

Paramârtha-gâthâs (8ème partie)

22. Le présent se désintègre rapidement ;
Le passé ne demeure nulle part ;
Ce qui n'est pas encore né dépend de conditions
Le mental évolue selon les trois temps.

23. En terme d'absolu, il est possible
De parler d'association et de dissociation.
Évoluer selon le mental signifie
Évoluer en association ou non.

24. Dans ce courant, il n'y a pas d'interruption,
Ni similarité ni différence.
Tout suit la vue du soi,
Et l'action de la vérité relative n'est pas inexistante.

25. Si la forme physique se décompose,
La forme psychologique se décompose aussi.
Il est dit quand même que, dans cette vie et dans la vie suivante,
L'action de chacun l'amène à recevoir ses fruits.

(cloche)

Chère Sangha, aujourd'hui nous sommes le Dimanche 18 Décembre de l'an 2011, nous sommes dans la salle de méditation de l'Assemblée des Étoiles du temple Nectar du Dharma au Hameau du Bas pendant la retraite d'hiver 2011-2012.

Ce matin, un frère a chanté en vietnamien au Hameau du Haut avant la méditation assise, et tout à l'heure, c'était une soeur qui chantait au Hameau du Bas. Notre frère a chanté : 'Avec gratitude, nous nous inclinons devant le bodhisattva de la Terre fraîche', alors il nous a devancé. Et Thay pense que dans les prochains jours, les autres hameaux vont chanter la même chose à la cérémonie de récitation. Hier, Thay écrit beaucoup de calligraphies en français, en anglais. 'La Terre mère est le bodhisattva le plus beau' ; 'Je suis amoureux avec le bodhisattva de la grande Terre.' Et puis Thay a écrit : 'Le Royaume de Dieu est sur Terre.' Thay a écrit : 'Je prends refuge dans le bodhisattva de la Grande Terre.' Thay a écrit encore beaucoup d'autres phrases, mais Thay a oublié, alors vous pouvez partager ces calligraphies entre les hameaux. Nous aurons sûrement à Noël le texte, 'conversations intimes avec la Terre mère' dans les trois langues : en vietnamien, en français, et en anglais, et nous espérons que nous aurons aussi le texte en allemand, et Thay a aussi demandé à une soeur qu'elle le traduise en japonais. Et Thay va ajouter encore deux autres phrases. La première phrase est : 'Respectueuse Mère, puisque tu as la nature du Bouddha, tous tes enfants ont aussi la nature du Bouddha. Puisque tu es dotée de la nature du Bouddha, tous tes enfants portent en eux la capacité de s'éveiller, la capacité de vivre heureux dans l'esprit de la responsabilité.' Thay a rajouté cette phrase. Et Thay a rajouté une autre phrase plus longue : 'Chère mère, tes enfants ont pu construire des télescopes très puissants capables de capturer de nombreuses sortes de lumières qui sont inaccessibles à l'oeil humain, comme les rayons infrarouges, les rayons ultra-violet, les rayons X, ou les rayons gamma. Nous avons mis ces télescopes en observation spatiale au-dessus de l'atmosphère de la Terre, à plusieurs milliers de kilomètres au-dessus de la surface de la Terre, et nous avons eu la chance d'observer le cosmos dans toute sa splendeur. Nous avons vu des galaxies très loin, nous avons vu des étoiles à des centaines de millions d'années lumière. Nous avons vu encore plus de votre splendeur, chère mère, et aussi les merveilles en nous. Notre conscience est de la même nature que la conscience du cosmos et que votre conscience. Le cosmos radiant et élégant que nous sommes capables de voir est cette conscience elle-même, et non quelque chose à l'extérieur d'elle. Nous savons que tous vos enfants qui pratiquent le regard profond avec pleine conscience et concentration seront aussi capables de développer cette sorte de sagesse de merveilleuse observation.' Nous ajouterons ces phrases dans le texte.

Nous commençons à prononcer les noms des bodhisattva et des Bouddha en sanskrit avec la prononciation en sanskrit, parce que les noms en sanskrit sont la plupart des gens utilise. Par exemple, nous ne pouvons pas dire : 'Est-ce que je peux avoir un billet d'avion pour aller à kin seun ?' Il faut dire San-Francisco, n'est-ce pas ? Si on dit : 'Je voudrais acheter un billet d'avion pour aller à nou-yeu', personne ne va vous comprendre ; il faut dire : 'Je voudrais un billet d'avion pour aller à New-York.' Les gens utilisent les noms des bodhisattva en sanskrit, et si nous continuons à les prononcer en vietnamien, ça ne va pas. Si nous disons Avalokita, comme Thay vient de prononcer en vietnamien, personne ne va comprendre, nous devrions dire Avalokita. Alors à partir d'aujourd'hui, au lieu de chanter en vietnamien, nous pouvons chanter 'Namo Shakyamuni', et tous nos amis vont comprendre tout de suite ce que nous chantons. Quand nous étions à Hong-Kong, Thay a demandé à deux frères de faire une musique pour chanter, pour envoyer de l'énergie, et au lieu de chanter ce que nous chantons en ce moment, nous pouvons le chanter en sanskrit. Il semble que nos deux

frère l'ont déjà finie, alors il faut que la Sangha s'entraîne. Cet après-midi, après le repas formel, nous allons chanter avec les noms en sanskrit. Ce marqueur ne marche plus, ce temple est tellement pauvre. La première ligne est : 'Nam mô duc Bôn su Bat Shakyamuni,' 'Hommage au Bouddha Shakyamuni, notre maître initial' La deuxième ligne est : 'Nam mô duc Bô Tat daitri Manjushri,' 'Hommage au bodhisattva de la grande compréhension, Manjushri.' La troisième ligne : 'Nam mô duc Bô Tat Hanh Samanthabhadra,' 'Hommage au bodhisattva de la grande action, Samantabhadra.' Et puis : 'Nam mô duc Bô Tat Dai Bi Avalokiteshvara,' 'Hommage au bodhisattva de la grande écoute, Avalokiteshvara.' Et : 'Nam mô duc Bô Tat Dai Nghyên Ksitigarbha,' 'Hommage au bodhisattva de la grande aspiration, Ksitigarbha.' Nous allons essayer. (La Sangha chante.) Alors à partir d'aujourd'hui, nous allons chanter comme cela au Village des Pruniers, et à Deer Park, à Blue Cliff, et aux autres temples.

Le bonheur du Dharma

Chère Sangha, la dernière fois, nous avons parlé du bonheur du Dharma. Quand nous mettons en pratique les enseignements du Bouddha dans notre vie quotidienne, nous devons avoir le bonheur, nous devons avoir la joie de la pratique, le bonheur du Dharma. Et bien sûr, ce bonheur du Dharma provient de la source de la pleine conscience et de la concentration et non d'autre chose. Que nous soyons heureux ou non dépend de la pleine conscience, de la concentration et de la vision profonde. Si nous pouvons engendrer, générer, la pleine conscience, la concentration et la vision profonde, nous sommes heureux. Par exemple, quand nous marchons, si nous marchons en pleine conscience, notre cerveau ne voyage pas dans le passé, dans le futur, et il n'est pas emporté par les problèmes, les soucis, la tristesse. En marchant, notre esprit est présent avec notre corps, et si notre esprit est présent avec notre corps, c'est parce que nous saisissons la respiration, parce que nous sommes conscients que nous sommes en train de respirer et de faire des pas, et c'est ça la pleine conscience. La pleine conscience nous ramène au moment présent, nous ramène ici. Alors c'est le fondement du bonheur, qui est ici et maintenant. C'est la présence ici et maintenant. Chaque pas ou chaque respiration faits en pleine conscience, c'est à dire à chaque fois que nous marchons en sachant que nous marchons, à chaque fois que nous respirons en sachant que nous respirons, nous avons la pleine conscience, et le bonheur provient de cette pleine conscience, parce que la pleine conscience entraîne la concentration. La concentration signifie que nous sommes concentrés sur la respiration, sur les pas que nous faisons, et avec la concentration, nous découvrons que nous sommes là, présents, que c'est l'automne autour de nous. L'automne est très beau et nous avons le temps de marcher tranquillement, et naturellement, nous sommes heureux. Ce matin, en marchant en pleine conscience de sa cabane à la salle de méditation, à chaque pas, Thay était heureux. Le ciel est clair, il y a les étoiles, la lune, et en marchant de la cabane à la salle de méditation, Thay était heureux à chaque pas, et Thay était heureux parce que Thay était présent, et Thay saisisait sa respiration et ses pas, et Thay se réjouissait vraiment du moment présent. En inspirant, on peut faire deux ou trois pas, et tous les pas sont délicieux, chaque moment est délicieux. Je suis en contact avec la Terre mère. L'air est si pur. Et bien sûr, non seulement Thay, mais les frères et soeur peuvent faire de même. Le matin, en allant à la méditation assise, ils peuvent être heureux aussi. Et les pratiquants laïcs sont capables de faire de même. Ils savourent chaque respiration et chaque pas. Et de tels pas, de telles respirations, leur apportent le bonheur, les nourrissent, et leur apporte la guérison. Alors la pleine conscience, la concentration et la vision profonde sont la source du bonheur, et les pratiquants sont capables de les générer. Quand Thay regarde quelqu'un qui marche comme ça, Thay est heureux aussi. Alors non seulement nous pouvons nous rendre heureux, mais nous pouvons rendre les autres heureux aussi. Dans ce monde, combien de personnes peuvent marcher comme ça ? Il suffit de marcher comme ça et nous pouvons rendre ce monde paisible. Nous pouvons produire la paix, à chaque pas. 'Je suis chez moi, je suis arrivé.' Nous voyons clairement que notre bonheur ne dépend pas de l'argent, du pouvoir, ou de la renommée, mais notre bonheur est fait de ces trois sources d'énergie : la pleine conscience, la concentration et la vision profonde. Dès que nous avons la pleine conscience, nous avons la concentration. Dès que nous avons la concentration, nous voyons profondément les choses. Premièrement, nous voyons que nous sommes présents, et quand nous sommes présents, nous pouvons reconnaître d'autres choses qui sont présentes en nous et autour de nous. Par exemple, nous pouvons voir qu'aujourd'hui, il y a le soleil et la lumière. L'hiver est arrivé, Noël approche, et nous sommes ensemble, en une famille spirituelle, nous avons nos frères, nos soeurs, nos amis. Et nous sommes heureux le matin, l'après-midi, le soir, en marchant nous sommes heureux, et quand nous arrivons à la salle de méditation, quand nous nous asseyons, nous sommes heureux aussi. Quand nous nous asseyons, nous avons la chance de calmer notre respiration, notre corps et notre esprit pour générer le bonheur. Et nous savons que nous sommes dans la salle de méditation avec nos frères et soeurs, avec nos amis. Dans la vie, dans la société, peu de personnes ont cette chance.

Voir le nuage dans le thé

Au petit déjeuner, c'est pareil : nous ne courons pas pendant le petit déjeuner. Pendant le petit déjeuner, nous avons la pleine conscience, la concentration, et nous profitons de nos frères et soeurs, alors la joie et le bonheur sont créés à tout moment. Et quand nous sommes dans la voiture pour aller au Hameau du Bas, il n'y a pas un seul instant où nous ne sommes pas heureux. Tout ça, ça dépend de nous. Si nous n'avons pas de soucis, ne souffrons pas, générons la joie, le bonheur du Dharma, cela dépend de nous. Et quand nous pratiquons avec une Sangha, c'est très facile, parce qu'il y a l'énergie collective de la pleine conscience, de la concentration et de la vision profonde, et cette énergie collective peut consolider notre propre énergie de la pleine conscience et de la concentration. Le bonheur est possible à chaque instant. Quand nous prenons du thé dans une tasse et quand nous le soulevons, nous sommes heureux aussi, et en prenant du

thé, nous sommes heureux aussi. Prendre du thé ou préparer du thé, c'est aussi la pratique. Quand nous soulevons la théière pour verser du thé dans une tasse, notre esprit, notre coeur doivent être là, et quand le thé coule de la théière, et si nous sommes vraiment présents, nous voyons que ce sont des nuages dans le ciel qui tombent dans notre tasse. Thay a écrit une calligraphie : 'Souris au nuage dans ton thé.' En buvant du thé, nous voyons un nuage dans notre thé, c'est la pratique. Prendre du thé est la pratique. D'autres personnes prennent du thé en étant complètement envahis par la souffrance, et le thé n'est pas vraiment là pour eux, et si le thé n'est pas vraiment là, comment peuvent-ils voir le nuage dans le thé ? Et quand nous prenons une cuillère de muesli, ou quand nous prenons un morceau de pain, si notre esprit est présent, que voyons-nous dans ce morceau de pain ? Nous voyons d'où il vient. Nous voyons d'où vient ce verre de lait de soja. Au petit déjeuner, nous prenons seulement le petit déjeuner, seulement le petit déjeuner, et rien d'autre. Nous pouvons voir les champs immenses, les États comme le Texas aux États-Unis où beaucoup ils font pousser beaucoup de soja. Il faut voir l'origine du lait de soja. Nous voyons les rayons de soleil, la pluie. Et nous voyons aussi les frères et soeurs qui préparent ce lait de soja. À ce moment-là, nous sommes vraiment en contact avec ce lait de soja, et nous sommes heureux en le prenant. Nous prenons vraiment le lait de soja, nous ne prenons pas nos soucis, notre souffrance. Et nous pouvons le faire. À chaque fois que Thay mange du pain, Thay voit la sagesse de tant de générations de personnes qui ont fait ce pain. À Duras, il y a une boulangerie, avec du pain cuit au feu de bois, et il y a une sorte de baguette qui s'appelle grand siècle. Et le boulanger est d'origine indienne. Il a travaillé à l'Ambassade de l'Inde à Paris. Et plus tard, il s'est marié avec une femme française, et les deux ont pris la décision d'avoir une boulangerie. Il ne voulait plus travailler à l'Ambassade, il préférait travailler à la boulangerie. Et à chaque fois que soeur Chan Khong passe à la boulangerie, elle dit à la boulangère : 'Vous faites un merveilleux travail de culture, vous savez comment préserver la culture française.' Et à chaque fois que soeur Chan Khong lui dit ça, la boulangère est très heureuse. Et quand Thay prend un morceau de pain, Thay voit tout cela, et Thay chérit son morceau de pain. Thay ne mâche pas ses soucis, sa souffrance. Au petit déjeuner, nous ne prenons que notre petit déjeuner, nous ne faisons qu'une chose à la fois, et nous devons nous entraîner pour pouvoir faire ça. Ce n'est pas très difficile, mais il faut de l'entraînement pour que ça devienne une habitude, pour prendre le petit déjeuner dans le bonheur.

Anesthésie

En se brossant les dents, on peut être heureux aussi. Thay a beaucoup de chance, parce qu'il a un dentiste qui travaille gratuitement pour lui. La première fois que Thay est allé voir un dentiste au Vietnam, elle a donné à Thay de la vitamine C. Et la première fois que Thay est allé voir un dentiste aux États-Unis, en 1962, l'année où Thay a écrit : 'Une rose rouge à ma boutonnière', le dentiste a enlevé une dent de Thay. Il l'a fait trois fois, parce qu'il y avait trois racine. La première fois, il a mis de l'anesthésique local, et Thay a eu de la fièvre. Thay a eu de la fièvre toute la nuit, alors la deuxième fois, Thay a dit : 'Ne me mettez pas de d'anesthésique,' et le dentiste a dit : 'Mais cela fait très mal, vos racines sont très profondes.' Et Thay a répondu : 'Ce n'est pas grave, je n'ai pas besoin d'anesthésie, parce que je vais utiliser la pleine conscience et la concentration pour soulager la douleur.' Et le dentiste a dit : 'Vous êtes sûr ? C'est vraiment très douloureux.' Et il a enlevé sans anesthésie, et Thay n'a pas crié, n'a pas pleuré, et le dentiste a vraiment admiré Thay, et quand il a enlevé la troisième racine, Thay a dit : 'Combien je vous doit ?' Il a dit : 'Non, rien, rien. Quand vous retournez au Vietnam, envoyez-moi une carte postale, et ça suffit.' Et aujourd'hui il y a un dentiste, qui vient presque toutes les semaines au Hameau Nouveau, qui écoute les enseignements. Il prend soin des dents des frères et soeurs. Et à cet âge, Thay peut mâcher des baguettes croustillantes, le pain du siècle, et Thay est très heureux. 'Ah, à cet âge, je peux encore mâcher des baguettes très croustillantes. Même si Thay a perdu quelques dents, Thay en a assez pour se réjouir des baguettes.' Alors au petit déjeuner, Thay est très heureux. Alors si vous êtes pratiquant, pendant le petit déjeuner, vous devez être heureux. Non seulement pendant le petit déjeuner on est heureux, mais pendant la préparation du petit déjeuner, on est heureux aussi, parce qu'on sait qu'on le prépare pour sa famille, ou pour la communauté, avec tout son amour, sa pleine conscience et sa concentration. On est heureux aussi dans la préparation. Et c'est la même chose pour laver le linge : même si dans le monastère il y a des machines à laver, il y en a qui aiment faire à la main aussi. Au Hameau du Haut, à chaque fois que Thay doit laver ses vêtements, Thay ne demande pas à ses intendants, mais Thay les lave tout de suite à la main. Et c'est très rapide, avec la lessive écologique qui n'abîme pas la peau. Depuis que Thay est devenu moine, sa maman ne fait plus sa lessive. À l'âge de seize ans, Thay est devenu moine, et la première fois, quand sa robe était un peu déchirée, sa maman n'était plus là, alors il a cherché partout pour avoir une aiguille, et Thay a utilisé une sorte fil de feuille assez solide, et il a réparé ses vêtements. Et petit à petit, Thay s'est habitué, et il a appris à faire la cuisine, il a appris à porter de grands containers d'eau, et comme pour tout le monde, au début, cela faisait très mal à l'épaule, mais après du temps cela allait mieux. Et Thay a appris à faire du jardinage, à planter, à décortiquer, enlever la peau du riz, et tout préparer afin que l'on puisse cuire le riz. Et à cette époque, il n'y avait pas encore l'électricité, ni l'eau courante, ni les toilettes. On a du apprendre à tout faire. Alors le bonheur est possible quand on prend le petit déjeuner, quand on marche, quand on fait la méditation assise, quand on fait le linge, quand on se lave, quand on se rince la bouche. À chaque instant, on peut être heureux, il suffit de s'organiser pour avoir le temps de faire tout cela tranquillement. Si on cherche le bonheur dans la renommée, le pouvoir, l'argent, on peut être emporté, et une fois qu'on est emporté, on n'apprécie plus les petits bonheurs, on perd tous ces petits bonheurs, on dépend complètement de l'avenir, et on n'a plus le bonheur dans le moment présent. Alors Thay a promis au Bouddha : 'Je ne veux pas poursuivre la réussite basée sur le bonheur dans l'avenir. Je veux les petits bonheurs dans le moment présent. Chaque jour, je suis heureux dans tout ce que je fais, et je ne suis pas assez stupide pour laisser s'échapper tous ces bonheurs très réels, concrets, pour poursuivre un bonheur lointain.' Thay a promis cela au Bouddha. Alors votre pratique est pareille : il ne

faut pas dépendre de l'avenir. Si nous avons la pleine conscience, la concentration, nous pouvons être heureux ici et maintenant, tout de suite. Une journée à vivre est une journée heureuse avec la pratique de la pleine conscience, c'est la joie de la pratique du Dharma. Alors continuons avec les versets.

Vingt-deuxième verset :

22. Le présent se désintègre rapidement ;
Le passé ne demeure nulle part ;
Ce qui n'est pas encore né dépend de conditions
Le mental évolue selon les trois temps.

Le présent se désintègre rapidement. Le présent ne dure pas longtemps. Il passe en un claquement de doigts, et il devient le passé. On ne peut pas le saisir, il est insaisissable. Cette chose présente devient une autre chose présente, et une autre chose présente. Chaque moment présent est très court. Alors vivre dans le moment présent ne signifie pas saisir le moment présent. Vous ne laissez pas la dispersion vous emporter, alors votre esprit est dans le moment présent profondément, même en un millième de seconde, mais vous vous réjouissez de ce moment présent. Et si le moment présent passe très rapidement, notre esprit est pareil. Il faut suivre, mais pas saisir. Et cette flamme, nous croyons qu'elle dure pendant des heures, mais ce n'est pas correct. Cette flamme est présente seulement en ksana, en un clin d'oeil, et après, c'est déjà une autre flamme. Basée sur les mêmes conditions, une autre flamme se manifeste, et elles se suivent, et cela nous donne de l'illusion, nous croyons que c'est une seule flamme qui continue tout le temps. La dernière fois, nous avons appris que notre esprit est un processus, il est comme des tours de magie, il est de la nature cinématographique. Ce n'est pas quelque chose que nous pouvons saisir, ce sont des images qui ont lieu en un instant. Et toutes les images se suivent. Sur l'écran, nous voyons quelqu'un qui se baisse et qui se lève, et nous croyons que c'est le même homme. En fait, il y a plusieurs hommes, de nombreux hommes, de nombreuses images qui se succèdent, qui se suivent, et nous croyons que celui qui se baisse et celui qui se lève est le même homme, mais en fait c'est simplement une succession d'images. Et notre esprit est de même. C'est une série de millions de formations mentales qui se succèdent le temps d'un ksana. Et il en est de même pour la forme, et pour tout. Et ce n'est pas seulement la vision profonde du Bouddha. Confucius a dit la même chose. Et en Occident, les philosophes disent aussi que personne ne peut se baigner dans le même fleuve. Après la baignade, on monte, puis on redescend, et nous croyons que c'est le même fleuve. Non, l'eau est déjà passée, et cette eau est une nouvelle eau. Le fleuve change continuellement, et nous avons l'illusion que c'est le même fleuve. Et ce qui est drôle, c'est que dans cette phrase, on dit que personne ne peut se baigner dans le même fleuve, alors on croit que cette personne est la même, mais en fait cette personne c'est pas la même non plus. Pas le même fleuve, mais pas la même personne non plus. Le baigneur est aussi un autre fleuve qui change continuellement. Et il en est de même pour la flamme, et aussi pour vous. Depuis que vous êtes entré dans cette salle, vous êtes déjà différent.

Le présent se désintègre rapidement. Le passé ne demeure nulle part.

Le présent devient le passé, mais où se trouve le passé ? Nous ne pouvons pas trouver le lieu du passé, le passé n'a pas de lieu, n'a pas la localité. Il n'a pas la localité, ce n'est pas comme une réserve où peut mettre des choses.

Ce qui n'est pas encore né dépend de conditions

Et le futur, nous ne pouvons pas le voir. Le futur dépend de conditions, et on ne sait pas si ces conditions sont suffisantes ou non, alors on ne peut pas être prévoir l'avenir, on ne peut pas être clair à propos du futur, il dépend de conditions.

Le mental évolue selon les trois temps.

Alors le passé est insaisissable, le moment présent est insaisissable aussi, et le futur est insaisissable aussi. Tout cela est insaisissable. Il faut cette compréhension pour voir l'évolution, l'écoulement de l'esprit. Quand un scientifique observe des atomes ou des particules subatomiques, il peut voir que ces particules changent très vite. La nature de l'impermanence des atomes et des particules subatomiques est très claire. Une particule ne demeure pas la même. En deux instants, les particules ne sont plus les mêmes. Alors parler de la matière inerte n'est pas correct. Elle n'est pas inerte, elle est très vivante, elle évolue tout le temps. Les choses changent continuellement comme ça. Et nous divisons en passé, présent, et futur, mais nous ne pouvons pas les saisir. Et quand nous regardons notre esprit, nous voyons que c'est pareil, que notre esprit est de nature cinématographique. Les scientifiques peuvent voir les particules subatomiques évoluer extrêmement vite. Elles évoluent très vite, elles changent très rapidement. Mais les scientifiques croient que leur esprit est toujours leur esprit. Ils pensent que seules les particules subatomiques changent, mais pas leur esprit. Mais en fait, notre esprit est pareil, notre esprit est aussi de nature cinématographique, exactement comme les atomes et les particules subatomiques. Si la flamme précédente n'est plus, notre esprit précédent n'est plus non plus, nous avons un nouvel esprit. Alors il est impossible de saisir quoi que ce soit, tout ce qu'on peut faire, c'est simplement suivre.

Vingt-troisième verset :

23. En terme d'absolu, il est possible
De parler d'association et de dissociation.
Évoluer selon le mental signifie
Évoluer en association ou non.

'En terme d'absolu, il est possible de parler d'association et de dissociation.' : ici on parle de deux sortes de vues : la vérité absolue et la vérité conventionnelle. Dans la vérité absolue, il y a association et dissociation. Association, ou aller ensemble, être lié. Tous les phénomènes sont liés ou non les uns avec les autres. Il est possible de dire que dans la vérité absolue, tous les phénomènes vont ensemble ou non. Association ou dissociation.

'Évoluer selon le mental signifie évoluer en association ou non.' : nous avons deux notions: le tout et l'un. Les uns vont ensemble pour faire le tout, alors il y a deux concepts : le tout et l'un. S'il y a le tout, c'est parce qu'il y a plusieurs un, parce que nous avons le concept qu'il y a plusieurs un, alors nous avons le concept de tout, sinon tout quoi ? Et parce qu'on a le concept tout, on a le concept de l'un, des uns séparés, parce que quand on rassemble tous les uns séparés, il y a le tout. Alors le tout et l'un sont deux concepts. Mais la vérité ne se trouve pas dans l'un des deux, la réalité transcende ces deux façons de voir les choses. Et dans les sciences, Fritjof Capra, un scientifique anglais, a parlé du principe du tout, wholeness. C'est un scientifique anglais, mais il a étudié la philosophie orientale, alors il a dit qu'il y avait deux ordres : explicite ordre, l'ordre expliqué, et implicite ordre, l'ordre impliqué. Alors il y a deux sortes d'ordre. Dans la dimension des phénomènes, nous voyons que la fleur est une fleur, que le nuage est un nuage : le nuage ne peut pas être fleur, et la fleur ne peut pas être nuage. Ceci se trouve à l'extérieur de cela. Le fils est à l'extérieur du père et le père à l'extérieur du fils, et quand nous voyons cela, nous sommes dans l'ordre expliqué. Les choses existent les unes à l'extérieur des autres. Mais quand on voit le nuage dans la fleur, et qu'on ne peut pas enlever le nuage hors de la fleur, quand on voit que les choses se trouvent à l'intérieur des autres, c'est l'ordre impliqué. C'est un physicien qui a trouvé ça. Si nous vivons dans l'ordre expliqué, nous sommes tous séparés. Vous êtes vous, et je suis moi, c'est tout. Les blancs sont différents des noirs. Le bonheur des blancs n'a rien à voir avec le bonheur des noirs. La souffrance des noirs n'a rien à voir avec la souffrance des blancs. Alors c'est la vision des personnes qui vivent dans l'ordre expliqué, mais en regardant profondément, nous voyons que notre bonheur est lié au bonheur des autres, et que notre souffrance est liée à la souffrance des autres. Nous voyons la liaison étroite, l'inter-être, et c'est l'ordre impliqué. Au début, nous sommes en contact avec l'ordre expliqué. Beaucoup de personnes sont malades parce qu'elles prennent soin seulement d'elles-mêmes, ne prennent pas soin de la nature, de l'environnement. On exploite l'environnement et on détruit de nombreux éléments qui peuvent nous nourrir et guérir. Les humains ne voient pas leur présence dans la nature, ils se voient complètement séparés de la nature, ils ne voient pas que leur bien-être est lié au bien-être des autres êtres vivants : les animaux, les végétaux, les minéraux. Mais une fois qu'on voit ça, on est dans le monde impliqué : les choses ne se trouvent pas à l'extérieur des autres choses mais les unes à l'intérieur des autres. Et cette vue est très proche de la vue du soutra d'Avatamsaka, on voit que les choses vont ensemble, esprit et objets de l'esprit. Dans la psychologie bouddhiste, il y a huit consciences et cinquante-et-une formations mentales. Il y a des formations mentales qui vont avec une conscience, il y en a d'autres qui vont avec d'autres consciences. Parfois elles vont avec cette conscience, parfois elles vont avec d'autres consciences ou plusieurs consciences en même temps. Alors c'est aller ensemble ou ne pas aller ensemble. Si nous venons au Village des Pruniers et que nous sommes assis ensemble, c'est parce que nous avons quelque chose qui va ensemble, sinon nous ne serions pas ensemble ce matin. C'est aller ensemble. Cela dépend de notre façon de regarder les choses, cela dépend de notre esprit si nous voyons que les choses se trouvent à l'intérieur des autres ou bien à l'extérieur des autres. Si les choses sont à l'intérieur des autres choses, alors elles n'ont pas besoin d'aller ensemble, il n'y a pas besoin d'association. Donc dire que tous les phénomènes vont ensemble, ou dire que les phénomènes ne vont pas ensemble, tout est correct, tout est possible. On peut parler de l'ordre expliqué, c'est correct. Et on peut aussi parler de l'ordre impliqué, c'est correct aussi. Dans la vérité conventionnelle, on parle de la vérité conventionnelle, c'est bon, ça va. Et on peut parler de la vérité absolue aussi. Nous avons deux textes : en prose et en verset, et en prose, c'est plus facile à comprendre.

Vingt-quatrième verset :

24. Dans ce courant, il n'y a pas d'interruption,
Ni similarité ni différence.
Tout suit la vue du soi,
Et l'action de la vérité relative n'est pas inexistante.

Dans ce courant, il n'y a pas d'interruption, ni similarité, ni différence.

Parce que nous poursuivons une perception fautive qu'il y a un sujet et un objet, parce que nous poursuivons la perception fautive qu'il y a un acteur, nous voyons qu'il existe ou qu'il n'existe pas un soi, et dans ce courant, nous voyons qu'il y a une interruption, une similarité, une différence. Mais si nous n'avons pas cette perception fautive, nous verrons différemment. Quand nous disons : 'Le vent souffle', le vent est conçu comme un sujet, l'acteur, et souffler est

l'action. Mais si nous regardons profondément, nous verrons que l'acteur est aussi l'action. En dehors de l'action, il n'y a pas d'acteur. Dans le vent, il y a l'action de souffler. S'il n'y avait pas l'action de souffler, on ne pourrait appeler le vent le vent. Alors nous ne pouvons pas dire que le vent souffle ou ne souffle pas. Il y a seulement l'action, il n'y a pas d'acteur. Quand Descartes a dit : 'Je pense, donc je suis', il voulait démontrer d'une façon formelle que son soi existait, parce que 'je pense, je me fais des soucis, je souffre', cela signifie que 'je suis là, je suis présent' : si je ne suis pas là, alors qui souffre, qui pense, qui se fait des soucis ? C'est son raisonnement. Par exemple, on dessine un cercle, et le cercle représente l'acteur, le je et on dessine un triangle à côté qui représente l'action, et on dessine à droite un carré, qui représente le complément. Quand on pense, on pense à quelque chose, il faut un complément. Le sujet, le verbe, et le complément. Par exemple, je pense à toi. Alors nous avons le sujet, le verbe ou l'action, et le complément, c'est notre façon habituelle de penser. Et dans cette manière de penser, il y a ces trois choses différentes qui sont séparées : il y a le moi (Thay montre le rond) qui peut exister indépendamment de l'action, l'action ou fonction, (le triangle) et de l'objet, du complément (le carré). En regardant profondément, nous pouvons reconnaître, personne ne peut le nier, qu'il y a une pensée. Ce que nous admettons, c'est qu'il y a une pensée qui arrive. La venue à l'existence d'une pensée. Cela, nous pouvons le reconnaître. Il y a une pensée. Comme une tempête, un coup de vent, le vent. Comment le vent peut-il se manifester ? En regardant profondément, nous voyons les conditions qui font se manifester le vent. Comme cette feuille de papier : il y a une feuille de papier et elle se manifeste parce qu'il y a des conditions. Les conditions sont suffisantes pour que la feuille de papier puisse se manifester, et parmi ces conditions, il y a les arbres, la lumière qui nourrit la forêt, la pluie qui nourrit la forêt, le sol qui la nourrit, les ouvriers qui abattent les arbres, qui les amènent, et les usines qui produisent la farine de papier, et les ouvriers. L'ouvrier est une des nombreuses conditions qui a permis à la feuille de papier de se manifester. Il y a une seule feuille de papier, et il y a tant de conditions qui contribuent à cette manifestation. Et c'est la même chose pour le vent, c'est la même chose pour la tempête, c'est la même chose pour vous, pour votre souffrance, pour votre bonheur. C'est parce qu'il y a beaucoup de conditions : le temps, le soleil, la pluie, la lune, les autres planètes, les forces, les champs de force, et ainsi de suite. La feuille de papier ou la pensée ou le vent ou la pluie, nécessitent de nombreuses conditions. Maintenant, imaginons qu'il y ait un esprit qui crée le vent, qui crée la pluie, et cet esprit est l'acteur et le vent est le résultat de son action, est l'objet du travail de l'acteur. L'esprit crée le vent. Mais en réalité, nous voyons que le vent dépend de nombreuses conditions, et cet esprit est seulement une condition parmi tant d'autres. Et dans le bouddhisme, la pensée est une formation mentale. Dans chaque formation mentale, il y a la partie objet et la partie sujet, il y a le sujet et l'objet. Par exemple, quand on voit, on doit voir quelque chose, on ne peut pas dire qu'on voit tout court, qu'on perçoit tout court, la vision se manifeste parce qu'il y a le sujet et l'objet de la vision, de la vue. Quand on dit 'je mange', alors qu'est-ce que je mange ? On ne peut pas dire manger tout court. On dit manger du pain, manger des pommes de terre. Il y a l'objet de manger, le complément. Ces deux choses se manifestent en dépendance l'une de l'autre. Et il y a d'autres conditions aussi qui font qu'elles se manifestent. Le sujet et l'objet se manifestent en même temps. Rien n'apparaît avant ou après, les deux apparaissent en même temps. Sahabhû, en sanskrit, la co-existence. Comme avec ce marqueur, il y a le dessus et le dessous, le gauche et le droit, et les deux se manifestent en même temps. Parce qu'il y a le marqueur, il y a le dessus et le dessous, il y a le gauche et le droit. Le dessus n'apparaît pas avant le dessous. Et c'est pareil pour le sujet et l'objet. Le sujet et l'objet de la perception se manifestent en même temps. Quand on voit, on voit toujours quelque chose, quand on entend, on entend toujours quelque chose, quand on pense, on pense toujours à quelque chose. Il est impossible de voir sans objet. Il est impossible de penser sans objet, il est impossible d'entendre sans objet. Parce qu'il y a une feuille de papier, il y a le recto et le verso. Et le recto ne fait pas le verso, le recto n'apparaît pas avant le verso. Non, les deux se manifestent en même temps. Alors l'objet et le sujet se manifestent en même temps. Cette partie est appelée l'objet et l'autre partie est appelée sujet. En sanskrit, le sujet est darsana-bhâga, et l'objet est nimitta-bhâga. Et dans une pensée, il y a le sujet et l'objet, et les deux se manifestent en même temps. Maintenant, imaginons qu'il y a un sujet, il y a un homme séparé, qui s'appelle 'je', (le rond) et cet homme fait l'action de penser (le triangle) et il trouve l'objet de sa pensée (le carré). C'est notre façon ordinaire de penser. Mais dans le bouddhisme, il est dit quand il y a une pensée, il y a simplement une pensée, sans avoir sujet à l'extérieur de la pensée qui fait l'action de pensée. Quand la pensée se manifeste, en elle, il y a déjà le sujet et l'objet, parce que le sujet ne peuvent pas exister sans l'objet. Conscience est conscience de quelque chose. Il faut maîtriser cela. Il y a huit consciences les huit consciences, de la conscience de la vue jusqu'à la conscience du tréfonds, et toutes les consciences ont un objet et un sujet en même temps. Et il y a cinquante-et-une formations mentales, et toutes les formations mentales ont le sujet et un objet qui se manifestent en même temps. En dehors de cela, il n'y a pas de soi qui fasse ce travail. Il y a action, il n'y a pas d'acteur. Aujourd'hui, on étudie le cerveau, et il y a des millions de cellules de neurones qui travaillent harmonieusement. Elle communiquent tout le temps, à chaque instant, elle font des discussions du Dharma tout le temps, et toutes les neurones savent ce qui se passe. Elle travaillent ensemble, et elles créent une sensation, une émotion, une pensée, sans avoir un chef qui dirige, qui crée cette sensation, ou cette pensée. Non, parce que toutes les cellules travaillent ensemble, sans chef qui les dirige. Alors Les scientifiques ont vu cela aussi, ils ont vu la nature du non-soi, dans le fonctionnement de toutes les choses, mais ils ne peuvent pas mettre cela en pratique dans leur vie quotidienne. Alors nous pouvons dire que dans cette pensée, il y a le sujet et l'objet et le sujet, et ils ne peuvent pas exister séparément. Le sujet ne peut pas exister sans l'objet, et les deux apparaissent en un instant, en un clin d'oeil, en un ksana. C'est comme quand nous voyons la lumière du matin : la lumière du matin change à chaque instant, et notre mental change aussi. Notre conscience est comme la lumière du matin, toutes les deux sont de nature cinématographique, ce sont des séries d'images consécutives. C'est un courant d'impermanence. Et c'est pareil pour les pensées, pour les émotions, elles sont faites de tout petits instants, de ksana successifs.

Tout suit la vue du soi, et l'action de la vérité relative n'est pas inexistante.

Alors cela dépend du fait que nous voyions un soi ou pas qu'il y a un courant avec interruption, similarité, ou différence, ou non. Cela dépend du fait que nous ayons la perception fautive ou non que nous voyons un interruption, une similarité, ou une différence dans ce courant ou non. Être ou non-être, même ou pas le même, annihilation ou permanence. Et cela ne veut pas dire que l'action n'existe pas. Si, l'action existe. Dans les sciences d'aujourd'hui, on parle de l'énergie, des champs de force. Tout ce que nous percevons est l'énergie. Par exemple, cette cloche : les sciences voient que la cloche émet une radiation. Et si nous faisons du feu sous la cloche, alors la cloche se réchauffe et sa radiation change ; cela dépend de la température. Même un clou émet des radiations : quand nous regardons le clou, nous ne voyons pas son énergie, sa radiation, mais quand on réchauffe le clou, doucement le clou rougit, et avec cette chaleur, l'énergie qu'il projette est différente, et si on réchauffe encore, le clou blanchit, alors dans chaque état, le clou émet des radiations. Et les sciences ont trouvé ça. Et vous aussi, qui êtes assis là, vous êtes en train d'émettre des radiations, de l'énergie. Et notre énergie peut être saine ou moins saine. Notre énergie peut être agréable ou désagréable, et quelqu'un qui vient s'asseoir à côté de nous peut sentir cette énergie, et quand deux personnes ont une bonne énergie et s'assoient à côté, alors ils profitent l'un l'autre de ces énergies, parce que ces deux énergies interagissent. Et deux sortes d'énergie peuvent se battre en elles ou coopérer. Alors chacun, chacune de nous, est en train d'émettre des radiations, de l'énergie, de la lumière, et nous sommes cette énergie, cette radiation, cette lumière même, Nous ne sommes pas un objet isolé, il y a une interaction étroite entre toutes choses, ceci avec cela, et vice-versa, et nous nous entraînons à voir de cette façon. Et nous avons trouvé que l'énergie de l'électricité est capable de créer des champs de magnétisme. L'électricité peut créer du magnétisme, mais le magnétisme peut créer en retour de l'électricité. Au début, ils ont vu simplement qu'entre le magnétisme et l'électricité il y avait quelque chose, mais ensuite ils ont découvert que l'électricité et le magnétisme pouvaient aller ensemble : dès que l'électricité est là, elle peut créer le magnétisme et vice-versa. C'est l'électromagnétisme. Et plus tard, ils ont trouvé que la lumière est pareille. La lumière est de la même nature que l'électricité et le magnétisme. Les trois choses sont très différentes en apparence, mais les trois ont la même nature. Et le magnétisme et l'électricité peuvent voyager à la vitesse de la lumière. La lumière est une sorte d'onde, et les ondes de lumière voyagent dans l'espace à la vitesse de trois-cent-mille kilomètres par seconde, et le magnétisme et l'électricité peuvent voyager à la même vitesse. Et le son est aussi une onde, il y a des ondes de son. Et il y a des ondes qu'on peut entendre, et d'autres qu'on ne peut pas entendre, cela dépend de la fréquence. Il y a des animaux qui peuvent entendre des ondes que nous ne pouvons pas entendre. Quand nous écoutons la radio, nous sommes en contact avec les ondes des sons. Les ondes des sons ont une longueur d'environ un mètre, mais la lumière que nous voyons là-bas est aussi une onde, et la longueur d'onde de la lumière est beaucoup plus courte, et les rayons X sont aussi une sorte d'onde, dont la longueur d'onde est encore beaucoup plus courte. Donc, quand nous parlons de l'électricité ou du magnétisme, ou de la lumière, nous savons que ce sont des ondes, et quand nous sommes assis là, nous sommes des ondes. Notre corps et notre conscience sont aussi des ondes, cela dépend de leur longueur. Et nous voulons émettre des ondes qui sont bénéfiques, des ondes de paix, des ondes de bonheur. Quand nous nous rassemblons pour chanter les noms du Bouddha, nous créons, nous projetons une énergie saine au monde, et c'est très réel, ce n'est pas une superstition. Nous avons parlé de la force de l'électricité, de la lumière, de la matière, mais on parle aussi de la force de la conscience, de l'esprit, et nous devons apprendre comment utiliser la force de notre conscience pour transformer et guérir et embellir la vie. Alors, parce que nous avons la vue d'un soi, nous voyons ce courant avec interruption, avec similarité et différence ou non. Dans ce courant, il n'y a ni interruption, ni similarité, ni différence, tout suit la vue du soi. L'action de la vérité relative existe. L'action existe dans la vérité relative.

Vingt-cinquième verset :

25. Si la forme physique se décompose,
La forme psychologique se décompose aussi.
Il est dit quand même que, dans cette vie et dans la vie suivante,
L'action de chacun l'amène à recevoir ses fruits.

'Si la forme physique se décompose, la forme psychologique se décompose aussi.' : alors si nous croyons qu'après la mort, nous devenons des fantômes qui peuvent voir, qui peuvent faire peur aux autres, ce n'est pas correct, c'est simplement de l'imagination. La conscience dépend du corps physique pour se manifester. La conscience et le corps sont comme le gauche et le droit, on ne peut pas enlever l'un hors de l'autre. Et quand les deux se décomposent, on ne peut plus les saisir, et même quand ils sont encore là, quand ils sont vivants, on ne peut pas les saisir non plus. Mais ce n'est pas correct de dire qu'ils n'existent plus après la mort, parce que si l'on voit que le corps et la conscience sont énergie, alors cette énergie continue toujours, cette énergie ne peut pas se perdre. Elle peut se manifester sous d'autres formes. Il y a les étoiles très loin, et leur lumière vient jusqu'à nos yeux, mais beaucoup de ces étoiles se sont déjà éteintes depuis des millions d'années, et pourtant on les voit toujours, parce que l'image de ces étoiles, leur chaleur, sont énergie. Même si cette étoile est déjà éteinte, leur énergie est toujours là, et nous pouvons encore la voir. Alors nous sommes pareils : quand notre corps et notre conscience ne se manifestent plus, cela ne veut pas dire qu'il ne reste plus rien. Quand on croit qu'après la mort, il ne reste plus rien, alors c'est l'aliénation. Et si on dit qu'après la mort, on continue, que notre âme continue d'exister, restant la même, alors c'est l'éternalisme. Mais si on voit que pendant la vie on est de l'énergie, et qu'après la mort on est de l'énergie, et que l'énergie change continuellement, ainsi on ne tombe

pas dans un des deux extrêmes qui sont l'éternalisme ou l'aliénation.

'Si la forme physique se décompose, la forme psychologique se décompose aussi, il est dit quand même que dans cette vie et dans la vie suivante, l'action de chacun l'amène à recevoir ses fruits.' : l'action mène au fruit. Nous sommes un courant, dans cette vie et dans la vie suivante. Alors nous avons déjà étudié vingt-cinq versets, et il y en a quarante-quatre en tout.

(cloche)



**Enseignement donné le 18 Décembre 2011 en vietnamien,
transcrit par Pháp Thân d'après les traductions françaises et anglaises.**