique et de prendre soin les uns des autres. Nous avons besoin de cela.

Nous avons renoncé au confort dans une certaine mesure, mais nous avons toujours nos problèmes, nous n'avons pas encore éliminé les trois poisons. Nous ne sommes pas des bouddhas, nous ne sommes pas des arhats. Nous avons besoin de prendre soin les uns des autres sur le plan émotionnel. C'est difficile pour les laïcs de le faire pour nous. Si des moines pleurent, les laïcs ne comprennent pas : « Ce moine est supposé avoir renoncé au samsara, maintenant il pleure sur lui ? » Mais les autres moines et moniales comprennent et ils peuvent se reconforter entre eux, ils peuvent être chaleureux entre eux : « Oh, ne pleure pas. Oui, aujourd'hui, c'est un peu nuageux, mais cela va s'éclaircir demain. »

Il y a de nombreuses différences entre les personnes laïques et celles qui sont ordonnées. Leurs modes de vie sont différents ; leurs façons de penser sont différentes ; leurs responsabilités sont différentes. Mais jusqu'à présent, seuls quelques-uns des anciens moines et moniales se sont dédiés à l'organisation de la nourriture, de l'habillement, de l'hébergement, du transport entre le Népal et l'Inde et aux installations pour les retraites et les enseignements, afin de garder notre Sangha unie. Les nouveaux moines et moniales ne peuvent pas apprécier à quel point nous avons travaillé dur ; les anciens savent. Nous avons fait de notre mieux, nous avons une longue histoire.

Nous avons atteint un certain point où tellement d'entre nous étaient sans revenu, qu'il était presque impossible de continuer. Malgré tout, nous avons essayé de prendre soin de tout le monde. Quelques membres de la Sangha qui avaient leur argent personnel le partagèrent avec d'autres. Je fus heureux de les voir faire cela. Mais de nos jours, nous sommes dispersés dans le monde entier. Nous n'avons pas notre propre résidence, ainsi, d'un point de vue financier, il est difficile de partager nos ressources limitées pour s'entraider. À l'avenir, quand le monastère

Nalanda sera plus fermement établi, j'espère que tout le monde partagera pour s'entraider.

Je ne peux pas organiser tout ceci moi-même. J'ai une vision de ce qui a besoin d'être fait, mais je ne peux pas prendre une aiguille, enfiler le fil et coudre toutes vos robes moi-même. Je ne peux pas faire ces tâches quotidiennes. Vous avez besoin de vous organiser pour vous aider les uns les autres. C'est vraiment nécessaire. Vous voyez, les moines et les moniales ont besoin d'éducation. Comment pouvons-nous leur offrir une bonne éducation si nous ne nous organisons pas ? Vous pouvez voir à quel point cela est difficile.

Peu importe, cela est une courte histoire de comment nous avons débuté.

Ce que cela signifie d'être un moine ou une moniale

Parlons de quelle manière, au commencement, vous devriez devenir un moine ou une moniale, ou de ce que signifie d'être un moine ou une moniale. Permettre à des occidentaux de devenir moine ou moniale n'est pas un travail à prendre à la légère. Et il n'est pas bon non plus d'ordonner les gens trop facilement. Nous avons beaucoup appris de l'expérience de ces huit dernières années.

Tout d'abord, si vos parents sont toujours responsables de vous ou si vous avez de bonnes relations avec eux, vous avez besoin de leur permission pour devenir moine ou moniale. Ils devraient être heureux de votre décision. C'est important ; nous avons eu quelques expériences à ce sujet. Certaines personnes ont pris l'ordination sans la permission de leurs parents, mais plus tard, leur esprit négatif resurgit. Vous savez, l'esprit négatif, l'ego, aime toujours rationaliser : « Bien, maintenant, ma mère n'a jamais vraiment apprécié le fait que j'ai pris l'ordination, pour son bien, je pense donc qu'il vaudrait mieux que je rende mes robes. »

Je sais. J'ai fait cette expérience. Je dis : « OK, bien. ». Je ne suis pas si stupide. Si vous voulez vraiment garder votre ordination, qui se soucie de ce que votre mère samsarique pense ? Votre mère samsarique est également stupide, remplie d'ignorance, remplie de désir, remplie de haine. Qui s'en soucie ? Le Seigneur Bouddha, lui-même, a dit que si vous n'êtes pas forts, si vous êtes faibles, vous avez besoin de la permission de vos parents, mais si vous êtes totalement convaincus que ce que vous faites est juste, alors vous n'en avez pas besoin. Je vous le dis, nos parents sont juste aussi stupides que nous. Nous nommons notre pays de naissance « le nid du samsara ».

C'est vrai. J'examine ma propre situation. Quand je vivais au Tibet, mon oncle prenait soin de moi. Les parents veulent bien faire, mais donner de la nourriture, des vêtements, de l'argent avec un esprit samsarique, se soucier de votre réputation – je suis désolé – ce n'est pas suffisant. Ainsi, ce que je suis en train de dire est que si vous êtes suffisamment forts, vous n'avez pas besoin de la permission de vos parents. Le Bouddha Shakyamouni est un bon exemple. Qui lui donna la permission de quitter sa maison, de quitter son royaume ? Personne. Il avait des centaines de femmes qui s'accrochaient à lui ; il était hors de question qu'elles lui donnent la permission de partir pour mener une vie ascétique.

De nombreux occidentaux veulent devenir moines ou moniales juste parce que : « Je déteste ma société ; je déteste le mode de vie de mes parents, il n'y a pas d'alternative, je dois le faire. De toute façon, il semble que les moines et les moniales aient des vies faciles, donc je pense que je vais prendre l'ordination. » C'est faux. Le Seigneur Bouddha a dit qu'il était erroné de devenir moine ou moniale juste pour simplifier votre vie dans le sens où vous n'avez pas à vous soucier de vous procurer de la nourriture ou des vêtements ou de vous soucier d'un mari ou d'une femme. Ce n'est pas la signification [des vœux] de pratimoksha. *Prati* signifie individuel, *moksha* signifie libération ou nirvana. Cela implique que nous devons comprendre notre situation samsarique personnelle et nous en sentir insatisfaits, et non pas des objets extérieurs de la société. Si cette compréhension touche réellement votre cœur et que vous devenez moine ou moniale sur cette base, votre ordination a réellement le renoncement comme fondement.

Je vous le dis, si vous devenez moine ou moniale sur la base d'une mauvaise motivation, vous n'y arriverez jamais. La motivation correcte est la plus importante des choses.

Pourquoi avez-vous pris l'ordination ?

La façon dont vous avez reçu l'ordination, toutefois, est bonne, compte-tenu du fait que vous êtes suffisamment âgés pour décider par vous-mêmes. Le fait que des occidentaux deviennent moines ou moniales après 20 ans est mieux que la façon, dont nous, tibétains, procédons. J'étais juste un garçon stupide de six ans quand j'ai décidé de devenir moine. Pas très malin, j'ai raté l'occasion de jouir de beaucoup des expériences de la vie ! Vous tous avez expérimenté le monde des sens, vous avez eu suffisamment de relations homme-femme, vous avez fait l'expérience de l'essentiel de ce que la vie mondaine a à offrir et vous avez atteint un certain point où vous pensez : « Je veux rendre ma vie plus facile au lieu de toujours être en conflit et de blesser les autres dans mes relations humaines. » C'est finalement une meilleure façon de prendre l'ordination, plus dans l'esprit du Dharma.

La façon de faire tibétaine est parfois déterminée par la culture. Bien sûr, la culture tibétaine a ses bons et ses mauvais aspects. Je ne peux pas dire que tout soit bon dans la culture tibétaine. Elle développe également l'esprit samsarique, égoïste. Par conséquent, c'est de la responsabilité de votre instructeur — lama, guéshé, yogi, yogini, quoi qu'il soit — de s'assurer que, dans votre cœur, vous avez la bonne motivation pour prendre l'ordination.

Parfois, les individus sont menés par des états émotionnels névrotiques : « Oh, le lamrim dit que le renoncement est la meilleure façon de pratiquer ! Hé, allons-y ! Je veux être exactement comme Milarépa ! » Cela arrivait souvent au Tibet. C'était courant, nombre d'entre nous était comme cela. Par exemple, des moines des universités [monastiques] allaient écouter quelque haut lama enseigner le lamrim et expliquer à quel point Milarépa était fantastique, ou comment Lama Tsongkhapa renonça au monde. Nombre d'entre eux partait alors en courant de l'université et allait dans les montagnes pour mener des vies ascétiques. Mais, bien sûr, après quelques jours, la plupart en revenait.

C'est juste émotionnel. Les occidentaux également s'emballent : « Oh, devenir moine, devenir moniale, quelle bonne idée ! » Devenir un moine ou une moniale n'est pas juste une bonne idée ! En fait, la vie d'un moine ou d'une moniale est assez difficile. Les laïcs devraient avoir de la compassion pour nous. C'est vrai ! Les laïcs tibétains ont de la compassion pour la Sangha, ou au moins en avaient autrefois, je ne suis pas certain qu'ils en aient toujours. Peut-être que, de nos jours, ils ont laissé tomber les moines et les moniales. De toute façon, avoir juste un ressenti émotionnel n'est pas suffisant.

Pratimoksha signifie une ordination basée sur le renoncement. Le renoncement signifie en quelque sorte, que vous avez la force de comprendre vraiment que tous les plaisirs mondains, quels qu'ils soient, ne sont pas pour vous. Si vous sentez que quelque chose qui est complètement incompatible avec le comportement de la Sangha est en fait merveilleux, votre vie en tant que moine ou moniale sera certainement très difficile. Par contre, si vous avez une bonne compréhension de la condition samsarique universelle, le vrai renoncement vous viendra très facilement. Par conséquent, avant de prendre l'ordination, vous devez recevoir des explications parfaites et détaillées sur la nature du samsara, de la libération et, de ce que le renoncement signifie vraiment. L'attitude mentale fait une grande différence, une grande différence. Quand vous avez une attitude de renoncement, toutes vos tendances superstitieuses sont, d'une certaine manière, dissipées. Psychologiquement, ne plus avoir d'attente fait toute la différence.

Parfois, je demande aux personnes souhaitant être ordonnées d'attendre quelques années. Je pense que c'est bien. Vivez comme un moine ou une moniale pendant quelque temps et ensuite, nous pourrions voir pour votre ordination. Certaines personnes m'ont critiqué à ce sujet, mais que faire ? Je pense qu'il est important pour certaines personnes de vivre comme des moines ou des moniales quelques années sans porter la lourde charge de l'ordination. Certains ont fait ceci et après 2 ans voulaient toujours devenir moines ou moniales. C'est fantastique. Cela a de l'importance.

J'ai également dit à certains de renoncer à la vie mondaine, de porter les robes et de vivre comme un membre de la Sangha. En tibétain, nous appelons ceci « nyam-par nam-soum » : vivre comme un moine ou une moniale, écouter les conseils de l'abbé, et ne pas se comporter à la légère comme les laïcs le font – ces trois choses-là. C'est si facile, nous avons ces trois simples conditions. Vous vivez comme cela pendant un certain temps, jusqu'à ce que vous atteigniez le moment où vous êtes sûrs que c'est la façon dont vous voulez vivre le reste de votre vie. Alors vous pouvez, à proprement parler, prendre les trente-six vœux de novice. C'est un moyen facile de développer une bonne compréhension de ce que signifie être ordonné : il n'y a pas de pression, vous n'avez rien à perdre, c'est flexible. Je pense que c'est une bonne idée. En résumé, on ne devrait pas devenir moine ou moniale trop facilement.

Ensuite, quand vous prenez l'ordination, il est très important pour vous, de recevoir une explication détaillée des vœux.

La relation avec votre abbé

Qu'en est-il de votre relation avec votre abbé ? Selon le vinaya, la personne qui vous donne l'ordination devient votre abbé. Il devient responsable de vous de la même façon qu'un père est responsable du bien-être de sa fille ou de son fils ; c'est ce type de relation. Vous rappelez-vous ce qui vous a été expliqué lorsque vous avez été ordonnés ? C'est important, ce n'est pas une blague. Comme je l'ai dit auparavant, donner l'ordination est facile : « Bla-bla-bla, OK, maintenant vous êtes un moine ou une moniale, au-revoir ! » Une heure et tout est fini. C'est facile. Mais le Seigneur Bouddha a dit : « Non ! Vous devez maintenir une relation solide avec votre abbé. Quelle que soit la question importante qui surgit, je veux que vous lui demandiez si c'est exact ou erroné. » De cette façon, vous prenez soin l'un de l'autre.

De nos jours, d'une certaine manière, il est difficile pour les moines et les moniales du 20ème siècle, de nourrir une relation solide avec leurs abbés. Ils se séparent de leurs parents, ils se séparent de leurs maîtres, ils se séparent de leurs abbés. Un certain style de vie révolutionnaire. Les moines plus anciens savent cependant qu'être près de leurs abbés de vinaya a une grande signification, que cela veut vraiment dire quelque chose, que c'est très important.

Ne pensez pas : « Je suis indépendant, je peux faire ce que je veux. » Oui, vous pouvez faire tout ce que vous voulez. Personne ne vous pousse, mais si vous prenez un engagement, si vous choisissez un style de vie, qui comprend certains objectifs, vous avez besoin de nombreux phénomènes interdépendants pour évoluer dans cette direction, pour vous aider à atteindre ce but.

Le mode de vie occidental vous procure tellement de liberté, mais il vous encourage aussi à développer un fort ego individualiste. Ainsi, généralement, vous faites juste ce que votre ego vous dit de faire. Et si vous ne faites pas ce que votre ego vous dit, vous vous sentez frustrés. Nous devons changer cette attitude.

Quand vous prenez l'ordination, vous devez avoir confiance dans le fait que votre abbé peut vous donner de l'énergie, vous guider, vous aider. Vous devriez être confiants dans le fait que votre abbé ne vous donnera pas de mauvais conseil et ne vous conduira pas dans des situations désastreuses. Par conséquent, vous devez développer une bonne connexion avec votre abbé, basée sur la compréhension correcte qu'il peut vous aider jusqu'à ce que vous soyez libérés. Ne laissez pas votre fort ego individualiste vous gouverner ; au lieu de cela, développez une bonne relation avec votre enseignant et vos frères et sœurs de Dharma. Ils sont les ressources à partir desquelles votre sagesse du Dharma grandit.

Que faire après avoir été ordonné ?

Après l'ordination, vous devez agir selon les règles du vinaya autant que vous le pouvez. C'est votre responsabilité. Prendre l'ordination est facile ; cela nécessite moins d'une journée. La difficulté réside dans le fait de la conserver. C'est là que résident les épreuves.

Vous avez besoin d'étudier les règles du vinaya en détail. Par exemple, comme vous devez vous en souvenir, l'action de tuer a quatre branches : la motivation, la base (l'objet) de l'action, l'acte et l'accomplissement. Pour briser complètement le vœu de ne pas tuer, l'action doit comporter les quatre branches. Même si vous faites quelque chose qui brise un vœu, si un de ces quatre aspects manque dans l'action, ce n'est pas complètement négatif ; le vœu n'a été que partiellement brisé.

Il est important de connaître ces choses. Bien des fois, les occidentaux pleurent qu'ils ont perdu leur ordination. Mais quand je vérifie, ils ne l'ont pas perdue. Ils peuvent avoir brisé quelque chose – ceci est mon expérience – ils peuvent avoir brisé un vœu, dans une certaine mesure, mais ils ne l'ont pas complètement rompu. Il y a plusieurs paliers avant de perdre ses vœux. Vous devez étudier ces choses de manière claire et nette – ensuite vous savez comment conserver votre ordination.

Puisque nous sommes des débutants, nous brisons parfois des vœux, mais il y a une manière de confesser de telles ruptures. Il y a également des niveaux de confession et des moyens différents de se confesser. Habituellement, nous organisons des cérémonies formelles de confessions [so-jong] deux fois par mois. Il est bien d'y participer. Participer aux so-jong est suffisant pour purifier la vaste accumulation de négativité provenant de la rupture des préceptes.

Les règles du vinaya peuvent changer

Souvenez-vous que les règles du vinaya peuvent changer avec les époques. Comme notre culture change, les règles du vinaya elles-mêmes peuvent aussi changer. Le Seigneur Bouddha lui-même a dit ceci. Étudiez le vinaya en détail. Ceci ne signifie pas que de nos jours vous pouvez tuer – ceci ne signifie pas cela.

Par exemple, l'utilisation de parfum chez les femmes occidentales est répandue, il n'y a rien de spécial, ce n'est pas une grosse affaire. Mais au Tibet et dans d'autres pays du Tiers-Monde, quand une femme met du parfum, c'est quelque chose de particulier – les gens pensent qu'il se passe quelque chose dans son esprit. En occident, ce n'est rien : les hommes comme les femmes utilisent du parfum. C'est presque obligatoire ! Ainsi vous avez également à prendre en compte de telles différences culturelles.

Renforcer votre ordination avec la méditation

Vous devez comprendre les vœux plus profondément, pas seulement être capable de les énumérer. À mon avis, conserver les vœux dans un monastère en Asie est facile. Mais en occident, même connaître intellectuellement tout le détail des vœux, de manière claire et nette, ne suffit pas. Les occidentaux ont besoin de renforcer leur compréhension intellectuelle par la méditation ; sinon, il est impossible pour eux de conserver leur ordination. L'environnement est trop écrasant. Il vous dit : « Faites ceci, faites cela ; si vous ne le faites pas, vous êtes stupides. Si vous n'êtes pas accros au Coca-Cola, vous êtes stupides. » J'exagère un peu, mais l'impact de ces influences est si puissant, si puissant. Je suis vraiment reconnaissant qu'il y ait certains occidentaux qui essaient de conserver purement leur ordination. Pour vivre en occident et faire cela, il faut être fort intérieurement. Sinon, c'est impossible.

En occident, certaines personnes pensent que vous êtes presque criminels si vous êtes ordonnés : « L'homme de la porte d'à côté est vraiment bizarre ; il vit seul, il n'a ni femme ni enfant. Il doit être malade. » C'est la compréhension populaire, la réalité de votre culture. En conséquence, les occidentaux ont besoin de consacrer une énergie considérable pour conserver leur ordination. La vie en occident n'est pas facile. C'est pourquoi ce n'est pas non plus un travail facile pour les moines tibétains de s'y rendre.

Bien sûr, nous avons des centres partout dans le monde et si vous vivez dans l'un d'eux, c'est presque comme vivre dans un monastère. C'est différent. Dans ce petit monde, vous devriez être capables de préserver votre ordination. Mais cela devient difficile quand vous sortez des centres.

Par conséquent, en tant que moines et moniales, vous devriez mettre autant d'énergie que vous le pouvez dans une pratique quotidienne de la méditation. Ceci va générer une certaine satisfaction intérieure et vous permettre d'éviter le stress de rompre des vœux. Sans la méditation, c'est simplement impossible.

Créer un environnement favorable

Notre environnement doit être favorable. Nous dépensons beaucoup d'énergie pour protéger nos moines et nos moniales, pour les aider à conserver leur ordination. Nous le faisons, nous le faisons vraiment. Dans nos centres, nous essayons de créer des endroits séparés pour la Sangha. Nous avons essayé de nombreuses manières différentes, et jusqu'à présent, il n'a pas souvent été économiquement possible de le faire. Mais maintenant, avec la création du monastère Nalanda, en France, j'espère que nous allons être capables de vivre la vie monastique que nous désirons et de cette manière, être capables de développer notre monde intérieur rapidement. Ainsi, vraiment, je vous conseille fortement, à tous, de vivre une vie monastique autant que possible, jusqu'à ce que vous ayez la force intérieure de résister aux pressions du monde extérieur. Autrement, cela sera très, très difficile.

Vous rappelez-vous ce que Vasubandhu dit dans son Abhidharmakosha ? Un des facteurs qui provoque l'explosion de perturbations en vous est l'objet : les objets vous font vous leurrer. Votre esprit est comme un miroir – il reflète les objets ; les superstitions sont produites, les perturbations apparaissent, résultant en actions perturbées. Par conséquent, l'environnement est très important. Ainsi nous devrions faire quelque chose à ce sujet maintenant. J'aimerais que vous tous, pour être bénéfique à la majorité, à vous-mêmes et aux autres, viviez une vie monastique. Vous devriez donner la priorité à cela ; cela en vaut tellement la peine. Bien sûr, nous avons chacun des compétences différentes – certains peuvent faire certaines choses, d'autres non – ainsi il peut y avoir des exceptions. Par exemple, certains pourraient être capables de vivre une vie ascétique en retraite, cela serait une exception.

Au moins, les moines et les moniales devraient recevoir une éducation de base ; en d'autres mots, des enseignements sur le lamrim. Sans le lamrim, les moines et les moniales seront catastrophiques. Vous avez besoin de pratiquer les méditations du lamrim afin de vous développer. Cependant, en occident, là où les individus peuvent être si intellectuels, simplement connaître le lamrim pourrait ne pas être suffisant. Vous avez également besoin de comprendre les bases philosophiques de votre connaissance du Dharma afin de prouver [à votre esprit] les points [du lamrim] par le raisonnement et la logique.

Les règles monastiques

Outre le respect des règles du vinaya, vous devez également observer les règles internes du monastère. Celles-ci sont liées au vinaya, mais ne sont pas des vœux en tant que tels. Par exemple, si vous n'assistez pas à la pouja du matin, vous ne rompez pas un vœu, mais quand même, vous brisez une règle de la Sangha, donc ce n'est pas très bien. Si vous êtes malades, ou si vous avez du lough, une exception peut être faite. Vous pouvez aller voir le guékeu, expliquer que vous n'êtes pas bien et demander la permission de manquer la pouja. Le Seigneur Bouddha prenait toujours soin des malades ; c'est une exception. Mais, si vous n'avez pas de lough ou quelque maladie physique, ne pas participer est très mal, très mal. En fait, je vous le dis, cela signifie que vous n'avez aucune compassion.

Regardez les thangkas de ce que nous nommons le « rik-soum gom-po » [Avalokitéshvara, Manjoushri et Vajrapani] : parfois Avalokitéshvara est au centre et en-dessous de lui, comme des serviteurs ou des disciples, se trouvent Manjoushri et Vajrapani. Sur d'autres représentations, vous verrez Manjoushri ou Vajrapani au milieu et les deux autres en-dessous. Cela a une signification importante. Manjoushri est la personnification de la sagesse éveillée, mais parfois il agit comme le disciple d'Avalokitéshvara. Il ne le fait pas pour son propre bénéfice mais pour celui des autres. Nous devrions être prêts à faire la même chose.

Le Bouddha Shakyamouni, lui-même, est un autre bon exemple de ce que je dis. Quand il est venu en ce monde, comme fils de roi, il était déjà éveillé. Il n'avait pas besoin des histoires mondaines de la royauté samsarique et de centaines de femmes. Pensez-vous qu'il avait besoin de toutes ces

histoires ? Non, bien sûr que non. Il était au-delà de ces histoires, mais néanmoins, il se manifesta de cette façon pour être bénéfique aux autres.

De la même façon, même si vous avez une connaissance suprême des sutras et des tantras, même si vous êtes un Noble (un arya) ou Manjoushri lui-même, afin d'être bénéfique à la Sangha, pour le bien de la majorité, vous devriez participer à ses activités autant que vous le pouvez. Si vous êtes occupés à un travail lié au Dharma ou que vous êtes malades, comme je l'ai mentionné auparavant, une exception peut être faite ; simplement, demandez la permission. Dans ce cas, vous ne devriez pas vous sentir coupable. Tout le monde comprendra.

Théoriquement, je devrais vous dire que les moines et les moniales doivent se lever tôt le matin, mais je ne peux pas vraiment vous pousser à le faire étant donné que, moi-même, je ne me lève pas tôt ! Je suis un mauvais exemple ! Evidemment, cela dépend de l'heure à laquelle vous vous couchez. Ma nature est de ne pas aller tôt au lit, donc je me lève tard. Je suis un mauvais exemple, ne le suivez pas. Ce n'est pas si bien, mais je l'ai appris de vous ! Mais vraiment, je vous encourage vivement à aller au lit tôt et à vous lever tôt. N'allez pas vous coucher à minuit et demi ou 1 heure du matin. 22h ou 23h, avant minuit certainement, c'est bien mieux. Ensuite, vous pouvez vous lever à 5h30 ou 6h du matin et faire vos pratiques, prier et méditer.

De nombreux membres de ma Sangha semblent être juste comme des tibétains, bien que je ne sache pas vraiment d'où vient ce délire tibétain. Ce n'est pas mon délire ; je ne sais pas qui a montré cet exemple. Ils ne font pas leurs prières et leurs engagements le matin, ils traînent distraitement toute la journée. Ensuite, à minuit, ils flippent soudainement, sortent leurs livres et ils se mettent à faire leurs engagements. Ils posent leurs péchas¹ sur les genoux devant eux, mais aussitôt qu'ils commencent à les réciter, ils piquent du nez. Ensuite ils se réveillent et continuent pendant un moment, jusqu'à ce qu'ils s'endorment de nouveau. Ensuite, ils se réveillent de nouveau et trouvent leurs livres sur le sol, et donc ils doivent recommencer à zéro. Juste pour faire trois pages, cela prend plusieurs heures ! Ensuite, il est 3h du matin, ils font quelques lignes supplémentaires et se rendorment encore une fois. Cela continue ainsi jusqu'à ce que le soleil se lève. Ensuite, ils abandonnent simplement et vont dormir jusqu'à l'heure du déjeuner. Ce délire tibétain n'est pas si bon. Je ne sais pas qui leur a enseigné cela. C'est mieux de dormir sur vos deux oreilles, le sommeil vous aide. Au moins, pendant ce temps, votre esprit est tranquille et paisible parce que votre esprit grossier est absorbé. Ensuite, vous vous réveillez frais et dispos, physiquement et mentalement reposés et en forme.

Je suis en train de vous dire, que, quand vous faites vos prières, vous devriez les faire avec une pleine concentration et une bonne motivation au lieu de juste réciter vos mantras sans réfléchir « Bla-bla-bla. OK, fini ! ». Ensuite votre sommeil devient si agréable, si clair et net. C'est bien mieux que l'autre exemple.

¹ « Pécha » est un mot tibétain désignant des livres tibétains au format particulier ; ils sont imprimés sur des feuilles volantes non reliées entre elles et généralement conservées dans un tissu.

Chaque jour de votre vie est important. Votre vie entière est faite d'une succession de jours. Par conséquent, vous devriez organiser votre vie : « Quand je me lève, je fais ceci, ensuite, je ferai cela et puis ceci, ceci, ceci... » Vous devriez vous organiser. Ainsi, votre vie devient utile et vous ne perdez pas votre temps.

Si vous organisez un programme pour votre vie, vous verrez clairement comment vous gaspillez votre temps. Par exemple, les deux heures, que vous passez à raconter des bêtises avec vos amis ne sont bénéfiques ni à vous-même, ni aux autres. Si vous ne faites pas de planning, vous ne réalisez pas tout le temps que vous gaspillez. Ainsi, faites un programme général, et à l'intérieur un emploi du temps plus détaillé. À vous de choisir, vous pouvez être flexibles. Mais, d'une certaine manière, vous devriez organiser chaque jour de votre vie. C'est très utile. Quand vous le faites, vous devriez également vous assurer que vous équilibrez vos activités : votre intellect, vos émotions et vos applications pratiques.

Organiser une journée équilibrée est très important. Si vous n'organisez pas une journée, alors deux journées ne sont pas organisées, un mois n'est pas organisé, une année n'est pas organisée et vous finissez par gaspiller votre vie entière. C'est pourquoi nous avons besoin d'organiser nos vies. Et c'est là où le monastère intervient. Vous ne le réalisez pas maintenant, mais la vie monastique nous donne un planning pour notre vie quotidienne. Nous devrions être très reconnaissants pour cela, je vous le dis. Quand je suis entré au monastère, les règles m'ont fait me prendre en main comme je n'aurais jamais su le faire seul. Les monastères sont très, très utiles.

Vous ne pouvez pas imaginer tout ce que nous, êtres humains, pouvons accomplir ; c'est incroyable. Nous pouvons faire tant, mais parfois sommes inconscients de nos propres capacités. Quand vous vous mettez dans une situation qui fait ressortir le meilleur de vous-mêmes, vous pouvez vous surprendre : « Incroyable ! Je peux faire cela ! » Après avoir été dans une telle situation pendant quelque temps, quand vous vous retournez et regarder ce que vous avez accompli, vous vous sentez si bien, si fiers de vous-mêmes. Quand vous examinez ce qui arrive si vous vous trouvez dans un endroit où il n'y a aucune règle, vous pouvez voir quel effet désastreux cela a sur votre esprit. Cela vous donne une nouvelle appréciation de la discipline monastique.

Les règles monastiques sont très importantes, extrêmement importantes. Par exemple, ici et maintenant, à cette célébration du Dharma, vous, moines et moniales, vivez une vie monastique : comment vous sentez-vous ? Est-ce bénéfique ou pas ? Sentez-vous que votre attitude a changé ou pas ? Est-ce que cela a rendu votre vie plus simple ? Je pense que la réponse à ces questions est oui. C'est incontestablement vrai : nous nous soutenons les uns les autres. Et c'est exactement ce qu'enseigne le lamrim : notre savoir, notre réputation, nos qualités viennent des êtres [qui furent un jour] nos mères, des autres êtres. Vous pouvez voir que c'est scientifiquement vrai. Ce n'est pas une sorte de charabia métaphysique. C'est si important, pour nous, de nous soutenir les uns les autres.

Vous devez cependant vous attendre à trouver certaines règles au monastère qui n'ont pas été établies par le Seigneur Bouddha lui-même. Elles sont nécessaires à cause de notre contexte local.

Vous devriez les accepter, au lieu de les contester : « Oh, le Seigneur Bouddha n'a jamais fait cette règle. Pourquoi dites-vous que je ne peux pas faire cela ? »

Tout d'abord, sans le réaliser, vous avez déjà accepté, par principe, l'existence de telles règles. Par exemple, le long *zen* tibétain que nous portons. Le Seigneur Bouddha n'a rien dit sur le fait que les moines portent de longs *zens*, mais vous les acceptez automatiquement. Les longs *zens* viennent de la culture tibétaine. Le Seigneur Bouddha a expliqué en détail comment la robe pour les enseignements, la *tcheugeu*, devait être, mais je n'ai jamais rien vu dans le vinaya sur les longs *zens*. Mais, vous les acceptez juste aveuglément. Vous acceptez certaines choses aveuglément juste parce que les tibétains le font, c'est stupide. Toutefois, les règles monastiques ont du sens. Elles vous aident à grandir et c'est leur seul objectif. Autrement, pourquoi les suivrions-nous ? Il n'y aurait aucune raison.

Qui est responsable de s'assurer que ces règles sont bien observées ? Est-ce que tout le monde détient l'autorité ? Est-ce que chacun peut juste dire « Bla-bla-bla » ? Non. C'est l'abbé et le guékeu qui ont l'autorité pour faire appliquer les règles monastiques. Par conséquent, quand vous allez dans un monastère, vous devriez accepter que « L'abbé et le guékeu sont mes chers amis, mes amis spirituels, mes leaders. » Vous devriez avoir cette attitude, cette motivation, plutôt que penser : « Je suis espagnol, il est américain. Pourquoi devrais-je l'écouter ? » ou « Je suis italien, ce moine tibétain ne mange pas de pizza. Pourquoi devrais-je prêter attention à ce qu'il dit ? Il ne peut pas m'offrir de la pizza ou de la mozzarella. » Vous devriez changer cette attitude. Il est gentil, il travaille dur. Ce n'est pas facile d'être directeur ; vous devriez avoir de la compassion pour lui.

Les directeurs essaient de vous aider, même si eux-mêmes peuvent être en train d'expérimenter de nombreuses difficultés. Ne pensez pas qu'ils sont dans un délire de pouvoir, quand ils vous disent ceci ou cela. Comprenez que les règles sont là pour être bénéfique à la majorité. Vous êtes juste un individu. Si vous rompez des règles, vous faites du tort à ce qui est bénéfique à la majorité ; vous faites du mal à d'autres êtres. Ne pensez pas que pour faire du mal à d'autres, vous avez besoin de leur donner un coup de couteau ou de faire quelque chose de flagrant comme cela. Détruire ce qui est bénéfique à la majorité de la communauté signifie que vous leur faites du mal. L'ignorance est comme cela ; elle ne voit que « mon bénéfice ».

Endurer les difficultés

Vous n'avez aucune idée de ce qu'était la vie monastique au Tibet. C'était vraiment difficile. En comparaison, votre vie ici est presque une existence du domaine des dieux – même si presque chaque jour, vous trouvez de quoi vous plaindre : « Il n'y a pas d'eau courante, bla-bla-bla. Nous n'avons pas de lits confortables... » Descendez au village et regardez comme ces pauvres indiens vivent, comme ils préparent leurs simples lits et dorment dans la rue. Dans les monastères tibétains, les moines devaient parfois rester assis toute la nuit sur le sol froid, en hiver. Quand c'était nécessaire, nous subissions de nombreuses épreuves. Ce n'est pas que nous créions toutes ces épreuves délibérément, juste pour les endurer ; ce serait stupide. Mais quand il y a certains bénéfices, vous devriez être préparés à lutter, et cela ne devrait pas vous déranger.

Vous devriez avoir l'attitude : « Aussi longtemps que cela contribue à mon développement [spirituel] et est bénéfique à tous les êtres [qui furent un jour] mes mères, je vais endurer cette épreuve du mieux que je peux. » C'est raisonnable, n'est-ce pas ? Je ne suis pas en train de dire que vous avez à subir un trip extrême à la Milarépa, mais en quelque sorte, vous devriez faire face aux difficultés avec l'attitude : « Aussi longtemps que c'est bénéfique aux autres, j'endure ceci, ça n'a pas d'importance. Après tout, c'est la raison pour laquelle je suis devenu un moine, une moniale. J'ai laissé tomber le fait de servir juste un individu, une femme, un homme. Ce que je veux vraiment faire, c'est servir pour être bénéfique à la majorité, à tous les êtres, autant que je peux. » C'est vraiment la bonne attitude.

Je ne suis pas en train de vous critiquer. Quand des individus du monde entier se réunissent, l'esprit dualiste est naturellement là. Certains mangent de la tsampa, certains mangent de la pizza, d'autres aiment les hamburgers. Il y a de nombreuses différences culturelles. C'est difficile. Je ne suis pas en train de vous blâmer de quoi que ce soit. C'est compréhensible que le fait d'être dans un groupe, tel que celui-ci, puisse créer des difficultés ; nous ne pouvons pas transformer nos différences en une sorte de soupe multiculturelle. Mais bien que ces différences existent, nous essayons de ne pas mettre l'accent sur la culture ici. Au lieu de cela, nous essayons de nous concentrer sur les aspects essentiels du Dharma du Bouddha. C'est la chose la plus importante, c'est pourquoi nous nous sommes réunis ici pour cette célébration du Dharma. La sagesse du Dharma du Seigneur Bouddha est la seule raison pour laquelle nous nous sommes réunis. Pour quelle autre raison vous embêteriez-vous avec un moine du Tiers-monde ? Aucune. Vous avez le Dharma dans vos cœurs, ainsi nous sommes tous venus ici pour vivre ensemble dans l'esprit du lamrim, comprenant que tous les êtres, nos mères, sont égaux dans le désir de bonheur et de ne pas vouloir de malheur. Dans la mesure où nous partageons tous cette attitude, nous sommes très chanceux.

La responsabilité des directeurs de la communauté de la Sangha

L'abbé et le guékeu devraient également avoir de la compassion pour la communauté de la Sangha, pensant : « Quel est le meilleur moyen pour moi, de les aider dans leur éducation, de les rendre heureux et en même temps, comment puis-je les aider à se sentir mieux ? » Être un abbé ou un guékeu est une responsabilité incroyablement grande, et pour faire ce travail, vous devez comprendre comment prendre soin des moines et des moniales physiquement et mentalement. Si vous vous préoccupez seulement de leur bien-être mental, il y aura des difficultés. Si vous pensez qu'ils devraient mener une existence ascétique, telle que celle de Milarépa, cela sera extrêmement difficile. Nous ne vivons pas au Tibet. Dans la société française, il n'y a pas de place pour des Milarépa. Si vous essayez de vivre comme Milarépa en France, ils vont vous enfermer. Vous ne pouvez tout simplement pas faire un trip à la Milarépa dans le monde développé.

Vous pouvez voir que ce n'est pas facile de prendre soin de la Sangha. La communauté de la Sangha n'implique pas que vous, elle implique tout le monde, des centaines de personnes. L'abbé, le guékeu et la direction du monastère devraient savoir comment prendre soin des besoins

physiques et mentaux des moines et des moniales. C'est important d'être concerné par les deux et de ne pas devenir un fanatique du Dharma.

L'abbé, les organisateurs, et en fait, chacun des membres de la Sangha ayant certaines aptitudes ou talents, devraient avoir l'attitude : « En plus de poursuivre ma propre éducation, il est important que je serve la Sangha, en particulier les générations futures. Je peux voir, de par ma propre expérience, comme il est bénéfique d'être moine ou moniale, ainsi je veux servir la Sangha en veillant à ce que ceux qui viennent après moi aient des conditions monastiques parfaites pour étudier et pratiquer. »

L'Église catholique procure un excellent exemple de comment prendre soin des moines et des moniales. Ils donnent une importance incroyable à cela et ont de nombreuses expériences de valeur. Ne regardez pas les catholiques comme de mauvais exemples, faire ainsi serait une erreur. Nous devrions tirer parti des bons aspects de la vie monastique catholique en les intégrant à nos communautés du Dharma.

Les directeurs de la communauté de la Sangha doivent être flexibles. Si certains membres de la Sangha préfèrent faire certains types de travail, à condition qu'ils soient qualifiés, vous devriez les laisser faire plutôt que de les forcer à nettoyer ou à faire autre chose. Prenez les souhaits et les capacités des individus en considération. Au fur et à mesure que le temps passe, l'attitude et le comportement des individus changent. Ainsi, à mesure que les individus se développent, vous pouvez modifier leurs tâches en conséquence. D'une certaine manière, la Sangha est comme un bébé. Les bébés grandissent, les bébés changent, leurs esprits et leurs capacités se développent. Le directeur devrait aussi se remémorer cela quand il attribue les tâches au sein du monastère.

Cependant, les moines et les moniales ont le droit de définir le meilleur emploi du temps pour eux-mêmes ; ils ont le droit de dire tout ce qu'ils veulent, tant que cela est bénéfique à la majorité. C'est une erreur que l'abbé ou le guékeu imposent un emploi du temps insensé à la communauté. Nous devons tous prendre des responsabilités. Particulièrement, vous, vous n'êtes plus jeunes, donc essayez de ne pas agir comme des enfants. Vous devriez aussi vous consacrer et agir pour le bénéfice de la majorité. Je sens que vous avez un potentiel incroyable et que vous êtes largement responsables de l'établissement du Dharma en occident pour le bénéfice des générations futures. Je mets de grands espoirs en vous, et mes attentes sont réalistes, pas du tout exagérées.

Il y a des manières différentes de pratiquer et de se développer dans le Dharma. Certaines personnes peuvent méditer ; d'autres sont meilleures en organisation. Les deux peuvent devenir Dharma. Mahayana signifie la grande vue, la vision universelle. Il y a énormément d'espace dans le Mahayana pour adapter les différentes formes de pratiques, presque suffisamment d'espace pour que chaque individu ait son propre chemin unique, individuel. Telle était l'habileté incroyable du Seigneur Bouddha. Ainsi ne pensez pas que les règles du monastère sont oppressantes et qu'elles vous empêchent de suivre votre propre instinct. C'est faux. Nous devrions – en fait, nous le faisons – vous permettre de vous exprimer. Ne pensez pas au monastère comme à un camp de concentration. Au contraire, la vie monastique est merveilleuse, je vous le dis. C'est vrai. Nous

disons que les gens vivant dans les monastères sont complètement protégés. La vie monastique vous permet de progresser dans la bonne direction sans interférence. C'est de cela dont il s'agit vraiment dans un monastère. Cependant, pour les personnes dont la vie est un désastre, la vie monastique est comme une épine dans le pied, comme vivre dans un camp de concentration.

Certains aspects de la vie monastique peuvent être modifiés. Vous pouvez vous-mêmes faire évoluer positivement les choses, et puisque nous existons afin d'être bénéfique aux autres, même le grand public peut faire des suggestions, tant qu'elles sont offertes avec une grande compassion et le regard tourné vers l'avenir.

Éducation

Qu'en est-il du programme éducatif du monastère ? Je pense qu'équilibrer les trois sagesse de l'écoute, de la contemplation analytique et de la méditation est la chose la plus importante. Au monastère, ces trois choses devraient être équilibrées. Elles devraient également être pratiquées simultanément. Vous ne devriez pas avoir l'attitude : « D'abord, je vais étudier pendant dix ou vingt ans, ensuite, les trente prochaines années j'analyserai ce que j'ai appris et enfin, je méditerai jusqu'à cent ans. » C'est une erreur courante.

Il est vrai que Sakya Pandita a dit : « Celui qui médite sans avoir d'abord étudié est comme un alpiniste sans bras ». Mais de nombreuses personnes, même des guéshés érudits, interprètent mal cette déclaration. Ils vont vous dire que la première chose que vous avez à faire est d'apprendre des trucs, que c'est presque criminel de méditer sans avoir étudié au préalable. Bien sûr, c'est vrai que vous ne pouvez pas faire du Coca-Cola sans d'abord avoir entendu parlé du Coca-Cola, et que vous ne pouvez méditer sans avoir écouté des enseignements du Dharma. Mais c'est une mauvaise interprétation de conclure que vous devez étudier vingt ans avant de pratiquer la contemplation analytique et ensuite seulement, après vingt ans, disons quand vous avez soixante ans, que vous pouvez commencer à méditer. C'est complètement faux.

Certains tibétains ont ce comportement, mais pas Lama Tsongkhapa. Même jeune garçon, il méditait. Il faisait des retraites sur Manjoushri et, quand il eut seize ans, il le rencontra : Manjoushri lui apparut sur un rocher dans sa grotte. Vous vous souvenez de cette histoire ? Nous nommons cela un *rang-djoun* [auto-généré] Manjoushri. Lama Tsongkhapa combinait tout dans sa vie quotidienne : écoute, analyse et méditation. Il unissait les trois. Nous devrions faire de même : chaque jour, les trois devraient être pratiqués. N'avancez pas un long moment en en faisant un sans les autres. C'est une conception erronée.

Même quand j'étais un jeune garçon au monastère de Séra, je fus victime de ces idées fausses. J'aimais prier, mais je devais garder mon petit livre de prières caché, [à l'abri de la vue] de mon oncle, qui s'occupait de moi, parce qu'il n'aurait pas aimé que je sois assis en posture de méditation, à faire mes prières. Il m'aurait dit que j'étais fou, qu'il y a une expression tibétaine pour cela : « Quand vos cheveux deviennent gris, c'est quand vous méditez. » Quelle stupidité ! Ainsi, à chaque fois qu'il entra, je cachais mon livre de prières sous une grande pécha

philosophique que j'étais supposé être en train d'étudier. J'étais bien, tant qu'il ne savait pas ce que j'étais en train de faire. C'était une idée complètement fausse.

Pour moi, c'est difficile d'étudier la philosophie et de ne faire rien d'autre. Parfois, pendant les débats, tandis que quelqu'un m'avancait un argumentaire, je rêvassais complètement, ne sachant pas comment débattre contre lui. Pendant deux ou trois heures, je m'asseyais là à ne rien faire. Combiner les prières avec l'étude me permettait de garder [les pieds] sur terre, d'être équilibré, et je veux que pour vous, ce soit pareil. Grâce à votre étude approfondie du lamrim, vous avez une excellente compréhension des trois principaux aspects du chemin vers l'éveil. Si, sur la base de cette compréhension fondamentale, vous faites quelques pratiques et aussi un peu d'études philosophiques tous les jours, le lamrim deviendra si beau pour vous.

Dans notre propre organisation, vous pouvez voir que certains individus ont un incroyable niveau de compréhension intellectuelle, mais leurs cœurs ne sont pas vraiment dans le Dharma. S'il vous plaît, j'ai de l'affection pour vous. J'ai observé tous mes étudiants pour voir comment ils font. Par exemple, certaines personnes sont ainsi : « Oh, je veux apprendre la langue tibétaine, étudier tous les différents sujets, et ensuite je veux tout pratiquer. » Donc j'observe. Après quelques années d'études, ils deviennent experts dans la langue tibétaine, mais ils abandonnent le Dharma. Ils ne pratiquent jamais le lamrim ; pour eux le lamrim n'est rien. J'ai vu ceci ; c'est incroyable. Parfois, le Dharma des personnes qui étudient la langue tibétaine devient du style tibétain – ils ne pratiquent plus jamais. Je ne suis pas en train de critiquer tout le monde, mais il y a vraiment des personnes comme cela. Cela me déçoit. Je suppose que, quand ils ont appris la langue tibétaine, ils arrivent à tout savoir sur le samsara tibétain. Alors, au lieu d'être libérés, ils sont capturés par le samsara tibétain.

Vous savez, l'histoire de toutes les cultures samsariques n'est pas si bonne. Quand vous êtes pris dans une culture samsarique, vous ne pouvez pas différencier entre la pensée poubelle de cette culture et le Dharma ; vous ne pouvez pas différencier l'un de l'autre. Parfois, les individus qui n'ont pas étudié le tibétain, mais dont les cœurs sont sincèrement dans le Dharma peuvent mieux intégrer leurs vies spirituelles avec la vie occidentale que ceux qui ont étudiés la langue tibétaine. Bien sûr, je ne peux pas dire que c'est toujours ainsi, mais je dis qu'il y a différentes façons de considérer ceci.

Par conséquent, les organisateurs qui structurent la vie au monastère Nalanda, devraient essayer d'équilibrer l'enseignement, l'étude, la méditation et la vie quotidienne. Je ne vais pas aller dans les détails de ma propre expérience parce que la situation à Séra est différente de celle en occident, en France. Nous aurons besoin d'un emploi du temps différent qui s'accorde avec notre environnement. Nous ne pouvons pas le faire dans le style tibétain. Cependant, la manière tibétaine est d'avoir certaines périodes d'études intensives et certaines périodes de travail personnel. Par exemple, un mois pourrait être dédié à l'étude en groupe en accord avec l'emploi du temps du monastère et le mois suivant à une étude personnelle dans votre propre chambre. Ensuite, ce cycle peut être répété. De cette façon, l'intensité du cycle d'études varie. Réfléchissez à cela. Je ne vais pas aller dans les détails maintenant. Peut-être pourrais-je à un autre moment,

mais pas aujourd'hui.

Parce que le programme éducatif de notre monastère est équilibré, la Sangha que nous générons sera intellectuellement pure et calme et ainsi, universellement acceptée. Parce que la Sangha pratique sur la base d'une pensée pure, qui toujours, favorise le bénéfice de la majorité en premier, leurs esprits se développeront et les gens verront qu'ils sont compatissants et dévoués. C'est ce genre de moines et de moniales que nous voulons que nos monastères produisent.

Le programme d'études devrait inclure les soutras et les tantras. Nous devons saisir cette opportunité d'étudier les tantras. Nos moines et nos moniales devraient être parfaitement éduqués dans les deux, les soutras et les tantras. C'est le chemin pour se développer rapidement afin d'être bénéfique aux autres.

Quand vous avez besoin de vacances, de faire une pause dans vos études pour travailler pour la FPMT, ou pour votre travail personnel, vous ne devriez pas quitter le monastère sans la permission de l'abbé ou du guékeu. Ils devraient examiner la situation et décider avec compassion ce qui est le plus bénéfique pour vous.

Développer l'organisation de la Sangha

Il est très important que tout le monde contribue au développement de notre organisation. Par exemple, certains moines et moniales ont de l'argent personnel et peuvent s'occuper de leur nourriture, vêtements, etc. D'autres ne le peuvent pas. Les deux, ceux qui ont de l'argent et ceux qui n'en ont pas, devraient travailler, disons, deux ou trois heures par jour pour servir l'organisation dans le but de créer une forte communauté dans la Sangha. Si vous êtes réellement dévoués, vous pourrez toujours tout caser. Mais nous sommes paresseux ; par conséquent, nous nous justifions. Nous n'arrivons même pas à faire une pouja d'une heure. Ne pensez-vous pas que vous vous cherchez des excuses quand votre esprit trouve trop difficile de passer une heure à la pouja de la Sangha ? Pouvez-vous imaginer ! « Je n'ai pas le temps, une heure c'est trop long. » Vous allez dire cela, n'est-ce pas ? C'est complètement irréaliste, aucune compassion.

La plupart des moines et des moniales occidentaux qui viennent en Inde et au Népal me disent qu'ils ne devraient pas avoir à travailler pour se nourrir et s'habiller parce que dans les monastères tibétains, les moines n'ont pas à le faire. « Les moines dans les monastères tibétains de Bodnath n'ont pas de travail, pourquoi devrions-nous en avoir ? » Mon Dieu ! Que puis-je dire ? Pouvez-vous vivre seulement avec du thé noir et de la tsampa ? Le pouvez-vous ? Vous seriez morts dès le lendemain. Les tibétains peuvent vivre comme cela. Regardez les visages des moines tibétains : vous pouvez voir qu'ils ne mangent que de la tsampa et ne boivent que du thé noir ! Vous, *Injis* [occidentaux] ne pouvez pas faire cela. Votre peau rose provient de bons aliments nourrissants ! Vous ne pourriez pas survivre avec un régime monastique tibétain.

Je pense que vous êtes capables de faire ce qui doit être fait, car votre société vous a donné une bonne éducation. Ne perdez pas votre temps et votre énergie à essayer d'être tibétain. C'est

irréaliste. Avec la façon dont vous avez été élevés, cela coûte cinq cents dollars par mois pour vous nourrir – pas ici en Inde, mais en occident. Qui va vous donner cet argent ? Réfléchissez à cela scientifiquement. Cela ne fait pas partie de la culture occidentale que les parents travaillent pour soutenir leur enfant adulte. Et de toute façon, vous êtes capables de subvenir à vos besoins. Si vraiment vous ne pouvez pas travailler parce que vous êtes infirmes ou que vous vous êtes cassés une jambe, peut-être est-ce une exception. Mais vous êtes si bien éduqués, ce n'est pas bien si vous ne prenez pas soin de vous-mêmes. Bien sûr, si vous venez d'une famille riche, vous pouvez lui demander de vous aider. Mais si vos parents ne sont pas aisés, ce n'est pas leur responsabilité de prendre soin de vous. Cela n'arrive tout simplement pas dans la culture occidentale.

Que vous ayez ou non de l'argent, au monastère, vous devriez abandonner vos besoins égoïstes et travailler autant que possible pour aider les autres. C'est si important – à moins que vous ne puissiez pas voir l'avantage d'avoir une communauté de moines et de moniales. Une communauté de la Sangha est-elle importante ou pas ? Pouvez-vous vous représenter cela ou pas ? J'aimerais savoir ce que vous pensez. Oui, c'est important ! Cela vaut tellement la peine. Mais ce n'est pas à Lama Yéshé de faire l'effort. Vous, vous pensez que seulement Lama Yéshé peut faire cela. Je ne peux rien faire. Tout ce que je fais c'est parler : « Bla-bla-bla... » C'est vous qui devez agir pour que la communauté soit une réussite ; c'est entre vos mains. Je ne peux pas le faire ; c'est votre responsabilité. Mais cela vaut vraiment la peine de le faire.

Vous ne devriez pas penser qu'à vous-mêmes. Disons que je ne pense qu'à moi. Pourquoi devrais-je m'embêter avec vous et courir après vous tout le temps ? Je pourrais disparaître dans une grotte, aller à la plage, dormir, être relaxé. Cela serait mieux. Cependant, je sens qu'il est nécessaire, d'une manière ou d'une autre, que vous agissiez pour être bénéfiques aux autres autant que possible et pour que vous ne soyez pas toujours obsédés par la poursuite de votre propre plaisir, toujours « Moi, moi, moi ». C'est faux, c'est faux. Essayez d'être bénéfique aux autres autant que vous le pouvez. C'est la chose la plus importante. Vous avez le choix : vous aider vous seuls ou être bénéfiques à de nombreuses personnes. Choisissez d'être bénéfiques à beaucoup [de personnes].

Vous souvenez-vous ce qui est dit dans le Lama Tcheupa ? « Si cela est bénéfique même à un seul être, je passerai des éons en enfer. » Vous vous souvenez de ce vers ? C'est tellement puissant. La façon dont le Pantchèn Lama concocta ce texte est incroyable. « Pour amener le Dharma en occident, pour le bénéfice du monde entier, je suis préparé à abandonner mon propre confort. » Pensez ainsi. Vous êtes plus qualifiés que moi pour amener le Dharma en occident. C'est vrai. Vous, vous pouvez vivre de façon plus réaliste que moi dans votre propre culture et nouer des relations avec d'autres occidentaux mieux que je ne le fais. De toute façon, je suis sur le point de mourir, je ne peux donc pas le faire. C'est mieux si vous sentez : « Je suis moi-même responsable d'apporter le Dharma en occident. C'est la raison pour laquelle je suis devenu moine ; c'est la raison pour laquelle je suis devenue moniale. » Cela a beaucoup de sens si vous vous dédiez vous-même de cette façon. Si vous développez ce type de motivation, les actions appropriées suivront spontanément ; vous n'aurez pas à vous forcer.

Ne pensez pas que c'est une mauvaise chose pour les moines et les moniales d'avoir un gagne-pain. Qui d'autre va prendre soin de vous ? Les êtres, nos mères, devraient-ils vous servir ? En occident, il n'y a pas de chose telle que quelqu'un qui est le serviteur de quelqu'un d'autre.

Regardez, je suis convaincu que nous pouvons complètement amener le Dharma en occident : vous m'avez convaincu. Vous êtes l'énergie nucléaire de ce mouvement. Quand vous avez pris l'ordination, vous avez décidé de dédier vos vies entières au bénéfice des autres. Vous vous souvenez ? Nous vous avons enseigné à avoir cette attitude et vous avez dit les mots quand vous avez pris l'ordination, n'est-ce pas ? Vous avez dit : « Pour le bénéfice de tous les êtres, mes mères, je deviens un moine/une moniale. » Avez-vous dit cela ou pas ? OK, vous l'avez dit, nous pouvons être d'accord sur cela !

Vous n'avez pas de maris ou de femmes, vos vies ne sont pas engagées avec seulement une personne. Ne pensez pas que vous êtes mariés avec moi ! Vous êtes libres vis-à-vis de moi, n'est-ce pas ? Vous comprenez ce que je veux dire. C'est vrai. C'est bien là le point essentiel ; vous êtes complètement libres. Ce que vous avez à faire est de vous dédier, sans discrimination, à tous les êtres, nos mères ; c'est votre travail. Je sens vraiment que pour apporter le Dharma dans le monde occidental, vous devez vivre dans une certaine sorte de pureté. Cette pureté donne du pouvoir à vos mots, et alors vous pouvez offrir le Dharma en occident.

Un Dharma vivant pour l'occident

Le Dharma intellectuel a déjà atteint l'occident. Dans bien des cas, les professeurs occidentaux connaissent le sujet mieux que vous. Mais les mots ne sont pas le Dharma. Nous avons besoin de quelque chose au-delà des mots. Nous avons besoin de ce type de force énergétique qui ne peut être développée de façon organique que par le fait de vivre purement dans le Dharma. C'est vraiment la racine du Dharma et de sa diffusion en occident. J'ai mis de grands espoirs en vous pour que vous le fassiez, vous êtes les personnes qui le ferez : s'il vous plaît, réfléchissez à cela.

Le Dharma que nous essayons d'amener en occident n'est pas seulement un Dharma intellectuel. Le Dharma intellectuel est déjà là, dans les universités partout dans le monde. Je veux que vous compreniez. Ce dont nous avons besoin est que l'expérience vivante du Dharma touche le cœur humain organiquement et éradique l'insatisfaction des gens. C'est le grand besoin du monde occidental. Sans vivre dans le Dharma, sans avoir un certain degré d'expérience, vous ne pouvez pas transmettre le Dharma aux autres. Ce n'est pas possible. C'est pourquoi, quand vous vivez dans la communauté de la Sangha, l'abbé ou le guékeu devraient être impliqués dans les décisions de qui va où pour enseigner. Si vous suivez seulement vos propres idées, vous êtes en danger de transformer le Dharma en Coca-Cola.

Bien sûr, vous avez besoin d'être bien éduqué afin que, lorsque vous allez dans les différents endroits pour enseigner, vous ayez au moins une compréhension intellectuelle claire et nette des sujets dont vous parlez. Sinon, vous pourriez commencer à répandre des idées fausses et alors, au lieu d'être bénéfique au Dharma, vous lui feriez du tort.

Nous sommes un phénomène sérieux. Ne pensez pas que vous êtes en train de jouer à des jeux avec des moines tibétains, avec le bouddhisme mahayaniste tibétain. Ce n'est pas une blague. Nous devrions nous dédier autant que possible, quelles que soient les façons – mots, actes, raisonnement, méditation – au bien des êtres. Nous devrions utiliser nos vies pour leur être bénéfique. Si vous faites tout ce que vous faites avec sincérité, c'est déjà bien. Sans sincérité, de nombreuses choses ne deviennent pas assez bénéfiques. Il n'y pas de dévouement.

Ce programme, le « Enlightened Experience Celebration », a été créé principalement pour être bénéfique aux moines et aux moniales. J'ai pensé qu'il était extrêmement important que mes moines et mes moniales reçoivent une éducation vraiment complète. Alors, je ne vais pas m'inquiéter ; où que vous alliez, vous emmènerez la lumière du Dharma avec vous. C'est le point essentiel. En plus, nous avons organisé cet événement de façon à ce que les étudiants laïques puissent aussi y assister.

Arrêtons-nous ici et continuons demain.

Colophon : Extrait de *Conseils pour les moines et moniales*, publié en anglais par LYWA. Traduit de l'anglais au français par Sonia Guillot, Catherine Cipan et la Vén. Lobsang Détchèn du Service de traduction francophone de la FPMT, juin 2016.