

# Questions au Dalai Lama juin 2006

## Et notes transcrites

Il me semble avoir compris ce matin que le cycle des renaissances ne peut pas être arrêté, or au chapitre 18 point 4 du texte que nous avons reçu, il est indiqué que lorsqu'il n'y a plus de sentiment de moi et de mien, l'apparition s'arrête et les renaissances s'épuisent aussi.

Q : - Cela signifie-t-il qu'il y a plus de renaissance et donc une "disparition / absorption" du flux de l'esprit, ou bien y aurait-il simplement une renaissance dans un autre monde que le notre ?

**Rép : Le cycle des renaissances ne eut pas être arrêté avant d'avoir atteint l'état de Bouddha.**

Q : - Si les Sarvakas, les Pratyekas et les Bodhisatvas sont encore soumis au cycle des renaissances, pourquoi notre monde n'en déborde t'il pas. Doivent-ils recommencer leur "apprentissage" à partir de zéro à chaque renaissance ?

**Rép : Non mais ils doivent avoir une vie intermédiaire de " récupération" en Dewatchen.**

Q : S'il "n'existe rien" de ce qui compose l'individu que nous sommes, c.à.d. pas de conscience ni rien d'autre même d'extrêmement subtil et, qui est peut-être indétectable ou inexprimable, alors comment peut-on parler de réincarnation, que ce soit dans notre monde ou même dans un autre ?

**Rép : Il reste un flux de conscience qui contient également tout notre Karma. Ce flux à 49 "jours" pour intégrer un autre corps, ou arriver à définitivement quitter le samsara.**

Le Dalai Lama explique

- Le flot de conscience est sans début parce qu'il ne sait pas naître de par sa propre action ni sans cause.  
Si la conscience arrêterais entre deux instants infiniment courts successif, elle serait morte et il n'y aurait aucun motif quelle renaîtrais à l'instant suivant.  
Il en est de même pour le monde et tous les phénomènes, le monde ne peut pas être né de lui même. Ni débiter sans cause. Il ne peut donc exister que s'il n'a pas de commencement.  
Rien n'existe sans cause sauf si tout est sans début. S'il n'y a pas de début il n'y a pas de fin.
- Il ne faut plus être attaché aux agrégats. (Tous les phénomènes sans exception)
- L'esprit ne peut se manifester que dans un monde qui est différents de lui même mais qui a la même nature. Donc dans les vies du samsara.
- Luminosité = conscience de base à 100%.
- Il existe la vacuité de la vacuité.
- Le deux corps du Bouddha sont le corps formel et l'esprit de perfection.
- Après avoir atteint l'éveil on renaît dans un monde non conditionné et donc plus dans le samsara.
- Q : Fait-on une distinction entre "le moi" et un flux de conscience/connaissance ?
- **Rép : OUI le flux de conscience sera "la base" d'une autre vie, de la réincarnation.**
- Q : Si le but n'est pas d'arriver dans un paradis ... Alors, c'est pour aller ou ? que reste-t-il après la mort ? Si rien ne reste, alors pourquoi parler de réincarnation ?

- **Rép : Il existe le flux de conscience qui n'a ni début ni fin, qui soit va retourner dans le cycle des existences (samsara) soit s'en détacher et continuer en Dewatchen on en les terres pures pour ceux qui sont les plus avancés.**
- Méditer ce n'est pas rester comme un pigeon ou un lapin sans bouger. C'est changer quelque chose dans son esprit.
- Il ne faut ne pas être concerné par le moi, mais réduire l'attachement au moi, pour éliminer les poisons de l'esprit. D'ailleurs pour devenir un bodhisattva il faut garder une grande force d'esprit et il faut simplement une réduction du soi pour arriver à aider les autres.
- Après l'éveil, toutes les pensées et les émotions ne sont pas éliminées mais elles n'ont plus de prises sur l'individu qui est devenu apte à tout contrôler. Les émotions négatives n'ont plus de place.
- Le signe de l'éveil c'est la capacité à tout contrôler.
- L'ignorance c'est, de ne pas reconnaître la vacuité des phénomènes et l'inexistence du soi intrinsèque.
- Si on voit une montre qui nous plaît dans un magasin, on entre dans un magasin, on la trouve à notre goût. Mais c'est différent dès qu'on l'a achetée, puisqu'on dit alors "c'est à moi". C'est une étiquette sur ajoutée, c'est une convention créée par notre ego.
- Pour être "libéré" du samsara il est impératif d'éliminer les "ennemis". Cela est possible par la méditation associé à une discipline de tous les jours et une compassion pour tous les êtres sans exception. La compassion se pratique pendant la méditation et également en la pratiquant dans la vie de tous les jours.
- Il est indispensable de réaliser la vacuité des choses ainsi que la vacuité du "soi", d'éliminer les voiles de l'esprit, et d'éprouver de la compassion pour pouvoir arriver à l'éveil.
- La non méditation est à atteindre. C'est vivre l'éveil en permanence.
- **Méthode :**
  1. Comprendre la vacuité
  2. Comprendre qu'il est possible "d'en sortir"
  3. Pratiquer la bodicita qui est la compassion.
- Le monde et tout ce qu'il contient ne peut s'être créé de par "sa propre action", si non il existerait déjà et il ne serait plus nécessaire de le recréer. Il ne peut pas être créé par quelque chose qui est d'une nature différente, sans quoi il n'aurait pas les caractéristiques qui le compose mais bien ce cet "autre chose" censé l'avoir créé. Il ne peut pas être créé de la combinaison des deux. Il ne peut pas avoir été créé sans cause. Comme toutes ces options sont caduques Il ne reste donc que la possibilité qu'il existe depuis toujours sans commencement et sans fin.
- P 29 Ambrosie : C'est " breuvage d'immortalité".
- Auditeur ; ce sont les disciples de bouddha, les Lamas etc.
- Il est possible d'arriver à la libération "soi même" grâce aux mérites accumulés dans des vies précédentes.

- Chap 22 : Celui allé : c'est le bouddha.
- 1. Le bouddha n'est pas un avec les agrégats 2. Il n'en est pas séparé 3. Il ne repose pas sur eux 4. Les agrégats ne reposent pas sur lui 5. Le bouddha ne possède pas les agrégats. Donc le bouddha n'est pas une entité autonome (intrinsèque).
- Dans les visualisations en méditation, il ne faut pas "solidifier" la visualisation. Il faut se rappeler que tout est vide même les "ennemis". Donc on peut dire qu'il n'y a pas *réellement* "d'ennemis".
- P 29 pt 2 : Idem : le bouddha n'existe pas intrinsèquement. Il en est de même pour nous.
- P 30 pt 7 : Exister = intrinsèquement, réellement.
- **Pour aider il faut : 1. que la personne demande de l'aide 2. Elle doit être mur pour comprendre l'aide 3. elle doit avoir la volonté de changer ce qui doit être changé.** Si aucune de ces conditions n'est remplie il n'en reste pas moins que toute aide même incomprise plante une graine qui finira par germer un jour.
- P 30 pt 11 : Vide ne signifie pas vide intrinsèque. Non vide ce sont les agrégats.
- P 31 pt 12 : C'est une éternité de modifications permanente puisque tout change éternellement. *L'éternité et le changement ou la création de nouveaux états sont liés.*
- Tout est interdépendant, c'est la création et disparition permanente.
- Il faut tout faire pour aider les autres afin d'éliminer la souffrance de ce monde sans pour autant se mettre soi-même dans des difficultés insurmontables.
- Vacuité n'est pas synonyme de néant. Vide d'existence propre signifie être sujet au changement. Cela est également vrai pour le flux de conscience. Si ce n'était pas le cas, la conscience serait "figée" à jamais, et aucun progrès ne serait possible. La libération du samsara serait également impossible
- Si un fruit est un peu abîmé, tout le reste est pourtant bon et le fruit n'est pas à jeter. On le jette parce qu'on n'a pas assez faim. Idem avec les gens, on les rejette s'il ont quelque chose qui ne nous plaît pas assez parce que nous n'avons pas assez faim ou soif de compassion, à cause de notre ego qui nous "bloque".
- La vacuité **c'est l'interdépendance** de tout y compris nous-même.
- Lama Nagarjuna : voir livre "psychologie bouddhiste de la vacuité"
- Texte racine "La voie du milieu"
- Même les animaux font preuve de compassion pour leur petits.
- C'est grâce aux autres que nous pouvons arriver à l'éveil. Sans les autres il n'y aurait que nous, sans les autres nous ne pourrions pas mettre à l'épreuve nos progrès. Nous avons donc une dette envers eux.
- Il faut maintenir la volonté de libérer tous les êtres pendant toute notre vie et même pendant toutes les vies suivantes, et cela pendant de kalpas.

- La durée de notre vie est sans importance, parce que chaque instants vaut la peine d'être accompli et c'est le but final qui compte.
- Bouddha "Adamantin" : la voie du diamant, destiné a trancher l'ego
- Le Vajra : C'est le moyen habile, la sagesse. La Cloche : C'est la méthode. Les deux doivent être réunis fermement. Le bâton de tonnerre.
- La vacuité c'est la sagesse lumineuse + supprimer les fabrications mentales pour laisser la place à la sagesse.
- Le Bouddha "Amitayus" est le bouddha de vie infinie.

\*\*\*\*\*

- *L'esprit qui est en nous est la vacuité par essence. Le monde des phénomènes est également vacuité par essence. Dès lors l'espace qu'il y a à l'intérieur de soi ou à l'extérieur de soi sont absolument identiques ; il n'y a aucune différence entre eux. C'est la même nature de l'esprit qui nous crée, et c'est le même esprit qui crée les phénomènes et les noms que nous leurs donnons.*

- A ceux qui demandent une preuve de ce qui est enseigné, je voudrais dire :

Pourquoi ne croyez vous pas ce que d'autres ont vu, vos oreilles mentent elles plus que vos yeux ?

Pour quel motif croiriez-vous plus ce que vous voyez que ce que vous entendez ?

Ne mettriez vous pas en doute ce que vous avez vu sous prétexte qu'un trucage pourrait être possible ?

Non ce n'est ni en voyant ni en entendant que l'on croit à quelque chose, c'est soit parce que l'on a toute confiance en la personne qui est à la base de ce qui est produit ou montré, soit en l'expérimentant soi même.

Les personnes de petite capacité seront réduites à croire, celle de capacité moyenne pourront le percevoir intuitivement et celle de grandes capacité pourront en faire l'expérience.

Le passage d'une capacité à une autre plus élevée dépend du karma et de la volonté de travail de chacun.

- **Vajrapani** : Le bodhisattvas aux grands pouvoirs à la gauche du bouddha Amitaba.

