

Acharya Keuntchok Tenzin – le Dhagpo Targyen

Le 1^{er} février 2023

Introduction

Le nom de Gampopa était Seunam Rinchen : « Très précieuses dispositions positives ». Personnage fameux de la lignée Kagyu, un personnage historique aussi (11^e-12^e siècle). Gampopa écrit aux futurs disciples – ne soyez pas triste de ne pas m’avoir rencontré dans cette vie, car dans le futur vous pourrez me rencontrer à travers mes 2 ouvrages – le *Dhagpo Targyen* ou *L’Ornement de la Libération* et *Le Rosaire des Joyaux de la Sublime Voie* (le *Lamtcho Rinchen Trèngwa*).

Pouvoir ainsi être en lien avec Gampopa et son œuvre est quelque chose de très favorable et exceptionnel. Il faut donc développer la joie née de la conscience de ce que l’on reçoit.

Dhagpo Targyen – *L’Ornement de la Libération*

Le titre complet c’est réellement *Tam tcheu yishin norbou tarpa rinpoché gyen*

C’est à dire *L’Ornement du Saint Dharma semblable à un Joyau qui exauce tous les souhaits, ornement de la libération*.

Le titre

tam – saint ou particulier dans son excellence

tcheu – le dharma, mais ici à la fois ce qui est libre du voile des *kléshas* (les émotions perturbatrices) et du voile subtil des objets de connaissance, qui correspond à ce qu’on rajoute à la nature des phénomènes par le biais de nos concepts.

yishin norbou – le joyau qui exauce tous les souhaits

tarpa – la libération, ici totale et ultime, l’état d’éveil qui va au-delà même de la félicité extraordinaire des réalisateurs solitaires et des auditeurs.

rinpoché – précieux comme un joyau. Ici on dit que la libération est comme un joyau : elle est rare, extraordinairement précieuse.

gyen – l’ornement, mais ici compris comme ce qui va clarifier le sens de ce qui est dit, ce qui clarifie les enseignements et instructions sur l’éveil.

Dans la composition du titre, tout est dit : cet enseignement est comme un joyau qui exauce tous les souhaits, ici le souhait de la libération complète et définitive, l’état de Bouddha.

Le titre annonce déjà que ces instructions sont comme un joyau qui exauce tous les souhaits, et particulièrement celui d’atteindre la libération qui est elle-même un joyau.

La mise en place des moyens - les instructions spirituelles - va produire la libération – c’est déjà une relation de cause à effet.

L’objectif du texte est donc de clarifier ce que l’on doit comprendre par les enseignements et instructions. Gampopa le fait de manière progressive, en énonçant 6 points qui englobent

tout le texte, ensuite découpé en 21 chapitres en tibétain (le texte français est découpé un peu différemment).

Les 6 points principaux sont les suivants :

1. La cause première de l'éveil : la nature de Bouddha, notre nature essentielle, qui nous sommes réellement.
2. Le support de l'éveil : ce qui va nous permettre d'actualiser notre véritable nature.
3. La cause ou les circonstances : l'ami·e spirituel·le
4. Les moyens, les méthodes pour y parvenir
5. Le fruit qui découlera de la mise en œuvre de ces moyens : l'éveil
6. La manifestation de toutes les activités d'un être éveillé

1 - Le premier point – la nature de Bouddha

Tous les êtres sans aucune exception possèdent la nature éveillée. Il n'y a pas de différence entre un être ordinaire et un Bouddha du point de vue de sa nature fondamentale. Il y a plein de sens liés à l'affirmation de cette véritable nature, mais c'est entre autres quelque chose qui va nous permettre de nous défaire d'un certain nombre de mécompréhensions concernant les êtres que nous sommes.

En premier lieu, on va pouvoir s'affranchir du découragement.

On pourrait se dire qu'en tant qu'être ordinaire, on n'y arrivera jamais, on ne pourra jamais être un Bouddha. Mais affirmer la nature fondamentale, c'est se défaire de cette première mécompréhension : l'autodépréciation.

De ce fait, nous allons pouvoir développer « le goût », *trowa*, l'enthousiasme, qui est aussi lié avec le courage. Quelque chose va prendre place en nous pour que l'on comprenne qu'il est réellement possible d'atteindre l'éveil, en s'engageant dans l'amour, la compassion et la compréhension des phénomènes et de leur vacuité. Une force, une forme de courage va s'élever en nous.

La 2^{ème} mécompréhension dont on va pouvoir se défaire, ce sont les distinctions qu'on fait entre les êtres.

On pourrait toujours penser qu'on a une nature supérieure à quelqu'un d'autre, ou au contraire que d'autres sont meilleur·e·s que nous car elles ou ils ont cette nature... Là on revient à quelque chose qui ne joue pas le jeu de cette distinction que l'on pourrait faire entre les êtres. Il y a quelque chose en nous qui fait qu'on est vraiment semblable aux autres : on possède exactement la même nature.

Par ex. quand on arrive dans un restaurant, on peut voir qu'une personne qui semble plus riche, est souvent mieux reçue et servie. On attribue une moins bonne place, ou parfois même on refuse l'entrée à une personne pauvre. Là cette idée disparaît, car tous les êtres sont des êtres éveillés en puissance, ils ont tous la nature de Bouddha, quels qu'ils soient.

La 3^{ème} mécompréhension dont on peut se défaire, c'est de penser quand même que le Bouddha possède une excellence que nous n'avons pas et nous ne pourrions obtenir.

C'est comprendre qu'il n'y a strictement aucune différence entre un Bouddha pleinement éveillé et nous-même. Et donc s'il y a une distinction à faire, elle est juste en termes de

voiles : des couches de voiles plus ou moins épaisses dissimulent notre nature profonde, notre nature de Bouddha. On considère que ces voiles sont adventices, ce qui signifie qu'ils ont deux caractéristiques : 1) ils sont temporaires et 2) ils ne font pas partie de notre nature fondamentale, ils n'ont rien à voir avec elle.

Ces voiles temporaires sont comme des obscurités qui recouvrent notre véritable nature : on peut donc s'en défaire ! Il n'y a rien de solide qui nous entrave. Nous pouvons donc comprendre que ce qui est temporaire n'existe pas complètement, pas définitivement, c'est juste passer.

Comprenant donc que notre nature :

- est éveillée,
 - n'est pas différente de celle des autres êtres,
 - n'est pas différente de celle d'un Bouddha, étant simplement obscurcie par des voiles temporaires,
- nous allons trouver beaucoup d'énergie et de force en nous-mêmes pour aller vers notre nature éveillée, au-delà des voiles.

La 4^{ème} mécompréhension dont on peut se défaire, c'est imaginer qu'on va « construire l'éveil », faire pousser ou naître quelque chose. C'est une mécompréhension car la nature de Bouddha est notre nature de toute éternité. On ne la produit pas, elle est notre nature essentielle, fondamentale. *Nous sommes donc déjà des êtres éveillés*, mais on ne le manifeste pas encore à cause des voiles, des obscurités temporaires qui sont au nombre de deux : le voile des *kléshas* – nos attitudes toxiques, nos émotions affligeantes et le voile très fin des concepts que nous utilisons pour définir toute notre réalité. Actuellement, nous sommes donc déjà des bouddhas, qui ne manifestons pas nos qualités.

La 5^{ème} mécompréhension consiste à s'imaginer que l'on est quand même un être particulier par rapport à d'autres, c'est une forme d'orgueil. Mais il n'y a aucune raison d'en avoir, la nature de Bouddha est notre nature comme elle est celle de tous les êtres sensibles, humains, animaux, etc.. Nous ne sommes ni des élus, ni responsables de cela, c'est simplement notre nature.

2 - Le deuxième point – le support

La nature de Bouddha est notre nature, mais on pourrait avoir une vie dans laquelle il est particulièrement difficile de la réaliser. Les conditions de la précieuse existence humaine sont donc très précieuses, car dans les 6 domaines d'existence (les enfers, les esprits avides, les animaux, les humains, les demi-dieux ou asuras, les dieux ou dévas), on ne peut pas souvent réaliser la nature de Bouddha.

Ici on parle bien de **la précieuse existence humaine** – ce n'est pas juste une simple existence humaine. *La précieuse existence humaine est un ensemble de causes et conditions* que l'on va pouvoir mettre à profit pour développer son potentiel. Pour cela on va parler des huit libertés et des dix richesses d'une précieuse existence humaine.

Les 8 libertés

Les huit libertés, c'est avoir le loisir, la possibilité, le temps et la disposition d'esprit de s'adonner à une vie spirituelle. Les huit libertés incluent le fait d'être libre :

des 4 états de privation de liberté ne concernant pas les êtres humains :

- 1) les expériences infernales,
- 2) les états d'esprit avides,
- 3) le règne animal et
- 4) les dieux de longue vie (des formes d'existence en tant que pure expérience mentale, qui ne permettent pas de réaliser le potentiel de la nature de Bouddha).

des 4 états de privation concernant les humains :

- 1) vivre sans aucun accès au dharma, sans pouvoir développer des qualités spirituelles,
- 2) avoir des infirmités, physiques ou psychiques, qui rendent impossible la compréhension du Dharma,
- 3) avoir des points de vue philosophiques complètement erronés, c'est-à-dire une manière de comprendre les choses qui nous ferme complètement toute possibilité de vouloir cultiver des qualités spirituelles et,
- 4) vivre dans une période du temps cosmique où aucun Bouddha ne s'est manifesté, et donc n'avoir aucune possibilité d'en entendre parler.

Les 10 richesses : les moyens

En plus du temps – les libertés – il faut aussi les moyens, c'est-à-dire les conditions qui permettent de développer des qualités spirituelles. Par ex. si on veut aller en Inde, on peut être libre de le faire mais n'avoir ni visa, ni argent, etc. ne pas avoir les richesses que sont les conditions favorables.

Manifestement puisque nous sommes ici à assister à cet enseignement, nous avons déjà les libertés et les richesses, le support de la précieuse existence humaine. Mais ce n'est pas une question de chance, ce n'est pas une loterie où l'on gagne ou pas. On parle de quelque chose de beaucoup plus profond : *les richesses, c'est tout ce qui dans nos existences passées nous a permis d'obtenir ce qu'on obtient.*

Par exemple, on va considérer que la précieuse existence humaine est extrêmement rare à obtenir. On va y réfléchir par le biais des causes, des probabilités et des nombres.

- Les causes : la vertu, les 10 actes positifs à cultiver et les 10 actes négatifs à abandonner. Comment fonctionnons-nous au quotidien ? Combien d'actes faisons-nous qui sont vraiment des vertus, et combien ne sont pas vertueux ? Il est très facile de développer des activités soit sans aucun sens, soit néfastes. Pour développer des activités vertueuses, il faut vraiment faire beaucoup d'efforts, mettre des moyens en place. Les causes ne sont pas si faciles à réunir.
- Les probabilités : ce n'est pas du tout un hasard d'avoir les richesses. Pour cela on donne des exemples de la rareté de la précieuse existence humaine.
Ex 1. Vous partez en avion avec une balle de golf, et vous savez qu'il y a un golf sur la

surface de la terre. Vous lancez la balle sans pouvoir viser depuis l'avion qui vole très vite et la balle tombe exactement dans un trou du golf. La probabilité d'avoir une précieuse existence humaine est encore plus faible.

Ex 2. Imaginez un mur très lisse sur lequel vous jetez des graines, qui tombent toutes au sol. On peut imaginer qu'une fois, une graine colle au mur et se développe – il est encore plus rare d'avoir une précieuse existence humaine.

Ex 3. Vous prenez une aiguille et une poignée de graines, vous faites couler les graines sur l'aiguille et on peut imaginer qu'une fois une graine pourrait rester exactement en équilibre sur la pointe de l'aiguille.

Avoir une précieuse existence humaine est encore plus rare que chacun de ces exemples.

- Le nombre : on peut dénombrer le nombre d'humains sur Terre. Parmi eux, ceux qui ont une précieuse existence humaine, sont aussi rares qu'une étoile qui brille en plein jour. Et si on s'intéresse aux autres êtres, rien que dans l'océan il y a tellement d'êtres qu'on ne peut les dénombrer, et ils n'ont pas la précieuse existence humaine. Sans parler des insectes, des microorganismes, etc.

L'existence humaine est en plus très fragile : très difficile à obtenir, elle se détruit très facilement, elle est très éphémère. On peut alors réaliser sa préciosité et on peut l'utiliser pour atteindre l'éveil. Les textes évoquent cela selon trois images : on peut utiliser la précieuse existence humaine comme on prend un bateau pour traverser l'océan, comme on monte sur un cheval pour franchir un chemin long et difficile et comme on s'appuie sur un serviteur fidèle, notre corps, qui fera tout ce qu'on lui demande, à notre profit.

Le troisième point : la cause ou les circonstances – l'amitié spirituelle

Ce sont les circonstances de la rencontre d'un ami spirituel qui nous guidera, qui vont nous permettre de comprendre comment nous défaire de nos obscurités. L'ami-e spirituel-le est la ou le guide, la personne qui connaît le chemin et nous indique par où passer, quand nous risquons de nous perdre en route. C'est aussi l'escorte qui nous garde du danger, comme quand on part dans un grand voyage et qu'on peut être attaqué par des bêtes sauvages ou des brigands : il ou elle nous protège des dangers du voyage. Il est aussi comme un navigateur, un capitaine de bateau qui nous guide sur le chemin.

Le quatrième point - les moyens, les instructions

Même en ayant la précieuse existence humaine, même en ayant un guide, sans les instructions il est impossible de parcourir le chemin. Les instructions nous permettent de nous défaire de méprises ou empêchements :

1. La fixité : considérer que l'on va vivre une éternité et que ce que l'on fait est solide. Comme remède, on va cultiver une grande conscience de l'impermanence. La personne que vous êtes, qui est là maintenant, n'est pas la même que celle qui a déjeuné ce matin : une infinité de moments ont surgi et disparu, mais nous croyons que nous sommes la même personne, que c'est toujours le même fil qui se déroule.
2. Vouloir les avantages de cette vie : penser que si les choses durent, la seule chose qui vaut la peine c'est d'obtenir des avantages et bienfaits dans cette vie. Pour contrer

cela, on va développer comme antidote une réflexion très critique sur le samsara, l'existence conditionnée et ses bonheurs temporaires et éphémères.

3. Croire que tout est le fruit du hasard : on ne vit pas les difficultés « pour rien », elles viennent de circonstances et situations passées, elles ont des causes dans le passé et se manifestent sous forme de karma. Il faut donc faire attention à ses actes du corps, de la parole et de l'esprit.
4. Viser un état de nirvana pour soi : l'amour et la compassion sont les antidotes quand on pourrait rêver ou viser pour soi un état libre de toute négativité, ne penser qu'à soi et oublier le sort d'autrui, s'attacher à un état paradisiaque. L'amour et la compassion sont essentiels : ce que nous voulons pour nous-mêmes, les autres le veulent aussi, car tous les êtres sensibles sans exception cherchent le bonheur et veulent éviter la souffrance. Quand on le comprend profondément, cela fonde vraiment l'amour et la compassion.
5. Penser que l'on va arriver à l'éveil grâce à nos seules ressources : ce n'est pas uniquement avec nos ressources personnelles que l'on va pouvoir atteindre l'éveil, il faut suivre un chemin bien défini, prendre refuge, écouter les instructions, développer les qualités, etc.

Ainsi nous pourrons nous défaire de nos confusions, attitudes toxiques et voiles subtils qui nous empêchent de réaliser notre propre nature.

Dans la suite du *Dhagpo Targyen*, on va comprendre que la seule intention de réaliser l'éveil ne va pas suffire. Il va falloir faire le chemin : développer les 6 vertus transcendantes, les 6 paramitas, la mise en œuvre des qualités qui nous permettront d'atteindre l'éveil, de parcourir les voies et les chemins.

Le cinquième point : le fruit, la réalisation de l'éveil

Quand on a compris nos disfonctionnements et comment pallier ces difficultés, alors nous pourrons atteindre l'éveil.

Le sixième point – l'activité

Une fois qu'on a réalisé l'éveil, ce n'est pas fini. C'est même là que tout commence, car c'est là que l'on peut vraiment développer l'activité éveillée pour le bien de tous les êtres, et contribuer à leur propre réalisation de l'éveil.

Conclusion de cette première session :

Nous avons la nature de Bouddha, une précieuse existence humaine puisque nous sommes là, la possibilité de rencontrer des ami-e-s spirituel-le-s et on peut mettre en œuvre les moyens. Nous pouvons aussi choisir de ne pas le faire, mais ce serait dit le texte « comme aller sur une île au trésor, s'emplier les mains de richesses et rentrer malgré tout les mains vides ». Posséder la précieuse existence humaine, c'est comme si l'on avait un vase au trésor qui nous donnerait tout ce qu'on lui demande. Si on s'en sert comme pot de chambre, il perd sa fonction...

Le fait de développer la vertu et abandonner les actes négatifs nous permet d'obtenir le bonheur et d'éviter la souffrance, déjà dans cette vie et dans les suivantes. Après, il est essentiel de garder à l'esprit les réflexions suivantes :

1) Si l'on souhaite le bonheur, on ne va pas l'obtenir simplement comme ça, spontanément. Il faut agir dans ce sens et ainsi nous sommes guidés.

2) Cet objectif est atteignable : il y a des instructions, des maîtres spirituels comme Karmapa ou Lama Teunsang, il y a des moyens de réaliser cet objectif.

3) On peut mettre en place ce qui nous permet d'obtenir le bonheur et d'éviter la souffrance... mais quand allons-nous le faire ? Maintenant, dans cette vie !

Sinon, ce serait comme d'avoir un excellent repas sur la table et d'attendre d'en avoir un meilleur, sans aucune garantie que ce soit le cas un jour.

4) Et si l'on veut remettre à plus tard, on ne sait jamais avec l'impermanence, donc il est bien de se motiver tout de suite.

Prochaine session prévue le dimanche 5 mars 2023 à 17h.