

20260613 Enseignement du Dharma Dzogchen de Rinpoche — Traduction française

Vous le connaissez tous, n'est-ce pas — le vénérable Maître Mengcan ? Vous avez entendu parler de lui ? Maître Mengcan était une personnalité extraordinairement célèbre, l'un des véritables grands maîtres de l'histoire [du bouddhisme chinois]. Il a parlé de quelque chose que nous pouvons reprendre ici : il disait que ne serait-ce qu'une seule pensée de foi pure porte un mérite immense. Maître Mengcan l'exprimait ainsi.

Qu'est-ce que le « non-pensée » ? Qu'est-ce que l'esprit pur de non-pensée ? Cela signifie tout simplement le non-attachement. La « non-pensée » signifie qu'il n'y a rien à quoi l'on puisse s'agripper, n'est-ce pas ? La non-pensée, c'est le non-attachement — tout peut être vu à travers, tout peut être pénétré.

Et que signifie « tout peut être vu à travers » ? Lorsque vous entrez dans votre esprit originel — lorsque vous demeurez dans l'état de votre nature originelle — vous avez déjà tout vu à travers. Et qu'est-ce qui a été vu à travers ? Ces images.

Comme il l'explique ensuite, toutes les multiples images — l'apparence des personnes, l'apparence des êtres sensibles — tout cela est vu à travers. Que signifie qu'elles sont « vues à travers » ? Parce que lorsque nous ne reposons pas dans cet esprit originel, nous avons d'innombrables pensées illusoires, n'est-ce pas ? Et chaque pensée illusoire porte avec elle une image, n'est-ce pas ?

Chaque fois que vous pensez à un être cher, à un membre de votre famille, à vos enfants — tant qu'il y a une pensée dans l'esprit, il y a toujours une image qui l'accompagne, n'est-ce pas ? Mais au moment où vous entrez dans l'esprit originel pur, ces images se dissolvent elles aussi, n'est-ce pas ? Et alors la pensée elle-même se dissout également. N'est-ce pas ?

Là où il n'y a pas de pensée, il n'y a aucune agitation à troubler la quiétude, et il n'y a pas non plus d'image.

La question est donc la suivante : cette pensée et cette image — comment doivent-elles être dissipées ?

C'est à cause du saṃsāra, à cause précisément de cette pensée et de cette image — de notre attachement aux perceptions. Et cet attachement est extrêmement puissant, n'est-ce pas ? C'est pourquoi nous ne pouvons pas lâcher ceci, nous ne pouvons pas lâcher cela ; nous nous attachons au passé, nous aspirons à l'avenir. Ce sont précisément les choses qu'il nous est le plus difficile d'abandonner.

Ainsi, si nous voulons dissiper ces apparences de personnes et d'êtres sensibles, comment les dissiper ? Et comment pouvons-nous les dissiper *rapidement* ?

Or, si nous parlons du point de vue du véhicule exotérique (la voie des Sūtras), il faut trois éons incalculables (trois asaṃkhyeya kalpas) pour tout dissiper complètement et atteindre le fruit d'un bodhisattva du premier bhūmi — la réalisation du bodhisattva.

Mais que pratiquons-nous maintenant ? Quelle est la caractéristique distinctive du Dzogchen, la Grande Perfection ? Quel en est le fondement ? Pourquoi ce qui demanderait trois éons incalculables peut-il, pour un être sensible, être accompli dans cette vie même ? Sur quelle base ?

Nous pouvons y réfléchir ainsi : de même que nous disposons aujourd'hui de technologies capables de nous transporter rapidement jusqu'à la lune — ces technologies avancées existent, n'est-ce pas ? — de même, au sein du véritable Dharma du Bouddha, il existe des instructions secrètes et essentielles qui permettent d'atteindre rapidement l'accomplissement dans cette vie même. C'est ce que l'on appelle le « Dharma suprême, profond, subtil et merveilleux ».

Et en quoi consiste cette qualité « merveilleuse » ? Elle réside dans l'instruction essentielle — parfaitement complète, entièrement accomplie — et, au-delà encore, dans la Grande Perfection (Dzogchen).

Pourquoi le Dzogchen peut-il conduire à l'accomplissement avec une telle rapidité ? Au cours de l'histoire, il y a eu cent mille réalisations du corps d'arc-en-ciel — y compris parmi les maîtres de la lignée et leurs disciples ; parmi eux, nombreux sont ceux qui ont atteint l'accomplissement en une seule vie, et nombreux sont ceux qui ont réalisé le corps d'arc-en-ciel. Nous pouvons le constater tout au long de notre histoire.

Pourquoi cette voie est-elle si rapide ? Parce que ses instructions essentielles sont différentes. C'est comme la technologie moderne avancée qui nous permet de voyager jusqu'à la lune : elle peut atteindre rapidement la lune et les étoiles, n'est-ce pas ? Dans le passé, nous ne pouvions pas du

tout atteindre la lune ni les étoiles, parce que cette technologie réunit de nombreux éléments modernes qui lui donnent la puissance nécessaire pour y parvenir rapidement.

De la même manière, le Dzogchen est comparable à une technologie moderne : il possède un moyen rapide de dissiper toutes nos perceptions — une méthode rapide et reproductible.

C'est précisément ce dont nous parlions à l'instant : combien de temps faut-il pour entrer dans la nature originelle ? Réfléchissons-y. Combien de temps faut-il pour entrer dans la nature originelle ? Le temps d'un seul instant de pensée.

De même que, dans le saṃsāra, en un seul instant de pensée, nous faisons naître des pensées discriminantes, n'est-ce pas ? En un seul instant de pensée surgissent les afflictions, ainsi que toutes sortes d'avidité, de haine, d'ignorance et d'orgueil. De la même manière, lorsque nous cultivons la compassion et la bodhicitta, celles-ci surgissent également en un seul instant de pensée. La colère, la jalousie, l'arrogance — elles aussi naissent de l'esprit en un seul instant de pensée, n'est-ce pas ?

Eh bien, la voie de la libération fonctionne exactement de la même façon. Par exemple, ici même, au sein de l'avidité, de la haine, de l'ignorance et de l'orgueil, puis-je revenir rapidement — en un seul instant de pensée — à l'état d'un bodhisattva du premier bhūmi ? Existe-t-il une telle instruction essentielle ? C'est cela que nous appelons l'instruction essentielle.

Ainsi, une fois que nous possédons cette instruction essentielle, nous pouvons revenir à la nature originelle en un seul instant de pensée. Cela se produit avec une telle rapidité — l'affaire d'un seul instant de pensée. Lorsque, en un seul instant de pensée, vous êtes capable de revenir à la nature originelle et d'y demeurer, cette nature originelle, vous savez, peut aussi être appelée la sagesse de prajñā ; elle peut aussi être appelée la vacuité ; elle peut aussi être appelée le Mahāmudrā ; elle peut aussi être appelée la Grande Perfection (Dzogchen).

Ce ne sont là que des appellations.

Mais du Grand Véhicule jusqu'au Vajrayāna ultime, toutes les descriptions données dans le véritable Dharma du Bouddha pointent vers le tathāgatagarbha (la nature de bouddha présente en chacun). Les noms diffèrent uniquement parce que les êtres aiment entendre des choses différentes.

Certaines personnes aiment particulièrement l'expression « sagesse de prajñā » : « Ah, quel beau nom ; le Bouddha est si sage ! » D'autres aiment

l'enseignement de la Grande Perfection : « Ah, ce nom me plaît. » D'autres encore aiment entendre parler de la « vacuité » : « Ah, j'aime la vacuité. »

Ainsi, conformément aux différentes capacités et dispositions des êtres, le Bouddha a créé pour nous différentes appellations. En réalité, le contenu est un seul et même état.

Ainsi, lorsque nous y entrons — regardez, au moment même où les afflications surgissent, lorsque notre esprit est agité — un simple rappel : « Ah, je dois demeurer dans le repos. » Dès l'instant où nous reposons, nous ramenons l'esprit ; dès l'instant où il se pose dans le calme, dans cette nature originelle pure — toutes ces pensées confuses ne disparaissent-elles pas complètement ?

Ce n'est pas quelque chose que nous fabriquons, n'est-ce pas ? Ce n'est pas un acte délibéré. Lorsque je reviens à cet état, toute l'avidité, toute la haine, toute l'ignorance et tout l'orgueil qui sont en moi — toutes ces perceptions, toutes ces images, y compris toutes ces pensées — ne se sont-elles pas dissoutes ? Et une fois qu'elles se dissolvent, comment appelle-t-on cela ? On appelle cela dissiper l'illusion et revenir à la découverte originelle et pure [de l'esprit].

Ainsi, tout se joue dans un seul instant de pensée.

Ne vous inquiétez pas. Ne vous inquiétez pas en vous disant : « Je n'y arriverai pas », ou : « Comment pourrais-je y parvenir ? Mes obscurcissements karmiques sont lourds, mes afflications sont nombreuses ; ma pratique est médiocre et impure. » Tout cela n'est rien d'autre que vos propres conceptions. De telles idées ne sont pas fondées ; en vérité, elles ne résistent pas à l'examen.

Chacun de nous connaît, à tout moment, des états d'impureté, n'est-ce pas ? Chacun de nous traverse des moments où l'esprit n'est pas pur. Mais dès que nous souhaitons nous établir dans le calme, il existe toujours, à tout moment, un état de pureté accessible, n'est-ce pas ? Tant que vous le voulez réellement, il vous suffit de ramener l'esprit et vous pouvez retrouver cet état de pureté.

Lorsque vous demeurez en absorption méditative dans cet état pur, toute l'agitation — toutes les perceptions — disparaissent, n'est-ce pas ? Même la quiétude en tant qu'objet disparaît, n'est-ce pas ?

Les images dont il est question ici appartiennent au monde intérieur. Quant au monde extérieur des dix mille phénomènes, même s'il se manifeste de manière inégale et changeante, vous pouvez toujours le voir, toujours l'entendre, mais il ne vous affecte pas.

Le plus grand dommage se trouve de l'autre côté : mener une existence misérable, prisonnier d'afflictions et d'émotions que nous sommes incapables de maîtriser. Une grande partie de la souffrance et des difficultés rencontrées dans la pratique provient de l'intérieur : quelque chose surgit en nous, puis nous nous enfermons dans nos ruminations, nous nous tourmentons nous-mêmes, nous agitions notre propre esprit.

Plus nous l'agitions, plus il devient semblable à une eau boueuse : plus vous la remuez, plus elle devient trouble. Et qui la remue ? Qui remue cette eau ? C'est moi-même qui la remue — personne d'autre. C'est notre mode habituel de fonctionnement mental.

Qui est en train d'agiter l'esprit ? Personne ne peut agiter votre esprit — vous seul le pouvez.

Donc, si telle est la situation, comment puis-je cesser d'agiter mon propre esprit ? Que dois-je faire ? « Maître, que dois-je faire ? »

Le maître vous l'a dit d'innombrables fois : établissez-vous simplement dans le calme — c'est aussi simple que cela. Lorsque vous vous établissez dans le calme, votre état de confusion, votre esprit illusionné, est dissipé à cet instant même, et vous revenez immédiatement à l'état de pureté.

À ce moment-là, vous réaliserez : en effet, je possède bel et bien un état de pureté. Pourquoi ne pas en faire usage ? Pourquoi ne pas cultiver cet état ? Pourquoi ne pas y demeurer ?

Comment appelle-t-on cela ? À l'instant même où l'ignorance est dissipée, cela s'appelle la libération. Et qu'est-ce que la « libération » ? Qui est libéré ? Quelle chose est libérée ?

Les pensées confuses de votre esprit, les illusions de votre esprit, sont dissipées, et, dans cet instant même, l'état pur est réalisé — cela est la libération.

Si vous êtes capable, en un seul instant, de demeurer dans cet état — si, en un éclair, vous pouvez vous reposer dans cet état — alors vous avez déjà obtenu une part de ce qu'un bodhisattva du premier bhūmi possède : vous avez acquis une certaine mesure de mérite et une certaine mesure de stabilité méditative, tout cela dans cet unique instant.

Ainsi, cet état réalisé est l'état du premier bhūmi — l'état d'un bodhisattva du premier bhūmi. Comprenez-vous ? Le mérite est là même. La signification est là même. La bénédiction est là même.

Tous les êtres sensibles de ce monde sont dans l'illusion et la confusion. Qui peut les libérer ? Eux-mêmes uniquement.

Une fois que nous avons reçu ces instructions essentielles, nous pouvons voir qu'au sein même de toute cette impureté demeure toujours une nature originelle pure — et celle-ci est notre unique refuge pour la libération.

Je trouve donc cela remarquable. Il y a ici un point merveilleux : « ne serait-ce qu'un seul instant d'esprit pur ».

Que signifie « pur » ? Cela signifie retrouver son visage originel — ce que l'école Chan appelle le visage originel du Bouddha — revenir au lieu de sa véritable nature.

Ainsi, même en une époque comme la nôtre, nous disposons encore d'un grand joyau pour nous guider, et le processus de cette pratique est très simple. Comprenez-vous ?

Ainsi, lorsque vous vous asseyez en méditation — comme je l'ai dit tout à l'heure — ne soyez pas trop tendu ; si vous êtes trop tendu, vous tomberez facilement dans la torpeur et l'obscurcissement. Si vous êtes trop relâché, vous sombrerez dans les pensées errantes ; de nombreuses pensées distraites surgiront. Comprenez-vous ? Il faut donc équilibrer tension et détente.

Lorsque vous vous levez le matin et que vous ressentez beaucoup de torpeur, vous pouvez parfois vous asperger le visage d'eau froide, puis ouvrir les fenêtres et les rideaux, faire face à l'immensité pure du ciel et vous reposer doucement dans votre nature originelle.

Cette nature originelle dont je parle — vous la connaissez, n'est-ce pas ? Lorsque vous ramenez l'esprit à lui-même, n'y a-t-il pas un état extrêmement pur, extrêmement clair et lumineux ? Dans cet état lumineux, aucun de ces phénomènes de distraction mentale n'est présent ; toutes les pensées discriminantes ont disparu — tout est très pur.

Mais parfois, n'est-ce pas, cette sensation de pureté devient un peu brumeuse et terne ? Vous sentez qu'elle devient de plus en plus floue. À ce moment-là, vous devriez pratiquer les neuf cycles de respiration vajra. Continuez ces neuf cycles, en expulsant toute la torpeur et toute la lourdeur accumulées dans les canaux subtils. Alors vous devenez extrêmement lucide et pouvez naturellement demeurer dans cet état de clarté.

Vous devez donc comprendre ce qu'est « cultiver la voie ». La voie est un état. Notre premier état est l'état de lucidité, n'est-ce pas ? Et lorsque nous demeurons dans cet état de lucidité, n'avons-nous pas dissipé toutes ces perceptions — l'avidité, la haine, l'ignorance, l'orgueil — ainsi que toutes les pensées de l'esprit ? Elles se sont toutes dissoutes, ne laissant qu'un état pur dans lequel il n'y a absolument rien.

Et si nous pouvons maintenir cet état pur, alors il ne s'agit plus d'« un seul instant d'esprit » ; cela devient une cultivation instant après instant, une pratique ininterrompue, moment après moment.

Vous ne connaissez pas encore le mérite de cela. Ce mérite est le mérite du premier bhūmi. Si vous pouvez progressivement maintenir cet état et y demeurer, alors, dans le bardo — lorsque le bardo se manifestera — vous pourrez réaliser spontanément la vacuité. C'est précisément ce qu'enseignait Guru Padmasambhava dans la Libération par l'écoute (l'enseignement du Bardo) : il n'est alors pas nécessaire de traverser les bardos ultérieurs.

Nous devons donc maintenir cet état — ni trop tendu ni trop relâché. Parfois, plus vous serrez, plus l'esprit s'effiloche ; quant à être trop relâché, cela va de soi.

C'est comme s'habiller selon la météo : lorsqu'il fait froid, nous portons des vêtements plus épais ; lorsqu'il fait chaud, nous en portons de plus légers. Nous sentons la température sur notre corps et nous savons quoi porter, n'est-ce pas ? De la même manière, dans la pratique, nous ne devons pas être trop tendus ; si vous êtes trop tendu, les problèmes surgissent facilement.

Que signifie ici être « tendu » ? Cela signifie être capable de maintenir la résolution présente, globale et englobante — être capable de la maintenir. Voilà ce que signifie être « tendu » ; voilà ce qu'est la pureté. Comprenez-vous ?

Mais maintenir cet état ne demande pas un grand effort. Il n'est pas nécessaire de forcer. Vous maintenez simplement l'esprit originel — le corps et l'esprit observant simplement.

Par exemple, lorsque je regarde cette image du Bouddha, la personne à côté de moi bouge également ; mes yeux peuvent aussi voir qu'elle a bougé, n'est-ce pas ? Mes yeux le remarquent incidemment — non pas parce que je cherche délibérément à regarder. Je regarde là-bas, et, en même temps, je vois naturellement la personne à côté de moi se déplacer. Comprenez-vous ? C'est ainsi.

De la même manière, lorsque je maintiens l'esprit originel, que je parle ou que j'agisse, je n'oublie pas non plus mon esprit originel ; je peux constamment l'utiliser, progressivement et continuellement.

Ainsi, lorsque je parle, lorsque je récite les écritures, à tout moment je peux maintenir cet esprit originel à travers le regard lui-même. Cela est très important. Tout cela constitue des instructions essentielles.

Pratiquez-les avec soin.

Parfois, nous récitons des sūtras pendant de nombreuses années ou lisons quantité de livres, en pensant que cette accumulation suffira à dissiper nos obscurcissements. Mais cette possibilité est très, très faible. Dissiper les obscurcissements requiert la résolution même de les dissiper.

C'est comme éteindre un feu : n'avons-nous pas de l'eau partout à notre disposition ? Nous utilisons l'eau pour éteindre le feu. De la même manière, si votre feu brûle intensément et que vous y jetez encore du combustible, le feu ne fera que grandir, n'est-ce pas ? Il faut l'asperger d'eau pour qu'il s'éteigne.

De même, si nous continuons à accumuler davantage — davantage de conscience conceptuelle, davantage de connaissances, davantage de constructions mentales — cela ne dissipera jamais les phénomènes de nos obscurcissements. Mais à l'instant même où vous entrez d'un esprit unifié dans l'esprit originel, aucun autre effort n'est nécessaire ; celui-ci dissipera naturellement tous les obscurcissements, toutes ces pensées. C'est l'instruction essentielle extraordinaire de la Grande Perfection. Comprenez-vous ?

Cette instruction essentielle est extrêmement importante. Je l'ai probablement déjà enseignée auparavant, mais j'espère que vous pourrez aller un peu plus loin et parvenir à la comprendre véritablement.

Ainsi, il n'y a ici rien qui soit impossible à saisir. La libération et la bouddhité — c'est l'affaire d'un seul instant de pensée. Aller renaître dans la Terre Pure occidentale de la Béatitude ultime (Sukhāvatī) est également l'affaire d'un seul instant de pensée. Véritablement, tout se joue en un seul instant de pensée.

Lorsque vous êtes sur le point de mourir, si vous priez Amitābha Bouddha avec une sincérité totale et un esprit entièrement unifié, alors, en un seul instant de pensée, vous arrivez dans la Terre Pure occidentale. Pourquoi ? Non pas parce que nous avons bien pratiqué — nous avons mal pratiqué — mais parce que la puissance du vœu d'Amitābha Bouddha, son mérite, nous appelle et nous conduit directement à la renaissance dans la Terre Pure. C'est une chose très simple.

Supposons que vous vouliez faire pousser des ailes et vous envoler dans le ciel : combien de temps cela prendrait-il ? Mais vous pouvez monter dans un avion, et très rapidement la puissance de l'avion vous élève dans les airs. C'est la puissance de l'avion qui nous porte dans le ciel, non notre propre force, n'est-ce pas ?

Le principe est exactement le même ici. La puissance du vœu d'Amitābha Bouddha — le mérite né de l'accord avec le guru et avec Amitābha Bouddha — est ce qui nous permet d'aller vers la Terre Pure occidentale. La seule

condition concerne la méthode : monterez-vous dans l'avion ou non ? Si vous ne montez pas à bord, l'avion partira quand même et vous n'aurez aucun moyen de voyager avec lui, n'est-ce pas ? Mais tant que vous montez dans l'avion, il vous emportera assurément dans le ciel.

C'est donc comme monter dans un avion. Êtes-vous prêt à aller dans la Terre Pure occidentale ? Si vous êtes prêt, alors priez. Dans cet unique instant de résolution totale et d'esprit unifié — unifié, sans le moindre doute — : « Je confie assurément cette vie ; d'un seul esprit je vais vers la Terre Pure occidentale » — si une telle confiance est présente, vous pouvez y aller même sans bodhicitta, vous pouvez y aller même sans renoncement. Même sans aucun mérite — absolument aucun — vous pouvez néanmoins renaître dans la Terre Pure occidentale.

Pourquoi ? Parce que l'unique condition est la foi dans le Bouddha. La puissance du vœu du Bouddha exige seulement que vous montiez dans l'avion ; le reste ne vous concerne pas. Une fois à bord, vous n'avez plus rien à gérer — l'avion vole simplement.

Une fois que nous possédons cette foi, alors, naturellement et presque à notre insu, nous sommes déjà arrivés dans la Terre Pure occidentale. Pourquoi « presque à notre insu » ? Parce qu'au moment de la mort, je peux avoir une foi vivante et sans limites dans le Bouddha, et dans cet instant même — en un seul instant de pensée — je suis déjà arrivé dans la Terre Pure occidentale. Comprenez-vous ? C'est aussi simple que cela.

Ainsi, toute libération ultime, tout comme le fait de demeurer dans l'esprit originel, repose également sur une puissance de foi. Et cette foi n'est en réalité pas difficile, n'est-ce pas ?

Regardez : lorsqu'une mère espère que son enfant réussira les examens d'entrée à l'université, n'espère-t-elle pas avec intensité ? Ne le désire-t-elle pas profondément, souhaitant ardemment sa réussite ? Si vous possédez quelque chose d'approchant à l'égard de la Terre Pure, alors vous êtes presque prêt à vous y rendre.

Avec un tel élan du cœur — « J'espère ; je réussirai assurément ; désormais mon unique objectif est d'aller dans la Terre Pure occidentale ; grâce à la bénédiction d'Amitābha Bouddha, cela s'accomplira certainement ; cent pour cent, dix mille pour cent cela s'accomplira » — voilà la puissance de la foi. Cela aussi est une puissance de foi.

Vraiment, même si nous ne possédons aucun autre mérite et aucun état réalisé, il est néanmoins possible de renaître dans la Terre Pure occidentale de cette manière.

La Terre Pure occidentale comporte également différents niveaux : on y trouve des arhats, des śrāvakas et des pratyekabuddhas. Mais une fois arrivé dans la Terre Pure occidentale, grâce au mérite d'Amitābha Bouddha, on devient bodhisattva et l'on poursuit progressivement la cultivation. Certaines personnes ont encore besoin de cultiver davantage, d'autres non ; tel est le pouvoir de ce mérite.

Cela aussi est la bénédiction et le mérite du Bouddha, nous accordant une telle réalisation.

De la même manière, grâce à la bénédiction du grand Guru Padmasambhava, nous pratiquons le Dharma de la Grande Perfection. Et atteindre l'accomplissement dans cette vie même par le Dzogchen est encore plus rapide que la renaissance dans la Terre Pure occidentale.

Pourquoi ? La renaissance dans la Terre Pure est déjà extrêmement rapide — d'une rapidité extraordinaire — puisqu'elle s'accomplit au moment de la mort, en un seul instant de pensée. C'est déjà très rapide, n'est-ce pas ? Pourtant, le Dzogchen est encore plus rapide.

Pourquoi plus rapide ? Parce que la Terre Pure occidentale ne peut être atteinte qu'au moment de la renaissance, n'est-ce pas ? Tandis qu'avec l'enseignement du Dzogchen, je peux réaliser cela dès maintenant, sans attendre la mort. Je peux le réaliser et le résoudre à cet instant même ; c'est pourquoi c'est encore plus rapide que la Terre Pure occidentale.

Car notre nature originelle est réellement présente — elle est ici même, dans le présent. Si je demeure dans la nature originelle, je peux expérimenter, dans cet instant même, l'état d'un bodhisattva du premier bhūmi. Une telle personne n'a même pas besoin de se préoccuper du moment de la mort — sans parler de cela — elle peut directement réaliser et résoudre la question.

Ainsi, la bénédiction de l'enseignement du Dzogchen est aussi immense que cela ; la puissance des vœux d'Amitābha Bouddha est aussi vaste que cela ; et entre les deux se trouve un maître vajra qui nous guide personnellement. Dites-moi : comment pourrions-nous échouer ? Il n'y a aucune raison d'échouer.

Tant que vous vous tenez fermement à ces deux points — l'un est la foi, l'autre est le fait de demeurer dans la nature originelle — alors notre conscience peut aller où elle souhaite aller ; vous pouvez devenir ce que vous souhaitez devenir, sans le moindre obstacle, sans la moindre difficulté.

À mes yeux, ces deux voies sont, parmi les quatre-vingt-quatre mille portes du Dharma, les méthodes les plus directes, les plus simples, les plus rapides et les plus expéditives. C'est pourquoi je choisis moi-même de suivre cette voie.

Bien sûr, en la suivant, je ne sais pas exactement comment les choses se dérouleront, ni si ma foi est suffisante. Mais la foi doit être là. Même si ma réalisation n'est pas élevée, j'ai malgré tout la foi. Ainsi, je crois que nous, disciples, possédons également cette foi. Et j'espère donc que chacun pourra suivre cette voie lui aussi.

Quant à ce qui viendra ensuite, les bodhisattvas s'en chargeront ; il n'est pas nécessaire de continuer à errer seul dans le saṃsāra, tournant sans fin en rond, n'est-ce pas ?

Présentées ainsi, nos pratiques ne sont-elles pas en réalité très simples ? Elles étaient simples dès le départ. C'est parce que nous ne savions pas comment pratiquer que nous les avons rendues compliquées.

Pour ceux dont les capacités ne sont pas encore mûres, il faut d'abord expliquer les choses de manière complexe, puis les conduire vers la simplicité. Pour de nombreuses personnes aux capacités plus limitées, nous employons une multitude de mots — rien que des mots.

Regardez-nous : nous expliquons avec des mots, encore et encore, et finalement, que dit le Bouddha ? Vider l'esprit. Et à la fin, tout devient vide. Alors où est passée toute cette connaissance accumulée auparavant ? Où est passé tout cet apprentissage que nous avons amassé ?

Ce n'était qu'une méthode provisoire nécessaire pour vous guider à ce moment-là. En fin de compte, nous revenons toujours au dharmadhātu primordial, nous revenons toujours exactement au même lieu.

Ce qui est le plus complexe doit finalement devenir le plus simple — n'est-ce pas ?

Il n'y a donc aucune difficulté réelle dans cette pratique. La plus grande difficulté est celle que nous créons nous-mêmes, et ce genre de problème peut demeurer irrésolu toute une vie.

C'est pourquoi il faut écouter les enseignements du maître, encore et encore — écouter un temps, pratiquer un temps ; écouter un temps, pratiquer un temps. Sinon, il n'y aura pas assez de temps.

Alors nous pratiquons simplement de cette manière. Il n'y a rien de plus à ajouter ; c'est très simple.

[Quelqu'un pourrait dire :] « Mais vous parlez énormément, vous réalisez toutes sortes de peintures [rituelles], vous faites ceci et cela — à quoi tout cela sert-il ? »

Ah, ces mérites — ce sont aussi des choses dont nous avons besoin. Parce que beaucoup de personnes sont incapables de s'établir dans le calme pour

pratiquer, il faut leur donner quelque chose à faire. Avoir quelque chose à faire leur donne un sentiment d'existence ; avoir quelque chose à faire leur donne le sentiment qu'elles pratiquent.

Mais peuvent-elles réellement demeurer dans le calme ? Le peuvent-elles vraiment ?

Une fois établies dans le calme, elles ont l'impression de ne plus exister — comme si elles avaient été exclues de l'humanité, exclues du groupe, comme si elles n'existaient plus. Alors elles ressentent qu'il faut nécessairement quelque chose : nous, êtres ordinaires, insistons pour avoir une place, un nom, un pouvoir, un sentiment d'existence.

C'est précisément ainsi que nous avons tourné dans le saṃsāra.

Mais un jour, vous n'aurez pas d'autre choix que de vous établir dans le calme. Un jour, comment ferez-vous ? Lorsque ce moment arrivera, comment vous y prendrez-vous ? Sur qui vous appuierez-vous ? De qui dépendrez-vous ?

Un jour, lorsque toute votre renommée, tout votre statut, tout ce qui constituait votre existence auront complètement cessé d'exister, comment démontrerez-vous alors votre existence réelle ?

N'est-ce pas ?

Ne pas parvenir à comprendre cela, c'est la souffrance ; ne pas parvenir à voir à travers cela, c'est l'ignorance.

C'est pourquoi le moment est venu pour nous de nous établir dans le calme et de pratiquer de manière autonome, par nous-mêmes.

Avoir un maître présent — voilà la plus grande des bénédictions ; c'est d'une importance immense. Le maître nous a transmis ces instructions essentielles et cette guidance ; désormais, vous devez aller pratiquer par vous-mêmes — vous établir dans le calme et pratiquer.

Si vous souhaitez être libérés et atteindre la bouddhété, pratiquez de cette manière.

Mais si vous pensez : « Cette bonne fortune, plus tard je veux encore continuer à tourner dans le saṃsāra ; je veux encore être un être humain ; je veux encore goûter un peu à l'avidité, à la haine et à l'ignorance ; je veux rester dans l'illusion un peu plus longtemps et tomber encore un peu plus bas » — eh bien, personne ne vous en empêchera ; en dehors du maître, personne ne se préoccupe réellement de votre destinée.

Alors pourquoi sommes-nous reconnaissants envers le maître ?

Parce qu'il y a ici une personne que nous ne connaissions même pas auparavant, et qu'une fois que nous l'avons rencontrée, pourquoi est-elle si bonne envers nous ? Une bonté qui dépasse déjà tout ce que nous aurions pu imaginer ; une telle sollicitude, un tel dévouement à notre égard.

Pourquoi ?

Parce qu'il a construit pour nous une route lumineuse qui résout la grande question de la vie et de la mort.

Si malgré cela nous ne l'écoutons toujours pas, si nous ne tenons toujours pas compte de ses paroles, alors nous sommes vraiment quelque chose, n'est-ce pas ? Une sacrée pièce de travail ?

C'est un peu comme être un crabe qui n'est pas tout à fait un crabe, tout en étant humain ; et nos diverses dispositions à la pratique ressemblent parfois un peu à celles d'une crevette, n'est-ce pas ? [Métaphore humoristique et autodérisoire.]

Ces choses sont donc extrêmement importantes pour nous.

S'il s'agissait de personnes qui ne pratiquent pas, personne ne se soucierait de leur parler de ces choses, et il ne serait même pas nécessaire d'en parler.

Il vous faut donc réfléchir clairement : voulez-vous, oui ou non, la libération ? Voulez-vous, oui ou non, atteindre la bouddhité ? Vous devez clarifier cela.

Une fois que cela est clair, vous n'avez plus d'excuse : il ne reste qu'à vous établir dans le calme et pratiquer. Si vous êtes partagé entre deux intentions — vouloir et ne pas vouloir — alors vous ne vous tournez vers la pratique que lorsque vous souffrez, ou dans les moments difficiles de l'existence, en pensant : « Maintenant, j'ai besoin de la bénédiction et de la protection des bodhisattvas. » Mais lorsque tout va bien, lorsque mon corps est en bonne santé, lorsque tout se déroule sans obstacle, alors je peux négliger la pratique.

Si vous empruntez une telle voie, votre vie se terminera avec un résultat correspondant. Nous devons donc pratiquer, et pratiquer avec sincérité et de tout notre cœur. La méthode de pratique doit suivre les étapes, en saisissant correctement ces instructions essentielles.

Ce que je viens de vous dire — par exemple, dissiper l'ignorance. « Ah, c'est une affaire immense ! » Pour vous, c'est une affaire immense ; mais pour nous qui pratiquons le Dzogchen, dissiper l'ignorance est l'affaire d'un seul instant de pensée. L'affaire d'un seul instant de pensée — ce n'est rien du tout.

Ainsi, lorsque parfois nous sentons l'énergie de l'avidité, de la haine, de l'ignorance et de l'orgueil s'élever — au moment même où elle s'élève — « ah », alors notre état s'élève encore davantage.

Pourquoi dis-je cela ? Nous sommes sans cesse pris dans l'avidité, la haine, l'ignorance et l'orgueil mutuels ; alors pourquoi, lorsque ces choses apparaissent encore, dis-je que l'état est encore plus élevé ? Parce qu'avec un tel rappel, à la fin, votre avidité, votre haine, votre ignorance et votre orgueil deviennent la juste présence attentive de votre pratique. Ils ne deviennent pas les conditions adverses ni les obstacles de votre pratique. Comprenez-vous ?

À l'instant même où une pensée de colère surgit, vous pouvez reconnaître l'esprit originel — elle vous le rappelle. Car au moment où elle apparaît — ah, cette colère — dans cet instant même, vous pouvez reconnaître l'esprit originel. À ce moment-là, toute votre avidité, votre haine, votre ignorance et votre orgueil sont au service de votre pratique authentique ; ils ne vous entraînent plus vers le saṃsāra. Comprenez-vous ?

Mais pour cela, nous devons continuer à cultiver sans interruption.

Et lorsque nous cultivons, dans la vie quotidienne, nous pouvons pratiquer à tout moment : allongé, vous pouvez pratiquer ; debout, vous pouvez pratiquer ; assis, vous pouvez pratiquer ; en parlant, vous pouvez pratiquer. Lorsque vous êtes jeune, vous pouvez également pratiquer progressivement, en récitant doucement au sein de l'esprit originel.

Vous pouvez réciter lentement le mantra — réciter tout en entrant dans l'absorption méditative. Comprenez-vous ? Au début, combiner ces deux aspects peut être assez difficile ; mais une fois que vous avez stabilisé un peu cet état et que vous pouvez le maintenir un peu plus longtemps, par la suite il n'y a plus de problème — cela devient très facile.

Ainsi, ne pensez pas que la libération est lointaine, ou que la bouddhété se trouve quelque part à l'extérieur de vous, ni que tout doit nous être donné par quelqu'un d'autre, comme si l'on devait saisir quelque chose. Il n'existe rien de tel. Non.

Tous ceux qui, au cours de l'histoire, ont atteint l'accomplissement ont réalisé la bouddhété à partir de leur propre nature fondamentale. Dans le texte originel de l'[Aspiration de] Samantabhadra, il est dit :

« Puissent tous les êtres sensibles atteindre la bouddhété au sein de la claire lumière. »

Qui sont les êtres sensibles ? Les êtres sensibles sont nos propres pensées qui surgissent. Lorsque vous entrez dans l'état de claire lumière, les êtres sensibles sont libérés.

Comme je l'ai expliqué tout à l'heure : au moment même où vous entrez dans la nature originelle, tous nos objets et toutes nos apparences, toutes nos perceptions et toutes nos pensées, sont, en un seul éclair, entièrement effacés. Lorsque nos afflictions et nos pensées illusoire se dissolvent en même temps que la reconnaissance de la nature originelle — n'est-ce pas ? — c'est cela que l'on appelle « atteindre la bouddhité dans la claire lumière ».

Cette claire lumière est ce que nous appelons habituellement la claire lumière du dharmadhātu.

Tous les êtres — sans même parler des êtres humains, jusqu'aux insectes eux-mêmes — possèdent cette même graine. Mais ils demeurent dans l'illusion...

Quant à nous, nous avons déjà discerné ceci : je peux être pur, et je peux aussi être impur. Nous avons déjà établi cette distinction ; cela est désormais tout à fait clair.

Et la différence entre pureté et impureté est précisément la différence entre un Bouddha et un être sensible. Vous pouvez déjà le voir très clairement.

Tout se résume à cela : être pur, puis plus pur encore, puis encore plus pur — instant après instant sans jamais oublier la nature originelle.

Vous pouvez aussi être impur, puis encore impur, et continuer à tourner, à errer sans fin dans le saṃsāra. C'est également possible. Le choix vous appartient entièrement.

Si nous souhaitons véritablement, sincèrement et de tout notre cœur atteindre la bouddhité, alors dans ce monde rien absolument rien — aucun événement, aucune pensée — ne peut faire obstacle à votre libération ni à votre bouddhité.

Le seul problème est que vous-même ne le voulez pas vraiment, et que vous trouvez toutes sortes d'excuses, toutes sortes de raisons.

Vous pouvez trouver dix mille raisons, dix mille excuses — mais l'échec vous appartient entièrement, pas à moi, n'est-ce pas ? Pas à quelqu'un d'autre. C'est nous-mêmes qui tournons dans le saṃsāra.

C'est pourquoi nous entendons souvent ce genre de réponses :

« Comment va votre pratique ? »

— « Trop occupé, trop occupé, je n'arrive pas à suivre. »

Très bien. Mais jusqu'à quand serez-vous occupé ? Quand aurez-vous enfin terminé toutes ces affaires ? Réfléchissez-y.

Oui, tout cela peut être accompli ; ce n'est pas impossible. Mais avez-vous réfléchi à ceci : combien de temps vous reste-t-il encore ? Combien de temps demeurerez-vous encore dans le monde humain ? Combien de temps resterez-vous ici ?

Avez-vous réellement réfléchi à cette question ?

Nous ne pouvons pas éviter de réfléchir à ces choses. Pour un pratiquant, elles sont extrêmement importantes.

Si vous ne souhaitez ni la libération ni la bouddhité, alors faites ce que vous voulez — au fond, tout revient au même. Le bonheur lui aussi n'est qu'une affaire d'instant ; la joie également n'est qu'un instant — en un clin d'œil, tout disparaît. Tout cela appartient au monde du cycle des existences.

Ainsi, pour parler en toute franchise, mon conseil demeure celui-ci : choisissez les deux voies dont nous avons parlé et marchez sur la voie de la libération.

Tel est mon conseil.

Chacun est différent. L'essentiel est que cette direction ne soit pas erronée. Une fois la direction correcte, il suffit de pratiquer progressivement de cette manière, n'est-ce pas ?

[Quelqu'un demande :] « Ma capacité à reconnaître l'esprit originel est insuffisante — que dois-je faire ? »

Alors, repentez-vous. Que les bénédictions des bouddhas et des bodhisattvas des dix directions et des trois temps se fondent dans votre propre existence ; repentez-vous de tout ce qui est impur, depuis les temps sans commencement jusqu'à aujourd'hui. Ensuite, dans toute la mesure du possible, n'ajoutez plus rien à ce karma.

Car si vous continuez à y ajouter, votre route vers la libération s'éloignera de nouveau, cette affaire sera encore prolongée. Pourquoi ? Parce qu'en ajoutant ces choses, vous augmentez votre force karmique, vos obscurcissements karmiques, ainsi que ces mécanismes de cause et d'effet qui ne faillissent jamais.

Vous pouvez invoquer n'importe quelle raison liée aux Trois Joyaux ou au guru pour vous justifier, cela ne tiendra pas. En fin de compte, chacun récolte

ce qu'il a semé ; en fin de compte, c'est toujours soi-même qui souffre et qui porte la douleur.

Lorsque ce jour viendra, personne ne vous consolera et personne ne pourra vous aider, parce que la loi de cause et d'effet ne trompe jamais.

C'est pourquoi le Bouddha a également enseigné ceci : vous pouvez ne pas croire aujourd'hui, vous pouvez agir comme bon vous semble en vous servant même des affaires liées aux Trois Joyaux ; mais celui qui sera finalement puni n'est personne d'autre que vous-même.

Par conséquent, plus notre degré de reconnaissance de l'esprit originel est élevé, plus nous devons croire à la loi de cause et d'effet ; plus nous devons avoir la foi ; plus nous devons avoir de compassion.

C'est seulement ainsi que la direction de votre état intérieur est correcte.

Dans ces domaines, nous ne pouvons pas nous permettre la négligence. Dès que nous devenons négligents, d'un côté nous avons l'impression que tout va bien, mais de l'autre nous demeurons encore très éloignés du but.

Ainsi, chacun doit se tenir à l'écart de ces attitudes de négligence. Elles ne sont d'aucune utilité.

Nous avons encore plusieurs décennies devant nous ; nous pouvons vivre de quelque manière que ce soit.

J'en parlais avec eux hier. En vérité, quelqu'un comme moi pourrait vivre en récupérant des déchets. Pour moi, aucune de ces choses n'a la moindre importance. Je pourrais vivre sur un tas d'ordures, pourvu que je puisse atteindre la bouddhété, pourvu que je puisse être libéré.

Je me moque complètement de la renommée ou du statut que vous possédez ; en un seul éclair de pensée, je n'accorde aucune importance à de telles choses.

Je pourrais vivre en récupérant des déchets, pourvu que je puisse être libéré. Je préférerais cela plutôt que d'être une mauvaise personne. Je récupérerais des déchets avec joie et de bon cœur ; je serais tout à fait disposé à suivre cette voie.

Parce que, dans cette vie, je veux être libéré et atteindre la bouddhété.

Ce n'est pas comme si je bâtissais aujourd'hui une grande entreprise pour finalement tout perdre à la fin — ne serait-ce pas une perte immense ?

Ainsi, dans les questions de cause et d'effet, il faut toujours demeurer attentif et prudent. Voilà quelque chose que nous ne pouvons pas négliger.

N'y avait-il pas autrefois un roi ?

Un certain roi était devenu âgé. Le fils du roi désirait ardemment hériter du trône de son père, mais la vie du roi était exceptionnellement longue : il ne mourait tout simplement pas.

Alors un jour, le fils employa toutes sortes de moyens pour se débarrasser de son père. Il lui administra du poison, utilisa toutes sortes de méthodes pour lui nuire. Mais quoi qu'il fasse, son père ne mourait pas.

Pourquoi ? Pourquoi ne pouvait-il pas mourir ?

Parce que, dans le passé, il avait formulé un vœu conjointement avec Nāgārjuna (le bodhisattva).

À l'époque où Nāgārjuna vivait encore — Nāgārjuna n'a-t-il pas vécu plus de six cents ans ? — ce roi avait formulé le vœu suivant :

« Je veux être comme toi, Nāgārjuna ; je veux bénéficier d'une longue vie de cent ans. »

Il avait fait cette aspiration, et Nāgārjuna l'avait bénie et accordée. Ainsi, sa vie ne pouvait tout simplement pas prendre fin.

Mais son fils était inquiet — inquiet de prendre le trône et de devenir empereur. Il demanda donc à sa mère :

« Mère, pourquoi se fait-il que Père soit si âgé et pourtant incapable de mourir ? »

Sa mère répondit :

« Ah, la raison pour laquelle il ne peut pas mourir est qu'il a autrefois formulé une aspiration avec Nāgārjuna ; cette aspiration est arrivée à pleine maturité. À moins que tu ne tues Nāgārjuna, peut-être que ton père pourrait alors quitter ce monde. »

Dès qu'il apprit cela, il partit trouver Nāgārjuna avec l'intention de lui nuire, pensant :

« Si je me débarrasse de Nāgārjuna, peut-être que mon père mourra lui aussi. »

Il se rendit donc auprès de Nāgārjuna.

Bien entendu, Nāgārjuna savait déjà. Nāgārjuna, le second Bouddha du monde humain. Dès qu'il le vit, il dit :

« Viens, viens, bonjour, bonjour — te voilà arrivé. »

Le prince répondit :

« Oui, je suis venu. »

Nāgārjuna demanda :

« Que désires-tu ? »

Mais le prince était trop embarrassé pour le dire ; il répondit vaguement :

« Je suis simplement venu vous voir », et ainsi de suite.

Alors Nāgārjuna lui dit :

« Je sais. N'es-tu pas venu pour me tuer ? »

Et le prince, sans doute, l'admit en hochant la tête.

Nāgārjuna poursuivit :

« Alors fais-le. Mais sache que, quelle que soit l'arme avec laquelle tu me frapperas, je ne mourrai pas, car ce karma a été purifié depuis longtemps. Même si tu me frappes avec une lame, je ne mourrai pas, car ce karma est depuis longtemps épuisé ; je ne possède plus ce karma. Ainsi, que tu utilises un couteau ou une lance, je ne mourrai pas.

Mais je vais t'enseigner une chose : prends un brin d'herbe kuśa et tranche ma tête avec lui ; alors, peut-être, ma tête se détachera. »

Pourquoi ?

Parce que, expliqua Nāgārjuna :

« Dans une vie passée, alors que je coupais de l'herbe, j'ai tué de nombreux êtres sensibles. Parmi eux se trouvait un être — un insecte — que je n'ai pas vu ; je l'ai blessé involontairement parmi les herbes. Ce karma demeure encore. Ainsi, si tu utilises un brin d'herbe pour me couper la tête, peut-être qu'elle tombera. »

L'homme prit donc un brin d'herbe et trancha la tête de Nāgārjuna. Et effectivement, cela fonctionna : la tête de Nāgārjuna fut séparée de son corps.

Après que sa tête eut été coupée, Nāgārjuna entra dans le nirvāṇa.

Et lorsque le prince retourna chez lui, son père était lui aussi décédé.

Tout cela était lié à l'aspiration qui avait été formulée autrefois.

Telle est la puissance suprême de l'aspiration : quelle que soit l'aspiration que nous formulons devant un objet de refuge, elle prend progressivement forme. Et le mérite agit exactement de la même manière.

Cette histoire est consignée dans les écritures bouddhiques ; nous l'avons lue dans les biographies. La biographie de Nāgārjuna la rapporte précisément de cette façon.

Tout cela illustre que la loi de cause et d'effet ne faillit jamais.

Même à un niveau aussi élevé que celui de Nāgārjuna, le karma lié à cet unique insecte pouvait encore mûrir et devait encore être assumé.

Ainsi, puisque la cause et l'effet ne trompent jamais, nous devons être d'autant plus rigoureux et faire tout notre possible.

En résumé, si nous n'avons pas de hautes réalisations, alors la règle est simple : ne commettez pas ces actions négatives. Évitez-les autant que possible.

Parfois, nous pouvons nous trouver dans une situation où il semble véritablement n'y avoir aucune autre solution. Dans ce cas, récitez le mantra de Vajrasattva et venez vous repentir ; ce mérite possède lui aussi son efficacité.

Mais pour purifier totalement tout karma, il faut demeurer dans l'esprit originel. C'est la repentance la plus ultime.

Pourquoi est-ce la repentance la plus ultime ?

Parce qu'au moment où vous entrez dans l'esprit originel, vous êtes déjà dans l'état d'un bodhisattva du premier bhūmi.

Pourquoi ?

Parce que cet état même est présent dans le premier bhūmi : il dissipe toutes les apparences. Tel est l'état du bodhisattva du premier bhūmi.

Ainsi, en un seul éclair de conscience, lorsque nous entrons dans l'esprit originel, nous avons déjà atteint cet état du premier bhūmi et obtenu ce mérite.

Mais peut-être n'en obtenons-nous qu'une fraction, n'est-ce pas ? Si l'on pouvait l'obtenir pleinement, dix parts sur dix, alors le mérite serait immense.

Vous devez donc valoriser votre propre mérite. Vous devez croire en cet état ; c'est seulement alors que ce mérite existe réellement pour vous.

Ainsi, nous possédons tous, à des degrés divers, cet état de bodhisattva du premier bhūmi. Quant à savoir quelle part chacun en réalise effectivement, chacun le sait probablement mieux que quiconque.

C'est ainsi que je le comprends.

J'espère donc que chacun pratiquera avec joie et bonheur.

La pratique est une chose profondément joyeuse, une chose profondément heureuse — particulièrement en cette époque de déclin du Dharma.

La bénédiction du Dzogchen et du grand Guru Padmasambhava est véritablement une puissance et une bénédiction inexprimables.

Nous avons donc la foi : la bénédiction du grand Guru Padmasambhava est là ; la puissance de ses vœux est là.

Ainsi, si nous pratiquons simplement un peu mieux, il bénira et accomplira tout le reste pour nous, n'est-ce pas ?

Mais si nous ne possédons aucun fondement et aucune foi, alors il ne peut pas nous bénir ; nous devenons alors des êtres dépourvus de lien karmique avec lui.

Nous devrions être des êtres reliés karmiquement au Guru Né-du-Lotus, n'est-ce pas ?

Puisque nous possédons ce lien, nous devrions faire naître la foi.

Priez donc constamment le grand Guru Padmasambhava.

En cette époque de dégénérescence, il est celui qui dissipe tous les obstacles démoniaques et toutes les conditions adverses.

Parmi tous les bouddhas et bodhisattvas des trois temps, celui dont la puissance de bénédiction est la plus grande est le grand Guru Padmasambhava, en raison du vœu qu'il a formulé.

C'est pour cette époque qu'il a formulé son vœu ; c'est pour l'époque du déclin du Dharma qu'il a fait cette promesse.

De même qu'Amitābha Bouddha a déclaré :

« Puissent tous les êtres sensibles pouvoir se rendre dans la Terre Pure occidentale »,

— tel était son vœu — quel fut le vœu du grand Guru Padmasambhava ?

Que, durant l'époque de dégénérescence, pour tous les pratiquants, dès lors qu'ils le prient, qu'ils lui font confiance avec sincérité et de tout leur cœur et qu'ils l'invoquent, il viendra accomplir toute l'affaire pour eux.

Sa bénédiction descend ; son mérite et la puissance de ses vœux dissipent pour nous tous, pratiquants, les conditions adverses et les obstacles, afin qu'en définitive nous puissions réaliser l'esprit et voir sa nature.

Tel est le vœu qu'a formulé le grand Guru Padmasambhava.

Ainsi, notre lien de lignée avec le grand Guru Padmasambhava est si proche, si profondément accordé. Nous possédons donc déjà un immense mérite et une grande fortune.

Chérissez donc cette opportunité.

Quoi qu'il en soit — dans le saṃsāra, le bonheur temporaire, le bien-être, la santé, ou quoi que ce soit d'autre — à la fin, tout cela se dissout dans le néant. Rien ne mérite réellement que l'on s'y attache.

Ce n'est pas que nous ne devrions rien posséder du tout. C'est plutôt que toutes les myriades de choses suivent leurs propres lois de fonctionnement, et qu'en fin de compte toutes retournent à la terre ; elles ne nous appartiennent pas.

Ainsi, lorsque nous les possédons, lorsque nous pouvons en faire usage, utilisons-les pour créer du mérite, pour pratiquer le Dharma, pour aider les autres. Alors seulement elles sont véritablement utilisées par vous, avec valeur et avec sens.

Ces points sont très importants. Gardez-les dans votre cœur.

Parce que je suis en retraite, je ne peux pas rencontrer les gens. Je ne peux dire que quelques mots ici, dans ce groupe de pratique.

J'espère que cela vous sera utile.

Glossaire des termes corrigés

La transcription automatique a déformé phonétiquement de nombreux termes bouddhiques. Les principales corrections appliquées dans cette traduction sont les suivantes :

- 梦参老和尚 (**Maître Mengcan**) — transcrit sous la forme « 蒙参老和尚 » ; célèbre maître bouddhiste chinois contemporain.

- 登地菩萨 / 初地菩萨 (**bodhisattva du premier *bhūmi*, ayant atteint les terres de réalisation**) — transcrit sous diverses formes : « 灯笛菩萨 », « 登基佛 », « 当地菩萨 ».
- 莲花生大师 / 莲师 (***Padmasambhava*, Guru Rinpoché**) — transcrit sous la forme « 莲花神大圣 » ou « 莲花神大师 ».
- 龙树菩萨 (***Nāgārjuna*, le « second Bouddha »**) — transcrit sous la forme « 龙母菩萨 » ou « 龙叔菩萨 ».
- 末法时代 (**époque de dégénérescence / déclin du Dharma**) — transcrit sous la forme « 魔法时代 » (littéralement « âge de la magie »).
- 三大阿僧祇劫 (**trois kalpas incalculables, *asaṃkhyeya kalpas***) — transcrit sous la forme « 三个阿僧大气节 ».
- 显宗 (**véhicule exotérique / voie des Sūtras**) — transcrit sous la forme « 先宗 ».
- 即生成就 (**accomplissement dans cette vie même**) — transcrit sous la forme « 寄生成就 ».
- 虹光身 / 虹光成就 (**corps d'arc-en-ciel / accomplissement du corps d'arc-en-ciel**) — transcrit sous la forme « 宏光成就 ».
- 窍诀 (**instructions essentielles, instructions quintessentielles**) — transcrit sous la forme « 巧诀 » ou « 机密巧诀 ».
- 无上甚深微妙法 (**Dharma suprême, profond, subtil et merveilleux**) — transcrit sous la forme « 无上圣身为妙法 ».
- 般若智慧 (**sagesse de *prajñā***) — transcrit sous la forme « 菩罗智慧 ».
- 大手印 (***Mahāmudrā***) et 大圆满 (***Dzogchen* / Grande Perfection**) — transcrits respectivement sous les formes « 大树荫 » et « 大悦门 ».
- 如来藏 (***tathāgatagarbha* / nature de bouddha**) — transcrit correctement.
- 《度亡经》 / 中阴闻教得度 (***Libération par l'écoute dans le bardo***) — transcrit sous la forme « 渡望经 ».
- 九节佛风 (**respiration vajra en neuf cycles**) — transcrit correctement ; 气脉 (**canaux subtils**) transcrit sous la forme « 七脉 ».
- 普贤王如来 (***Samantabhadra* / *Kuntuzangpo***) et son aspiration — transcrit sous la forme « 不信往如来 ».
- 金刚萨埵 (***Vajrasattva*, invoqué pour la purification et la confession**) — transcrit sous les formes « 圣诞节头 » ou « 圣诞吉他 ».
- 嗔恨心、嫉妒心、傲慢心 (colère, jalousie, orgueil) — transcrits sous la forme « 诚恨心、督心、傲慢心 ».
- 出离心 (**renoncement**) — transcrit sous la forme « 出力心 ».
- 声闻缘觉 (***śrāvakas* et *pratyekabuddhas***) — transcrit sous la forme « 神文源泉 ».
- 违缘 (**conditions adverses, obstacles**) — transcrit sous la forme « 未缘 ».

- 境界 (**état de réalisation, niveau d'expérience spirituelle**) — transcrit à certains endroits sous la forme « 经济 » (« économie »).
- 起心动念 (**chaque pensée qui surgit, tout mouvement de l'esprit**) — transcrit sous la forme « 七心动念 ».
- 因地 (**dans une vie antérieure, au niveau des causes**) — transcrit sous la forme « 营地 ».