



Bodhicharya

AWAKEN THE HEART BY OPENING THE MIND

Ringu Tulku Rinpoche **Questions et réponses 7** **Chapitre 2**

BA2Q7: Questions and Answers 7 (Chapter 2)
June 18, 2011
A transcript of the French translation by Mustapha Zaidi

Questions et réponses 7 (chapitre 2)
18 Juin 2011
Traduction française par Mustapha Zaidi
Enseignements sur le Bodhicharyavatara pour le Shedra Online de Bodhicharya

Alors, voici une session de questions et de réponses. C'est la septième série du deuxième chapitre du Bodhicharyavatara. La première question est:

«Pourriez-vous, s'il vous plaît, expliquer exactement comment nous pouvons dédier notre pratique à la purification du karma négatif ? Je peux comprendre, grâce à vos explications de ces strophes, pourquoi il est très important de le faire, mais je ne suis pas sûr de comment procéder. Jusqu'ici j'ai juste essayé de laisser passer les pensées négatives et les émotions perturbatrices; de ne pas agir négativement (parfois avec succès, parfois pas!); et de poser des actions plus positives, mais est-ce que la purification implique quelque chose de plus que cela ?»

En réalité, c'est très bien ainsi, c'est une bonne façon d'envisager la chose, mais ce qu'il est suggéré ici, c'est de reconnaître les actions négatives en tant que telles, et ensuite, que vous vous rappeliez ou non des actes négatifs que vous avez commis, d'envisager vos pratiques positives comme des

moyens de purification. Ces pratiques peuvent être de réciter un mantra de purification ou tout autre mantra, de faire une méditation ou une visualisation.

Je dis cela parce que notre but c'est de nous purifier, de nous débarrasser de tous les actes négatifs que nous avons posés. Et c'est grâce à la pratique que notre purification pourra être complète.

Une autre chose qui est importante, c'est d'essayer de ne plus refaire les mêmes erreurs. La décision de ne plus recommencer et le fait de voir la nocivité d'une action sont très liés, parce que si je ne me rends pas réellement compte de l'inutilité, de la négativité et de la nocivité d'une action pour moi et pour les autres, alors je ne serai pas capable d'affirmer que je ne recommencerai plus. Par contre, si je suis vraiment capable de voir que c'est réellement quelque chose de mauvais, d'inutile, sans aucun bienfait, quelque chose que je dois abandonner et ne plus refaire, alors je pourrai avoir ce sentiment fort, cette ferme décision de ne plus recommencer. Et une fois que cela se produit, je pense que c'est là la plus puissante des purifications. C'est comme ça que je vois ça.

Mais, bien entendu, puisque nous sommes des êtres samsariques, nous ne nous maîtrisons pas complètement. Nous n'avons pas encore dompté notre esprit, il ne nous est donc pas toujours possible de tout faire comme il faudrait. C'est la raison pour laquelle nous devons nous purifier encore et encore.

La deuxième question est:

«Je viens juste d'écouter à nouveau la cinquième série de questions réponses du second chapitre parce que cela concerne aussi le refuge (c'est la strophe numéro 26) et parce que j'ai trouvé très inspirante et très belle votre réponse à la deuxième question, à propos de la manière dont nous devrions nous rappeler de prier les Bouddhas et les bodhisattvas. Est-ce bien le contexte dans lequel la purification du karma négatif peut avoir lieu, c'est-à-dire avec la présence des Bouddhas et des bodhisattvas dans notre esprit?»

Je pense que c'est très vrai, que c'est juste. C'est une des méthodes pour se purifier. Vous savez, quand nous parlons du support et de l'antidote, et bien ceci est le support. Et l'antidote ce sont les

choses positives que nous faisons. En fait, la purification à quatre aspects: Le premier, c'est de réaliser que les actes négatifs sont mauvais, sans aucun bénéfice et inutiles. Le deuxième, c'est le support, c'est-à-dire les Bouddhas et les bodhisattvas et ainsi de suite. Le troisième, ce sont toutes les actions positives que vous entreprenez ou même le fait de laisser passer, de lâcher prise. Et pour finir, le quatrième, consiste à prendre la décision d'essayer de ne plus commettre la même erreur.

Ensuite, la question suivante:

«Nous devrions avoir un sentiment d'urgence, qui vient du fait de reconnaître l'impermanence et la fragilité de la vie. D'un autre côté nous devrions pratiquer la patience. Pourriez-vous nous dire quelque chose à ce propos? Souvent, cela me semble contradictoire.»

Non, il n'y a pas du tout de contradiction. En fait, avoir de la patience pour les choses négatives et mal agir ou ne pas réagir lorsque vous devriez le faire, c'est une mauvaise manière d'exercer la patience. Les six paramitas ont chacune un bon côté et un mauvais côté, ou un aspect qui n'est pas correct. C'est donc là une sorte de patience qui n'est pas correcte. C'est décrit très clairement dans les enseignements. Comme nous l'avons dit et comme nous continuerons à le dire dans les prochains chapitres, la patience consiste à ne pas se mettre en colère et à être capable de voir que toutes les émotions perturbatrices sont néfastes et qu'il faut donc éviter d'agir en fonction d'elles. C'est cela la vraie patience. Ensuite, la deuxième sorte de patience est de comprendre que la vie est parfois difficile. Il n'est pas facile de réaliser quelque chose de grand et de très bénéfique, il est donc nécessaire de travailler dur pour y arriver. Nous devons alors envisager les choses avec sérieux et avec un sentiment d'urgence. Nous ne pouvons pas juste être fainéants. Cela fait aussi partie de la patience. La patience, ce n'est pas se laisser et abandonner aisément. Et le troisième type de patience, c'est d'avoir l'esprit suffisamment ouvert pour qu'il puisse s'adapter à toutes sortes de points de vue, de raisons et de façon de penser.

La question suivante:

«J'ai une question à propos de la souffrance. Lorsque j'éprouve de la peine et que je ne peux changer la situation, est-ce une bonne attitude de penser qu'au moins je purifie mon karma?»

Oui, c'est une pratique. C'est une bonne pratique. Mais le problème, c'est que parfois vous appliquez cela au sujet des autres. Si quelqu'un souffre et que vous dites: «oh, c'est juste son karma», là ce n'est pas bon, ce n'est pas juste.

Ce qu'il faut comprendre, c'est que si nous voulons essayer de purifier notre karma et le dépasser, nous devons y faire face. Quoi qu'il advienne, nous ne pouvons pas simplement l'ignorer ou ne pas l'accepter. Nous ne pouvons pas fuir. Il n'y a aucun moyen de fuir. S'il n'entre pas par la porte, il entrera par la fenêtre ou par le plafond ou par ailleurs. Donc, il est impossible de le fuir, il faut y faire face. Il faut le gérer. Nous devons l'accepter et puis nous devons le purifier. Nous devons faire quelque chose par rapport à lui.

Il y a différentes manières de le faire. L'une d'elles, c'est de voir le karma comme une purification et si vous voulez faire mieux encore, vous pouvez imaginer que vous prenez tout le mauvais karma semblable des autres, que vous le mêlez au vôtre et penser que vous le purifiez en même temps que vous purifiez le vôtre. Ensuite, ressentez que tout le monde a été purifié de ce mauvais type de karma.

Mais ne dites pas que les autres devraient souffrir parce qu'ils doivent purifier leur karma. Ce n'est pas nécessairement le cas. Ce n'est pas parce que vous souffrez que vous purifiez forcément votre karma, parce que parfois la souffrance peut créer encore plus de mauvais karma. Si vous êtes trop en colère ou trop négatif par rapport à votre souffrance, alors vous créez encore plus de mauvais karma.

Une autre question :

«Lorsque nous avons commis une mauvaise action, il y a plusieurs années, et qu'ensuite nous nous appliquons, jour après jour, à faire de bonnes actions, y a-t-il moyen de savoir quand nous sommes libre de cette mauvaise action, quand le mauvais karma a été purifié?»

Je ne sais pas exactement. S'il s'agit d'un karma en particulier...mais je ne pense pas que vous

devriez prendre le karma négatif ainsi. Je ne pense pas que nous devrions le prendre en tant que choses particulières, séparées les unes des autres. Nous faisons beaucoup de choses négatives et aussi beaucoup de choses positives. Toutefois, si je regarde en moi et que je découvre que dorénavant je ne suis plus enclin à faire un certain type de mauvaises actions, que je suis libre de cette tendance à agir de la sorte, alors je pense que je peux dire que je suis libéré de ces mauvaises actions. Je pense que c'est comme ça, en tout cas c'est ma façon de le comprendre. Si j'ai été dépendant de quelque chose, par exemple trop boire, trop fumer ou quelque chose du genre et que par la suite je veux m'en défaire et que j'arrête d'agir comme ça, que je me purifie, que je travaille sur moi encore et encore, à un certain moment, je n'aurai même plus envie de boire. Ce ne sera plus un problème; même s'il y a des gens qui boivent autour de moi et que toutes ces tentations sont présentes. C'est là qu'on est vraiment libéré de son addiction. Je pense que la purification du karma fonctionne de la même manière.

Question suivante:

«Ma question concerne la purification des actes d'autrui. Parfois, quelqu'un que nous aimons commet une très mauvaise action. Comment pouvons-nous l'aider à se purifier et l'amener à agir positivement? Par la compassion? Ou par des arguments logiques?»

Et bien, nous pouvons essayer. Nous pouvons essayer par le biais de la compassion ou par le biais de l'argumentation logique. Nous pouvons tenter d'amener cette personne à faire certaines expériences, grâce auxquelles elle pourra comprendre que continuer à mal agir n'est pas une bonne idée. Nous pouvons toujours essayer, mais je ne pense pas qu'il soit garanti que cela marche, parce qu'aussi longtemps que cette personne n'a pas l'intention de cesser d'agir de la sorte, ou qu'elle ne veut pas se purifier, nous ne pourrions rien pour elle. Mais il est possible d'avoir une influence, il est possible d'aider. Et en particulier si votre caractère est plus fort que celui de l'autre personne. Si je suis avec quelqu'un qui agit plutôt mal, l'influence viendra de celui qui a la personnalité la plus forte. Si je suis plus fort, je pourrai peut-être influencer cette personne. Si c'est elle qui est la plus forte, c'est moi qui serai influencé par elle. Vous savez, nous sommes tous influencés les uns par les autres. Alors, si vous avez un bon comportement, cela pourrait vraiment aider l'autre. Et il en va de même si vous créez un bon environnement. L'environnement est très

important aussi, je pense.

Voilà, je pense que nous avons vu toutes les questions. Je suis fort désolé de ne pas avoir pu répondre aux questions et envoyer des enseignements, pendant un certain temps, surtout quand j'étais en Russie. Mais maintenant, je suis de retour et j'enverrai régulièrement mes réponses ainsi que mes enseignements. Merci beaucoup pour votre patience. Merci.

©Ringu Tulku Rinpoche

Ceci est la traduction en français d'un enseignement donné par Ringu Tulku Rinpoche pour Bodhicharya Online Shedra. La traduction est destinée à être utilisée dans le contexte de l'enseignement au sein du shedra online.