



Pourquoi avons-nous besoin des Trois Rares et Sublimes ?

Par Lama Zopa Rinpoché



LM-REFUGE-LZR-POURQUOI AVONS-NOUS BESOIN DES 3 RARES ET SUBLIMES-Dernière mise à
jour 14.07.2015



Alors, pourquoi prenons-nous refuge ? demanda Lama Zopa Rinpoché, pendant une cérémonie de prise de refuge, en 2013, au Centre Bouddhiste Amitabha de Singapour. Afin d'être libéré de la souffrance omnipénétrante, de laquelle émergent la souffrance de la souffrance et la souffrance du changement – pour être totalement libre de cela, pour toujours.

Pour être capable d'aider les êtres, nous devons être libérés de la souffrance. Par exemple, si nous sommes en train de nous noyer dans de la boue, comment pouvons-nous aider les autres ? Si nous sommes en train de nous noyer dans de l'eau, comment pouvons-nous aider les autres ? Si nous n'avons pas de bras, comment pouvons-nous porter secours à d'autres ? Nous libérer nous-mêmes de cette souffrance, ce n'est pas atteindre un état de paix bienheureuse pour nous-mêmes, mais bien pour aider les autres êtres. La chose la plus importante est d'être en mesure d'aider les autres êtres. C'est pourquoi nous avons besoin de nous libérer des souffrances. »

S'il s'agit juste de se libérer des états d'existence inférieurs, nous n'avons pas besoin de prendre refuge dans le Bouddha, le Dharma et la Sangha. Nous n'avons pas besoin de ces Trois-là. Même si, quand nous mourons, nous nous souvenons simplement d'un moine ou d'une moniale, de quelqu'un pour lequel nous avons de la dévotion, nous ne renaîtrons pas dans les états d'existence inférieurs au moment de la mort. Même si nous nous souvenons d'un membre de la Sangha, pour lequel nous ressentons de la dévotion, ou si nous pensons au Sutra du cœur, par exemple, ou à quelques mantras ou prières, dont nous nous souvenons, nous ne renaîtrons jamais dans les états d'existence inférieurs.

Mais pour être libéré du samsara – de la souffrance omnipénétrante – nous avons besoin de prendre refuge. Nous avons besoin de prendre refuge dans le Bouddha, qui a révélé le chemin, qui a révélé l'enseignement et le véritable refuge. Le Bouddha est comme le médecin et le Dharma est comme le médicament. Le véritable refuge est le Dharma, comme le médicament pour la maladie. Ensuite, la Sangha est comme l'infirmière.

La Sangha constitue un exemple, nous aidant à actualiser le refuge, le Dharma, au sein de notre cœur. C'est ça la Sangha. Nous avons besoin des trois pour le refuge, pour être libéré de la souffrance omnipénétrante, de laquelle la vraie souffrance émerge. Jusqu'à ce que nous soyons libérés de ce niveau de souffrance, nous souffrons dans le samsara, constamment, sans fin, depuis des renaissances sans commencement. Nous ne pouvons pas aider parfaitement les êtres ; nous ne pouvons pas aider les autres parfaitement, sans erreur.

Colophon : Extrait de *Le véritable Refuge* issu de *Voir comment le Je existe*, Lama Yeshe Wisdom Archive. Traduction française : Sonia Guillot pour le Service de traduction de la FPMT, juin 2015.