



## Chapitre quatre : les bénéfices de l'ordination par Lama Zopa Rinpoché



ETH ET VŒUX - LZR- CHPT 4 LES BENEFICES DE L'ORDINATION – MISE A JOUR 17-01-2018



Si vous parlez aux Occidentaux de la vie du Bouddha et des douze actes saints – les circonstances de sa naissance, sa vie en tant qu'enfant, son mariage et la naissance de son enfant, ensuite son renoncement à la vie familiale pour devenir moine, etc. – ils pourraient penser que l'ordination comme moine ou moniale bouddhiste est réservée aux Asiatiques. Parce que le Bouddha vécut en Inde, ils pourraient penser que c'est un aspect de la culture orientale sans rapport avec l'Occident. En outre, parce que le Bouddha a vécu il y a 2 500 ans, ils pourraient aussi penser que l'ordination n'est plus d'actualité. C'est courant, c'est une façon normale de penser pour des individus qui ne comprennent pas l'esprit ou ne connaissent pas le karma.

Il en va de même quand nous décrivons les états d'existence des enfers. Parce que le Bouddha les a expliqués en des temps reculés, les gens pensent maintenant qu'il s'agit d'un concept dépassé. Si les enfers n'existent pas, cela signifie que personne n'est en train de créer le karma pour y renaître. En d'autres mots, tout le monde aurait développé des réalisations stables. Pourquoi cela ? Car pour ne plus jamais renaître dans les états d'existence inférieurs, vous devez avoir atteint au moins le troisième niveau (patience) du chemin de la préparation (il y a cinq chemins sur la voie de la libération ; le deuxième est le chemin de la préparation. Le chemin de la préparation comporte lui-même quatre niveaux, et patience en est le troisième).

Il y a 2 000 ans, Jésus Christ a révélé également la vie dans l'ordination en tant que méthode de pratique. C'est pourquoi, de nombreux monastères chrétiens furent établis. Durant les deux derniers millénaires, cette tradition toujours vivante a produit de nombreux saints.

Les individus qui disent que l'ordination n'est plus pertinente dans le monde moderne ne comprennent pas son but. Cette méthode a été enseignée par le Bouddha comme par Jésus pour nous protéger des perturbations, pour nous empêcher de faire du mal, à nous-mêmes ou aux

## Chapitre quatre : les bénéfices de l'ordination, par Lama Zopa Rinpoché

autres. En résultat du karma de ne pas blesser les autres, nous recevons le bénéfice immédiat de ne pas être blessé par eux et connaissons une grande joie et une grande paix. Bien sûr, il y a également des bénéfices à long terme : renaître dans les états d'existence supérieurs, obtenir la libération et l'éveil.

Néanmoins, certaines personnes vont toujours demander : pourquoi est-il aujourd'hui nécessaire de vivre une vie dans l'ordination, alors que les laïcs peuvent étudier, pratiquer le Dharma et atteindre l'éveil ?

Il est vrai que certains laïcs peuvent pratiquer convenablement, mais cela ne signifie pas que tous les laïcs le peuvent. La plupart d'entre eux trouvent cela difficile. Le seul fait que le Bouddha et Jésus aient révélé la méthode de l'ordination ne signifie pas non plus que tout le monde devrait devenir moine ou moniale. Tout le monde ne peut pas devenir un membre de la Sangha, parce que tout le monde n'en a pas le karma. Pour devenir Sangha, vous avez besoin de beaucoup de mérites et d'aucun obstacle intérieur. S'il n'y a pas d'obstacle dans votre esprit, il n'y aura pas d'obstacle extérieur à votre ordination.

Voici le plus important : jusqu'à ce que vous ayez développé une réalisation stable des trois principaux aspects de la voie dans votre esprit, il faut pour pratiquer le Dharma correctement que vous passiez beaucoup de temps à l'écart des objets qui provoquent vos perturbations. C'est particulièrement vrai pour les débutants, mais en fait cela s'applique à quiconque n'est pas encore libéré du samsara. D'où la nécessité des monastères, des grottes et des ermitages, et de la discipline qui accompagne la vie dans de tels environnements ascétiques. Et c'est en vivant dans de tels endroits que vous pouvez aisément comprendre l'importance de la moralité.

Pour accomplir les chemins fondamentaux, vous avez besoin d'études et de méditations en grande quantité. Pour cela, il vous faut beaucoup de temps et de circonstances favorables. Le plus important est que votre esprit ne soit pas distrait. Plus vous créez de karma négatif, plus vous érigez de barrières face à vos propres réalisations. Du coup, faire l'expérience ne serait-ce que du bonheur samsarique, sans parler de la béatitude d'être libéré du samsara, sera bien plus long et difficile.

Ainsi, plus vous vivez dans une ordination pure, moins vous créez de karma négatif. En renonçant à la vie familiale et en vivant en tant que Sangha, non seulement vous créez moins de karma négatif, mais en plus vous réduisez drastiquement les tâches extérieures et les autres activités. Ce qui vous laisse bien plus de temps pour la méditation et l'étude ; vous avez moins de distractions. Il y a ainsi de nombreux avantages à être ordonné : plus de temps pour étudier et méditer, plus de temps pour développer votre esprit.

Une des méditations les plus importantes qu'il vous faut accomplir, pour développer véritablement le chemin de l'éveil dans votre esprit, est la quiétude mentale. Pour réaliser shamatha (tib. shiné), vous avez besoin de beaucoup de discipline, de protection et de moralité ; vous devez éliminer de nombreuses distractions. Ne serait-ce que pour une heure de bonne

## *Chapitre quatre : les bénéfices de l'ordination, par Lama Zopa Rinpoché*

méditation, vous avez besoin de couper les distractions, d'appliquer la discipline et de renoncer à l'attachement. Si vous suivez l'attachement, vous ne pouvez même pas méditer une minute. Si votre esprit est occupé par les objets de désir, tels que des petits ou petites ami·e·s, vous ne pouvez même pas méditer une seconde. Sur la base de ce simple exemple, vous pouvez ainsi comprendre à quel point le fait de vivre dans l'ordination en tant que membre de la Sangha rend la pratique bien plus facile.

Pour toutes ces raisons, l'environnement est très important. Pour maintenir l'aspiration à rester Sangha, pour continuer à pratiquer, pour développer votre esprit sur le chemin de la libération et de l'éveil, mois après mois, année après année, pour continuer en tant que débutant, dont l'esprit n'est pas stabilisé par les trois principaux aspects de la voie ou le calme mental etc., vous avez besoin d'un contexte adéquat. L'environnement a un fort impact sur votre esprit. Il contrôle l'esprit de celui qui, sans parler de n'avoir aucune réalisation, ne pratique même pas le lamrim.

Même si vous avez une excellente compréhension des enseignements du lamrim, si vous ne pratiquez pas, les objets extérieurs vont influencer, contrôler, maîtriser et submerger votre esprit. Que vous soyez une personne laïque ou ordonnée, vous allez inévitablement rechercher et courir après des objets d'attachement. Mais dès que vous commencez à pratiquer, à méditer sur les trois principaux aspects de la voie – en particulier sur le renoncement, qui est la base – votre esprit devient plus puissant que les objets extérieurs. Au moment même où vous commencez à appliquer les enseignements du Bouddha dans votre vie quotidienne, votre esprit commence à devenir plus puissant que les objets extérieurs et peut surmonter leur attraction, quels que soient ces objets : êtres vivants ou choses inanimées, personnes séduisantes, belles fleurs ou quoi que ce soit. Pourquoi ? Car pendant que vous êtes en train de pratiquer le lamrim, vos perturbations sont sous contrôle.

En tant que débutants, vous avez besoin à la fois de pratiquer fermement le lamrim et de rester loin des objets de perturbation. Votre esprit est faible, car depuis des temps sans commencement, il a été habitué à l'attachement et non au chemin vers l'éveil. Par conséquent, vos perturbations sont très fortes, particulièrement quand vous êtes entourés d'objets de perturbations. Votre intention, votre désir de chercher la libération est très faible, mais votre aspiration pour le samsara, les objets de perturbations, le plaisir et le désir sont très forts. Ainsi, il vous faut une méditation ferme sur le lamrim pour transformer, pour contrôler votre esprit, votre attachement ; et dans le même temps il faut que vous restiez en retrait, que vous gardiez vos distances avec les objets d'attachement. Si vous ne vous tenez pas éloignés des souffrances intérieures de l'attachement et du désir, alors vivre dans l'ordination cerné par des objets de désir c'est comme essayer de se rafraîchir en s'asseyant près d'un feu.

De plus, bien sûr, l'établissement d'un bon environnement extérieur pour la Sangha occidentale est une chose, mais le choix personnel que les membres de la Sangha font d'y rester en est une autre. Nous pouvons établir un environnement parfait mais les individus, moines et moniales, peuvent décider de ne pas y rester et, au lieu de cela, vivre dans un mauvais environnement. Alors, si votre esprit est faible, si vous n'avez ni réalisation ni stabilité sur le chemin, vous serez

## Chapitre quatre : les bénéfices de l'ordination, par Lama Zopa Rinpoché

submergés par les objets extérieurs. Les perturbations prendront le contrôle de votre esprit, vous les suivrez et vous serez ainsi incapables de pratiquer le Dharma ou de vivre dans le respect de vos vœux.

Alors, à cause de cette erreur fondamentale, au lieu de profiter de la vie et de ressentir la chance que vous avez en pensant à tous les avantages dont vous allez faire l'expérience – les bons résultats de la libération et de l'éveil, la certitude absolue d'une bonne renaissance quel que soit le moment de votre mort – votre vie va devenir très difficile et vivre dans l'ordination vous paraîtra une prison. La moralité est un passeport pour le succès, la garantie d'une renaissance supérieure. Elle est comme un diplôme universitaire qui garantit le respect et un bon travail. L'urgence, c'est d'arrêter les renaissances dans les états d'existence inférieurs : or la moralité vous garantit non seulement cela, mais elle est aussi la base ou la fondation de la libération et de l'éveil. Par conséquent, établir un environnement approprié pour la pratique est une extrême nécessité.

Le Bouddha a expliqué les nombreux bénéfices de l'ordination dans ses enseignements des soutras ; ils sont aussi énumérés dans le lamrim. Au cours de la cérémonie bimensuelle du so-djong, nous nous rappelons les inconvénients à rompre les vœux et trouvons l'inspiration en récitant les avantages à les conserver. Ces bénéfices comprennent : la jouissance de la splendeur d'un corps radieux, la renommée spontanée, les louanges d'autrui à propos de nos qualités et l'obtention du bonheur.

Si votre conduite morale est pure, les autres ne vous feront pas de mal. C'est un point important à noter : pour que les autres vous blessent, vous devez en avoir créé la cause, il faut que vous les ayez blessés. Vous devriez réfléchir à cette logique. Tout comme une personne aveugle ne peut pas voir, une personne immorale ne peut être libérée. Ceux qui ne vivent pas dans la moralité sont comme des individus sans jambes qui ne peuvent pas aller là où ils le souhaitent. Tout comme un vase prévu pour contenir des bijoux ne peut rien contenir du tout s'il est cassé, de même, puisque la moralité est la base de toutes les réalisations, si vous rompez vos vœux, vous serez incapables d'accomplir la moindre réalisation du Dharma. Sans le fondement de la moralité, il n'y a aucune chance d'atteindre l'état dénué de peine, le nirvana. Ce sont juste quelques-uns des bénéfices enseignés par le Bouddha et récités durant le so-djong.

Il en va de la responsabilité de chaque moine et chaque moniale de s'organiser afin de se protéger en vivant dans le bon environnement. Tel est le but des monastères ; c'est pourquoi les règles du vinaya existent. Elles aident à protéger l'esprit. En protégeant, en gardant votre esprit, vous vous libérez de tous les problèmes, les obstacles et les souffrances, et vous vous libérez ultimement des océans de souffrance de chaque état d'existence samsarique. Vous accomplissez toutes vos aspirations au bonheur et apportez également beaucoup de bonheur à tous les êtres.

Un grand nombre des préceptes du vinaya qui vous expliquent ce qu'il faut faire et ne pas faire ont été donnés par le Bouddha pour protéger l'esprit des autres. Si vous suivez les règles du vinaya, vous empêchez les autres de critiquer la Sangha, ce qui constitue d'un point de vue karmique un objet très grave. Le karma négatif créé avec la Sangha pour objet est extrêmement lourd. Si,

## Chapitre quatre : les bénéfiques de l'ordination, par Lama Zopa Rinpoché

cependant, la Sangha néglige l'esprit, les sentiments, le bonheur et les souffrances des êtres, il est probable qu'ils risquent de critiquer la Sangha. Par conséquent, puisque vous êtes, vous la Sangha, responsables de guider les laïcs, vous devriez suivre correctement le vinaya. Si vous le faites, les autres vont générer de la foi dans la Sangha, semant ainsi dans leur esprit les graines de la libération et de l'éveil. Cela peut même les inspirer à suivre le chemin en prenant eux-mêmes l'ordination, puisque les êtres suivent habituellement l'exemple du Bouddha quant à la manière de pratiquer le Dharma.

Appartenir à la Sangha amène les autres à vous respecter, ce qui leur permet ainsi de créer beaucoup de mérites. Plus grande est la pureté de votre vie dans l'ordination, plus vos prières pour autrui seront puissantes. Vos prières et poujas dédiées aux autres seront davantage susceptibles de réussir. Si vous vivez avec pureté, vous pouvez atteindre le résultat plus facilement, les mantras que vous récitez seront plus puissants. Les déités, les bouddhas et les protecteurs du Dharma doivent écouter vos requêtes, ils doivent vous aider. Grâce à votre pureté, ils n'ont pas le choix. Même si vous ne faites pas de requêtes, ils doivent naturellement vous servir et vous aider. De plus, puisque votre vie est pure, les êtres qui vous font des offrandes créent encore plus de mérites, et accepter leurs offrandes ne comporte également aucun danger pour vous. Comme le disent les enseignements, si vous ne vivez pas purement et mangez ce qui vous est offert, c'est comme boire de la lave ou du fer en fusion. Il est dit dans ce cas qu'il vaut mieux consommer du fer en fusion que des offrandes que les autres ont faites avec dévotion.

De même, quand vous enseignez, vous aurez un bien plus grand effet sur l'esprit des gens par rapport aux laïcs qui enseignent ; il y a une grande différence. Les personnes recevant l'enseignement voient que l'enseignant-e lui-elle-même vit dans le renoncement. Les laïcs respectent ce que vous faites, le fait de mener une vie qu'eux-mêmes ne peuvent pas mener. Reconnaissant une qualité qu'il est difficile d'acquérir, ils vous respecteront pour cela. Aussi, les étudiants laïques devraient apprendre à regarder la Sangha de cette façon et permettre à la dévotion de naître. Si les laïcs pensent que la Sangha n'a pas de qualités particulières et omettent de lui faire des offrandes et de la soutenir, ils manquent une grande opportunité de créer du bon karma.

Si les laïcs ne protègent pas leur propre esprit, s'ils ne pratiquent pas eux-mêmes la moralité, même en essayant d'aider les autres, ils ne pourront pas leur offrir un service parfait. Quand ils tenteront de les aider, les problèmes et les difficultés surgiront toujours à cause de l'égo et des trois poisons de l'esprit. Si on n'a aucune pratique du Dharma, on ne peut pas vraiment offrir un service parfait aux autres sans courir au-devant des problèmes. Que l'on soit dirigeant d'un pays ou que l'on accomplisse une autre sorte de service public, tôt ou tard, les problèmes surgissent. Même dans la vie quotidienne normale, il en va ainsi : sans moralité, sans protéger votre esprit, sans une certaine discipline, vous ne pouvez pas vraiment trouver la paix, la satisfaction, la joie et l'épanouissement dans votre cœur.

S'il n'y avait pas un grand avantage à être ordonné, si cela n'était pas extrêmement important, pourquoi le Maître Bouddha Shakyamouni aurait-il donné cet exemple ? Selon les enseignements

du Mahayana, le Bouddha n'a en réalité pas atteint l'éveil au moment où il a manifesté l'obtention de l'éveil à Bodhgaya. Il avait en fait atteint l'éveil un nombre inconcevable d'ères cosmiques auparavant. Il a accompli les douze actes – incluant renoncer à sa vie de famille, se raser les cheveux et devenir un moine - et a enseigné les Quatre vérités des nobles dans le but de nous enseigner comment pratiquer le Dharma. Et comme je l'ai dit précédemment, le bouddhisme n'est pas seul à enseigner à ses disciples à vivre en tant que personnes ordonnées dans des monastères.

De plus, il n'y a pas que le bouddhisme qui enseigne la réalisation des neuf niveaux de concentration méditative et le développement de shamatha. Cette pratique est commune avec l'hindouisme, dans lequel la moralité et la discipline sont également pratiquées avec le renoncement, et elle peut être accomplie sans prendre refuge dans le Bouddha, le Dharma et la Sangha, en développant simplement le détachement des plaisirs, le renoncement aux domaines du désir, et en pensant aux défauts liés à une existence dans le domaine de la forme. Finalement, en pensant aux défauts liés au fait de rester dans les trois premiers niveaux parmi les quatre du domaine du sans-forme, ils atteignent ce qui est appelé le « pinacle du samsara ». Mais ils ne peuvent pas renoncer entièrement au samsara ; ce n'est pas enseigné dans l'hindouisme. On ne parle pas de la libération ultime, des cinq chemins ou de la vacuité. Et sans la compréhension de la vue prasanguika, la plus haute des quatre écoles de la philosophie bouddhiste, il n'y a aucun moyen de se libérer du samsara. Néanmoins, en étudiant les méthodes des autres religions, sans même prendre en compte la méthode bouddhiste, vous pouvez voir la grande importance qu'elles accordent également à l'ordination, la moralité et la discipline.

Par conséquent, généraliser l'idée qu'en Occident, personne ne devrait être ordonné et que tout le monde devrait pratiquer en tant que laïc est erroné. Cette incompréhension est due au fait de ne pas vraiment connaître le Dharma, particulièrement le karma, et surtout et avant tout à un manque d'expérience méditative ou à un manque de réalisation de la souffrance du samsara, particulièrement celle des états d'existence inférieurs, de l'impermanence et de la mort.

Même si un individu a quelque compréhension du Dharma, mais que celle-ci est seulement intellectuelle, alors son esprit peut, en fonction de l'individu, rester le même ou empirer ; les perturbations peuvent même devenir plus fortes qu'elles n'étaient auparavant. Alors, l'individu mène sa vie en fonction des perturbations : les perturbations deviennent son refuge, son meilleur ami, son maître.

De cette façon, la vie devient très difficile et confuse. Même si vous êtes ordonné(e), vous pouvez apparaître extérieurement comme la Sangha, avec un crâne rasé, mais intérieurement vous pouvez être tout le contraire. Bien sûr, il n'y a que vous qui vous rendez la vie difficile ; vous vous emprisonnez dans le samsara en obéissant à vos perturbations. Alors, à cause de vos expériences, qui sont en réalité dues au fait que vous n'avez pas continuellement pratiqué le Dharma, vous commencez à dire à tout le monde que ce n'est pas une bonne idée d'être moine, qu'il est mieux de pratiquer le Dharma en étant laïc.

## Chapitre quatre : les bénéfiques de l'ordination, par Lama Zopa Rinpoché

Au Tibet, on fabrique des tsa-tsas, des sculptures en argile des bouddhas et des déités, habituellement faites à partir de moules en métal. A partir d'un moule, nous pouvons faire des milliers de sculptures. Faire de vous un moule défectueux parce que vous ne pratiquez pas le Dharma et ensuite essayer de mouler les autres à votre image erronée est une mauvaise façon de faire des tsa-tsas.

Voici ce qui rend votre vie en tant que moine ou moniale difficile à vivre : si vous prenez pour objectif intime la béatitude du nirvana, votre vie devient facile ; même si vous rencontrez des problèmes, vous pouvez supporter les épreuves avec plaisir, elles ne sont pas importantes pour votre esprit. Si, par contre, votre but réside dans les plaisirs samsariques, alors même si les autres ne vous causent pas de problème, vous rendez votre propre vie difficile. Même si les autres considèrent une chose comme admise, dans votre esprit vous la voyez comme trop difficile. Par conséquent, votre ressenti de la vie dans l'ordination dépend de l'objectif qui est au fond de vous. Si vous transformez votre objectif du samsara vers la libération ou l'éveil et le gardez 24 heures sur 24, vous n'aurez aucun problème. Si votre cœur est clair, votre vie ne sera pas déchirée.

Naturellement, vous ne pouvez pas avoir à la fois le samsara et le nirvana. Comme les gueshés Kadampa aimaient à le dire, vous ne pouvez pas coudre avec une aiguille à deux pointes. Vous ne pouvez pas rechercher à la fois le bonheur de cette vie et le bonheur du Dharma.

Si vous essayez, c'est le bonheur du Dharma que vous perdrez. Par conséquent, vous ne pouvez pas généraliser et dire qu'aujourd'hui, particulièrement en Occident, l'ordination n'est pas pertinente et que tout le monde devrait pratiquer en tant que laïc. C'est complètement faux.

**Colophon** : Extrait de *Conseils pour les moines et moniales*, publié en anglais par LYWA. Traduit de l'anglais au français par Sonia Guillot, Vén. Péma, Catherine Cipan, Mikhaël Landrieux, Myriam Piccinali et la Vén. Lobsang Détschèn du Service de traduction francophone de la FPMT, janvier 2018.