

Les Pratiques Préliminaires sont TRES importantes

Tout le monde cultive la Bodhicitta sans limites pour bénéficier à un nombre illimité d'êtres sensibles. Ce dont nous allons commencer à parler aujourd'hui, ce sont les enseignements de Patrul Rinpoché sur les instructions qu'il s'est appliqué à lui-même nommées « Conseil ou Instructions à Soi-même ». Certaines personnes connaissent Patrul Rinpoché mais ce n'est pas nécessaire que tout le monde connaisse Patrul Rinpoché. Quand on commence à apprendre le Bouddhisme, tout le monde n'apprend pas nécessairement combien était grand Patrul Rinpoché ou quel type d'enseignant il était. Dans la tradition Nyingma Patrul Rinpoché est très, très célèbre, si ce n'est le plus connu des enseignants. Ce que nous allons enseigner ici et maintenant c'est l'essence des expériences de Patrul Rinpoché durant ses pratiques au cours de sa vie.

Des enseignements de Patrul Rinpoché tirés de Le Chemin de la Grande Perfection (The Words of My Perfect Teacher) nous pouvons commencer à voir quel grand enseignant il était et la très importante place qu'il accorde aux pratiques préliminaires, les pratiques préliminaires externes et internes. Si vous allez pratiquer les pratiques préliminaires externes et internes telles qu'enseignées par Patrul Rinpoché, il est vraiment essentiel de les apprendre et de les pratiquer de plus en plus. Patrul Rinpoché a vraiment accordé beaucoup d'importance à ces préliminaires externes et internes. Patrul Rinpoché lui-même, de son propre enseignant racine, Jigmé Gyalwai Nyugu, a écouté les pratiques préliminaires 25 fois. Au Tibet, il a transmis La Grande Perfection de manière très extensive en bénéficiant à un nombre illimité d'être sensibles en souffrance.

Etant donné un tel grand enseignant, Patrul Rinpoché a écouté les préliminaires externes et internes de son enseignant Jigme Gyalwai Nyugu plus de 25 fois. Combien de fois les avez vous écoutées ? Les a-t-on correctement contemplées ? Combien de fois les avons-nous pratiquées ?

Avec la base de ces pratiques nous commençons à pratiquer la Grande Perfection. Elles sont très, très importantes comme fondation pour nos pratiques. Même Sa Sainteté Lama Achuk Rinpoché en a parlé aujourd'hui : quand nous pratiquons la Grande Perfection nos pratiques ne doivent jamais quitter les pratiques préliminaires externes. Lama Rinpoché lui-même a enseigné sur les fondations des pratiques préliminaires et sur le fait que nous devons accorder beaucoup d'importance à ces pratiques. Et c'est très important que nous pratiquions selon les méthodes étape par étape, selon les enseignements et selon la manière dont nos enseignants nous les ont données. Ceci est aussi très important dans le processus d'apprentissage et aussi dans le fait de véritablement pratiquer les pratiques préliminaires.

Patrul Rinpoché a également écrit sur les moments où il rencontre des gens ou reçoit des offrandes de la part d'autres personnes. Il dit que nous n'avons pas besoin de recevoir ces offrandes. Pourquoi ? Car si nous avons trois chevaux, nous avons désormais le souci d'avoir trois chevaux. Il l'a dit lui-même. Pourquoi ? Parce qu'il a déjà vu au travers des souffrances du samsara. Ce n'est pas qu'il ne veut recevoir aucune offrande, mais c'est seulement que dans son esprit il n'a aucune pensée conceptuelle, il n'a aucune pensée mondaine. Il a totalement surmonté, surpassé samsara. Vous n'avez donc besoin d'aucune forme d'offrandes.

Il est important que nous apprenions plus à propos des pratiques préliminaires et que nous les pratiquions. A travers nos pratiques, quand nous rencontrons certains problèmes, nous pouvons utiliser ces enseignements pour suivre notre enseignant suivant les enseignements. Et si vous faites ces pratiques, je crois réellement que vous serez vous-même témoin de l'amélioration dans votre propre pratique et que vous aurez assurément le souhait d'atteindre la libération et l'Eveil. Ces pratiques « Les Instructions à Soi-même » sont aussi très, très importantes. Lama Rinpoché aujourd'hui a également enseigné à tous quant aux « Instructions à Soi-même ». Il a dit que les étudiants doivent vraiment accorder beaucoup d'attention et d'importance à ces pratiques. Certaines personnes dans leurs pratiques n'ont pas assez de croyance en leur enseignant. Elles n'ont pas une compassion suffisamment vaste et dans ce cas, ces personnes n'atteindront pas l'Eveil.

Quand nous pratiquons, nous devons pratiquer sur les fondations de ces pratiques préliminaires, pour que nous développions ainsi ce grand amour bienveillant envers les êtres sensibles et que nous ayons foi en notre enseignant. Quel est le but de « Conseil ou Instructions à Soi-même » ? Tout comme Patrul Rinpoché et Langri Tankpa (Note 1), nous serons dans la capacité d'avoir des méthodes bénéfiques à appliquer quand nous sommes face à des êtres sensibles, quand nous pratiquons le Bouddhisme ou quand nous rencontrons nos enseignants, le Dharma ou les Trois Joyaux. Nous saurons comment avoir les méthodes pratiques pour être capables de transformer nos esprits. Par ces méthodes, nous devons établir une vraiment bonne fondation, une bonne base de pratique.

Maintenant, nous commençons l'enseignement sur les versets de ces enseignements « Instructions à Soi-même » de Patrul Rinpoché.

Note 1 : Auteur des Huit versets pour Transformer l'Esprit