

AVERTISSEMENT

Cette traduction a été faite à partir de la transcription d'un document oral. Pour faciliter la lecture et la compréhension de certains passages et pour éviter trop de répétitions, certaines phrases ont été retranchées ou **adaptées en langage écrit**. L'orthographe de certains mots est celui que l'on retrouve dans « L'enseignement du Dalaï Lama » éd. Albin-Michel et « Dictionnaire de la Sagesse Orientale » éd. Robert Laffont, coll. Bouquins.

Transcription de

L'INITIATION D'AVALOKITESHVARA

Telle qu'enseignée par

SA SAINTETÉ LE DALAI LAMA

Montréal, Québec, les 24 et 25 juin 1993

Traduite du tibétain par Geshe Sangye Samdup

Transcrite et adaptée par Eric Anderson

Avec la participation de M. Lobsang Lalungpa

L'INITIATION D'AVALOKITESHVARA

par

Sa Sainteté le Dalai Lama

Montréal, Québec

24 et 25 juin 1993

Le 24 juin

Un grand nombre de frères et sœurs se sont réunis ici aujourd'hui pour entendre les enseignements et aujourd'hui l'enseignement principal consistera en une cérémonie ayant pour but le développement de **Bodhichitta**, qui est pour tout être sentant l'aspiration suprême à atteindre la **bouddhité**. Demain, nous procéderons à la cérémonie d'initiation d'Avalokiteshvara, Avalokiteshvara-aux-mille-bras, selon la tradition du pandit indien **Atisha**. Comme les rituels ou cérémonies d'aujourd'hui et de demain seront assez courts, nous disposerons d'un peu de temps que j'aimerais employer à donner des enseignements plus explicites sur le bouddhisme. Aujourd'hui, je commencerai par un bref exposé du sentier Bouddhiste et demain, avant l'initiation, je donnerai une introduction de base au bouddhisme tantrique **Vajrayâna**.

Ceux qui parmi l'audience se considèrent comme des bouddhistes pratiquants peuvent participer à la cérémonie en la considérant comme une cérémonie religieuse.

Ceux qui parmi vous ne se voient pas comme des bouddhistes pratiquants n'ont pas à le faire. L'important est que les enseignements que je donnerai aujourd'hui et demain sont des enseignements que tous peuvent écouter attentivement et sur lesquels tous peuvent réfléchir.

L'enseignement sera précédé de certaines récitations; une récitation pour rendre hommage à l'**atrishia** pour le **Dharma** et la **Sangha** suivi d'une récitation de certains **sûtra** et nous terminerons par la récitation du sùtra du cœur **cherit nimbo**.

Ceux qui connaissent ces textes par cœur peuvent se joindre à la récitation tandis que ceux qui ne les connaissent pas peuvent méditer sur les qualités du Dharma, du Bouddha et de la Sangha.

Je diviserai les enseignements en deux séances. La première prendra fin à quatorze heures quinze et la deuxième ira de quatorze heures trente à seize heures. Il serait bien qu'au début de la deuxième séance nous ayons des questions de l'assistance concernant la première partie. Pour faciliter les choses, vous pouvez écrire vos questions sur un bout de papier que vous remettrez à une personne ici en avant. Je procéderai de la même manière demain matin.

Nous sommes tous égaux dans notre désir inné d'atteindre le bonheur et d'éviter la souffrance, et tous, nous cherchons un moyen pour arriver à combler cette aspiration fondamentale, un moyen que nous jugerons comme étant celui qui nous convient le mieux. Notre expérience individuelle mais aussi celle des gens qui vivent autour de nous, nous démontre que ce que nous considérons comme étant le bonheur, la souffrance ou la joie et la douleur, sont si étroitement liés à notre état d'esprit et aux attitudes que nous adoptons, à notre façon de penser, qu'il devient clair que si nous pouvions trouver un moyen, adopter une méthode qui puisse amener une transformation au sein même de notre esprit, alors peut-être que nous serions en mesure de trouver un moyen ou une meilleure méthode pour arriver à réaliser cette aspiration fondamentale vers laquelle nous tendons tous, c'est-à-dire être heureux et mettre fin à la

souffrance.

Il existe beaucoup de disciplines ou méthodes modernes qui visent à opérer ce changement ou cette transformation au sein de l'esprit, des disciplines ou entraînements de l'esprit. Et il y a aussi les grandes religions du monde entier qui sont basées sur certains concepts, certaines approches philosophiques du monde. Toutes ces traditions religieuses majeures du monde fournissent elles aussi des méthodes ou des moyens pour entraîner l'esprit et lui apporter les changements et transformations nécessaires.

Un point que j'aimerais soulever ici et sur lequel j'ai insisté à maintes occasions concerne la nécessité d'adopter une attitude prudente devant un phénomène particulier. Nous sommes parvenus à une époque où, grâce au développement de la technologie, l'information concernant une partie du monde peut être très facilement et très rapidement transmise à d'autres parties de ce monde. À cause de cette nature interdépendante, l'information et la connaissance peuvent voyager très rapidement. En de telles circonstances il est très important d'adopter une attitude prudente face aux autres traditions religieuses. Je pense particulièrement à la conversion. Notamment en ce qui concerne les Occidentaux qui, se sentant attirés par le bouddhisme, décident de se convertir et de prendre le bouddhisme pour leur religion personnelle. On peut séparer ces gens en deux catégories : d'abord ceux et celles qui n'avaient pas de religion ou foi particulière avant de prendre le bouddhisme pour religion personnelle. Dans ce cas, il n'y a pas beaucoup de danger parce qu'il s'agit d'un choix individuel et qu'ils ne se sont pas convertis d'une religion à une autre. Puis il y a la deuxième catégorie où les gens avaient déjà une croyance religieuse particulière, qu'elle vienne de leur famille, de leur milieu, etc. et ici, je crois que si une personne ayant déjà une religion particulière décide de se convertir, par exemple au bouddhisme, il est important d'alors de considérer très sérieusement la question de la conversion.

La conversion n'est pas une question qu'il faut prendre à la légère. Elle exige une investigation profonde et sérieuse à savoir si ce changement est vraiment approprié et s'il est celui qui vous convient le mieux. Maintenant, une fois que vous aurez soumis à une analyse profonde et rigoureuse le bien-fondé de cette conversion, si vous êtes toujours convaincus des bienfaits et de la valeur de cette conversion et que vous décidez de vous convertir, il reste une chose que vous devrez toujours garder à l'esprit : c'est que parfois, les gens ressentent le besoin de justifier leur conversion, leur choix d'avoir adopté une nouvelle religion, en devenant très critiques à l'endroit de leur religion antérieure. Cette attitude est très mauvaise. Il faut toujours garder à l'esprit que si cette nouvelle religion nous convient, cela ne signifie pas qu'elle convienne à tous. C'est une chose qu'il faut toujours garder à l'esprit.

Deuxièmement, chacun doit toujours respecter la diversité de tempérament de chaque être humain. Chaque personne possède un tempérament spécifique et le fait qu'une religion convienne aux besoins d'une personne ne lui donne pas le droit de proclamer que cette foi devrait être celle de tous.

Chaque individu a le droit de choisir sa religion, c'est un droit individuel et chaque individu doit respecter celui des autres à choisir la leur. La personne qui se convertit doit toujours se rappeler que toutes les principales religions du monde ont su, dans le passé et encore aujourd'hui, répondre aux besoins et aux aspirations spirituelles de millions de gens. N'oublions pas que nous sommes à une époque où l'harmonie, le dialogue et la compréhension mutuelle entre les différentes croyances religieuses sont cruciaux.

Dans la diversité des traditions religieuses du monde, qui sont toutes basées sur de riches traditions philosophiques, on peut parler de deux grands groupes : celui des religions théistes, qui basent leur vision du monde et leur philosophie sur le principe de l'existence d'un dieu créateur, puis un second

groupe qui n'admet pas l'existence d'un dieu créateur, un créateur extérieur, mais qui considère que chaque individu est son propre créateur. C'est la croyance dans l'auto-crédation.

C'est dans cette deuxième catégorie que nous rangeons le bouddhisme, le **Jaï nisme** et certaines divisions de l'ancienne tradition indienne du **Sakya**. Aujourd'hui, la tradition religieuse ou philosophique dont nous parlerons concerne le bouddhisme. À l'intérieur du bouddhisme, de façon générale, on distingue deux principales traditions, deux véhicules : le Petit Véhicule, dit le **Hīnayāna**, aussi souvent appelé la **Theravāda** et le Grand Véhicule, le Mahāyāna, qui est la Voie du **bodhisattva** ou bodhisattvayana. On parle également du Véhicule des **Tantra**, les Tantra bouddhistes, et ce véhicule fait aussi partie du Mahāyāna.

La tradition bouddhique qui s'est répandue au Tibet est une forme de bouddhisme qui comprend tous ces véhicules, le Petit et le Grand et la sous-catégorie des Tantra. Ces trois Véhicules se trouvent rassemblés dans le bouddhisme tibétain.

Bien qu'il existe des différences dans la manière de percevoir la nature de la bouddhité, selon que les écoles de pensée bouddhiques acceptent ou non la doctrine des trois kâyās - par exemple le bodhisattvayana accepte cette doctrine alors que le système du Theravāda la réfute -, le point commun aux deux traditions, Bodhisattvayana et Theravāda, est que les deux s'entendent pour dire que le bouddhisme tel qu'on le connaît maintenant a été fondé il y a plus de 2500 ans par le grand maître, le Bouddha Shākyaṃuni.

Maintenant, si toutes les traditions bouddhiques acceptent que le Bouddha Shākyaṃuni ait propagé les enseignements du dharma, il existe encore des divergences sur la date réelle de la venue au monde du Bouddha. Par exemple, dans la tradition tibétaine, il y a une école qui maintient qu'il serait venu en ce monde il y a plus de 3000 ans alors que la tradition d'une autre école situera la naissance du Bouddha à environ 2800 ans. Selon le pandit indien Chakeshari qui vint au Tibet, la date de la naissance du Bouddha remonterait à 2500 ans, en accord avec la version du principal courant du Theravāda. Je crois qu'il est important d'en arriver à un consensus en regardant la vie du Bouddha à travers une grille historique. Nous ne pouvons pas continuer à maintenir qu'il soit venu à différents moments, 3000, 2800 ans et ainsi de suite. Il est donc nécessaire d'en arriver à un consensus. Je crois que c'est la responsabilité des bouddhistes pratiquants de procéder à un examen scientifique des reliques toujours existantes du Bouddha historique.

Nous pouvons tirer l'essence des enseignements du Bouddha, le Dharma, en regardant la vie du Bouddha lui-même. Nous savons que le Bouddha est né dans une famille princière et, ce que nous indique cette naissance princière, c'est que l'accumulation de conditions favorables, même sous la forme d'existence humaine, donne à l'individu une plus grande opportunité pour aider les autres, d'être un bienfaiteur pour les autres et de les aider à combler leurs besoins. Mais le Bouddha ne s'est pas contenté de combler ses besoins matériels. Il utilisa plutôt cette précieuse opportunité qu'est la vie humaine, avec toutes les possibilités physiques et intellectuelles qu'elle nous offre, pour combler des besoins beaucoup plus élevés. C'est ce que nous enseigne la vie du Bouddha, que nous ne devrions pas nous contenter d'assouvir nos besoins matériels.

Par sa vie, le Bouddha nous montre qu'en dépit du fait qu'il était possible de jouir du confort et de toutes les commodités et richesses d'une vie princière, il n'y a pas trouvé de satisfaction et qu'il a plutôt cherché à atteindre un but plus élevé.

Ce but plus élevé, auquel je fais référence, c'est le bonheur et la paix éternels. Atteindre cet état de tranquillité et de bonheur demande beaucoup d'efforts et ces efforts doivent être soutenus à leur tour par une réelle aversion pour la nature insatisfaisante de l'existence. C'est pourquoi vous devez développer une connaissance profonde de la nature de la souffrance.

Quatre rencontres qu'il fit à l'extérieur de son palais vinrent motiver cette aspiration <a un but plus élevé. On parle des *Quatre Rencontres* du Bouddha Shâkyamuni. Il rencontra d'abord un vieillard au dos voûté, affaibli et incapable d'agir. Il réalisa que malgré toutes ses richesses, il ne pourrait échapper à la vieillesse. Il rencontra ensuite un malade épuisé et souffrant et réalisa la nature de la souffrance et de la maladie. Il croisa finalement un cortège funèbre conduisant un cadavre au bûcher. Ces trois rencontres l'amènèrent à réfléchir sur le caractère insatisfaisant de la vie, car ainsi que je l'ai mentionné auparavant, aucun de nous ne désire souffrir, nous avons tous une aversion naturelle pour la souffrance, tous nous voulons fuir et éviter la souffrance et trouver une solution, un moyen qui puisse nous permettre d'y mettre fin.

Ces trois premières rencontres du Bouddha furent suivies par la rencontre d'un moine, mendiant, calme et serein. Cette personne était sans doute un moine d'un ordre non-bouddhique, ou peut-être une émanation, mais la vue de ce mendiant, paisible et serein, lui démontra qu'il existait une alternative au caractère insatiable de l'existence, qu'il y avait une façon de s'en sortir. Inspiré par ces quatre rencontres, le Bouddha abandonna sa vie princière et adopta un style de vie mendiant, à la recherche de la Vérité et passa six années à méditer. Ce que cet aspect de sa vie enseigne à ses disciples, c'est que la libération et la paix ne s'obtiennent pas par une vie facile et oisive, mais par le dévouement, la persévérance, et au prix de durs efforts. C'est l'essence du message que nous pouvons tirer de la vie du Bouddha.

Lorsque le Bouddha fut sur le point de connaître l'Éveil Suprême comme résultat de sa méditation, il rencontra des obstacles, sous la forme de puissances négatives, de forces malveillantes, tel **Mâra**. La façon par laquelle le Bouddha conquiert ses forces est très significative. À l'encontre d'autres puissantes déités comme **Indra**, dont la méthode caractéristique pour venir à bout de forces opposantes est d'utiliser des armes destructrices, le Bouddha utilisa les armes de l'amour et de la compassion, sans chercher à se venger par la violence. Après avoir vaincu ces forces de haine par le pouvoir de l'amour et de la compassion, il connut l'Éveil suprême et, en se basant sur sa propre expérience, se mit à enseigner aux autres la manière d'y parvenir.

Les enseignements du Bouddha sont connus sous le nom de **Chegor** ou la **Roue du Dharma** et après avoir connu l'Éveil, le Bouddha tourna la Roue du Dharma pour montrer la voie aux autres et cet enseignement commence par les *Quatre Nobles Vérités* qui sont :

la Vérité de la souffrance, la Vérité de l'origine de la souffrance, la Vérité de la cessation de la souffrance et la Vérité du chemin qui mène à la cessation.

Ce sont les *Quatre Nobles Vérités* que nous pouvons diviser en deux groupes : le premier qui concerne la souffrance et ses origines, c'est-à-dire les causes de la souffrance que nous voulons éviter, et le second groupe qui comprend la Vérité de la cessation et la Vérité du Chemin qui mène à la cessation, concerne le bonheur permanent auquel nous aspirons, que nous cherchons tous à atteindre.

Ces deux principes de la causalité, causalité qui provoque la souffrance et causalité qui conduit

au bonheur ont été développées dans les enseignements des *Douze liens de la Production dépendante*. Ces *Douze Liens* expliquent la souffrance en commençant par la naissance qui conduit à la vieillesse et à la mort. D'où vient cette naissance ? Cette naissance provient des empreintes karmiques qui sont accumulées et déposées dans la conscience et qui, au moment de mourir, sont réactivées par l'attachement, l'attachement intensif. Ce sont ces empreintes karmiques qui amènent la souffrance. Mais d'où viennent-elles ? Elles viennent de l'ignorance elle-même, car bien que notre nature soit de vouloir le bonheur, nous rencontrons constamment la souffrance parce que nos actions nous amènent à la souffrance et cela est dû à notre ignorance, qui est l'ignorance du karma et de ses effets. C'est cette ignorance qui nous pousse à accomplir des actions qui nous conduisent à la souffrance, bien que nous désirions le bonheur. La cause profonde de cette ignorance du karma est l'ignorance nous faisant appréhender le soi et les autres phénomènes comme existant réellement.

Mais l'enseignement des *Douze Liens de la Production dépendante* nous indique la façon dont la souffrance peut être arrêtée. Pour arrêter la souffrance, on ne peut commencer au milieu des *Douze Liens*. Il faut arrêter le premier de ces *Douze Liens*, l'origine même de la souffrance qui est l'ignorance. C'est pour ce faire que le Bouddha a enseigné la possibilité d'éliminer et d'empêcher le retour de ces *Douze Liens* en supprimant l'ignorance, ce qui entraîne la suppression du karma qui entraîne à son tour la suppression du désir et des réincarnations, de la vieillesse et de la mort. Alors les enseignements des *Douze Liens* sont une élaboration sur le thème des *Quatre Nobles Vérités*.

Nous allons maintenant faire une pause de quinze minutes.

QUESTIONS-RÉPONSES

Dalai Lama : Pour ce qui est de la question concernant les reliques... Il existe des reliques du Bouddha dans quelques musées en Inde. Je suis certain qu'un examen ou une analyse de ces reliques avec des procédés modernes pourrait être fait. J'en ai quelques-unes moi-même mais je ne suis pas certain qu'elles soient authentiques. Certaines de ces reliques semblent avoir le pouvoir de grandir. J'en ai donné à des gens qui m'ont dit que, dans certains cas, ces reliques augmentaient de taille. Ces reliques ne sont pas véritables en ce sens qu'elles ne sont pas des ossements du Bouddha mais qu'elles proviennent de ses cendres.

Dans le but de venir en aide aux personnes souffrant de maladies mentales, les psychiatres occidentaux préconisent de redonner confiance en soi à ces personnes. Est-ce contraire aux enseignements bouddhiques qui nous enseignent le développement du non-soi ?

Dalai Lama : Même si nous aurons l'occasion de revenir sur ce point plus tard, je crois qu'il est très important de garder à l'esprit que la doctrine bouddhique du non-soi ne doit pas être confondue avec l'idée que le bouddhisme n'accepte aucune notion du soi. Le bouddhisme accepte une notion conventionnelle du soi comme individu, comme agent, comme sujet. C'est sur la base de cette

acceptation, de cette notion de l'individualité que nous pouvons arriver à expliquer la théorie de la réincarnation ou de la renaissance. Spécialement en accord avec la tradition Mâhâyana, l'individualité est maintenue même à l'état de bouddhité.

De toute façon, cela ne doit pas être confondu avec la notion bouddhique du non-soi dans ce sens qu'il y a certaines pratiques qui visent à transcender ou dépasser les attitudes égocentriques et où il faut s'entraîner à considérer le bien-être des autres et leur bonheur comme étant plus important que notre propre bien-être ou bonheur. Cette pratique demande un sens très fort du soi et une grande confiance en soi.

Pourquoi les gens ont-ils tant de difficulté à s'aimer ?

Dalaï Lama : Je ne crois pas que ce soit une disposition naturelle, mais plutôt une réponse conditionnée. Parce que la tendance innée découlant de notre constitution naturelle vise le bonheur et la joie, les émotions qu'ils procurent sont peut-être parfois submergées par une suite d'autres émotions d'autant plus intenses qu'elles viennent troubler tout ce qui nous semblait clair.

Qu'est-ce que le bonheur selon le bouddhisme ? Est-ce simplement un contentement intérieur ou est-ce que cela implique le développement des facultés humaines et une connaissance de la réalité ?

Dalaï Lama : Ici, il nous faut procéder à des distinctions profondes et un peu compliquées puisque la notion du bonheur diffère selon les différents plans ou domaines de l'existence. Par exemple, à l'intérieur du désir humain ou devas, le bonheur fait principalement référence à une sensation de joie agréable qui est rattachée à nos sentiments et à une expérience. Cela est différent d'autres bonheurs qui peuvent se produire dans des domaines supérieurs, comme le bonheur qui provient de la méditation et qui développe un bonheur plus subtil ou qui est supérieur au bonheur. A ce stade, le bonheur n'a plus rien à voir avec le sentiment de joie, de plaisir mais est un état de sérénité, d'équilibre total. Car le bonheur dans le cadre du nîrvana n'a plus la connotation de sensation.

Comment se fait-il que la population mondiale augmente si chaque individu est la réincarnation d'une personne ayant existé auparavant ? Comment se fait-il qu'il y ait de nouveaux individus qui viennent à naître ?

Dalaï Lama : Il faut aborder cette question dans le contexte de la croyance bouddhique de la multiplicité du système universel. Donc, d'un point de vue bouddhique, c'est une question plutôt stupide !

Quelle est votre opinion en ce qui concerne l'égalité des hommes et des femmes à l'intérieur du bouddhisme en particulier et dans le monde en général ?

Dalaï Lama : Le bouddhisme enseigne que tous les êtres sont égaux, non seulement les êtres humains mais toutes les créatures vivantes et qu'il faut respecter le droit naturel à chacun d'aspirer au bonheur et de vouloir éviter la souffrance. Mais bien que ce soit là la position fondamentale du bouddhisme, dans la pratique réelle il existe certaines formes de pratiques ou coutumes qui reflètent une discrimination envers les femmes. Par exemple, dans la pratique du **Vinaya** qui constitue les règles monastiques bouddhiques, bien qu'on accorde autant aux femmes qu'aux hommes le droit de joindre les

ordres, il y a certaines distinctions entre hommes et femmes, comme en ce qui concerne le droit de recevoir certains honneurs et là, les femmes semblent occuper une position inférieure. Il y a bien là une forme de préjugé discriminatoire. Par conséquent, j'ai suggéré et j'aimerais réunir des érudits tibétains dans un avenir rapproché pour étudier et discuter de certaines de ces pratiques et les réévaluer.

Une des façons de développer Bodhichitta, l'esprit d'éveil, consiste dans les méthodes des sept causes et effets et, dans cette méthode, il nous est dit qu'il nous faut développer la bonté, la reconnaissance envers tous les êtres humains, comme si ils étaient notre mère, en reconnaissance de sa bonté pour nous. Qu'en est-il si dans cette vie, notre mère n'était pas une bonne personne, comment alors développer de la compassion envers les autres ?

Dalai Lama : Dans le *Sûtra de la Sagesse*, le **Prajñâpâramitâ**, on trouve une référence au fait qu'on peut concevoir les êtres comme ses frères, ses sœurs, son père ou sa mère. Ici, le point important est de trouver un être qui nous est proche, qui nous est cher, et d'étendre cette attitude que nous avons pour cet être à tous les autres êtres. Donc, il n'est pas forcé que cet être soit notre mère, il se pourrait que ce soit une autre relation. L'essentiel c'est de se sentir proche des êtres.

Est-ce que vous croyez que tous les êtres sont parfaits ?

Dalai Lama : Si nous incluons dans les êtres, les Bouddhas, alors ces derniers sont parfaits, mais je crois que les autres êtres ne le sont pas. Même les *bodhisattvas* engagés sur les plus hauts niveaux du sentier, comme le dixième niveau, ne peuvent être considérés comme étant parfaits, ils ont encore des obstacles à la connaissance pleine et si les *bodhisattvas* ne sont pas parfaits, que dire des êtres ordinaires tels que nous...

Mais il y a une expression dans la pratique *Vinaya*, la pratique monastique, qui dit que dans certaines cérémonies, si la majeure partie de la cérémonie est accomplie, on peut considérer que toute la cérémonie l'est. De façon similaire, dans notre société, bien que les êtres ordinaires ne soient pas parfaits, il est extrêmement important de ne pas développer l'idée que notre nature profonde est mauvaise car cela pourrait nous amener à nous mépriser nous-même et conduire à l'effondrement de notre confiance en nous-même, à nous dire « je ne mérite pas le respect et l'amour... » En ce sens, l'enseignement de la nature de Bouddha, du **Tathagatagarbha**, est extrêmement important car il nous indique que bien que l'esprit soit couvert par les obstructions, sa nature profonde est parfaite car la nature de l'esprit est d'être clair et lumineux. Il ne faut jamais oublier que, même dans une personne pleine de défauts qui manifeste une négativité totale, la graine du *Tathagata*, de l'éveil complet, existe. Cette personne a la possibilité de devenir Bouddha.

S'il n'y a pas de créateur d'où vient l'univers multiple ?

Dalai Lama : En analyse ultime, selon le bouddhisme, tout provient de notre esprit, c'est la multiplicité de l'esprit qui entraîne la multiplicité des mondes et des formes de vies dans ces mondes. Comme les écritures bouddhiques le disent, il n'y a pas de commencement de l'esprit ou de la conscience comme il n'y a pas de commencement de la personne. Et si on se demande pourquoi il en est ainsi, on peut répondre que c'est la nature des choses, et si on poursuivait encore plus loin notre questionnement, en se demandant pourquoi la nature des choses est ainsi, il ne nous resterait plus qu'à nous gratter la tête ! Mais quoi qu'il en soit, à supposer que nous adoptions une position contraire, qu'il y

ait un commencement, nous devrions alors accepter l'idée d'un créateur et la question ne serait pas réglée.

Dalai Lama : En fait elle créerait et laisserait encore plus de questions sans réponses; qui a créé le créateur ? Alors toutes sortes de qualités devraient être attribuées au créateur : qu'il s'est auto-créé, qu'il est éternel, qu'il est en dehors des lois de la nature et ainsi de suite... Il ne faut pas croire que l'acceptation de l'idée d'un dieu créateur n'est pas sans contradiction aussi.

La dernière question: puisque le bouddhisme est une religion sans dieu, Votre Sainteté peut-elle nous expliquer ce qu'elle pense de la relation entre le bouddhisme et la science concernant la nature de la réalité ?

Dalai Lama : En ce qui concerne la nature de l'esprit, un sujet important dont traite beaucoup le bouddhisme, je ne crois pas que la science moderne s'y attache, en discute beaucoup. Mais en ce qui concerne la nature de l'univers physique, particulièrement son évolution, je crois qu'il existe des points de vue convergents entre le bouddhisme et la science moderne.

Nous allons reprendre l'enseignement concernant les *Douze Liens de la Production dépendante*. Le message central de cet enseignement sur les *Douze Liens d'origine*, qui consiste en une élaboration sur le thème des *Quatre Nobles Vérités*, nous démontre le besoin de reconnaître le principe de la causalité parce qu'il nous indique que notre but principal, l'accomplissement du bonheur et l'élimination de la souffrance, doit être basé sur la reconnaissance de lois qui sont inhérentes à la nature. La manière de nous y prendre pour atteindre ce but ne peut se faire sans la compréhension de la nature de la réalité. Dans l'enseignement des Quatre Nobles Vérités et plus spécifiquement des *Douze Liens d'Origine*, ce que Bouddha nous dit, c'est l'importance de comprendre le principe de la causalité parce que la souffrance, la douleur, le bonheur et la joie ne sont dus qu'à une interaction de causes, de production dépendante. L'importance accordée à la production dépendante exclut toute idée d'une force extérieure ou d'un pouvoir extérieur tel un créateur.

Dans le *Sûtra de la Production dépendante*, le Bouddha a fait plusieurs déclarations sur lesquelles il est important de se pencher. La première est que, parce que la cause existe, l'effet se produit. La deuxième est que, parce que la cause a été créée, les effets s'ensuivent et que ceci se produit en fonction de l'ignorance. Le message principal de la première déclaration est que toutes choses ou événements, en particulier le bonheur et la souffrance, ne se produisent pas sans cause pas plus qu'ils ne sont le produit de la motivation d'un être extérieur à nous mais proviennent seulement de causes intérieures.

En tentant de clarifier cet enseignement du Bouddha, le maître indien **Asanga** dans son **Compendium Abednasachuma**, le *Manifeste de la Connaissance*, explique que le Bouddha nous dit que le bonheur et la souffrance ne se produisent pas en fonction de la motivation d'un être ou d'un esprit éternel extérieur à nous.

En commentant la seconde partie de cet enseignement qui dit que, parce que la cause a été créée l'effet se produit, Asanga indique que cela signifie que les causes elles-mêmes doivent être sujettes au changement car si la joie et la souffrance se produisent à partir de causes précédentes, ces causes ne sont pas permanentes. Ce point vient nier l'existence d'une cause permanente qui manifesterait des effets impermanents, telle qu'acceptée par des écoles non-bouddhiques, alors que,

dans le bouddhisme, de telles notions sont déniées et toute cause ayant le potentiel de créer un effet doit elle-même être assujettie au changement. Tout effet nécessite une cause impermanente.

Dans certains passages du **Mādhyamakâ-Kârikâ, Nâgârjuna** dit que si la vacuité existe, tout devient possible. Cela peut donner l'impression que, selon sa pensée, la vacuité serait une sorte d'agent, de créateur. Il ne faut pas mécomprendre ce passage; il n'indique pas que la vacuité soit une sorte d'agent ou de producteur, simplement, ce que ce texte indique, c'est que les phénomènes, pour qu'ils soient produits, doivent être vides de nature intrinsèque. La vacuité, qui est l'absence de nature intrinsèque des phénomènes, nous montre comment il est possible que la production de ces phénomènes existe. La vacuité permet la production, elle ouvre l'espace dans lequel la production est possible mais elle n'est pas une sorte d'agent ou de producteur qui agirait en dehors des causes et conditions.

Dans son troisième enseignement, le Bouddha indique que le karma est produit par l'ignorance. Lorsqu'il a commenté ce passage, Asanga a dit qu'en accord avec le bouddhisme, pour qu'un phénomène particulier tel que la souffrance ou la réincarnation se produise, il ne suffit pas de phénomènes impermanents comme cause, il faut une cause dont la nature soit similaire à celle de l'effet. Seule une cause similaire peut produire un effet similaire. Il doit y avoir une correspondance naturelle entre la cause et l'effet. Par exemple, dans la chaîne des *Douze Liens de la Production dépendante*, l'ignorance est le premier des Douze liens conduisant à l'action produisant l'effet, le karma, parce qu'elle rend l'individu incapable de reconnaître la manière d'atteindre le bonheur et d'éliminer la souffrance.

En ce qui concerne cette loi de causalité, la loi de la cause à effet n'est pas créée à partir du karma des êtres plus qu'elle ne l'est par la force ou par la grâce du Bouddha; elle découle simplement de la nature des choses, de la nature de la réalité elle-même. C'est une loi de la nature.

Dans le bouddhisme, lorsque nous parlons de la nature de la souffrance, on différencie trois différents niveaux de souffrance, et l'origine de celle-ci est comprise en termes de karma, de l'origine du karma, de l'origine des passions qui causent le karma qui à son tour cause la souffrance. Ce qu'il est important de comprendre à partir de cette relation de causalité entre la souffrance et l'origine, c'est la causalité qui amène au bonheur, à la libération.

Il est important de comprendre la nature des deux dernières Vérités que sont la Vérité de la cessation de la souffrance et la Vérité du Chemin qui peut nous conduire à cette cessation. En regardant la Vérité de la cessation, il est crucial d'avoir la conviction qu'il existe un moyen de mettre fin au cycle des renaissances, qu'il y a un moyen d'arrêter la souffrance. Comment y arriver ? Comme je l'ai mentionné auparavant, parmi les *Douze Liens de la Production dépendante*, il y a l'ignorance qui est la racine, la cause première de notre souffrance dans le cycle des renaissances. Quoi qu'il en soit, cette ignorance est une idée fautive de l'esprit, une vision erronée de la nature des choses puisqu'elle produit une distorsion de la nature de la réalité. Elle appréhende la réalité comme elle n'est pas réellement, c'est-à-dire comme étant pourvue d'une nature intrinsèque, indépendante et durable. C'est pourquoi il est possible de développer une autre perspective qui permettra de voir à travers cette illusion.

Une force, une sagesse que nous pourrions opposer à cet état d'ignorance, car l'ignorance, dans sa façon de concevoir la réalité, ne peut compter sur aucun support valide, que ce soit celui de notre expérience ou celui de la nature.

Par contre, la sagesse qui nous permet de comprendre la nature de la réalité bénéficie non seulement du soutien de notre expérience mais aussi du support de la connaissance de la nature même, parce que la sagesse appréhende la nature telle qu'elle est réellement. La sagesse est une qualité de

l'esprit, elle ne dépend pas d'une force physique ou de qualités athlétiques. Cette qualité mentale a donc la possibilité d'être développée à un stade infini, car l'esprit, dans sa continuité, dure, continue à travers les réincarnations. Il n'est pas limité comme le corps qui, indépendamment de ses qualités physiques et malgré ses aptitudes athlétiques, est soumis à certaines limites. Donc si nous pouvons développer cette sagesse de l'esprit qui nous permet d'appréhender la nature de la réalité, nous pourrions aussi opposer cette sagesse à l'ignorance, à la cause première, la racine de la souffrance et ainsi éliminer les obstacles au bonheur et à la libération. Car l'ignorance n'est pas durable puisqu'elle est erronée, viendra un moment où nous pourrions l'éliminer. C'est de cela que parlent les enseignements quand ils décrivent la nature claire et lumineuse de l'esprit. C'est cette nature même de l'esprit qui permet à la sagesse d'éliminer l'ignorance.

Pour comprendre la nature de la cessation, nous devons garder à l'esprit qu'il ne s'agit pas de l'arrêt momentané des passions, comme lorsque les passions se produisent et disparaissent à chaque instant, mais c'est l'arrêt définitif des passions qui est amené par une force opposée. C'est par le développement de cette force, la sagesse qui nous permet d'appréhender la réalité telle qu'elle est, que nous pouvons arriver à l'opposer à l'ignorance et que les passions cessent. C'est la Vérité de la cessation. Il peut y avoir de nombreux niveaux de cessation. Le niveau ultime est celui que l'on nomme le **nîrvana** ou la Véritable libération. Maintenant, lorsque nous parlons de nîrvana, nous ne devons pas avoir l'impression qu'il s'agit d'un royaume physique ou d'un domaine céleste où les individus peuvent voyager ou exister. Nous parlons plutôt d'un état d'esprit, l'état d'un esprit purifié et totalement libre de passions, d'illusions, donc libéré de la souffrance. C'est en éliminant la racine de ces passions, l'ignorance, que nous pouvons atteindre cet état.

Dans le bouddhisme, lorsque nous parlons du **samsâra**, le cycle de la naissance, de la mort et de la renaissance, le cercle vicieux des existences, il faut le comprendre et le concevoir en termes d'état d'esprit ou de conscience. La cause principale de notre rotation dans le cycle des existences n'est pas extérieure à nous, elle est intérieure; c'est un état d'esprit. De même que le nîrvana ou la véritable libération est un état d'esprit libre de la souffrance, des illusions, et de toutes formes d'afflictions. Le processus par lequel on peut arriver à se délivrer de cet état d'esclavage et atteindre la libération est un processus mental intérieur et psychologique, non pas physique ou matériel. Ceci nous montre le rôle que joue l'esprit ou la conscience à tous les niveaux. Car autant l'esprit peut nous maintenir dans un état d'esclavage, autant il peut nous conduire à la libération. C'est pourquoi, dans la littérature bouddhique, on insiste tellement sur la nature de l'esprit.

Maintenant, en ce qui concerne l'esprit, il faut bien comprendre que nous ne parlons pas ici d'homoncule ou d'une entité solide qui existerait dans notre corps. Nous abordons un sujet très complexe car il existe autant de différents niveaux de conscience, niveaux subtils ou grossiers, qu'il existe différentes sortes d'esprit. Il est clair que l'esprit dans son état ordinaire a besoin d'un support physique pour exister. Le cerveau et le système nerveux contribuent certainement à l'existence de l'esprit mais il serait faux, du point de vue bouddhique, de croire que cela suffit à la production de l'esprit.

Lorsque le système nerveux et le cerveau ont cessé de fonctionner, les niveaux grossiers de la conscience cessent alors d'opérer. Si on essayait de comprendre la complexité de la nature de la conscience seulement en termes physiologiques, ce serait la réduire à un état statique. Or, la caractéristique de l'esprit est d'être un état de conscience clair et connaissant capable de ressentir une expérience, ayant la possibilité d'observer, d'appréhender un objet. Dans le bouddhisme, nous parlons d'un facteur supplémentaire qui est la continuité, le continuum de la conscience. Par exemple, nous parlons de conditions différentes permettant aux différents états d'esprit de se produire, de quatre

conditions qui sont nécessaires à la production d'une perception sensorielle.

Prenons par exemple la perception visuelle. Pour que cette perception se produise, il doit y avoir une condition organique, l'œil. La seconde condition est que l'œil entre en contact avec un objet visible. L'objet est la deuxième condition. Dans certains textes bouddhiques, l'espace vient en troisième condition car il doit y avoir un certain espace entre l'œil et l'objet observé pour que l'observation se produise. Mais cette perception visuelle ne pourrait se faire sans une quatrième condition, que le bouddhisme appelle la condition précédente, qui est le moment de conscience qui précède cette perception sensorielle. Par cela, nous faisons référence à la continuité de la conscience. La perception visuelle ne peut se faire sans cette conscience. Ce continuum de la conscience demeure à travers notre existence et lorsque cette conscience entre en interaction avec certaines conditions ou circonstances extérieures, elle se manifeste en différentes formes de perception, qu'elles soient sensorielles, conceptuelles ou autres. La conscience est donc une continuité d'éléments divers qui sont reliés les uns aux autres.

Le point important soulevé dans cette explication sur la production de la perception, c'est que la nature de l'esprit est d'être clair et connaissant; son essence fondamentale est d'être clair et lumineux.

Alors si la perception, comme la perception visuelle, a besoin d'une condition précédente pour se produire, cela implique qu'il existe une continuité de la conscience ou de l'esprit. C'est en nous basant sur ce principe d'une condition précédente, d'un continuum de la conscience, que nous pouvons expliquer la théorie de la réincarnation. S'il existe un continuum de la conscience dans cette vie alors ce continuum doit perdurer et la conscience du nouveau-né doit en premier lieu avoir sa condition précédente. Nous nous basons sur ce principe pour expliquer la théorie de la renaissance. Lorsqu'on comprend que l'esprit ne peut renaître qu'à partir d'un état d'esprit précédent, cela démontre l'existence d'une continuité de l'esprit. À partir de cela, on peut établir l'existence des réincarnations, car le continuum de cette vie continuera après la mort, de même qu'il est venu d'une vie précédente.

Comme je l'ai mentionné auparavant, la nature de l'esprit étant d'être clair et connaissant, d'être pure lumière, il est donc crucial de développer la ferme conviction qu'il peut être libéré des obstructions, comme l'ignorance et les illusions, qui l'empêchent de voir la nature de la réalité et le retiennent prisonnier. Cela est possible parce que l'ignorance est un état d'esprit erroné. À partir de ce point de vue, il devient très important de comprendre la doctrine bouddhique du non-soi ou de la vacuité.

Maintenant en ce qui concerne la continuité de la conscience, il faut bien comprendre de quoi il s'agit car la conscience a plusieurs niveaux, grossiers ou subtils, et lorsque l'on parle de la conscience au niveau le plus profond, il faut comprendre cette conscience comme étant une conscience très subtile. Par exemple, on parle de certaines occasions où il n'y a pas de conscience, cela signifie que les consciences grossières ont cessé et qu'il n'y a qu'une conscience subtile dont la continuité demeure. Lorsqu'on parle de la nature claire et connaissante de la conscience, on ne se réfère donc pas aux états grossiers mais plutôt aux états d'esprit subtils qui demeurent constamment.

On dit dans la littérature bouddhique que l'esprit est l'agent principal, que c'est l'esprit seul qui est la source de tout, qui est responsable du bonheur comme de la souffrance, en créant ce cadre des existences cycliques. On peut alors se demander si prétendre que la réalité se réduit à l'esprit, prétendre que tout n'est qu'une projection mentale, n'est pas un enseignement idéaliste. Il nous faut répondre à cette question en établissant des différences à l'intérieur des diverses écoles philosophiques bouddhiques. Certaines écoles pensent que tout n'est qu'une projection de l'esprit et que notre perception de la réalité n'est rien d'autre qu'une illusion. Par exemple, la tradition des **Kālachakra**

enseigne qu'il n'y a pas d'objets extérieurs, que les objets ne sont que l'apparence que nous en avons dans notre esprit. Ils pensent que cette apparence se produit non pas en dépendance d'objets extérieurs mais simplement en dépendance de tendances intérieures qui se manifestent sous la forme d'apparences diverses.

L'enseignement du **Kâlachkra** explique que les phénomènes se produisent à partir d'une cause substantielle qui est atomique. On peut se demander en analyse ultime d'où proviennent ces atomes. La réponse donnée par le *Tantra de Kâlachakra* est que les atomes se produisent à partir de ce qui est appelé les atomes d'espace et ces particules sont la source de tous les phénomènes matériels. Cela montre donc bien que pour ce tantra comme pour l'école **Mâdhyamika**, il y a des phénomènes matériels, et lorsque le Bouddha enseigne que le bonheur et la souffrance se produisent à partir de l'esprit, cela n'implique pas forcément un enseignement idéaliste.

Si l'univers physique possède sa source en lui-même, on peut donc expliquer matériellement ou physiquement l'évolution de cet univers physique et aussi remonter jusqu'à son origine, un stade de la vacuité, quand il demeurerait dans une forme potentielle à l'intérieur de particules d'espace. On peut alors se demander, quel est le rôle de l'esprit ? Que vient faire la conscience dans ce tableau ? Je pense qu'on peut procéder par analogie; nous trouvons des mines dans différentes parties du monde renfermant des métaux tel que l'or ou le fer et ainsi de suite... Ces métaux ne sont pas créés par l'être humain, ils se sont constitués naturellement, par un processus d'évolution naturelle. Les êtres humains interviennent dans ce processus lorsqu'ils extraient ces métaux de base pour ensuite les transformer en les chauffant, les fondant, les taillant et polissant, leur donnant ainsi une autre forme. Donc, il en va un peu de même entre l'esprit et les choses extérieures. Lorsqu'un processus d'évolution naturelle dans le monde physique entre en contact ou interaction avec l'esprit, l'univers physique est alors mis en rapport avec l'expérience d'un être vivant, ainsi qu'avec la souffrance ou le bonheur qui sont dûs au karma de cet être. Lorsque les empreintes karmiques viennent en contact avec un niveau d'évolution particulier dans l'univers physique, elles interviennent dans son processus et produisent une certaine combinaison de particules, leur donnant une certaine forme et le potentiel d'affecter les vies des êtres vivants. Elles peuvent être vues comme les conséquences du karma de l'individu. Lorsque nous parlons des empreintes karmiques, ce sont les empreintes laissées par les actions humaines des êtres sentants. Les actions indiquent une motivation et la motivation vient d'un processus mental. C'est pourquoi c'est l'esprit, ultimement, qui donne la forme.

Une autre façon de voir un lien entre l'esprit et le monde extérieur, c'est de comprendre le lien qui existe, à un niveau très subtil, entre les éléments extérieurs tels que l'eau, le feu, la terre, le vent et l'espace et les éléments internes que nous retrouvons dans la constitution de notre corps. On pourrait compliquer les choses et parler d'éléments subtils et d'événements grossiers; les éléments extérieurs étant liés aux éléments intérieurs grossiers et ces éléments intérieurs grossiers sont liés aux éléments intérieurs subtils. Ces éléments intérieurs subtils sont développés, selon le Tantra bouddhique, à partir des cinq sortes d'énergie vitale : **Lungreserenaba**.

Je vois qu'il est déjà quatre heures de l'après-midi et je continuerai mes explications demain. L'initiation Avalokishthvara de demain appartient à une catégorie d'enseignements qui exige une diète végétarienne. Alors pour votre petit déjeuner demain matin, si vous avez pour habitude de manger des œufs et de la viande, vous devriez vous en abstenir. Il serait préférable de maintenir cette diète végétarienne pour le dîner et le souper aussi. Mais si vous ne le pouvez pas, alors bonsoir et continuez à manger de la viande !

Deuxième journée de l'enseignement

25 juin 1993

Je vais poursuivre les enseignements commencés hier. Nous avons expliqué que le nîrvana était la cessation des obstacles dans la sphère de la réalité. Il nous faut maintenant expliquer ce qu'est cette sphère de la réalité, le **Dharmadhātu**, qui n'est autre que la nature ultime de la réalité. Pour expliquer en quoi consiste cette nature ultime, nous devons comprendre le contexte des différentes écoles de la philosophie bouddhique. En général, on distingue les écoles bouddhiques des écoles non-bouddhiques selon qu'elles acceptent ou non les *Quatre Sceaux*. Ces *Quatre Sceaux* sont quatre principes philosophiques qui, lorsque acceptés, établissent l'enseignement comme bouddhique et lorsqu'ils sont rejetés, déterminent l'enseignement comme étant non-bouddhique. Les *Quatre Sceaux* sont les suivants : tous les phénomènes composés sont impermanents. C'est-à-dire que tous les phénomènes qui sont produits par des causes et conditions changent constamment et n'ont aucune stabilité, et qu'ils sont donc impermanents. Deuxièmement, tous les phénomènes impurs sont souffrance. Ils n'apportent pas de satisfaction durable. Troisièmement, tous les phénomènes sont vides et non-soi. Et quatrièmement, le nîrvana est la paix.

Ces quatre principes fondamentaux séparent donc d'un point de vue philosophique les enseignements bouddhiques des enseignements des autres traditions. À l'intérieur de la tradition bouddhique elle-même, il y a différentes vues concernant ces principes, particulièrement en ce qui concerne le troisième Sceau voulant que tous les phénomènes soient vides et non-soi. Sur ce point, on différencie plus particulièrement quatre écoles de la philosophie classique bouddhique indienne ayant des vues différentes sur la nature du non-soi et de ses implications. Les deux premières écoles sont les suivantes : l'école **Vivêṣhika** et l'école des **Svātantrika**. Ces deux écoles acceptent la théorie du non-soi ou **anātman** seulement comme étant le non-soi de la personne. Elles n'étendent pas cette conception du non-soi aux phénomènes extérieurs. Pour ces deux écoles, cette conception reste limitée à la personne humaine. Les deux écoles suivantes, l'école du **Yogācāra** ou **Chittamātra**, aussi nommée l'école de la Seule Pensée, et l'école *Mādhyamika* qui représente la Voie du Milieu, tout en admettant le non-soi de la personne, étendent cette non-substantialité aux phénomènes extérieurs. Selon ces deux écoles, la non-substantialité s'applique à tout l'univers. Il existe aussi des divergences entre ces deux dernières écoles dans leur manière d'expliquer le non-soi des phénomènes. Par exemple l'école du Chittamātra considère que les phénomènes n'existent pas extérieurement et qu'il y a une absence de dualité entre la perception et l'objet perçu. Cette absence de dualité entre le sujet et l'objet est le non-soi des phénomènes. L'école Mādhyamika va plus loin que l'école du *Chittamātra* car si ces derniers parlent de la non-dualité entre sujet et objet mais admettent la réalité de la conscience, le *Mādhyamika* refuse la réalité de la conscience. À l'intérieur de l'école *Mādhyamika*, il nous faut faire une distinction entre le *Mādhyamika Svātantrika* et le *Mādhyamika Prāsantrika*. Le *Svātantrika* pense qu'aucun phénomène n'existe réellement mais que les phénomènes ont une nature propre. L'école du **Prāsantrika** va encore plus loin et propose une vue radicale selon laquelle tous les phénomènes n'ont aucune nature propre, même conventionnellement. C'est ce en quoi consiste la nature des choses pour les *Prāsantrika*, c'est-à-dire, le non-soi des choses et de la personne, dans le sens où tous les phénomènes, entités personnelles incluses, n'ont pas de nature propre, même de façon conventionnelle.

Toutes ces conceptions différentes à l'intérieur même de la tradition bouddhique se réfèrent à différents passages des *Sūtra*, des Écritures. Elles ont donc toutes un support dans la tradition. On pourrait alors se demander comment les différencier, comment déterminer quelle conception surpasse

l'autre. Il est évident que, puisque toutes ont une référence scripturale, on ne peut faire ce genre de distinction uniquement du point de vue des écritures. Il nous faut procéder par raisonnement et c'est le raisonnement seulement qui peut nous permettre d'établir quelle est la juste vue. Le Bouddha a personnellement suggéré l'approche à suivre lorsqu'il a dit:

« Oh moines et sages, comme l'orfèvre éprouve l'or en le frottant, le coupant et le fondant, ainsi jugez de ma parole, et si vous l'acceptez, que ce ne soit pas par simple respect. »

De la même manière, mes paroles devraient faire l'objet d'une analyse poussée, d'une investigation profonde. Ce n'est que par un tel processus que vous pourrez les considérer comme valables. C'est par cette liberté que le Bouddha a laissée à ses disciples que nous avons pu développer le principe des «Quatre Confiances » qui dit : «Ne vous fiez pas à l'enseignant mais à l'enseignement qu'il donne; ne vous fiez pas à de simples paroles mais à leur sens au-delà; ne vous fiez pas au sens littéral mais au sens définitif; ne vous fiez pas à la conscience grossière mais à la sagesse exaltée qui réalise la signification. »

Donc, pour le Bouddha, les enseignements ne doivent être acceptés qu'à la suite d'une investigation profonde, d'une analyse et d'un raisonnement poussés. Pour conclure cela, disons que tout système de pensée qui peut être contredit par un raisonnement valable, par une analyse profonde, doit être considéré comme étant provisoire et non comme une position finale. Alors que toute position qui peut être supportée par un argument valable, par l'expérience d'un profond raisonnement et d'une analyse poussée peut être vue comme finale.

La quatrième base sur laquelle on peut s'appuyer est qu'il ne faut pas se fier à la conscience conceptuelle mais plutôt à la sagesse de l'expérience spirituelle transcendantale. Cet enseignement des Quatre Confiances nous montre que, dans la tradition bouddhique, on choisit l'école à laquelle on veut se fier non pas simplement sur la base de la parole du Bouddha, mais selon un raisonnement qui nous permet de comprendre par nous-même et pour nous-même la nature des choses.

Un point qu'il convient de garder à l'esprit est qu'à l'intérieur des différentes écoles de la pensée bouddhique et des différentes approches du non-soi qu'elles offrent, une chose demeure claire : bien qu'un individu puisse développer une ferme compréhension de la vue du non-soi telle que présentée dans les écoles inférieures, l'attachement au soi demeure. Même si cette compréhension du non-soi est profonde, il reste un certain degré d'attachement au soi tel que défini par les écoles supérieures. A l'intérieur des écoles supérieures, lorsqu'on comprend le non-soi des phénomènes et de la personne, cet attachement au soi ne peut plus se produire.

Une différence similaire peut être observée entre les différentes écoles *Mādhyamika*. L'école du *Mādhyamika Svātantrika* a une vue du non-soi qui est différente de celle de l'école *Mādhyamika Prāsāntrika*, et cette différence est la suivante : pour le *Svātantrika*, les phénomènes n'ont pas de réalité, ils n'existent pas réellement et indépendamment. Néanmoins, lorsque cette école de pensée donne sa définition de l'existence, elle pose le principe d'une certaine objectivité. Les phénomènes possèdent de façon conventionnelle une nature propre; conventionnellement, ils existent par leurs propres caractéristiques. Pour le *Svātantrika* il y a quelque chose du côté de l'objet qui, conventionnellement, correspond au nom qui lui est donné, car même si les phénomènes n'existent pas réellement, ils possèdent conventionnellement une nature propre. C'est pourquoi ils disent que les phénomènes, sans exister indépendamment de leur apparence à la perception d'une conscience correcte, existent en dépendance de cette apparence et qu'en dépendance de cette apparence ils ont néanmoins une nature propre. Pour l'école *Svātantrika*, bien que les phénomènes n'existent pas réellement, il faut toutefois qu'il

y ait quelque chose dans les phénomènes pour qu'on puisse les identifier de façon correcte.

L'école *Prâsantrika* va beaucoup plus loin et déclare qu'en plus de ne pas réellement exister, les phénomènes n'ont aucune nature propre, même conventionnellement. Selon cette école, les phénomènes ne sont qu'un nom donné, ils n'existent qu'en tant que dénomination conventionnelle et il n'y a rien du côté du phénomène lui-même qui corresponde au nom donné ou qui justifie cette appellation. On voit ici que la conception des *Prâsantrika* va plus loin que celle des *Svâtantrika* qui semble vouloir faire conserver une certaine substantialité au phénomène.

Buddhapalita, l'un des principaux élèves de Nâgârjuna, est aussi l'auteur d'un commentaire également intitulé le *Buddhapalita*. Dans ce texte qui commente le principal ouvrage de Nâgârjuna, le « *Madyamakâ-Kârikâ* », *Buddhapalita* dit que si les phénomènes existaient de par leur nature propre, pourquoi seraient-ils établis en dépendance ? Cela veut dire que si les phénomènes possèdent une nature propre, c'est qu'ils existent par eux-mêmes, donc qu'ils existent de façon indépendante aux autres phénomènes; ils ne peuvent pas exister en tant que production dépendante. Mais le fait qu'ils existent en production dépendante nous indique qu'ils n'ont pas de nature propre. Maintenant, lorsque nous recherchons la nature propre de ces phénomènes, nous constatons que nous ne pouvons pas la trouver. Cela ne veut pas dire que les phénomènes n'existent pas car s'ils sont capables de nous influencer, de nous apporter bonheur et souffrance, s'ils sont effectifs, c'est qu'ils existent. Le fait que nous soyons incapables de trouver leur nature propre lorsque nous la recherchons veut simplement dire qu'ils n'existent pas de la façon dont nous les concevons; parce que les phénomènes n'existent pas de leur propre nature, ils n'existent qu'en tant que production dépendante, qu'en dépendance d'autres phénomènes.

C'est ainsi que le *Buddhapalita*, le commentaire de Buddhapalita, explique le non-soi des phénomènes, l'absence d'existence propre; par le raisonnement de la production dépendante. Et selon Nâgârjuna dans le *Prâjnâmûla*: « Puisqu'il n'y a pas de phénomène qui ne soit pas interdépendant, il n'y a pas de phénomène qui ne soit « vide. » Cette réalisation de la nature dépendante des phénomènes est la Voie du Milieu.

Un jour, lors d'une conférence à Londres, une personne de l'assistance m'a posé la question suivante: « Si, comme la philosophie **Mâdhyamaka** l'enseigne, les phénomènes n'existent qu'en tant que production dépendante, s'ils ne sont qu'un simple nom donné, comment se fait-il qu'ils puissent avoir une identité quelconque ? Comment se fait-il qu'on puisse les définir d'une façon ou d'une autre ? Comment peut-on parler d'entité distincte ? » À ce moment-là, je n'ai pas eu le temps de m'y attarder mais fus très impressionné par la profondeur et la perspicacité de cette question. Si elle est le fruit d'une expérience personnelle, la personne l'ayant posée mérite qu'on se prosterne devant elle car elle touche le cœur du problème : le point sensible de la vue *Prâsantrika*, celui-là même que soulèvent les *Svâtantrika* quand ils avancent que si les phénomènes ne se résument qu'à une interaction, qu'à une interdépendance, si les phénomènes ne sont qu'un nom donné en fonction de cette interaction, alors comment se fait-il que l'on puisse attribuer une identité quelconque à ces phénomènes. C'est ce point-là que les *Svâtantrika* opposent aux *Prâsantrika*, c'est le point le plus complexe de la vue des *Prâsantrika*. Le lama tibétain **Tsungkapa** mentionne dans l'une de ses œuvres philosophiques que la tâche la plus difficile pour le disciple du *Mâdhyamaka* est d'être capable de maintenir et de respecter la réalité conventionnelle des phénomènes tout en niant toute forme de nature propre, de réalité intrinsèque, on toute notion d'entité indépendante. Comprendre que, bien que les phénomènes n'ont pas de nature propre et qu'ils se résument à un nom donné en fonction de leur interdépendance, ces phénomènes sont effectifs, qu'ils agissent et provoquent des résultats etc.. Cela est difficile à comprendre parce que nous sommes très

habitué à appréhender les phénomènes comme ayant une existence, une nature propre. Notre continuum mental est imprégné par d'épaisses couches d'empreintes laissées par cette appréhension des choses comme ayant une nature propre, si bien que lorsque nous sommes confrontés à la vue qui nie cette nature propre et qui affirme que ces phénomènes n'existent qu'en tant que nom donné, elle devient très dérangement.

Il importe de retenir que la doctrine de la vacuité, du non-soi que j'expose ici est tirée d'une vue qui est commune au *Sûtra* et au *Tantra*. De plus, l'explication que je donne s'appuie principalement sur les œuvres du maître indien **Chandrakīrti** qui a commenté l'œuvre fondamentale de Nāgārjuna par plusieurs traités : le **Prasanapada**, qui est une explication littérale de l'œuvre de Nāgārjuna et le **Mādhyamikavatāra**, qui consiste en un supplément à l'œuvre de Nāgārjuna, et enfin, le **Chatuh-Shataka** de **Aryadeva**, disciple direct de Nāgārjuna.

Dans son *Mādhyamikavatāra*, un guide de la Voie du Milieu, *Chantrakīrti* explique qu'il supplémente, qu'il commente le **Mādhyamakashtra** de Nāgārjuna selon deux points de vue : le profond et l'extensif. Je crois qu'il est juste de considérer cette œuvre comme étant une explication extrêmement claire et profonde de l'œuvre de Nāgārjuna et de la conception de la vacuité. Le point de vue profond concerne la conception de la vacuité et le point de vue extensif concerne la compréhension de la manière dont cette vue de la vacuité est développée le long du Chemin.

Cette vue de la vacuité est commune au *Sûtra* et au *Tantra*. Plusieurs érudits tibétains ont déclaré dans le passé qu'en autant que la doctrine de la vacuité et la réalisation de sa vue profonde sont concernées, il n'y a pas de différence entre le *Sûtra* et le *Tantra*. C'est correct, dans un sens. Quoi qu'il en soit, d'après la perspective du sujet qui expérimente ou réalise la vacuité, il existe plusieurs niveaux de conscience. On peut expérimenter la vacuité de façon différente et à différents niveaux. Par exemple, selon le Système des *Sûtras*, on fait une distinction entre la réalisation de la vacuité lorsqu'elle est accompagnée d'états d'esprit vertueux, comme le *bodhichitta*, la compassion et ainsi de suite, et la réalisation de la vacuité lorsqu'elle est accompagnée de ces facteurs positifs. La première est considérée comme étant supérieure à la deuxième. De façon similaire dans la tradition tantrique, puisque les facteurs qui accompagnent la réalisation de la vacuité diffèrent selon les différentes catégories de *Tantra*, il existe des différences en ce qui concerne la réalisation subjective de la vacuité. C'est pour cette raison que nous trouvons certains écrits d'érudits tibétains qui soulignent l'existence d'une différence entre le *Sûtra* et le *Tantra* dans la compréhension de la doctrine de la vacuité. Il est compréhensible qu'il y ait une différence, non pas du point de vue de l'objet, mais d'un point de vue du sujet qui réalise la vacuité.

Cette distinction que je viens de faire est importante car si on néglige de la faire, il est possible de se tromper. Est-ce que la vue de la vacuité est la même entre les *Tantra* et les *Sûtra* ? Ceux qui disent qu'elle est la même font référence à la vue de la vacuité en tant qu'objet, et ceux qui disent qu'elle est différente se réfèrent à la vue de la vacuité en tant que sujet. Cette ambivalence s'explique par le fait que le mot vue peut aussi bien faire référence à l'objet que l'on voit qu'au sujet qui réalise l'action. Donc, il y a une ambiguïté dans la définition et cette ambiguïté est souvent la cause de confusion. Il nous faut bien distinguer entre la vue de la vacuité en tant qu'objet et la vue de la vacuité en tant que sujet qui réalise cet objet. Lorsqu'on parle de Vérité ultime, en général, on fait référence à la vue de la vacuité en tant qu'objet, à la vacuité elle-même, ou comme on le définit parfois, à l'objet qui est trouvé par la sagesse qui analyse, investit la nature ultime. C'est ce qu'on appelle la vue de la vacuité en tant qu'objet. Dans certains textes tantriques et plus particulièrement encore dans **l'anutara-yoga-tantra**, on parle souvent de la vérité ultime non pas en tant qu'objet mais en tant que sujet. À ce moment-là, parlant de sujet, on parle de Vérité ultime en tant que sagesse réalisant la vacuité. Cette sagesse est donc une conscience et

en tant que conscience elle est impermanente, bien qu'elle soit parfois appelée permanente en fonction de la stabilité de sa continuité, de son continuum. Mais de par sa nature elle-même elle est impermanente. Il nous faut bien distinguer ces différents emplois de l'expression « vue de la vacuité ». Si on comprend bien cela, nous avons un outil pour comprendre les discussions que soulèvent les différentes écoles tibétaines, par exemple les quatre écoles majeures, les **Saï kya**, **Kaï ku**, **Kelug** et **Nigma** abordent souvent le thème de la vacuité de façon différente. Si nous comprenons bien ce point de vue-là, nous pouvons comprendre que ces points de vue, en fait, ne sont pas contradictoires.

Ici, il nous faut également faire une autre distinction pour nous aider à comprendre ce point de vue. Prenons pour exemple un cas où la vue de la vacuité est décrite comme étant libre d'élaboration, comme étant sans élaboration. On parlerait de la vue de la vacuité en tant qu'objet, c'est la simple absence de l'objet à réfuter, c'est la simple réalisation de l'absence de la nature propre des choses. Ces choses sont sans nature propre et cette simple absence, cette simple négation de la nature propre des choses, c'est la vacuité sans élaboration. Maintenant, lorsqu'on parle de la vacuité en tant que sujet, cette vacuité est sans élaboration pour la personne qui reçoit l'expérience de la vacuité. Lorsque nous réalisons la vacuité, la sagesse qui réalise la vacuité n'a que la vacuité dans l'esprit; du point de vue de la personne qui réalise cette expérience, il n'y a pas d'élaboration. D'un point de vue subjectif, la vue de la vacuité en tant que sujet est sans élaboration. Lorsque cette personne quitte l'expérience et y réfléchit, la vue de la vacuité en tant que sujet est alors comprise comme étant une sagesse, un état d'esprit. Donc, en tant qu'état d'esprit, elle est Vérité conventionnelle et, par le fait même, n'est pas complètement libre d'élaboration.

Il nous faut bien faire cette distinction entre l'absence d'élaboration telle qu'elle est ressentie dans l'expérience et la présence d'élaboration lorsqu'un autre état de conscience examine l'expérience, comme cela se fait après l'expérience même. Un exemple de plus pour nous éclairer, c'est l'idée de la connaissance valable. Dans l'école *Mādhyamika*, on considère que nos perceptions sont valables en relation à certains objets parce qu'elles ne nous trompent pas sur la nature conventionnelle de ces objets. Du point de vue de l'expérience même, ces perceptions peuvent être considérées comme étant une connaissance valable. Par contre, ces mêmes perceptions, lorsque analysées par un autre état d'esprit, un troisième état esprit si vous voulez, cette connaissance valable est alors considérée comme étant entachée d'existence intrinsèque, car les objets lui apparaissent alors comme existant réellement, comme dotés d'existence intrinsèque, alors qu'ils ne le sont pas. Selon cette perspective analytique, les perceptions qui du point de vue subjectif peuvent être déclarées comme valables du point de vue analytique ne le sont plus puisqu'elles sont conventionnelles et entachées de l'attachement à l'existence intrinsèque.

Peut-être que ce point vous semblera plus clair si nous partons d'une situation concrète, par exemple, la perception visuelle. Lorsque nous percevons un objet ou une forme en particulier, à cette perception visuelle s'ajoute la conscience de l'objet qui est là. Mais en plus de cette perception de l'objet il y a une autre conscience qui perçoit l'objet comme existant objectivement, par lui-même, doté d'une nature intrinsèque. Alors, la perception visuelle que nous avons de cet objet est valable en ce qui concerne l'existence de l'objet puisqu'il existe comme nous le percevons. Par contre, cette perception n'est pas valable en ce qui concerne l'existence propre de l'objet, car cet objet qui nous apparaît comme ayant une existence propre n'en a pas. La perception n'est pas valable de ce point de vue là. Donc il y a toutes sortes de distinctions que l'on peut faire concernant la nature de l'esprit et la façon dont les choses lui apparaissent et la manière de distinguer ces différents niveaux d'apparences.

Pour résumer notre discussion et pour la relier à ce dont nous avons parlé hier au sujet des

Quatre Nobles Vérités, je rappelle que notre discussion concerne plus particulièrement la Troisième Vérité, la Vérité de la cessation. Nous voyons donc que les phénomènes n'existent pas de manière intrinsèque, et qu'ils n'existent pas indépendamment les uns des autres. Nous voyons aussi que non seulement ils sont vides de nature intrinsèque mais qu'il est possible de développer de façon illimitée cette vue de la nature de la réalité puisqu'elle est une qualité de l'esprit, donc, sans limites. C'est de cette façon que nous pouvons comprendre que l'origine de la souffrance et la souffrance elle-même peuvent être éliminées. Hier, nous avons parlé de l'origine de la souffrance, du karma et des passions. Nous avons décrit les passions par l'exemple des Trois Poisons que sont l'attachement, l'aversion, l'ignorance et, plus particulièrement, comment l'ignorance était la racine de toutes les autres passions; la racine du karma, donc, de l'existence cyclique. Dans l'école *Prâsantrika*, l'école qui suit l'interprétation de Chandrakîrti, on considère cette racine de l'existence cyclique comme étant le fait d'appréhender les choses comme ayant une nature intrinsèque. Cette appréhension des choses, cette ignorance, est considérée comme faisant partie des passions, comme étant la racine des passions.

Cela est différent dans les autres écoles, par exemple, l'école *Svâtrantrika*. On y parle aussi de l'ignorance qui appréhende les choses comme existant réellement mais on ne la range pas parmi les passions, comme une obstruction à la connaissance. Les personnes qui atteignent la libération sans atteindre la bouddhité peuvent donc éliminer l'ignorance, peuvent se libérer du *samsâra*, de l'existence cyclique, sans pour autant abandonner cette appréhension des choses comme étant réelles. Ils décrivent cette appréhension des choses comme étant la base et la racine finale du *samsâra* sans être elle-même la racine du *samsâra*. La distinction qu'ils font est très subtile.

Cette distinction n'est pas faite par les *Prâsantrika* qui classent une telle appréhension des choses comme faisant partie des passions. Pour eux, atteindre la libération passe par une élimination de l'ignorance impliquée.

Nous comprenons maintenant comment la Vérité de la cessation est possible : elle est possible parce que nous pouvons opposer une sagesse à l'ignorance qui appréhende les choses comme étant dotées d'une nature intrinsèque. La sagesse vient contredire l'ignorance car la sagesse, contrairement à l'ignorance, appréhende les choses, les phénomènes comme n'ayant pas de réalité intrinsèque. Cette sagesse peut être réalisée et, lorsque réalisée, peut être développée par la familiarisation. Donc, une fois que nous avons compris que l'ignorance peut être éliminée, ainsi que toutes les autres passions et la souffrance elle-même, nous comprenons comment la cessation en générale existe et comment il est possible que nous puissions par nous-même l'atteindre. Et cette cessation finale de toutes les passions, c'est notre but ultime, c'est le *nîrvana*.

C'est notre but ultime parce que le *nîrvana* est la disparition complète de souffrance; c'est la paix complète et c'est ce que nous désirons tous en tant qu'êtres. Nous aspirons tous à la paix, au bonheur, à l'élimination de la souffrance et c'est cela qu'est le *nîrvana*. Une fois ce but fixé, comment pouvons-nous l'atteindre ? C'est ici que la Quatrième Vérité, la Vérité du Chemin qui conduit à la cessation, devient utile.

La Vérité du Chemin, c'est principalement la réalisation directe, l'expérience directe de la vacuité. Cette réalisation, pour se produire, exige un entraînement systématique, nécessite « *l'Enseignement Triple*. » Commençons par le Troisième entraînement qui consiste dans la réalisation de la vacuité par l'expérience méditative, la méditation. Cette expérience, pour se produire dépend de la réalisation de la vue profonde. La vue profonde nous permettant d'analyser les phénomènes dans une concentration parfaite a son fondement dans le Deuxième entraînement, le deuxième pilier de notre pratique, celui de l'entraînement à la concentration, le *samadhi*. Cette concentration nous donne un esprit complètement

concentré en un point, complètement libre de toute distraction aussi bien intérieure qu'extérieure. Pour achever cette concentration du Deuxième niveau de l'entraînement, il nous faut le Premier niveau de l'entraînement, celui de la moralité; la moralité qui nous permet d'éliminer le plus grossier des niveaux de distraction, celui des distractions extérieures. Pour arriver à développer la concentration à partir de la moralité, deux vertus sont extrêmement importantes : l'attention et l'introspection.

En ce qui concerne la moralité, nous en avons deux sortes, ou si vous voulez, deux sortes de *voeux* : ce sont les *voeux* monastiques et les *voeux* laïques. Ces deux sortes de *voeux* se basent sur la moralité qui abandonne les Dix actions non-vertueuses que sont les trois actions non-vertueuses du corps : tuer, voler et avoir des relations sexuelles illicites. Viennent ensuite les quatre actions non-vertueuses de la parole, c'est-à-dire : mentir; diviser; insulter; médire ou calomnier. Puis les trois actions non-vertueuses de l'esprit : la convoitise; désir de nuire; soutenir des idées perverses ou de fausses vues. Ce sont donc là les Dix actions non-vertueuses et la moralité qui abandonne ces dix actions non-vertueuses constitue la base même de la pratique éthique et plus élevée des *voeux*. C'est la base même du chemin.

Nous allons maintenant faire une pause de quinze minutes.

Lorsque j'ai parlé de la vacuité, j'ai parlé de la vacuité d'une existence intrinsèque, de l'absence de *svabada*, de nature propre. Je n'ai pas parlé d'absence d'existence. Il faut faire une distinction entre la non-existence et l'absence d'existence intrinsèque. Ce n'est pas l'existence qui est niée mais la nature propre ou l'existence intrinsèque des phénomènes.

Dans le *Mādhyamaka-kārikā*, le traité fondamental de la Voie du Milieu de *Nāgārjuna*, de même que dans son principal ouvrage le *Vigrahavārtany*, *Nāgārjuna* a beaucoup insisté sur le fait que la vue de la vacuité n'est pas une vue nihiliste, qu'elle ne nie pas l'existence des choses. Ceux qui comprennent la vacuité comme étant nihiliste ne comprennent pas la vacuité correctement. Ils n'ont pas compris la philosophie de l'interdépendance de la nature, la philosophie de la Production dépendante. S'ils l'avaient compris, ils auraient alors correctement saisi la philosophie de la vacuité. Parce que les phénomènes sont vides de nature intrinsèque, vides d'une nature propre, ils sont vides d'existence intrinsèque. Par conséquent, nous pouvons parler d'interdépendance, d'inter-relation des phénomènes. Alors que si nous acceptons que les phénomènes ont une nature propre, une identité propre, nous ne pouvons plus parler de production dépendante. C'est sur ce point que *Nāgārjuna* a insisté lorsqu'il a dit: « Pour celui pour qui la vacuité est possible, tout est possible; pour celui pour qui la vacuité est impossible, rien n'est possible. »

Si l'on n'arrive pas à comprendre que les deux vues, la vue de la vacuité et la vue de la production dépendante, s'impliquent mutuellement, si on ressent un malaise devant l'absence d'existence intrinsèque des phénomènes, si pour comprendre comment les choses sont produites il nous faut quelque chose d'existant de manière intrinsèque, il vaudrait mieux alors se tourner vers les vues de l'école *Mādhyamika Svātantrika* où un certain degré d'objectivité ou de substantialité est admis.

QUESTIONS-RÉPONSES

Quelle est la relation entre la compassion et la vacuité ?

Dalai Lama : Lorsque l'on comprend la philosophie de la vacuité, on comprend que les obstacles à la libération, c'est-à-dire les passions et l'ignorance, peuvent être éliminés. En réalisant qu'il existe un moyen de se libérer de la souffrance, notre compassion augmente parce que nous réalisons que la plupart des êtres sensibles sont prisonniers du cercle vicieux de la souffrance, de l'esclavage etc... Notre compassion envers les autres augmente, parce que, s'il n'y avait aucun moyen de s'en sortir, de se libérer, il n'y aurait aucun intérêt à réfléchir sur la souffrance, l'insatisfaction et ainsi de suite, cela ne serait d'aucun secours.

Dalai Lama : Mais puisqu'il n'y a qu'un chemin, une manière de s'en sortir, votre compassion envers les autres augmentera. Vous vous engagerez à aider les autres à trouver ce chemin.

Si tout est vide d'existence intrinsèque, comment peut-il y avoir une nature de Bouddha dans les gens ?

Dalai Lama : Cette question, encore une fois, fait référence à la doctrine de la vacuité, à sa compréhension qui n'est pas complète. Puisque nous parlons d'absence d'existence intrinsèque, d'absence de réalité intrinsèque, on peut dire que cela implique que quelque chose existe, qu'il y a un certain degré d'existence. En général, dans le *Mādhyamaka*, le Chemin du Milieu qui est libre des extrêmes du nihilisme et de l'absolutisme, il est dit que l'apparence des choses aide à dissiper l'extrême du nihilisme, c'est-à-dire que l'apparence aide à comprendre que les choses ne sont pas complètement non-existantes, que la réalisation de la vacuité aide à dissiper l'extrême d'absolutisme ou de réification. C'est la compréhension commune du mot Chemin du Milieu. Dans la littérature de l'école de la Seule Pensée, *Yogācāra* ou *Chittamātra*, on dit que c'est l'esprit qui crée toute chose, que les objets n'existent pas réellement en dehors de la connaissance que nous en avons. Beaucoup de questions semblent concerner le point de la vacuité et de la non-existence. Cet enseignement de la philosophie de la vacuité, de l'absence d'existence intrinsèque des choses est fort difficile à comprendre et il est très important de ne pas s'illusionner et s'imaginer qu'on puisse tout comprendre à travers le langage des mots. Les mots ne suffisent pas. Ce qu'il faut c'est se familiariser avec ce sujet en méditant souvent, en y réfléchissant, et graduellement une certaine compréhension se produira. Cet enseignement, pour être vraiment compris, doit être compris par l'expérience même et, lorsque cette expérience sera développée, il est certain que de grandes transformations, de grands changements se produiront dans notre esprit car cette vue de la vacuité est très importante.

Vous avez dit que le Nîrvana est le but ultime. Y a-t-il une différence entre les Sûtra et les Tantra concernant le nîrvana ?

Dalai Lama : On peut dire qu'il n'y a pas de différence. Par contre, il faut faire une distinction entre deux sortes de Nîrvana : le Nîrvana qui est la simple absence, l'élimination complète de toute passion, qui est le nîrvana qu'on atteint par le Petit Véhicule, et le Nîrvana dans lequel les deux sortes d'obstacles sont éliminés, c'est-à-dire, l'obstacle des passions et l'obstacle à la connaissance complète. Ce dernier Nîrvana est celui des Bouddhas. Maintenant, lorsqu'on explique ce Nîrvana en relation avec les trois kayas du corps du Bouddha, on parle du corps naturel et ce corps naturel est identifié de façon différente dans les Tantras, où l'on parle d'un corps naturel composé, alors que dans les Sutras, le corps

naturel est considéré comme étant non-composé.

Comment peut-on faire face à la peur, en particulier à la peur d' un conflit nucléaire ?

Dalai Lama : Les peurs ne sont pas toutes négatives. La peur d'un holocauste nucléaire étant tout à fait réaliste, elle peut être une bonne chose. De même lorsque nous comprenons la nature de la souffrance et de son origine, il y a une certaine crainte qui se développe en nous. Il nous faut donc différencier les sortes de peurs car, si une certaine peur est justifiée, comme la peur de la souffrance ou d'un holocauste nucléaire, à ce moment-là, cette peur est appropriée. Mais elle ne doit pas nous conduire à la dépression, elle doit nous amener à rechercher une autre solution. C'est une sorte de « peur sage ». Elle nous montre la vérité, la nature des choses, et nous pousse à chercher d'autres alternatives. Le maître indien *Aryadeva*, dans les Quatre Cents Vers sur la Voie du Milieu a dit que, si une personne n'éprouve aucune aversion face à cette existence, si une personne se plaît dans le *samsâra*, l'existence cyclique, alors comment peut-elle souhaiter s'en libérer ? Si nous sommes complètement satisfaits de notre existence mondaine comment peut-on jamais espérer transcender cette condition ? Pour une telle personne, le chemin spirituel ne sert à rien, c'est quelque chose de superflu. Les deux dernières questions maintenant.

Vous avez parlé de deux sortes de religions, théistes et non-théistes, le bouddhisme étant de la deuxième catégorie, celle de l'auto-crédation, pourriez-vous élaborer sur cette catégorie ?

Dalai Lama : Dans le bouddhisme on parle du *samsâra* et du *nîrvana*. Le *samsâra* est la conséquence de l'ignorance et de l'incompréhension de la nature des choses, alors que le *nîrvana* est le résultat d'un esprit qui comprend la vraie nature des choses, qui réalise la vacuité. Cet état peut être atteint par la sagesse. Lorsqu'on comprend que le responsable du *samsâra* et du *nîrvana*, c'est nous-même, que c'est nous-même qui ne comprenons pas la vraie nature des choses, nous-même qui sommes ignorants et que c'est nous-même qui pouvons développer la sagesse qui comprend la vacuité, alors on comprend que tout dépend de chacun de nous. On comprend que le principal créateur de cette perspective n'est pas extérieur, c'est nous. On mentionne dans les écritures qu'on ne peut demander à personne de nous donner la libération ou l'éveil puisque personne ne les possède en soi. Ce que nous pouvons faire, c'est de réaliser la nature des choses et de manifester cette réalisation, c'est cela l'éveil. Cet effort vers le *nîrvana* doit venir de soi-même, de la compréhension de notre propre nature.

Que peut-on faire si on comprend parfaitement les habitudes qui créent la souffrance et toutefois n'avons pas la force de les éliminer ?

Dalai Lama : Il est vrai que même des êtres qui sont spirituellement développés, qui commencent sur le Chemin par exemple et en ont une certaine compréhension, continuent quand même de créer des karmas qui les entraînent dans des réincarnations, des renaissances samsâriques. Même les *bodhisattvas* qui sont sur les deux premiers niveaux du Chemin, le Chemin de l'accumulation et le Chemin des préparations, même eux peuvent encore créer des karmas qui les entraînent dans le cycle des renaissances. C'est pourquoi il nous faut comprendre le progrès spirituel, l'éveil suprême ou la bouddhité, comme une entreprise de longue haleine. L'atteinte de la bouddhité nécessite l'accumulation de mérites et d'une sagesse à travers trois périodes infinies appelées les *trois innombrables éons*. La première période est passée à la pratique du Chemin de l'accumulation et de la

préparation. La deuxième période se passe dans les Sept Premiers Niveaux des terres ou *Bumi* des bodhisatvas, et la troisième période est passée dans les Trois dernières terres des bodhisatvas. Dans certaines Écritures, on parle de succès beaucoup plus rapides, on parle même de la possibilité d'atteindre la bouddhité en trois ans...ou à peu près... ! Bien que nous ne puissions pas éliminer ou rejeter cette possibilité en théorie, la possibilité qu'il y ait des individus exceptionnels, je crois que cela demeure très difficile.

D'ailleurs, si atteindre la bouddhité était une chose si simple et si facile, cela deviendrait moins admirable ! Si le fondateur du bouddhisme, le Bouddha Shakyamûni a dû traverser tant d'épreuves, faire tant d'efforts et, historiquement parlant, pratiquer six années d'austérité avant d'atteindre l'Éveil suprême, je pense que, sachant cela, si on s'imagine pouvoir atteindre la bouddhité facilement, sans épreuves, cela ne peut être que vanité de notre part.

Par exemple, lorsqu'on lit la vie de **Milarepa**, le yogi tibétain, on voit que sa vie fut parsemée d'embûches et d'épreuves de toutes sortes. Il est donc très clair qu'atteindre l'Éveil dépend de nos efforts et de notre enthousiasme. Sans effort, sans enthousiasme, on ne peut parvenir à la libération. Lorsqu'on comprend que l'atteinte de la bouddhité est une entreprise de longue haleine, qui exige des efforts, il ne faut pas nous décourager et se dire « Oh, si c'est un but si lointain, comment « moi » pourrais-je l'atteindre ? » Ce serait une erreur. Comme Nâgârjuna le dit dans le **Râthmalâ**, La Précieuse Guirlande, si on base notre cheminement sur la sagesse et l'intelligence, alors la combinaison de cette sagesse et de cette intelligence développera en nous la motivation et nous donnera le courage nécessaire. Donc, bien que la réalisation de l'Éveil soit une entreprise de longue haleine, il ne faut pas se décourager car le courage renforce notre détermination à atteindre ce but. Les difficultés rencontrées ont un but et si on parvient à ne plus les voir comme des obstacles alors le temps qu'on peut mettre à atteindre le but ultime n'a plus d'importance.

Alors si vous êtes motivés par un désir sincère de vous libérer de la souffrance et d'atteindre le *nîrvana* par la pratique du *Triple entraînement* de la moralité, de la concentration et de la sagesse, le but que vous réaliserez est la libération pour vous-même; le *nîrvana* pour vous-même. Mais si, en plus de cette motivation d'atteindre le *nîrvana* pour vous-même, vous vous tournez vers les autres êtres sensibles, vous réaliserez qu'ils sont tous comme vous, prisonniers de la souffrance, du cercle vicieux des renaissances et de la mort et qu'ils ont aussi le droit d'atteindre la libération. Alors, en vous comparant aux autres, vous réaliserez qu'en ce qui concerne ce désir d'atteindre la libération, nous sommes tous égaux. Ainsi, nous ne parlons plus du bien-être d'une seule personne mais du bonheur d'une multitude d'êtres sensibles. C'est par cela qu'on arrive à développer une vision altruiste qui nous amène à chercher des manières d'aider les autres à réaliser leur souhait d'atteindre la libération. Cette vision altruiste nous amène à rechercher l'Éveil non plus pour nous seul, non pas dans un but égoïste, mais pour le bénéfice des autres êtres sentants. Nous sommes alors en mesure d'aider les autres à atteindre leur but.

Pour rechercher l'Éveil suprême, la bouddhité, la motivation principale est la motivation altruiste qui cherche à aider les autres, par tous les moyens possibles. C'est l'élément central de la motivation. Maintenant, il y a un autre élément dans l'esprit de l'Éveil qui concerne plus particulièrement soi-même, ses propres réalisations. C'est lorsqu'on comprend que l'état **d'arhat**, le *nîrvana* pour soi-même, n'est pas suffisant, que ce n'est pas encore là l'accomplissement de toutes les qualités possibles, que ce n'est

pas la perfection ultime en ce qui concerne la connaissance, l'amour et le pouvoir, que c'est encore une réalisation limitée. Lorsqu'on comprend qu'il y a encore un état supérieur, un état de réalisation parfaite, la bouddhité, à ce moment-là nous développons l'aspiration à l'Éveil Suprême. Donc, c'est dans la combinaison de ces deux aspirations, l'aspiration à aider les autres et l'aspiration à l'Éveil Suprême que consiste l'esprit de l'Éveil.

Pour réaliser cette pleine connaissance, la bouddhité, il y a deux chemins possibles. Le premier chemin, selon la tradition du *Sûtra*, c'est le chemin où l'on pratique les Six Perfections. Ces Six Perfections que l'on pratique de façon successive sont la générosité, l'éthique, la patience, la persévérance, la concentration et la sagesse. On les divise parfois aussi en termes de Dix Perfections. Ces pratiques, lorsqu'elles sont observées pendant un temps très long, amènent le *bodhisattva* à la bouddhité. Dans le *Tantra*, on ajoute quelque chose sur ce chemin. On développe certains états de conscience qui sont d'une certaine manière semblables à ceux résultant de la bouddhité. On s'imagine dès le début comme étant un bouddha qui a atteint la perfection, l'Éveil Suprême avec les Quatre sortes de Puretés que sont la pureté du corps, la pureté de l'environnement, la pureté de l'entourage et la pureté des actions. Sur le chemin du *Tantra*, on se visualise donc des le début comme ayant déjà atteint cet état caractérisé par les *Quatre Puretés*. On adopte cette perspective du résultat final dès le début du chemin.

Une des caractéristiques essentielle qui différencie le *Tantra* du *Sûtra*, c'est que dans le *Sûtra*, la sagesse et la méthode sont séparées, alors que dans le *Tantra* les deux sont rassemblées d'une façon indivisible parce qu'on y réalise la vacuité, l'absence d'existence intrinsèque, en référant à des phénomènes que nous avons imaginés comme purs.

Nous allons maintenant procéder à la cérémonie du développement de bodhichitta que je vais donner en relation avec l'initiation même. Le déroulement de la cérémonie demande la récitation d'un texte que je vais faire maintenant.

Le Dalai Lama récite.

Vous avez peut-être remarqué l'absence de quelque chose. D'habitude, lorsqu'on donne l'initiation, on fait une offrande, une **Torma**; c'est une sculpture que l'on fait avec du beurre. Aujourd'hui, j'ai décidé d'utiliser des biscuits comme substituts à la *Torma*. Je crois que c'est tout aussi valable car si la cérémonie de l'initiation exigeait de faire une Torma, je suis certain que le maître indien Nâgâjurna lui-même n'aurait pu la donner, la *Torma* étant une invention tibétaine. Vous avez sans doute aussi remarqué l'absence d'un vase traditionnel d'où le maître asperge l'eau mais j'ai utilisé autre chose car l'essentiel n'est pas le vase mais de pouvoir utiliser l'eau qui a été consacrée pour éliminer les obstacles.

Pour participer à la cérémonie d'initiation d'Avalokiteshvara et pour recevoir les bénédictions, vous devez visualiser un guru sous la forme d'Avalokiteshvara, la déité de méditation d'Avalokiteshvara, ici, en avant, à l'endroit où il y a un vase de cristal avec une plante et une image. Vous devez, à cet endroit, visualiser Avalokiteshvara ainsi que ses deux attributs.

À cet endroit vous devez visualiser Avalokiteshvara comme principale déité avec une tête et quatre bras. À sa droite, vous devez visualiser ses attributs, **Mânyabatra** ou **Novutsimba** aussi avec une tête et quatre bras, et à sa gauche, une déité avec également une tête et quatre bras. Vous devez garder à l'esprit et réfléchir sur le fait que toutes les déités présentes devant nous sont aussi sans existence

intrinsèque, sans nature propre, qu'elles sont illusions. Vous devez alors développer en vous le désir d'atteindre le rang d'Avalokiteshvara, l'état parfait d'Avalokiteshvara, et développer le désir sincère d'atteindre cet état pour le bien-être de tous les êtres sensibles. Une fois motivés par ce désir, vous devez recevoir cette bénédiction et faire l'offrande du mandala, une représentation symbolique de l'univers.

Ensuite, il faut demander au maître de vous donner l'initiation et, pour ce faire, vous devez répéter certains versets après moi. Dans les versets que vous allez répéter, vous attirez en premier l'attention du maître sur vous et puis vous devez donner votre nom et ce faisant, vous devez prendre la résolution qu'à compter de maintenant, vous allez méditer sur Avalokiteshvara jusqu'à l'obtention de l'Éveil complet. Pour ce faire, vous devez répéter après moi certains versets. Dans votre requête, vous attirez d'abord l'attention du guru sur vous puis vous déclarez que « dans le but d'atteindre l'Éveil complet d'Avalokiteshvara, je désire m'engager sur le chemin de la méditation d'Avalokiteshvara et pour cela, veuillez me donner votre bénédiction. »

Vient ensuite l'étape de l'accumulation des mérites. Pour obtenir cette bénédiction, il faut tout d'abord développer des vertus et nous allons le faire en récitant le sūtra, la prière de **Bodhisattva-samanthrabata**, et cet extrait de la prière comprend *Sept Branches* qui nous donneront les vertus nécessaires pour recevoir l'initiation. Ces Sept Branches sont : les prosternations devant les Bouddhas et les bodhisattvas; leur faire des offrandes; la confession des fautes; la réjouissance dans la vertu des actions des autres; demander aux Bouddhas de donner leur enseignement; de tourner la Roue du Dharma; demander de ne jamais entrer dans le *nîrvana final*; puis enfin, la dédicace des mérites pour atteindre la bouddhité. Même si vous ne pouvez pas vous joindre à la récitation, le point crucial est de réfléchir et faire le serment de vous engager dans la pratique du Chemin qui vous permettra de traverser ces sept étapes et d'accumuler des mérites.

Maintenant, après s'être engagé dans la pratique de l'accumulation des mérites et de la purification des actions négatives grâce aux Sept Branches, il faut développer l'esprit d'Éveil, la motivation bodhichitta. Il faut prendre la ferme et sincère résolution d'atteindre la bouddhité pour le bien-être de tous les êtres sensibles, avec la motivation altruiste d'aider tous les êtres et d'être déterminé à ne jamais abandonner cette résolution, à la maintenir à travers les temps. Développer cette détermination et faire ce vœu mentalement est crucial. C'est ce qui constitue le développement de bodhichitta.

Nous allons donc réciter les versets qui sont sur la feuille qui a été distribuée parmi l'audience.

Il est possible que, parmi l'audience, se trouvent des personnes qui, ayant une longue habitude de la pratique et ayant déjà reçu des initiations tantriques ont déjà prononcé les vœux de bodhisattva, alors, ces personnes qui développeront l'esprit de *bodhichitta* aujourd'hui devraient réaffirmer leur engagement et faire le vœu de ne jamais abandonner les vœux de bodhisattvas, de toujours les garder et de s'y conformer à travers les temps.

Maintenant les personnes qui participent pour la première fois à la cérémonie du développement de *bodhichitta* et qui n'ont jamais prononcé ces vœux auparavant ne devraient peut-être pas faire le vœu de ne jamais abandonner. Ayant formulé le souhait d'atteindre la bouddhité pour le bénéfice de tous les êtres sensibles, elles devraient faire le vœu de ne plus jamais nuire et de ne jamais poser des gestes qui puissent nuire aux autres et d'être toujours en mesure de les aider.

Ceux et celles qui désirent participer à la cérémonie du développement de l'esprit de *bodhichitta*

peuvent joindre les mains et répéter après moi ces versets qu'on retrouve sur la feuille qui vous a été remise. C'est en tibétain, mais il y a aussi une traduction. Ce qui est crucial n'est pas la répétition en tant que telle mais bien d'imprégner son esprit du sens des mots.

Récitation

*Dro nam dral sampa yi
Sangye cho dhang gedun la
Jhangchup Nyingpor chikiyi Bhar
Tagpar Dag Ni Kyab su Chi*

*Sherab Nying Tse Dhang Le Pai
Sangye Dun Du Ne Gyi Te
Dzog Pai Jhangchup Sem Kye Do*

*Jhi Namkha Ne Pa Dhang
Dro Wa Jhi SI Ne Gyur Pa
De SI Dag Ni Ne Gyur Ne
Dro WAI Dugnal Sel War Shog*

*Avec le désir de libérer tous les êtres vivants
Je prends refuge en tout temps
Dans le Bouddha, le Dharma et la Sangha
Jusqu'à l'atteinte de l'illumination*

*Aujourd'hui en présence des êtres illuminés
Inspirés par la compassion, la sagesse et
les efforts lumineux
Je régénère la pensée en souhaitant atteindre
L'état complet de Bouddha
Pour le bien-être de tous les êtres sensibles*

*Tant qu'il y aura l'espace
Et tant qu'il y aura des êtres sentants
Faites que je puisse durer aussi
Pour dissiper la misère du monde*

Après avoir développé cet esprit altruiste et dans le but de l'affirmer et de le stabiliser en vous, répétez après moi la dernière stance qui est tirée du **Bodhisattva-charavatara** de **Shântideva**, le Guide de la voie des *bodhisattvas*.

Récitation

Lorsque nous regardons le sens du dernier verset du *Bodhisattva-charavatara*, nous voyons qu'il nous apporte beaucoup de courage et de force, car il annule toutes les limites du temps.

Commence maintenant la cérémonie de la prise de bodhichitta. Les personnes qui ont déjà reçu une initiation Tantrique dans le passé peuvent se développer d'elles-mêmes sous forme de déité en pratiquant la méditation yogique de la déité, visualisant leur corps sous forme de déité, tandis que celles qui reçoivent pour la première fois les enseignements du Tantra ne sont pas autorisées à le faire. Par contre, si ces personnes le désirent, elles peuvent visualiser la déité d'Avalokiteshvara au sommet de leur tête. Au début, nous devons méditer, purifier les apparences par la méditation sur la vacuité.

Cette pratique de la dissolution dans la vacuité est basée sur la récitation du mantra suivant : *Om svabhava bishuata sarva dharma svabhava bishuata*.

Om: symbolise les Trois Portes, c'est-à-dire le corps, la parole et l'esprit, et se réfère à l'individu nommé à partir de ces Trois Portes. Cet individu est décrit comme étant libre de *Svabhava*, d'existence intrinsèque; *bishuata*, signifie purifié, *sarva dharma* symbolise tous les phénomènes. Ensuite, nous prononçons le mot *Koham*, signifiant l'assimilation de la réalisation de l'absence de nature propre de la personne, puis *Yo*, signifiant l'identification complète de l'état de vacuité. Arrivés à ce point de la méditation, les initiés se dissolvent dans la vacuité et dans leur imagination, même leur apparence physique se dissout dans la vacuité ainsi que tout ce qui nous entoure, alors il y a une vacuité totale. Puis vous devez, comme individus, vous élever de cette sphère de la vacuité sous la forme d'une déité de méditation, et en réalité, c'est la réalisation de cette vacuité qui fait que l'esprit apparaît sous forme de déité. Vous devez donc vous visualiser vous élevant de cette vacuité sous la forme de la principale déité de méditation Avalokiteshvara, entourée de ses deux déités telles que décrites auparavant, à l'endroit où se trouve le vase de cristal.

Maintenant, faites visualiser à votre cœur la syllabe blanche *shi*. Imaginez que d'Avalokiteshvara et des deux déités sur l'autel se détachent d'innombrables déités identiques et qu'également tous les Bouddhas et les bodhisattvas qui sont témoins de cette initiation vous envoient ces déités qui se dissolvent en vous et que vous obtenez les bénédictions du cœur.

Imaginez maintenant que, devant vous sur l'autel, là où se trouve le vase de cristal, le cœur de la déité Avalokiteshvara entoure la syllabe *shi*, visualisez un mantra circulaire, un mantra de six syllabes : *Om mane padme hum*, et qu'une réplique de ce mantra émerge du cœur d'Avalokiteshvara, pénètre par votre bouche et demeure entourant la syllabe *shi* dans votre cœur. Tandis que vous pratiquez cette visualisation, vous devez imaginer que vous recevez la bénédiction du mantra d'Avalokiteshvara, *Om mane padme hum*, et que vous recevez la bénédiction de la parole, que votre parole est transformée et bénie. Répétez avec moi :

Om mane padme hum

Om mane padme hum

Om mane padme hum

Maintenant, vous faites la promesse qu'à partir de maintenant, vous allez prendre Avalokiteshvara comme déité de méditation. Veuillez réciter le mantra :

Om mane padme hum

Encore, visualisez que du cœur d'Avalokiteshvara émergent des mantras, des guirlandes de fleurs et des lotus blancs et qu'ils s'absorbent, se fondent en vous, dans votre cœur, et que vous recevez les bénédictions de l'esprit d'Avalokiteshvara.

Ensuite, le guru procède à la cérémonie de purification, cérémonie qui vient, à la fin de l'initiation, stabiliser les bénédictions reçues. Lorsque le guru prend l'eau du verre pour asperger, imaginez que les bénédictions que vous avez reçues sont stabilisées.

Nous allons réciter *Om mane padme hum*.

Avec cela prend fin la cérémonie de l'initiation d'Avalokiteshvara. Dédions toutes ces énergies positives et les mérites que nous avons reçus et avons accumulés durant ces deux journées d'enseignements.

Le résultat crucial de la participation à cette série d'enseignements est de s'assurer d'être à partir de maintenant une bonne personne, une personne au cœur chaleureux. C'est ce qui est important. On ne doit pas prendre l'altruisme ou la compassion comme une mode, une marotte, quelque chose qui dure un temps et dont on se lasse et qu'on laisse tomber pour se remettre à agir de manière négative, parfois d'une manière encore pire qu'auparavant. Ce ne devrait pas être le cas. La bonté et l'énergie positive que vous avez développées ici ne doivent pas simplement être prises pour acquis mais doivent être renforcées et s'accroître. Avec cela, les enseignements prennent fin.

J'aimerais profiter de l'occasion pour remercier tous les organismes engagés dans l'organisation de cet événement. J'aimerais remercier plus particulièrement tous les bénévoles qui, non seulement se sont portés volontaires pour travailler, mais l'ont fait avec un grand sens de l'engagement et du dévouement. Je voudrais en profiter pour leur dire combien j'ai apprécié et leur offrir mes remerciements.

FIN