

## Relations interdépendantes

### *CONNEXIONS PROPICES*

*À vos pieds, Oh Marpa de Lhodrak, je me prosterne  
Bénissez ce mendiant afin qu'il reste en retraite naturelle.*

*Vaillants bienfaiteurs si chaleureusement rassemblés ici  
Qui créez ce lien propice à la réalisation des deux aspirations,  
Lorsque ce corps difficile à gagner et si facilement anéanti  
Obtient la nourriture dont il a besoin, son énergie vitale s'épanouit pleinement.*

*Quand le pollen des fleurs qui poussent sur une terre ferme  
Et les gouttes de miellat qui tombent d'un profond ciel bleu  
Émergent ensemble, cette connexion est bénéfique aux êtres.  
Mais ce qui leur donne tout leur sens, c'est lorsqu'on y ajoute le Dharma.*

*Quand ce corps illusoire vient au monde, nourri par ses parents  
Et les instructions d'un lama authentique  
Émergent ensemble, cette connexion fait naître la pratique du Dharma.  
Mais ce qui leur donne tout leur sens, c'est la persévérance.*

*Quand une grotte dans les rochers d'une vallée sans être humain  
Et un pratiquant sans hypocrisie aucune  
Émergent ensemble, cette connexion peut répondre à tous tes besoins.  
Mais ce qui leur donne tout leur sens est ce que l'on nomme la vacuité.*

*Quand un méditant pratique avec endurance, tel Milarépa  
Et ceux des trois royaumes dotés de la qualité de la foi  
Émergent ensemble, cette connexion apporte le bienfait aux êtres.  
Mais ce qui leur donne tout leur sens est la compassion dans un cœur noble.*

*Quand un méditant habile médite dans le désert  
Et un bienfaiteur habile qui fournit les moyens  
Émergent ensemble, cette connexion conduit du même coup à la bouddhété.  
Mais ce qui leur donne tout leur sens est la dédicace du mérite.*

*Quand un excellent lama doté d'un cœur compatissant  
Et un excellent élève méditant avec endurance  
Émergent ensemble, cette connexion rend l'enseignement accessible.  
Mais ce qui donne tout son sens à ce lien est le samaya qu'il procure.*

*Quand le don d'Abhisheka et sa bénédiction si efficace  
Et la fervente prière que tu lui adresses avec confiance  
Émergent ensemble, cette connexion permet à ta prière d'être promptement exhaussée.  
Mais pour que cela prenne du sens, un peu de chance peut aider!*

*Ô maître Vajradhara, essence d'Akshobhya  
Vous connaissez mes joies et mes peines et tout ce que ce mendiant traverse!*

En commençant la session de cet après-midi, pensez ainsi : pour le bienfait de tous les êtres qui sont aussi illimités en nombre que l'espace est illimité en étendue, je vais atteindre l'illumination complète qui ne demeure ni dans l'extrême de l'existence ni dans l'extrême de la paix. Afin d'accomplir cela, je ferai des efforts pour écouter l'excellent Dharma, contempler le sens de ce que j'ai entendu et méditer sur ce que j'aurai compris. Dans ce sens, tournez votre esprit vers la parfaite illumination, faites émerger bodhicitta et écoutez !

En accord avec le chant de Milarépa que nous venons de chanter, intitulé « Connexions propices », je vais vous parler en premier lieu des connexions interdépendantes.

En fait ici, nous allons utiliser une différente traduction pour les mêmes termes, l'expression « *rten drel* » en tibétain, ne signifie pas « connexions propices », mais fait plutôt allusion à la relation interdépendante de toute chose. « Connexions propices » est simplement une autre façon de le dire en français. Cette expression souligne la façon dont les choses n'existent pas par elles-mêmes, mais existent essentiellement en interdépendance les unes des autres.

La première signification de l'expression « relation interdépendante » dont j'aimerais parler est la relation interdépendante du samsara, qui veut dire existence cyclique, et du nirvana c'est-à-dire ce qui est au-delà de la souffrance. Ces deux états dépendent l'un de l'autre. Ils sont désignés, nommés en dépendance l'un de l'autre. Les noms sont des conventions qui sont employées d'un point de vue ou de son contraire. Par exemple, le samsara, le cycle des existences, est un mot en tibétain qui signifie tourner et tourner et le nirvana est désigné en fonction du fait qu'on arrête d'être pris dans cet engrenage cyclique, c'est l'au-delà de la souffrance. De même, en dépendance du nirvana, on désigne le samsara en contraste avec la paix du nirvana. Dans l'existence cyclique, notre mental tourne, tourne, tourne et devient complètement confus.

Si le nom, le mot et le concept, samsara, n'étaient pas présent, alors le nom, le mot, le concept, nirvana, seraient similairement absents.

Lorsqu'on parle du samsara, dans cette perspective, on pourrait dire qu'il n'émerge pas d'une cause et d'une condition, mais davantage qu'il émerge d'une accumulation de multiples causes toutes reliées entre elles. De même, nirvana n'émerge pas d'une cause et d'une condition, mais émerge d'une accumulation de beaucoup de pratiques interreliées.

La principale cause du samsara est l'ignorance, littéralement « le fait de ne pas connaître ». Cette ignorance (ou ne pas savoir) est nommée en contraste avec et en fonction de la sagesse qui, elle, a la nature de connaître. C'est pourquoi on dit que ces deux conventions, noms, désignations, mots, etc. s'appuient les uns sur les autres.

Donc, même cette principale cause, le samsara, c'est-à-dire l'ignorance (ou le fait de ne pas connaître) dépend pour son identification de la connaissance, de la sagesse. Et de ce point de vue, elle n'est pas établie, c'est-à-dire qu'elle n'existe pas en elle-même, de son propre côté.

Parce l'ignorance, la cause fondamentale, la racine de l'existence cyclique n'est pas réellement établie, c'est-à-dire qu'elle n'existe pas réellement, alors l'esprit affligé ou illusionné que nous appelons aussi « *klesha* », et qui émerge de cette ignorance est aussi relié en dépendance aux phénomènes qui n'existent pas d'eux-mêmes, il n'est donc pas réellement établi. De plus, les actions ou « *karma* », les diverses actions qui émergent, qui se développent en fonction de l'état d'esprit affligé illusionné sont aussi des choses interreliées en interdépendance. De même, les sensations de plaisir et de déplaisir qui sont les résultats de ces diverses actions, *karma*, sont eux aussi des phénomènes interdépendants, c'est-à-dire qui sont établis en relation, en dépendance d'autre chose, et pour cette raison, les sensations ne sont pas réellement établies non plus.

Vous connaissez le passage du soutra du cœur de la connaissance transcendante, la prajnaparamita « *hridaya* », qui dit :

*... il n'y a ni ignorance,  
ni fin de l'ignorance jusqu'à ni vieillesse et mort,  
ni fin de la vieillesse et de la mort...*

Le sens de cela, en effet, est que tous les phénomènes qui sont inclus dans cette chaîne manquent de nature intrinsèque, ils ne sont pas réellement établis. Conventionnellement, ils sont de simples apparences des phénomènes conventionnels reliés en interdépendance et ultimement n'existent pas, ni d'eux-mêmes, ni de leur propre côté, ils n'ont pas de propre nature. C'est pour cette raison que le soutra du cœur de la connaissance transcendante parle de cette manière.

Quelle est la raison pour dire : « *... il n'y a ni ignorance, ni fin de l'ignorance jusqu'à ni fin de la vieillesse et de la mort...* » ? Si l'ignorance, la vieillesse et la mort existaient de par leur propre nature et seraient des phénomènes réellement établis, alors leur désintégration, leur cessation, leur fin, en d'autres mots la fin de l'ignorance et la fin de la vieillesse et de la mort devraient aussi exister réellement de par leur propre nature et ainsi de suite. Mais parce que l'ignorance n'existe pas réellement de par sa nature propre, alors également la fin de

l'ignorance n'existe pas réellement de par sa nature propre. Parce que la vieillesse et la mort n'existent pas d'elles-mêmes réellement, n'ont pas de nature propre, alors de même leur élimination, leur extinction ou leur fin n'existent pas de par leur propre nature.

Puisque le samsara n'existe pas de lui-même, par sa propre nature, n'est pas un phénomène réellement existant, alors quel est ce déploiement des apparences conventionnelles? La meilleure façon de comprendre cela est à travers l'exemple de l'illusion. Parfois on énumère les illusions en faisant des listes de 8 ou 12, commençant par le rêve, l'illusion, l'apparence ou le reflet de la lune dans l'eau, etc.

De la même manière que le samsara n'existe pas dans sa propre nature, de même les apparences du nirvana sont simplement l'agglomération ou l'accumulation de plusieurs causes et conditions interdépendantes et sa nature, sa manière d'être, son mode d'existence, est l'absence de complexité ou l'absence d'élaboration.

De ce point de vue, les pratiques que nous faisons sont les pratiques de transformation des impures apparences du samsara en pures apparences du nirvana.

En examinant cela spécifiquement, on peut l'appliquer à l'existence d'amis et d'ennemis, parce que les ennemis et les amis ne sont pas des choses existantes réellement, ils n'existent pas indépendamment, en eux-mêmes et par eux-mêmes, ils sont simplement une collection de causes et conditions dépendantes reliées entre elles, ils apparaissant d'une certaine façon. Et la pratique que nous faisons en cultivant la bonté bienveillance et la compassion pour autrui, sont des pratiques de transformation des apparences de quelqu'un comme un ennemi en une apparence de quelqu'un tel un ami ou comme quelqu'un de plaisant.

C'est pourquoi si nous nous entraînons de cette manière avec les pratiques du Mahayana de la bonté bienveillante, compassion, bodhicitta, etc. alors nous sommes capables de transformer les apparences de quelqu'un comme un ennemi en une apparence de cette personne comme un ami.

Quand quelqu'un peut transformer l'apparence d'un ennemi en une apparence d'un ami, alors la pratique du Mahayana est très bonne.

Quand on n'est pas capable de transformer l'apparence d'un ennemi en une apparence d'un ami, on pratique le Mahayana mais pas terriblement bien ! (rire...)

En tous les cas, transformer l'apparence d'un ennemi en une apparence d'un ami n'est pas quelque chose qu'on peut faire facilement, cela prend du temps et il faut pratiquer longtemps afin d'être capable de faire cela.

Ce que nous disons à propos de toutes ces choses qui dépendent l'une de l'autre est vrai et l'est également à propos du plaisir et de la souffrance. Quelque chose qui est désigné comme du plaisir, porte le nom « plaisir », on le désigne par le mot « plaisir » en rapport à la souffrance, en contraste avec la souffrance. Similairement, le mot, le nom, la convention, la pensée « souffrance » dépendent du mot, du nom et de la pensée du plaisir. Ainsi ces deux

dépendent l'un de l'autre, ils sont établis en relation l'un de l'autre. Pour cette raison, en fait, ils n'existent pas indépendamment. C'est décrit de manière graphique dans notre langue tibétaine: ils ne sont pas capables de se tenir debout tout seuls, ils s'appuient l'un sur l'autre, l'un a besoin de l'autre pour se construire, ils ne peuvent s'établir tout seuls à proprement parlé.

L'intensité du plaisir et de la souffrance est reliée l'un à l'autre, si quelqu'un expérimente un petit peu de souffrance alors une petite délivrance de cette souffrance procure un peu de bonheur. Et quand on est aux prises avec une grande souffrance, la délivrance de cette souffrance procure un grand bonheur.

Par exemple, on peut appliquer cela à un rêve et au fait d'avoir toute la richesse qu'on pourrait posséder. Si on rêve qu'on a des ressources fantastiques, des richesses et toutes sortes de choses extraordinaires, alors on se sent vraiment heureux. Puis si on rêve qu'on perd toutes ces choses et que toutes ces choses s'éloignent de nous, que tout ce que nous avons accompli s'évanouit loin de nous, alors on a exactement autant de souffrance à ce moment-là que nous avons de bonheur juste auparavant !

Si nous étudions toutes ces transformations et ces changements, cela va nous enseigner l'impermanence et cela nous enseignera également l'interdépendance des choses, la manière dont l'une dépend de l'autre. Il sera facile de comprendre ces deux points. La meilleure façon de comprendre cela, l'interdépendance des choses, bien sûr, est de penser au rêve.

Gardant cela à l'esprit, le soutra de la sagesse transcendante, la prajnaparamita, « *hridaya* » parle des phénomènes non nés et non cessants.

Qu'est-ce que veut dire : tous les phénomènes que nous expérimentons, tous les phénomènes que nous percevons, ressentons, qui nous apparaissent, n'ont pas de caractéristiques qui peuvent les définir ? Nous parlons des formes visibles qui apparaissent à la conscience visuelle, les sons qui apparaissent à la conscience auditive, les odeurs qui apparaissent à la conscience olfactive, les goûts qui apparaissent à la conscience gustative, les phénomènes tangibles qui sont expérimentés par la conscience du corps et les diverses pensées qui apparaissent à la conscience mentale. Aucun de ces phénomènes n'existe d'eux-mêmes, de leur propre nature, indépendamment, ou en terme de leurs caractéristiques propres, définies. Ils ne peuvent pas être correctement définis comme un, ou plusieurs, singulier ou multiple, et pour cette raison ils ne peuvent pas exister par eux-mêmes. C'est ce que signifie : ne pas avoir de caractéristiques.

Pensant qu'ultimement tous les phénomènes sont vides et conventionnellement qu'ils sont une simple accumulation de causes et de conditions reliées ensemble de manière interdépendante, Milarépa a dit :

*Considère toutes choses comme un rêve  
et cultive la compassion pour ceux qui ne les ont pas réalisées  
comme étant ainsi.*

« Moi » et « autre » sont aussi des phénomènes interdépendants, des phénomènes désignés l'un par rapport à l'autre. De notre point de vue, on pense « moi » et toutes les choses qui sont autres que moi-même, on les considère alors comme « autre ». Mais du point de vue de l'autre, l'autre ne pense pas « je suis autre ». Les autres pensent « moi », « soi », « je », ainsi toutes les autres choses sont de même considérées comme « autres ». Ainsi « moi » et « autre » sont complètement dépendants d'un point de vue. Ils sont établis en relation de l'un à l'autre et parce qu'ils sont établis l'un par rapport à l'autre, ils sont comme un rêve.

L'esprit affligé, illusionné ou klesha ainsi que sagesse ou « *jnana* », sont aussi des phénomènes interdépendants. Ce sont des phénomènes établis en dépendance de l'un par rapport à l'autre, en relation l'un avec l'autre. Du point de vue des kleshas, on fait référence à la sagesse et du point de vue de la sagesse, on fait référence à un état douloureux ou ignorant aussi nommé klesha.

La relation dépendante des diverses choses est vaste et comme vous pouvez le voir, un sujet dont la portée est énorme. Si on réfléchit attentivement et que par le raisonnement on l'analyse attentivement, on peut voir comment elle s'applique à d'innombrables situations. Concrètement, la manière de procéder pour l'appliquer est de joindre cette compréhension en la connectant à une multitude de choses différentes.

Du point de vue de notre pratique, ce que nous devons faire est de transformer toutes sortes de situations douloureuses à différents degrés en situations délectables, bonnes et inspirantes. Par exemple, nous pouvons transformer les diverses choses répugnantes et mauvaises en quelque chose de bon, ou transformer quelque chose d'impur en quelque chose de pur. On peut aussi tourner la colère en bonté aimante. C'est cela que nous avons à faire du point de vue de notre pratique, dans notre pratique. Et la raison pour laquelle il est possible de faire cela, c'est parce que toutes les choses dépendent les unes des autres.

En pensant à cela, le Protecteur Nagarjuna disait :

*Puisqu'il n'y a pas de phénomène qui ne dépend pas l'un de l'autre,  
alors pour la même raison, il n'y a pas de phénomène qui ne soit pas vide.*

Ainsi, dans le chant avec lequel nous avons commencé la session de cet après-midi, le chant des « *Connexions propices* » de Milarépa, ou si on utilise le vocabulaire du moment dans cet enseignement, le chant des « *diverses relations dépendantes* » ou encore des « *choses en interdépendances* », Milarépa parlait de deux sortes de connexions. Premièrement, il y a une relation interdépendante des choses entre elles et en même temps, il y a l'essence de cette relation. Milarépa établit ces deux connexions et décrit ainsi le chemin de la pratique, en termes de connaissance des relations interdépendantes et puis en même temps, de la nécessité de comprendre ce qu'est l'essence de cela.

En lien avec le discours de Milarépa sur l'interrelation des choses, je viens de vous présenter une variété de relations interdépendantes.

Chantons-le encore une fois !

Avez-vous des questions?

Étudiant : Merci Rimpoché ! Emaho ! Qu'est-ce que veux dire : pratiquer sans hypocrisie?

Rimpoché : Cela veut dire que lorsque tu vis dans une ville ou dans un centre de pratique avec d'autres personnes, ou que tu vis seul par toi-même dans une grotte isolée, ou que tu vois beaucoup de gens ou absolument personne, ta pratique est tout simplement la même.

Dans le cas le Milarépa, lorsqu'il pratiquait dans l'isolement ou dans un lieu avec plein de gens autour de lui, ou lorsqu'il voyait de mauvaises personnes ou qu'il ne voyait aucune mauvaise personne, ou, peu importe où il se trouvait, la manière d'accomplir sa pratique était toujours pareille.

Comment l'absence d'hypocrisie se manifeste? En tibétain ce terme signifie « se cacher la face ». Lorsque vous pratiquez la bonté aimante ou la compassion pour les autres, lorsque vous faites émerger les pures apparences ou la vision secrète, quand vous réalisez le sens de la vacuité, alors « *l'absence d'hypocrisie où le visage ne se cache pas du tout* » se révèle.

C'est comme reconnaître un rêve comme étant un rêve. Lorsque vous reconnaissez un rêve comme étant un rêve, alors la conduite dans le rêve va toujours être la même, que vous rêviez que vous soyez dans un village ou que vous rêviez que vous soyez isolé dans les montagnes, vous agirez toujours pareillement.

En bref, lorsque vous pratiquez la bonté aimante et la compassion, et qu'ensuite vous réalisez la vacuité à travers des moyens habiles spéciaux, « *upaya* », des méthodes de pratiques, ou des déités courroucées du vajrayana traditionnel secret, ou lorsque vous faites émerger les pures apparences ou la vision secrète, et qu'à travers cela vous réalisez la vacuité, alors cette absence d'hypocrisie se révèle.

Sarvamangalam !

Étudiant : Rimpoché, lorsque vous parlez je prends conscience que je suis dépendant du plaisir et que je suis toujours occupé à arranger les circonstances de sorte qu'elles me plaisent. Le résultat est ainsi naturellement misérable ! Je pratique maintenant depuis 8 ans et je ne vois pas beaucoup de diminution de ces tendances habituelles. D'autres personnes peuvent peut-être en voir, mais pas moi. Je pensais aussi, lorsque vous parliez, que c'est un peu comme si je prenais une tasse de café et que j'y ajouterais du sel, j'aurais alors une expérience déplaisante. Mais si j'ajouterais juste ce qu'il faut de sucre et de lait, j'aurais une expérience plaisante. Je suppose que la pratique consiste à voir ces deux situations comme égales, identiques?

Rimpoché : La question, bien sûr, est : que faire de l'attachement au plaisir quand on ne réussit pas beaucoup à le diminuer après plusieurs années, en donnant l'exemple du café salé ou sucré et ne pas voir cela comme égal. En réponse, Rimpoché a dit : si tu développes

la connaissance, la compréhension et la certitude à propos de la vacuité à travers la pratique de Mahamoudra, alors ton attachement aux plaisirs sera moins blessant pour toi, les dommages qui résultent de cela vont diminuer. En comprenant comment pratiquer la méditation de Mahamoudra et de cette façon réaliser la vacuité qui est un aspect de l'esprit dans le sens de sa manière d'être ou de sa nature, alors l'attachement au plaisir et la répulsion de la douleur vont simplement s'arrêter d'eux-mêmes, se libérer d'eux-mêmes.

Une autre question?

Étudiant : Rimpoché, je suis bouleversée lorsque vous parlez de prendre les ennemis et de les transformer en amis. J'ai alors pensé à la métaphore et à la réelle application de cela. Je me demandais comment lier cela aux quatre karmas (créer, soutenir, contenir et détruire) en particulier au karma de destruction, en terme d'énergie de la situation. Parce qu'il semble qu'il y a un temps approprié pour la destruction. Lorsque vous parlez de tourner les ennemis en amis, cela semble très bien, je comprends cela en fonction de la vacuité de Mahamoudra, mais j'aimerais que vous parliez de cela en lien avec les quatre karmas et spécialement en lien avec celui de la destruction... Je parle ici de personnes en chair et en os ayant une réelle intention de faire du mal, une sérieuse intention de blesser, ce qui implique que tu dois utiliser une certaine énergie dans cette situation. Ils sont tes ennemis, je ne veux pas dire ici que tu crois qu'ils sont tes ennemis, mais je me questionne sur la manière de transformer cette situation. Si tu dois utiliser une énergie, en terme d'un travail avec les quatre karmas, comment utilisés une énergie tranchante, ce qui est un karma actuel, une énergie en elle-même?

Rimpoché : Lorsque quelqu'un te cause de grandes blessures et douleurs, alors la meilleure façon de pratiquer le Mahayana est celui de l'amour bienveillant et de la compassion. Et si tu fais cela, la pratique du mahayana ira bien. Pour la transformation des ennemis en amis c'est important de réaliser que dans la perspective du mahayana, on ne parle pas d'une courte période de temps, mais on pense en terme d'une longue période de temps. On ne pense pas seulement à cette vie, mais on pense à une période de beaucoup de vies. Voilà la perspective qu'il est nécessaire de prendre.

Dans la tradition du Vajrayana du Mantra Secret, s'il y a une grande menace contre les enseignements du Bouddha ou contre un grand nombre d'êtres sensibles, alors il est permis de poser des actions radicales afin de protéger les enseignements du Bouddha et les êtres sensibles. Mais poser des actions adverses afin de se protéger soi-même n'est pas permis.

Pour soi-même, la meilleure façon de répondre est par la pratique de l'amour bienveillant et de la compassion, ce qui fait croître nos propres mérites. Et même si on n'est pas capable de transformer la situation dans cette vie-ci, dans de meilleures situations d'autres vies cela pourra être transformé et les ennemis deviendront des amis.

De même pour le développement de l'amour bienveillant et de la compassion ainsi que pour la transformation des ennemis en amis, on ne doit pas y aller de front avec agitation. La meilleure façon de procéder est d'y aller très lentement et très patiemment.