



Se rappeler la mort

Par Lama Zopa Rinpoché



IM-SOU-Dernière mise ENIR MORT-SE RAPPELER LA MORT-Dernière mise à jour 15.07.2015

Cet enseignement est extrait de « Mandala », la revue de la FPMT, numéro de Mars/Avril 1997.



Réfléchir sur l'impermanence et la mort n'est pas vraiment en soi une si grosse affaire, mais y penser à cause de ce qui arrive après la mort est important. Si le karma négatif existe, cela implique l'existence des royaumes inférieurs aux souffrances inimaginables, et cela peut être arrêté immédiatement.

Nous ne pouvons pas nous libérer du samsara dans l'heure qui vient, aujourd'hui, cette semaine ou même cette année, mais nous pouvons purifier le karma négatif dès maintenant, dans l'heure même, ici, aujourd'hui, et ainsi mettre fin aux renaissances dans les royaumes inférieurs, si nous venions à mourir maintenant, dans l'heure, aujourd'hui. C'est quelque chose de possible.

En se rappelant l'impermanence et la mort, le karma et les royaumes inférieurs de souffrance, l'esprit se décide à utiliser la solution de la pratique du Dharma. Ainsi, immédiatement l'esprit se prépare à la mort. Il purifie immédiatement les karmas négatifs lourds à cause desquels nous sommes maintenus dans les royaumes inférieurs, où les souffrances sont inimaginables et où on ne trouve aucune possibilité de pratiquer le Dharma .

Quand nous rencontrons des problèmes dans notre vie, il est toujours bon de se rappeler les royaumes inférieurs de souffrance. Nous ne pouvons pas supporter nos problèmes actuels, mais les souffrances des royaumes inférieurs sont des millions, des millions et des millions de fois plus intenses, aussi illimitées que l'espace. Si nous arrivions à rassembler toutes les énergies de feu, qu'importe leur degré de chaleur, cela semblerait frais comparé à la plus infime étincelle des enfers. Toute l'énergie de feu de notre monde humain réunie reste fraîche par rapport à la moindre petite étincelle du feu des enfers. Il est toujours utile de faire de telles comparaisons.

Les êtres vivants dotés d'un corps humain qui n'ont pas rencontré le Dharma vivent en réalité uniquement dans l'hallucination, et ce quels que soient leurs possessions, le nombre de leurs amis et à quel point ils semblent jouir de leurs vies ; ils vivent avec des conceptions erronées, des piles et piles d'idées fausses ! Ils ne sont pas conscients de ce qui leur arrive, ils ne sont pas conscients de leur propre vie. Ils ne sont pas conscients du pouvoir de leurs hallucinations, de ces amas de conceptions erronées qui les poussent à créer les causes du samsara, les causes des royaumes inférieurs. Ils n'ont pas la possibilité de semer la graine pour se libérer du samsara, de couper la racine de l'ignorance samsarique, parce qu'ils n'ont ni la compréhension de la vacuité, ni la possibilité de méditer sur la vacuité.

Ceux qui ont bon coeur, qui sont sincères et qui apportent une certaine aide aux autres sans en attendre aucun résultat, créent peut-être un pur Dharma, mais c'est assez rare ; souvent, ce n'est pas le cas. D'habitude, les gens passent leurs vies avec un esprit tourné uniquement vers le monde, particulièrement dans l'attachement, la saisie à cette vie. Ils utilisent toute leur vie humaine, leur précieux corps humain et toute leur éducation, juste pour créer des causes supplémentaires pour renaître dans les royaumes inférieurs.

C'est ce qui se passe dans la vie de tous les jours. Durant toute leur vie, les gens agissent comme des papillons de nuit attirés par une flamme, ils sont complètement hallucinés, dans l'illusion totale, ne sachant pas que la flamme les brûlera, que la réalité est entièrement différente de ce qui apparaît. Et bien qu'ils se brûlent, ils continuent de foncer vers la flamme tant qu'ils ont la capacité de voler.

Il en va exactement de même avec le poisson et l'appât au bout de l'hameçon. Le poisson ne sait pas qu'il y a un hameçon trompeur qui amènera la mort et des souffrances incroyables. N'ayant aucune idée du danger, son fort désir l'attire constamment vers le morceau de viande de l'appât. Le résultat vécu par le poisson n'a rien à voir avec ses attentes. Une fois pris, il n'a aucun moyen de s'en sortir vivant.

En suivant l'esprit insatisfait, le désir, l'esprit tourné vers le monde, on obtient exactement le même résultat. Une fois piégé dans le cloaque des activités de cette vie, il devient difficile d'échapper aux centaines de problèmes variés, aux souffrances émotionnelles et corporelles qui proviennent de cette seule racine, l'esprit insatisfait, le désir, l'attachement, le fait de s'accrocher à cette vie. Tout ce que nous faisons est d'allonger la durée du samsara en créant des karmas ; nous faisons comme une donation, une contribution aux souffrances samsariques, les rendant de plus en plus longues. Et puis, naturellement, viennent les souffrances des royaumes inférieurs, dont il est difficile de s'échapper.

Cela ressemble à la façon dont on capture un éléphant. On se sert d'une éléphante comme d'un leurre, l'éléphant devient fou de désir et le résultat c'est qu'il se fait prendre au piège d'une cage. Ce qui était attendu au début était du bonheur, pourtant ce qu'il a reçu à la fin était quelque chose d'autre, quelque chose de totalement effrayant.

Tous ces exemples nous montrent de quelle façon le samsara et ses supposées perfections nous trompent ; ils nous montrent qu'on ne peut leur faire confiance. C'est pourquoi, se rappeler constamment l'impermanence et la mort devient tellement essentiel. Réfléchir sur l'impermanence et la mort rend la vie hautement significative et permet de détruire les perturbations et leurs empreintes très rapidement et avec une grande puissance. Il est très facile de méditer sur ces deux sujets et cela permet de mettre fin aux perturbations. Cela conduit à commencer à pratiquer le Dharma, à poursuivre sa pratique et à la conduire à son aboutissement.

Colophon: Reproduit avec la permission de Lama Yeshe Wisdom Archive.

Traduction française : Philippe Penot, Septembre 2003.

Service de traduction francophone de la FPMT