

Flâner dans la Dimension Ultime (7ème partie)

Il n'y a plus de peur à propos de ce qu'il voit,
Il n'y plus aucun doute à propos des mots et des non-mots
La flèche a touché l'être,
Il n'y a plus rien à exposer à la rencontre d'un ignorant.

C'est le plaisir le plus élevé,
Le chemin de l'extinction est inégalé.
Lorsque nous goûtons ce grand bonheur, on a la capacité d'être patient,
Notre coeur est comme la terre, et la pratique de la patience comme une forteresse.

Aussi pure que l'eau claire, sans plus aucune souillure
Ni aucun élément du samsara, il ne reçoit plus l'autre.
Le gain et le bénéfice ne sont plus des repères à suivre,
Car même s'il y a le gain et le bénéfice, la souffrance demeure.

Il faut souhaiter seulement le gain et le bénéfice du Dharma.
Lorsqu'il y a le gain du Dharma, nous ne naissons plus dans le monde de la souffrance,
Et ne produisons plus les éléments du samsara.
Si vous voulez mettre fin au cercle du samsara, arrêtez tout acte dissipé.

(cloche)

Chère Sangha, aujourd'hui, nous sommes le 28 Novembre de l'an 2010. Nous sommes dans la salle de méditation de la Pleine Lune du Hameau Nouveau dans le Temple de la Bonté Aimante pendant la retraite de trois mois, et aujourd'hui est le premier enseignement de la retraite.

Le son de la cloche est un cadeau

À chaque fois que nous entendons le son de la cloche, il faut l'écouter de tout coeur. Il nous fait signe de nous arrêter. Nous sommes en train de réfléchir, de penser, et nous arrêtons nos pensées. Nous sommes en train de parler et nous arrêtons notre conversation. Nous sommes en train de faire quelque chose et nous nous arrêtons. Nous nous arrêtons pour retourner à nous-même. Et de l'état de la distraction, de la dispersion, nous revenons à la concentration et à la pleine conscience. En anglais, il y a le terme 'pull oneself together'. Pull oneself together, c'est ramener notre corps et notre esprit ensemble, dans le moment présent. Et le son de la cloche est un rappel, une occasion pour nous de ramener notre esprit à notre corps, et lorsque notre corps et notre esprit sont ensemble, nous sommes vraiment présent pour nous-même, nous sommes vraiment présent pour la vie, pour les autres. Lorsque nous entendons le son de la cloche, nous suivons la respiration conscience pour revenir à nous-même. L'inspiration est comme un avion qui ramène notre esprit à notre corps. C'est encore plus rapide que l'avion, il suffit de quelques secondes, et la respiration peut nous ramener à notre corps. Le son de la cloche est l'objet de l'écoute profonde. Nous écoutons profondément le son de la cloche, et en même temps, parce que nous inspirons, nous sommes conscients de l'inspiration. Et nous relâchons tout, nous avons seulement le son de la cloche et la respiration, et nous pouvons inspirer tranquillement, calmement, profondément, nous pouvons expirer tranquillement, calmement, paisiblement. Pendant l'inspiration et l'expiration, nous laissons le son de la cloche pénétrer, imprégner les cellules de notre corps. La respiration amène l'oxygène à chaque cellule de notre corps, ainsi que le son de la cloche. Les sciences arrivent à mesurer la quantité d'oxygène apportée par l'inspiration, mais ils ne peuvent pas mesurer le son de la cloche. Le son de la cloche pénètre aussi les cellules du corps, et avec lui, il y a les éléments de la pleine conscience et de la concentration, et les sciences ne peuvent pas encore mesurer cela. Ensemble, avec l'oxygène, il y a le son de la cloche, il y a la vibration, et ensemble avec le son de la cloche, il y a les éléments de la pleine conscience, de la concentration, de la compréhension. Lorsque nous respirons et que nous écoutons, nous pouvons générer la joie et le bonheur, et la joie et le bonheur entrent dans chaque cellule de notre corps aussi. Alors la quantité d'oxygène peut être mesurée, mais la quantité de pleine conscience, de concentration, de joie et de bonheur ne le peuvent pas. Peut-être que plus tard, il y aura des outils, une façon de mesurer ces éléments. Et chaque son de la cloche nous offre une occasion de faire trois inspirations et trois expirations qui peuvent nous apporter beaucoup de paix, beaucoup de tranquillité. En trois respirations, nous pouvons générer la pleine conscience, la concentration, et nous, en tant que pratiquants, nous devons avoir la capacité de générer la pleine conscience, la concentration, la compréhension, la joie et le bonheur. Il faut les créer nous-même, parce que cela nourrit et guérit notre corps et notre esprit. C'est dommage qu'ils ne vendent pas ces éléments au supermarché, sinon, on n'aurait qu'à payer pour acheter quelques kilos et les utiliser, mais on ne peut pas, il faut les générer soi-même. Ceux qui savent écouter la cloche, qui suivent la respiration consciente arrivent à générer ces éléments: la pleine conscience, la concentration, la compréhension, la joie, et le bonheur. Donc un son de la cloche nous offre l'occasion de générer ces éléments qui nous nourrissent et nous guérissent. Le son de la cloche est un cadeau. Et lorsque trois-cent personnes, cinq-cent personnes

ou mille personnes écoutent ensemble le son de la cloche, respirent et génèrent ces cinq sources d'énergie, alors ces cinq sources d'énergie deviennent très puissantes. C'est l'énergie collective. Et lorsque l'énergie collective est puissante, cela pénètre, cela imprègne chacun, chacune de nous. Une personne peut générer un petit peu de ces énergies, mais trois-cent personnes, cinq-cent personnes ou mille personnes peuvent en générer beaucoup, et si cette énergie est puissante, elle pénètre chaque personne. C'est cela l'avantage de pratiquer ensemble. Séparément, nous pouvons générer aussi cette énergie, mais ensemble, cette énergie est collective, et elle est beaucoup plus puissante. Elle nourrit, elle guérit encore plus. L'avantage d'un pratiquant qui pratique avec sa Sangha, c'est ça, de profiter de l'énergie collective. Oui, il est possible de pratiquer seul, mais en pratiquant seul, on ne peut pas profiter de cette énergie collective. Alors on prend refuge dans la Sangha. Quand on pratique avec la Sangha, c'est plus facile.

Respirer tous ensemble

La Sangha est comme un bateau qui nous transporte. Sans bateau, nous devons nager nous-même. C'est possible, mais c'est beaucoup plus difficile. C'est plus facile avec la Sangha. Alors en respirant, nous pouvons inviter toutes nos cellules du corps à participer à la respiration consciente, à l'écoute de la cloche. La respiration se passe, et un certain nombre de cellules collaborent pour respirer. Il n'y a pas de sujet, il y a juste des cellules qui s'occupent de ce travail de respirer. On invite toutes les cellules à respirer ensemble. Toutes les cellules participent à la respiration, à générer cette énergie, et on peut le faire dans la position debout, assise, ou allongée. Et quand on invite toutes les cellules de son corps à participer à la respiration consciente et à l'écoute de la cloche pour générer ces cinq sources d'énergie, notre concentration est très élevée, et nous savons que dans chaque cellule, nos ancêtres sont présents. Toute notre lignée est présente. Nos ancêtres génétiques ne sont jamais morts. Grâce au fait que nous sommes encore vivants, tous nos ancêtres sont encore là dans chaque cellule de notre corps, et en écoutant le son de la cloche, nous respirons, et nous invitons tous nos ancêtres à respirer avec nous. Nous invitons le Bouddha, les patriarches, Thay, papa, maman, à respirer avec nous, et nous respirons tous ensemble. Et l'énergie est très puissante. Nous pouvons nous entraîner petit à petit, et en inspirant, en expirant, avec la pleine conscience, la concentration, la compréhension, la joie et le bonheur, nous nourrissons notre corps, notre esprit, et tous nos ancêtres, toute notre lignée. Et c'est très profond, cela a l'air très simple, mais c'est très profond. Rien n'est plus important que de nourrir nous-même, nourrir nos ancêtres, nourrir nos descendants. Nos descendants sont déjà là. Cela dépend de nous si plus tard nos descendants seront forts, solides. En ce moment, nos descendants ne se manifestent peut-être pas encore, mais ils sont déjà là, comme nous pouvons déjà voir la plante de maïs dans la graine de maïs. Alors, en écoutant le son de la cloche dans la salle de méditation, ou bien le son de la cloche annonçant les activités à l'extérieur, l'heure des repas, l'heure de la méditation assise, de la méditation marchée, nous pratiquons la même chose. Quand nous écoutons la grande cloche du temple, nous pratiquons la même chose. Tout le monde respecte ce rappel, et l'énergie est très puissante. Cela nous nourrit, cela nous guérit à cet instant même.

(cloche)

Nulle part où aller, rien à faire

Vous venez au Village des Pruniers, vous avez la chance de pratiquer l'écoute de la cloche, ensemble avec la Sangha, de pratiquer la marche méditative avec la Sangha. À chaque fois que nous faisons un pas, tous nos ancêtres, tous nos parents, toute notre lignée et les générations futures font la même chose avec nous. Nous marchons avec solidité, nous marchons tranquillement, et chaque pas contient la liberté, la solidité, la joie et le bonheur. Dans la société, tout le monde court, et dans cette course, il y a beaucoup de dispersion, de soucis, d'angoisses, et tout cela n'a pas la capacité de nourrir et de guérir. Lorsque nous venons au monastère, ou dans un centre de pratique, il faut nous entraîner à marcher. Nous devenons un bébé pour apprendre à marcher de nouveau, à respirer, à écouter, et nous marchons de manière à avoir la pleine conscience, la concentration, la compréhension, la joie et le bonheur. Nous ne courons plus, mais nous marchons tranquillement comme une personne libre. En nous, il y a l'énergie d'habitude de courir. Nous cherchons quelque chose. Nous négligeons la vie, nous négligeons notre corps et notre esprit, le moment présent, pour courir derrière quelque chose, et cette habitude est très forte. L'habitude de courir, d'être pressé est très forte, et cette habitude peut être une continuation d'une habitude de beaucoup de générations de nos ancêtres et de nos parents. Et aujourd'hui, en pleine conscience, nous pouvons reconnaître cette habitude, et nous ne voulons plus courir, nous nous arrêtons, nous marchons tranquillement, nous marchons comme une personne libre, comme si nous n'avions rien à faire. Nous sommes déjà arrivés, nous sommes chez nous, nulle part où aller, rien à faire. Et lorsque nous voyons cela, nous pouvons nous arrêter, nous arrêtons là la course. Chaque pas doit être éclairé par la sagesse, nous sommes là, nous sommes encore vivant, et nous sommes en train de faire des pas sur cette planète, et nous en sommes conscient. Chaque pas comme cela est un miracle, nous marchons, nos pas sont solides, comme les pas d'un lion, sans angoisse, sans peur, sans soucis, comme un lion qui ne fuit rien et qui ne poursuit rien. En marchant ainsi, nous entrons dans la réalité d'ici et de maintenant. Nous entrons dans l'ici et le maintenant et nous entrons en contact avec les merveilles de la vie, nous marchons comme une personne libre, comme un lion, comme un Bouddha. Chaque pas comme cela peut générer la pleine conscience, la concentration, la compréhension, la joie et le bonheur.

Chaque pas est un miracle

Qu'est-ce que la compréhension? La compréhension est la vision profonde. Nous voyons que nous sommes présents, que nous sommes vivants, que nous respirons, que nous faisons des pas, et c'est quelque chose de très précieux, et c'est ça la compréhension. La compréhension n'est pas quelque chose d'extraordinaire et de très lointain. Dès que l'on a la pleine conscience et la concentration, on a la compréhension, et avec la compréhension, tout devient très facile. On n'a pas besoin de se forcer à se ralentir ou à respirer. La compréhension nous montre que cela ne sert à rien de courir, que l'on peut marcher tranquillement. Pendant le voyage en Asie du Sud-Est, Thay a du signer beaucoup de livres. À Hong-Kong, Thay a du signer des cartons de livres. Et Thay a signé très tranquillement, Thay n'a pas vu cela comme du travail. Thay a signé deux mots: le nom 'nhat' et puis Thay a signé Hanh, et puis Thay a mis 2010, et Thay a fait cela tant de fois, des centaines de fois, et pendant que Thay signait le mot nhat, Thay pensait: 'Ah, je suis encore vivant', 'quelqu'un est encore vivant', Thay était très conscient, et quand Thay a signé Hanh, Thay se disait: 'Je suis en train de signer', 'quelqu'un signe', et quand Thay écrivait 2010, Thay se disait: 'J'envoie mon énergie à mes lecteurs'. Et Thay a signé des centaines de livres, et chaque signature contenait la pleine conscience, la concentration, et l'énergie de Thay, et c'était une pratique. C'est la vie, ce n'est pas du travail, et lorsque vous épluchez des carottes, ou quand vous faites la cuisine pour la Sangha, vous pouvez faire la même chose; quand vous coupez quelque chose, vous pouvez vous dire: 'Quelqu'un est encore vivant, quelqu'un épluche des carottes, quelqu'un fait la cuisine avec amour'; 'Tiens, quelqu'un est vivant, quelqu'un coupe des carottes, quelqu'un fait son travail avec tout son amour'. Alors, vous faites comme Thay, ou bien quand vous nettoyez la cuisine, ou lorsque vous faites la vaisselle, ou que vous conduisez pour chercher ou ramener des retraitants à la gare, vous faites cela avec joie et amour. Alors même si c'est du travail, ce n'est plus du travail, c'est du bonheur, c'est un plaisir, c'est une joie. Avec de l'entraînement, vous pouvez le faire lorsque vous marchez, vous mettez debout, souriez. Lorsque vous vous brossez les dents, vous savez: 'Tiens, j'ai encore des dents à me brosser à cet âge-ci, c'est extraordinaire'. Alors c'est ça la pleine conscience, la concentration, la compréhension, la joie et le bonheur, et le bonheur vient de ces sources d'énergie, et non de l'argent ou de la célébrité, du pouvoir, ou du sexe. Cela vient de la pleine conscience, de la concentration, de la compréhension, de la joie et du bonheur, et en tant que pratiquant, il faut apprendre à générer ces cinq sources d'énergie. Nous sommes des artistes, nous pouvons générer tout cela pour nous-même et nos amis, nos frères et nos sœurs, pour le monde. Chaque pas est un miracle. Le miracle est que nous sommes encore vivant, nous sommes présent, nous marchons sur cette planète. Et lorsque nous voyons que c'est un miracle, alors un pas est déjà le bonheur, chaque pas est paix, bonheur, chaque pas est miracle. Lorsque nous marchons de cette manière, chaque pas nous nourrit, chaque pas nous guérit. Cela dépend de nous pour que chaque pas contienne la pleine conscience, la concentration, la compréhension, la joie et le bonheur. Il nous faut suivre la Sangha, parce que dans la Sangha il y en a qui arrivent à faire cela, il y en a qui peuvent générer la joie et le bonheur en marchant, et nous pouvons faire de même, parce qu'en nous il y a un Bouddha futur. Le Bouddha était un être humain avec deux jambes, deux pieds, il pouvait marcher de cette manière, et nous pouvons faire de même.

Flâner dans la dimension ultime

Aujourd'hui, nous allons continuer avec le soutra 'Flâner dans la dimension ultime'. Pour les nouveaux venus, il suffit de réviser une seule phrase:

Les cerfs prennent refuge dans la campagne, et les oiseaux dans le ciel,
Les phénomènes se manifestent à partir de la discrimination,
Et les grands êtres prennent refuge dans le nirvana pour vivre librement.

Le nirvana est toujours là dans le moment présent. On peut le définir de deux façons: premièrement, c'est l'absence des afflictions, de la souffrance, comme le désir, l'aversion, parce que le désir et l'aversion sont des feux qui nous brûlent, et l'absence du désir et de l'aversion est le refroidissement. Donc la première signification du nirvana est le refroidissement, l'extinction du feu. Et lorsqu'il y a le feu du désir, il n'y a pas le nirvana, lorsqu'il y a le feu de l'aversion qui nous brûle, il n'y a pas le nirvana, mais lorsque nous respirons et que nous réalisons qu'il n'y a pas le feu de l'aversion en nous, qu'il n'y a pas le feu du désir qui nous brûle, alors c'est ça le nirvana. Le nirvana est défini comme l'absence de feu. Le premier sens du nirvana est le refroidissement, l'extinction du feu, et la deuxième signification, c'est l'absence de la discrimination, l'absence de la vue dualiste. Dans la vue dualiste, il y a dedans, dehors, moi, autrui, sujet, objet, mais lorsque nous transcendons la vue dualiste, nous ne voyons pas la séparation entre sujet et objet, esprit et matière, moi et autrui, et lorsqu'il n'y a plus cette discrimination, il y a beaucoup de liberté, cette liberté est immense, et c'est ça le nirvana, c'est l'espace. Par exemple, quand nous voyons moi et autrui, nous faisons la comparaison: 'Est-ce que je suis égal, inférieur ou supérieur à l'autre?' Il y a trois complexes: complexe de supériorité, d'infériorité et d'égalité, et ces trois complexes sont basés sur la discrimination entre moi et autrui. Mais lorsque nous voyons clairement que moi et autrui inter-sommes, que je suis en lui et qu'il est en moi, cette vision transcende la vue dualiste, et avec cette vision, il n'y a plus de complexe d'infériorité, de supériorité ou d'égalité. Sans cette vue dualiste, nous avons beaucoup d'espace, beaucoup de liberté, et c'est ça le nirvana. Le nirvana est là dans le moment présent, on n'a pas besoin de le chercher dans un monde lointain. Dans le christianisme, si les chrétiens acceptent Dieu comme le nirvana, alors c'est très facile. Dieu est l'absence du feu, l'absence de la discrimination, Dieu devient un avec le nirvana. Il y a des théologiens, des chrétiens mystiques qui voient cela, qui voient que Dieu n'est pas quelque chose de séparé de nous, que Dieu n'est pas quelque chose à l'extérieur de nous que nous devons chercher, mais que Dieu est la liberté-

même, le bonheur-même qui sont déjà présents en nous quand il n'y a plus ce feu qui nous brûle, cette discrimination qui coupe tout en morceaux, comme une vague qui souffre parce qu'elle monte, parce qu'elle descend, meurt, naît, et qui se compare avec d'autres vagues, qui a des complexes. Mais quand la vague sait qu'elle est l'eau, elle ne souffre plus quand elle monte ou descend, quand elle est petite ou grande, la vague n'a pas besoin de chercher l'eau, parce qu'elle-même, elle est l'eau. Et c'est pareil quand nous cherchons Dieu: si nous pensons que Dieu est une réalité que nous cherchons à l'extérieur de nous, alors nous restons encore coincés dans la vue dualiste, et ce n'est pas le nirvana. Dans le nirvana, il n'y a pas dedans, dehors, moi, autrui. Dans la retraite, Thay a dit que si en occident on mettait Dieu à sa bonne place, tout serait bien. C'est parce qu'on met Dieu à sa mauvaise place, dans une réalité à l'extérieur de nous, qu'il y a une crise en ce moment.

Verset 22:

Il n'y a plus de peur à propos de ce qu'il voit,
Il n'y plus aucun doute à propos des mots et des non-mots
La flèche a touché l'être,
Il n'y a plus rien à exposer à la rencontre d'un ignorant.

Un théologien a dit que Dieu est la fondation de l'être. Mais dans la vision bouddhique, dans le nirvana, l'être est une notion qui s'oppose à la notion de non-être. Ce théologien a tendance à mettre Dieu dans le côté de l'être, et il a dit: 'Dieu est la fondation de l'être', mais nous pouvons poser cette question: 'Si Dieu est la fondation de l'être, alors qui est la fondation du non-être?', parce que s'il y a ceci, il y a cela, s'il y a l'être, alors il y a le non-être aussi. Alors ici, le pratiquant zen met une flèche et puis il la tire, et il touche l'être et le non-être tombe aussi. Dans la vérité absolue, dans la vérité ultime, il n'y a plus de notion d'être ou de non-être. C'est faux de dire que Dieu est l'être, et c'est faux aussi de dire que Dieu est le non-être, parce que cela transcende les deux, l'être et le non-être. L'être et le non-être sont encore dans la vue dualiste. Si on met Dieu du côté de l'être, alors on ne le met pas à sa bonne place. C'est faux de dire que Dieu existe, et c'est faux aussi de dire que Dieu n'existe pas, parce que Dieu transcende les notions de l'être et du non-être, et c'est ça, le nirvana. Le nirvana est premièrement l'absence des feux qui nous brûlent, et ensuite des paires de notions qui s'opposent. Alors le but du pratiquant, ce n'est pas de chercher le non-être, le pratiquant cherche à se libérer des deux: de l'être et du non-être. En 1962, Thay a demandé de publier un cahier de poèmes à Saïgon: 'Les mains jointes, je prie pour les colombes.' Ce sont des poèmes de paix, mais plus tard, ils ont appelé ces poèmes des poèmes révolutionnaires. En fait, ils ne le sont pas, et avec la censure, ils n'ont laissé que deux ou trois poèmes, et parmi ces poèmes, ils n'ont pas compris le poème 'Une flèche, deux illusions'. On tire une flèche mais cela touche deux drapeaux, c'est à dire la vue dualiste, l'être et le non-être, et les politiciens ont compris que Thay était contre les communistes aussi bien que les anti-communistes. Ils ont compris que Thay suivait un mouvement neutre, et c'était un mouvement qui était interdit aussi. Et donc, tous ces poèmes ont été censurés parce qu'ils n'ont rien compris à ces poèmes. 'Une flèche, deux illusions'. Avec la pleine conscience, la concentration et la compréhension, on tire une flèche et on peut toucher ces deux notions, et eux ont compris que Thay était contre les communistes et les anti-communistes, que Thay faisait partie du mouvement neutre, et donc ils ont censuré tous ses poèmes. Quand on touche l'être avec la flèche, alors on touche en même temps le non-être. Et lorsque l'être et le non-être sont touchés, la naissance et la mort sont touchés et tombent, et l'espace est immense, il y a toute la liberté. Lorsque l'on rencontre un ignorant, on n'a pas besoin de dire quelque chose, parce qu'il ne comprend rien, et on ne peut rien lui dire. On ne ressent pas le besoin de discuter avec lui, et d'argumenter avec lui. Si on comprend qui est Dieu, alors on n'a plus besoin de théologiens, on n'a plus besoin d'argumenter, parce qu'une fois qu'on atteint la vue non-dualiste, si les autres continuent à argumenter, tout ce qu'on fait, c'est de sourire, cela ne sert à rien d'argumenter. Que Dieu existe ou n'existe pas, que le nirvana existe ou non, cela ne sert à rien d'en parler.

Verset 23:

C'est le plaisir le plus élevé,
Le chemin de l'extinction est inégalé.

C'est le plaisir le plus élevé. Dans le soutra, on utilise le mot 'plaisir', et c'est le plaisir le plus élevé. Ce chemin de l'extinction est inégalé. Extinction ici signifie l'absence de toutes les notions, de l'être et du non-être. Un poète a écrit un verset semblable: 'Je fais un pas et tous les mots tombent deux fois.' Grâce à ce regard profond, toutes les notions, tous les concepts comme être, non-être, naissance et mort tombent et la réalité ultime se révèle. Cette réalité ultime ne peut pas être décrite avec les notions d'être, de non-être, de naissance et de mort. C'est le plaisir le plus élevé, ce chemin de l'extinction est inégalé. L'extinction ici, ne signifie pas que rien n'existe, cela signifie simplement l'absence de toute agitation, de toutes les pensées agitées, les pensées d'être, de non-être, de moi, d'autrui, de dedans, de dehors, de sujet, d'objet, de naissance, de mort.

(cloche)

Lorsque nous goûtons ce grand bonheur, on a la capacité d'être patient,

Notre coeur est comme la terre, et la pratique de la patience comme une forteresse.

Lorsque nous goûtons ce bonheur, ce grand bonheur, ce grand plaisir, lorsque nous arrivons à entrer dans cet espace immense de l'absence des notions, notre coeur peut être comme la terre. La terre et elle est très patiente, et notre coeur a une grande capacité de contenir. Dans le soutra, il est dit que lorsque le Bouddha a enseigné à Rahula, le Bouddha a dit: 'Il faut que tu t'entraînes à devenir comme la terre. Si les gens versent sur terre du parfum, ou des plats délicieux, ou des excréments, de l'urine, la terre reçoit tout.' La terre a la capacité de recevoir et de transformer. Et la terre ne fait pas de discrimination. Elle ne fait pas de discrimination entre ce qui est bon et ce qui est mauvais. Et si nous pouvons goûter le plaisir du nirvana, ce que nous ne pouvions pas supporter avant, maintenant, nous nous le pouvons, nous pouvons tout recevoir. Nous avons une grande capacité de recevoir, de contenir. Et shanti paramita, cette pratique de patience, de l'endurance, devient comme une grande forteresse.

Verset 24:

Aussi pure que l'eau claire, sans plus aucune souillure
Ni aucun élément du samsara, il ne reçoit plus l'autre.
Le gain et le bénéfice ne sont plus des repères à suivre,
Car même s'il y a le gain et le bénéfice, la souffrance demeure.

Aussi pure que l'eau claire, sans plus aucune souillure. Le verset 23 utilise l'exemple de la terre, et le verset 24 l'exemple de l'eau. Dans le même soutra, le Bouddha a enseigné à Rahula à s'entraîner pour devenir comme l'eau. Si on verse dans l'eau du parfum, du lait, l'eau n'est pas contente, et quand on verse de l'urine, des excréments, l'eau n'est pas triste, parce que l'eau a la capacité de tout recevoir et de tout transformer, et l'eau peut tout purifier. Les éléments du samsara sont tous les liens, toutes les attaches qui nous lient au monde des afflictions, de la souffrance, qui sont la fondation de l'être, où l'être ici, signifie le cercle du samsara. Pourquoi devons-nous entrer et sortir, monter et descendre dans ce monde de la souffrance? Parce qu'il y a les éléments du karma, des afflictions que nous avons créés. Nous avons créé les racines de la passion, de la haine, et c'est pourquoi nous devons y retourner tout le temps, dans ce monde de la souffrance. Mais lorsque nous pratiquons, nous tranchons toutes ces racines, tous ces liens, ces attaches, et une fois que nous coupons tout, nous ne retournons plus dans ce monde de souffrance. Ces liens, les source de la souffrance, ne sont plus, on ne reçoit plus l'autre, et l'autre ici signifie la vie de la souffrance. Nous sommes libérés, nous sommes comme le Bouddha, les bodhisattva qui flânent sans être attachés. Notre monde est le monde dans lequel les êtres ordinaires et les saints vivent ensemble. Les êtres ordinaires sont attachés par toutes les souffrances, tandis que les saints sont totalement libres. L'autre ici signifie les afflictions, une fois que les éléments du samsara ne sont plus, alors on ne reçoit plus la vie de la souffrance, et ce qu'on appelle le gain, la réussite, le bénéfice. Les personnes ordinaires considèrent le bonheur comme la réussite, et chaque jour, ils lisent les journaux pour voir si la bourse monte ou descend. Ils cherchent le gain, le profit, le bénéfice matériel, et le gain ici signifie que l'on monte dans l'échelle sociale. Alors notre vie ne suit plus ces repères de gain et de bénéfice, ces deux choses ne suffisent pas, ne peuvent pas nous affecter. Même si on les appelle gain ou bénéfice, cela reste dans le domaine de la souffrance. On souffre quand on perd, mais même quand on gagne, on souffre aussi, parce que cela reste encore dans la réalité relative, alors le gain et le bénéfice ne sont plus des repères à suivre, ils ne peuvent plus nous attacher, car même si on les appelle gain ou bénéfice, la souffrance demeure.

Verset 25:

Il faut souhaiter seulement le gain et le bénéfice du Dharma.
Lorsqu'il y a le gain du Dharma, nous ne naissons plus dans le monde de la souffrance,
Et ne produisons plus les éléments du samsara.
Si vous voulez mettre fin au cercle du samsara, arrêtez tout acte dissipé.

La conclusion est qu'il faut souhaiter seulement le gain et le bénéfice du Dharma. Lorsqu'il y a le gain du Dharma, nous ne naissons plus dans le monde de la souffrance. Si nous ne sommes pas nés, nous ne produisons plus rien, c'est à dire que nous ne créons plus les éléments du samsara, on ne crée plus des liens, des attaches qui nous lient au samsara. Si vous voulez mettre fin au cercle du samsara, arrêtez tout acte dissipé. Si vous ne voulez plus tourner en rond dans le monde des souffrances, alors n'allez plus dans cette direction, arrêtez tout acte dissipé. La pratique est de produire les éléments de la vie sainte. Ce n'est pas parce qu'on appelle une personne un saint qu'il est une personne sainte. On est saint quand on peut créer les éléments de sainteté dans chaque action, chaque regard, chaque pensée, chaque mot. La sainteté est quelque chose que l'on génère par soi-même. Et les éléments de la sainteté sont la pleine conscience, la concentration et la compréhension. Si nous avons la pleine conscience, la concentration et la compréhension, nous n'allons pas dans la direction de la souffrance. Si nous avons la pleine conscience, nous avons les préceptes. Si nous sommes en pleine conscience, nous n'avons pas à garder les préceptes, car chaque action sera les préceptes eux-même. Lorsque l'on est vraiment en pleine conscience, on est les préceptes, et nous pratiquons la vie sainte. Si nous suivons une vie sainte, c'est grâce au fait que l'on pratique les préceptes, et que l'on ne va pas dans la direction dissipée, et pas parce que l'on nous donne la sainteté. L'élément saint n'est pas donné, mais il est généré par la pleine conscience, la concentration, la pratique des préceptes. Nous continuerons jeudi prochain.

(cloche)

**Enseignement donné le 28 Novembre 2010 en vietnamien, transcrit par Pháp Thân
d'après les traductions françaises et anglaises.**