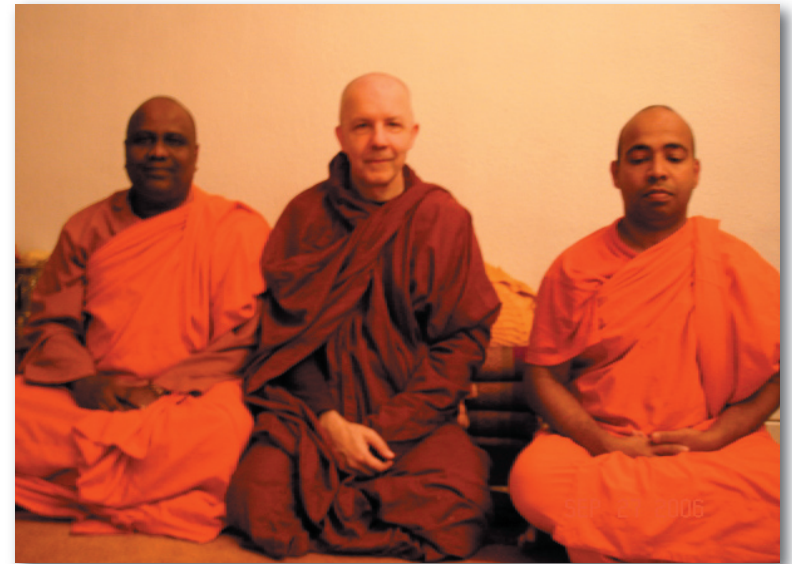


“Enseignement du Buddha pour l'époque contemporaine”,

par **Ashin Ottama**
(moine de la République Tchèque)

enseignement donné le 27 Sept. 2007



“Enseignement du Buddha pour l'époque contemporaine”,

par **Ashin Ottama**
(moine de la République Tchèque)

Ashin Ottama : Merci beaucoup pour cette introduction formidable. Mon français est vraiment limité et c'est aussi un autre aspect que Bhané Dhammika ne sais pas : si je dois parler français, ça me coûte beaucoup d'énergie, je suis rapidement fatigué. J'ai habité à Lausanne seulement une année ; j'ai appris un petit peu le Français mais après, j'ai eu un petit chalet aux Diablerets, c'était pour la méditation. Là bas aussi, j'ai appris un petit peu le Français mais on ne parle pas beaucoup si on médite... Je vais essayer. Le problème est le suivant : les mots spirituels me manque spécialement. C'est le problème, on va essayer de faire en sorte que les expressions que je ne peux pas dire en français, je vais les dire en anglais, si je peux changer si vite entre deux langues, on verra, on va commencer comme ça... :

Le sujet de ce soir, le Bouddhisme pour l'époque contemporaine, est quelque chose qui est vraiment mon topique personnel, mon sujet personnel, de quoi je m'occupe beaucoup, une forme de l'enseignement ancien pour le temps d'aujourd'hui. Nous sommes bien loin du temps de Gautama Buddha alors... Disons, dans la distance et dans le temps, il y a 2'500 ans entre nous et lui. Pendant ce temps, notre pensée s'est beaucoup développée alors... Mais parfois il faut aussi bâtir un pont pour vraiment arriver à l'essence de cet enseignement. L'autre chose que j'ai déjà raconté dans la voiture quand nous fûmes conduis de la gare jusqu'à ici : Camille était déjà dans la voiture, elle a voulu savoir quelque chose du bouddhisme pour un travail de maturité à l'école.

Ce sont des choses qui vont vraiment à la rencontre l'une de l'autre, c'est pourquoi c'est quelque chose dont je voulais parler ce soir.

Pour commencer, peut-être, ce sera nécessaire de dire quelque chose de plus que ce que Dhammika a commencé à dire, origine tchécoslovaque, c'est vrai je suis née dans l'époque d'après-guerre, deuxième guerre mondiale, dans la Tchécoslovaquie qui était devenue communiste. J'ai déjà dit à Camille que j'ai été introduit dans la religion catholique, dans le catholicisme spirituel mais c'était juste une année et après c'était fini, je suis devenu comme la plupart des gens en Tchécoslovaquie à cette époque, athée, juste orienté sur les choses...

Auditeur :-Pas communiste ?

-Non pas spécialement c'était plus tard, quand j'étais à l'école artistique, j'ai senti une limitation dans ma tête, dans ma pensée, une limitation dans mon cœur. Je m'intéressais à la possibilité d'agrandir ce potentiel que nous avons dans notre pensée, dans notre cœur !

Premièrement j'ai cherché un petit peu dans la philosophie, qui est complexe, ça va très loin mais pour pas grand-chose. Plus tard j'ai cherché dans la psychologie, la psychiatrie pour trouver un chemin pour ouvrir ce potentiel de notre pensée. J'ai lu, je pense que c'est Sigmund Freud qui a dit ça, que la plupart de notre potentiel dans notre cerveau n'est pas utilisé !

Je me suis dit qu'il faut utiliser ce potentiel. Plus tard, nous avons eu

une soirée avec mes camarades de l'école artistique ; ça veut dire qu'on a beaucoup bu - pas grand chose de spirituel... - mais ma première expérience spirituelle s'est passée au service militaire (en Tchécoslovaquie à cette époque, c'était encore obligé de le faire durant deux ans !). J'étais un soldat un peu spécial, c'est pourquoi j'étais un soldat barbu.

-Pourquoi ?

-Seulement parce que je ne me rasais pas ! Les autres se rasaient mais pas moi. C'était à cette époque une marque, quelque chose de pénétrant, c'est pourquoi avec mon introduction dans les cours artistiques, ils m'ont mis dans un atelier pour faire les choses pour les militaires, il y a toujours quelque chose pour dessiner, pour arranger, etc. J'ai fait cela le premier an.

Il y avait aussi la chambre où nous nous sommes trouvés avec mes copains un soir de temps libre, on était là, on a bu quelque chose, pas grand-chose ; on a discuté de beaucoup de choses, une fois j'ai eu une petite bagarre avec un soldat, il est parti après cela ; je ne sais pas si cette expérience était vraiment mystique, cette impression que ma pensée était plus profonde, plus grande. La chose qui était vraiment pénétrante, c'est l'expression, aller dans l'essence des choses, cela a duré peut-être deux, trois heures, cette exaltation, j'ai compris beaucoup de choses de la vie, peut-être quelque chose est arrivé, un changement dans ma tête. Le jour suivant, cette expérience n'était plus qu'un souvenir. Cette compréhension si claire, il n'en restait rien du tout ; tout ceci provient de la question du potentiel de la pensée, qu'on arrive à comprendre les choses au plus profond ! Si on perd cette capacité, on n'en a pas l'accès, on ne peut pas. Mais une chose était claire, c'était que le potentiel humain est énorme.

Après il n'y eu pas grand chose. Il y avait l'occupation de la Tchécoslovaquie, vous vous souvenez peut-être du printemps de Prague, quand les militaires ont attaqués. Après, j'ai décidé de quitter la Tchécoslovaquie qui se fermait complètement de nous [l'Europe occidentale] et je suis allé à Lucerne en Suisse. C'était ma première possibilité, à cette époque ; l'accueil était extrêmement amical, encore maintenant j'en suis très reconnaissant. A cette époque, je pensais que c'était plu-

tôt une immigration économique ou je ne sais pas, je suppose assez politique.

Mais dans la perspective d'aujourd'hui, c'était une immigration spirituelle, c'est pourquoi après mon arrivée à Lucerne, peut-être six mois après, j'ai rencontré le Bouddhisme dans un petit livre, encore en Tchèque, je n'étais pas capable de lire en Français. C'était un choc très profond, j'ai lu un jour et une nuit sans m'arrêter.

Quand j'ai fini, ma vie était complètement redirigée ; cette histoire n'a jamais changé.

Alors aujourd'hui, trente-cinq ans plus tard, je suis seulement plus, disons, fixé sur ce chemin qui m'a extrêmement clarifié ; au début c'était cette ouverture, c'est difficile à expliquer... C'était une expérience très profonde, une compréhension de quelque chose, que je cherchais depuis longtemps. En effet, ce qui m'est arrivé cette nuit, quand j'ai lu ce petit bouquin, j'ai reçu des réponses pour toutes mes questions.

J'ai réfléchi suite à ça et j'ai pris la décision, pendant cette nuit, que je voulais utiliser cette vie pour la réalisation de l'enseignement de Buddha et rien n'a changé jusqu'à maintenant. Ça veut dire que ce qui est arrivé a changé la priorité de ma vie, m'a donné une nouvelle perspective, une nouvelle priorité. Ça veut dire que ça a changé aussi la carrière dans ma vie... Je n'avais pas commencé grand-chose, en tout cas à Lucerne ; j'étais dans l'atelier de restauration de la peinture ancienne, oh c'était très joli mais mal payé (...)

-C'est quoi ce livre ?

-C'est une chose qui est ridicule, ce livre était écrit en Tchèque, comme je l'ai dit, je l'avais reçu de mon ami en Tchécoslovaquie, c'était un marxiste qui avait écrit ce livre, mais un marxiste qui était extrêmement ouvert, je pense que c'est la raison pour laquelle il a écrit ce bouquin excellent ; en effet je l'ai rencontré encore une fois, à peu près vingt-cinq ans plus tard ; un livre excellent, vraiment, vraiment bien écrit.

C'était une chose pour Camille peut-être qui est important : le Bouddhisme n'est pas une religion, on peut discuter de cette chose-là

; il y a certainement des gens en Asie pour qui c'est une religion, ça fait la fonction d'une religion mais pour moi l'aspect dévotionnel : si peu important.

C'était quelque chose d'autre qui m'a interpellé si fortement, si profondément, c'était la perspective de réalisation de quelque chose ; je veux dire comme ça : ce qui c'est passé pendant cette nuit a ouvert la dimension spirituelle de ma pensée. Je vais vous expliquer comme ça : si on est dans la vie normale, comme la plupart des gens, on prend cette chose comme la réalité, c'est notre réalité, nous sommes dedans... je vois la réalité.

Après cette pénétration qui est arrivé quand j'ai lu mon bouquin, j'ai vu que cette vision n'est seulement qu'une interprétation de la réalité, que la réalité vraie est derrière ce monde, je fixais ma concentration spirituelle sur la réalité vraie, plus importante, plus solide, plus...

Alors c'est cela qui m'a mis sur le chemin de la pratique du Bouddhisme. Pour moi c'était vraiment le but de pratiquer, j'ai compris que nous avons le potentiel de se libérer ! C'est là, disons, le message dans l'enseignement de Buddha. Ce n'est pas autres choses ; c'est se libérer de toutes les choses qui sont négatives, qui sont connectées avec la souffrance, qui font la souffrance aux autres. Il y a une possibilité de libérer son cœur, disons cela comme ça.

Et même plus ; dans ce petit livre, j'ai eu pour la première fois cette idée de RENAISSANCE. C'était un choc extrême, pour moi ; Buddha a dit des choses extrêmement profondes, alors j'ai pris confiance en ses paroles.

C'est pourquoi Buddha a dit aussi cette chose : que notre vie présente n'est pas la seule, il y a une chaîne. J'ai reçu, j'ai vu, c'était la première fois dans ma vie que j'ai commencé à comprendre que la religion avoue la vérité qu'il y a des choses après la mort ; que ce n'est pas fini. C'était la chose qui m'a fait très peur, c'est pourquoi j'ai fait dans ma vie beaucoup de bêtises. Je pouvais sentir de la qualité de l'existence après la mort.

La beauté de l'enseignement et de la sagesse de Buddha, de la profondeur de cet aspect-là, et l'autre chose c'était la peur qui m'a poussé,

c'est pourquoi j'ai compris, j'ai senti, que si je continue ma vie jusqu'à là, avec la réalité après la mort, ça va devenir extrêmement négatif.

A partir de ce moment, tout ce qui était en rapport avec ma carrière dans ce monde, n'était pas important, j'ai compris que je devais faire un petit peu d'argent pour me retirer pour méditer mais ça a duré à peu près six/neuf mois pour accumuler cet argent. J'ai loué un petit chalet aux Diablerets, extrêmement petit mais suffisant avec le loyer pour une année. Je me retirais pendant l'hiver pour ma première méditation.

Je n'avais pas la connaissance de la manière de pratiquer la méditation. C'était tout intuitif. Je savais qu'il faut mettre les jambes comme ça et observer la respiration mais c'était tout.

Je restais trois mois et demi dans cette retraite qui a changé ma vie. Maintenant, avec l'expérience, ça fait dix ans que j'instruis la méditation dans la République Tchèque, je visite la République Tchèque chaque année ; pendant l'été nous avons toujours un centre de méditation, je présente les possibilités (etc.) de la méditation intensive, c'est un petit peu différent.

L'expérience que j'ai vécue est difficile à comparer avec quoique ce soit. Je pensais qu'il faut méditer dans cette position [position en tailleur], alors j'essayais de la tenir toute la journée, mais après trois minutes, je percevais une douleur insupportable dans le genou, alors ça signifie que les premières trois semaines n'étaient rien d'autre que souffrances incroyables. Si le corps a beaucoup de douleurs, c'est aussi la pensée qui va être dépressive, j'étais attaqué de deux cotés.

Ma résolution était extrêmement forte, je suis resté dans cette discipline extrême, depuis le réveil, jusqu'au couché, ce fut la méditation. Je mangeais seulement une fois par jour, du matin au soir, c'était tout. Je me réservais une heure l'après-midi pour traduire des Sûtra, j'étais pas capable en Allemand, j'étais encore avec le livre avec les paroles de Buddha. Alors pendant trois semaines ce ne fut que souffrances. A la fin de la troisième semaine, il y avait un soir où quelque chose est arrivé. C'était ma première expérience de paix, qui n'est pas normal, disons, quelque chose dont on n'a pas l'expérience, mais ça n'a

duré qu'une demi-heure. Et la méditation a continué avec beaucoup de douleurs... Après quatre semaines, la douleur a baissé, ce n'était pas spécialement dominant, le corps s'y est habitué, je suis toujours resté concentré sur la respiration ; c'était l'objet principal de ma méditation.

Bien sûr, à chaque moment que la pensée était partie dans la fantaisie, toujours, toujours, après six semaines mes premières méditations "insides" (intérieures en anglais) sont arrivées, c'était le commencement d'une transformation très, très forte, je ne me souviens pas très bien comment les choses sont arrivées, mais la méditation s'est développée rapidement, la pensée est devenue extrêmement transparente, extrêmement pure, l'attention juste était vraiment juste, extrêmement précise, il n'y avait rien dont je n'étais pas conscient, la présence de la pensée était excellente, la joie qui est née de cette méditation n'était pas comparable à l'expérience mystique dont j'ai parlé. (...)

C'est pourquoi j'ai vu, j'ai expérimenté que ça m'a changé, ça a duré à peu près quatre jours, quelque chose comme ça, du matin jusqu'au soir, une méditation plus claire que les autres, plus profonde, plus tranquille...

Il m'est venu l'idée que c'est ça, l'"Illumination" !

Non, ce n'est pas ça. Mais après, une douleur extrême est arrivée, c'était pas comme avant, juste dans le genou, mais après cette expérience, c'était tout le corps qui brûlait, vraiment avec la sensation de brûler ! La sensation était complètement différente, c'était toujours connecté avec la méditation, avec la concentration. Quand je m'asseyais pour méditer, tout de suite ce "feu" était là ! Quand j'ai fini la méditation pour me reposer, c'était tout de suite loin !

Aujourd'hui je comprend que c'est la purification du Karma, comme je l'ai dit, j'avais fait des bêtises vraiment... très grandes, probablement pas dans cette vie, mais aussi dans une vie antérieure, alors j'avais certainement beaucoup à purifier.

Et intuitivement j'ai compris que je devais aller à travers cette douleur. C'était possible, quand je bougeais, c'était loin !

Mais quand je me concentrais sur ma respiration c'était là ! C'était

directement connecté avec la concentration. Cela a duré à peu près deux semaines d'enfer, après ça, ce feu a augmenté dans une méditation d'une seconde. En effet, il y avait un point culminant à cette douleur, tout de suite après, elle était finie. A un moment, si je me souviens bien, une sensation métaphysique énorme a rempli mon cœur. Une méditation entièrement claire, c'était une sensation dans mon cœur comme après une douche chaude, tout frais, entièrement libre, très agréable. Mais bien sûr c'est passé aussi, il y avait une autre difficulté, le corps était libre mais la pensée n'était pas libre. Après quelques méditations, une agitation incroyable est arrivée. Je n'étais pas capable de reprendre ma concentration sur la respiration. Quand j'y arrivais, il y avait une résistance énorme, contre la méditation. Toutes les autres choses ok, mais la méditation non ! Ça a duré à peu près deux/trois jours comme ça, après ça s'est peu à peu amélioré et amélioré, je suis arrivé dans un état extrêmement tranquille, extrêmement avancé, une ouverture de toutes les choses, une méditation sans interruption, pas de problème, rien du tout, c'était déjà le printemps et je m'asseyais parfois sur la terrasse pour pratiquer la méditation. Une fois une expérience très, très agréable, très profonde arrivait, simplement, après de nouveau la méditation est devenue trop difficile mais j'ai aussi arrêté la méditation, c'était déjà suffisant pour commencer, c'était pas mal du tout. En effet, l'effet de ces trois mois, la chose qui a vraiment changé, c'est que j'ai trouvé mon centre, je pense que je peux dire comme ça. Si on est normalement tellement... dépendant de ce que les autres pensent de soi, après cette expérience ça n'a plus eu d'importance, ce que les autres pensent. L'important est que je suis avec moi-même dans la ligne, si je suis bien centrée avec moi, c'est l'important. Je sentais que je n'étais pas blessé par les autres mentalement. Les autres personnes ne peuvent pas me mal faire mentalement, bien sûr corporellement mais mentalement pas.

La sensation résultante de cette méditation fut que j'étais normal, pour la première fois dans ma vie, en bonne santé mentalement, corporellement aussi.

C'était ma première pratique de la méditation systématique, inten-

sive. Ma relation avec la parole de Buddha, l'enseignement de Buddha étaient complets. (...)

Mais mes finances étaient totalement épuisées, j'étais obligé de reprendre ma vie active, c'était très intéressant, je me suis senti différent dans les situations de la vie : avant j'étais un homme très peureux, spécialement pour parler devant les gens, après ça, relaxé, sans problème.

On peut gagner beaucoup de choses de la pratique bouddhiste. La pratique de la méditation est une petite partie de l'enseignement de Buddha. En effet, j'étais mal dans la compréhension, c'était insuffisant. Buddha n'a pas seulement enseigné la méditation mais aussi le Dhâma, l'orientation dans la vie. En effet, il a enseigné Dhâma Vinâya, Dhâma c'est la théorie, l'inspiration pour faire la pratique. Vinâya est la méthode d'application de ce savoir dans toutes les secondes de notre vie, c'est la manière comme il faut vivre ! La théorie et la pratique...

Et ce n'est pas seulement la méditation effective, si on veut gagner quelque chose du Bouddhisme, il faut l'appliquer dans tous les coins de notre vie ! Seulement si ça croît à travers notre vie, ça commence vraiment à la transformer.

Une chose extrêmement importante dans le Bouddhisme est l'enseignement du Karma. La méditation ne m'a pas fait voir beaucoup de cette relation, je n'avais pas beaucoup compris sur le Karma par la méditation, je me suis senti très bien avec la méditation mais cette chose, je ne l'avais pas bien compris. L'enseignement du Karma est tellement central dans le Bouddhisme, c'est central pour l'aspect pratique du Bouddhisme. C'est pourquoi, si on comprend l'enseignement du Karma, on comprend personnellement que nous sommes responsables pour la souffrance de notre vie, de notre joie. C'est nous qui en disposons. Ce n'est pas mon père, mon oncle ou n'importe qui, qui est la réponse de ma souffrance : si je souffre, c'est moi-même qui en est la cause. C'est quelque chose qui a transformé ma vie des jours normaux, je me sens responsable chaque seconde de ce que je fais et de ce que je pense, c'est extrêmement important, de voir la responsabilité

personnelle de ma souffrance, de ma joie. L'enseignement du Karma, vous le connaissez, dit que chaque chose que nous faisons, que nous parlons, que nous pensons, trace dans notre pensée une inclination karmique, quelque chose qui s'accumule. S'il y a beaucoup de ce quelque chose, ça va avoir un effet sur la qualité de notre vie.

Vous savez bien, mais vous n'avez peut-être pas réfléchi, que nous vivons notre vie peut-être pas avec notre corps mais avec notre pensée ! Notre vie se passe dans notre pensée ; même si j'ai des douleurs dans le genou, j'ai bien conscience de ça dans ma pensée ! La qualité de ma pensée détermine la qualité de ma vie ! La condition de ma pensée est cruciale pour la qualité de la vie. Mais le Karma est la disposition qui forme ma pensée ; s'il y a beaucoup de déformations dans ma pensée, ma vie va être déformée. Dans la croyance populaire, on pense qu'il y a un Karma bon et un Karma mauvais. Si je fais quelque chose de vraiment mauvais, une bêtise, quelque chose contre mon voisin, j'ai fais aussi quelque chose contre moi ! Ce qu'on oublie, c'est ce pouvoir de nos actes, c'est un miroir qui nous change nous-même aussi. Tout ce que je fais me change ! Petit à petit, ça fait beaucoup et s'il y a beaucoup de choses mauvaises dans ma vie, ça va influencer la qualité de ma vie !

-Est ce qu'on peut, croyant faire quelque chose de bien, faire quelque chose de mal, mais avec une bonne intention ?

-Oui

-A cause du Karma ?

-Il y a deux choses. Le Karma n'est pas créé par l'activité, mais par l'intention qu'il y a toujours dans la pensée, alors ce n'est pas l'activité mais la motivation,

Si à cause d'une influence extérieure, c'est devenu mauvais, ce n'est pas mauvais pour moi. En effet, ce que je pense, ce que j'ai voulu faire bien, ça fait mal à quelqu'un malheureusement, le Karma est, par contre, bon pour moi. C'est peut-être mauvais pour les autres qui ont utilisé la chose pour faire du mal. Le Karma est individuel dans le Bouddhisme.

Ça, c'est l'enseignement du Karma.

J'avais déjà trente ans quand j'ai commencé à comprendre pourquoi les mauvaises choses sont mauvaises, pourquoi les bonnes choses sont bonnes. Je ne l'avais jamais compris. Ça faisait dix ans que j'étais dans le Bouddhisme, je ne le savais pas encore. C'était un déclic ! Oh ! Les choses ne sont pas bonnes, pas mauvaises, c'est la qualification humaine. Il y a des choses qui dans le résultat me donne de la souffrance, elles sont appelées mauvaises ; il y a des activités qui me donne une bonne santé, du plaisir, on les appelle bonnes. Trente ans pour arriver à cette compréhension...

Ça fait seulement quinze ans que je suis moine, je suis allé au centre de méditation en Birmanie, après je suis allé à l'école pour apprendre les choses principales du Bouddhisme et la culture. Dans le centre de méditation, on ne parle pas, c'est tout tranquille mais dans l'école on a parlé, il y avait un groupe de psychologues américains qui étaient allés en Birmanie pour le plaisir, je ne sais pas pourquoi exactement, c'était un groupe tellement jeune, touristique...

Ils sont arrivés dans l'école et ils l'ont visitée. On a parlé tout l'après-midi jusqu'au soir. Je me souviens qu'on a parlé sur beaucoup de sujets, mais aussi sur cette question-là : pourquoi le mauvais est bon, etc... Le professeur de psychologie américain ne savait pas...

C'est que nous sommes les architectes de notre vie, dans le système Bouddhiste. C'est pourquoi c'est le système qui parle de renaissance. Bien sûr nous ne sommes pas nés blancs. En effet, il y a quelque chose qui connecte cette existence avec la vie précédente, et c'est le Karma ! C'est seulement le Karma qui les connecte entre elles, ce n'est pas moi, pas la conscience. C'est seulement le Karma, c'est-à-dire la disposition karmique de la vie précédente qui arrive déjà avec la conception. Bien sûr, ça commence tellement vite, quand le petit est né ! On dit que le premier jour, la première semaine et le premier mois sont décisifs pour toute une vie ! Les premiers deux ans sont extrêmement importants dans la psychologie, pour développer l'orientation... Ça reste pour toute la vie

Et nous ne sommes pas toujours le même ! Déjà le petit est différent dès le commencement.

C'est l'héritage karmique. J'ai vu en Birmanie une autre école avec beaucoup de chats. D'autres monastères avec des chiens. Nous avons, chaque jour, été en contact avec ces animaux et chacun était complètement différent de l'autre !

L'enseignement du Karma dit que la forme de notre corps est selon la génétique, mais la fonction de nos sens, en dépendant ; le Karma détermine la qualité de notre vue mais aussi la pensée ! C'est un sens comme les autres dans le Bouddhisme, ça veut dire aussi que l'intelligence est directement connectée avec le Karma.

Maintenant, pas tout dans notre vie ne résulte du karma. Il faut bien comprendre qu'il n'y a pas de destin. Nous avons des dispositions différentes mais la vie est ouverte, ce que nous faisons avec notre disposition est libre, nous ne pouvons pas faire tout avec notre disposition mais nous pouvons faire beaucoup. Par exemple, les gens avec lesquels je fais ma vie, ont été conditionnés par le Karma. Tous, et spécialement le partenaire dans la vie, sont liés au bon ou mauvais Karma. Je vois le Karma comme une dette, qu'il faut payer ! On dit que l'on retrouve les gens de la vie passé dans la nouvelle à nouveau ! Réfléchissez à combien de gens on a rencontré dans la vie. Pourquoi on est devenu proche avec aussi peu seulement ! Cet aspect est extrêmement important.

Les choses les plus importantes pour ce soir, c'est que la quantité de bonheur, la quantité de souffrance, est déterminée par le Karma.

-On est redevable des dettes de nos ancêtres ?

-Pourquoi ? Excellente question. Non, regardez, c'est ouvert. Le Bouddhisme nous dit qu'il y a une ligne d'existence en arrière et en avant. Nous sommes maintenant là mais avant cette vie, il y avait une chaîne d'existence incroyable, parfois avec les dieux, parfois plus bas, avec les animaux ou plus bas encore, avec les esprits mauvais... C'est ouvert. S'il y a quelqu'un qui fait une régression dans le passé (aujourd'hui c'est tellement populaire) ; si on se souvenait de notre vie antérieure, alors les gens diraient : "Oh moi j'étais ça ; elle, c'était ma femme, etc..." A cause de ça, aujourd'hui, ça ne marche pas. La chose caractéristique est qu'il y a ce sentiment que c'était moi, en tant

qu'individu. On sent, dans cette régression, que c'était moi ! J'étais peut-être différent, autre, mais il reste ce sentiment d'être moi ! L'argumentation contre cette chose est, bien sûr, que le karma est contre. Chacun de nous se sent soi-même pareil, ça veut dire si je suis dans ta pensée, je me sens moi-même. C'est la même chose, c'est universel ! Et pas individuel. C'est la vision universelle.

Dans la théorie bouddhiste, il y a les choses universelles, il y a choses individuelles. La conscience est universelle. Ma conscience, ta conscience, c'est universel. Le facteur mental est universel. Si je suis fatigué, si tu es fatigué, la qualité mentale est la même ! C'est universel ! Mais il y a des choses individuelles. Aussi le Karma individuel. Dans le Bouddhisme, si je me sens moi-même, c'est une erreur, ce n'est pas vrai, c'est une illusion, c'est juste artificiel. Il n'y a rien qui supporte ce sentiment. Si on va profondément dans la méditation, notre sentiment d'identité personnelle, cette impression de moi-même, devient une illusion. Ça veut dire que ce sentir soi-même est universel, chaque homme se soit soi-même de la même manière. C'est très intéressant. En outre, dans la pratique, si je fais quelque chose de bien ou de mal à quelqu'un, c'est vraiment comment je le fais qui est important. Dans la croyance populaire, il y a deux sortes de Karma, le mauvais et le bon. Si on vraiment va plus profondément dans le Bouddhisme, il y en a quatre sortes : le Karma qui est blanc, le Karma qui est noir, le Karma qui est mélangé et le Karma qui résulte dans la destruction du Karma. Si je fais quelque chose de bon, alors je fais du bon karma, donc je vais renaître mieux. Avec ce Karma, on a beaucoup de bonheurs, d'influences, de joies. Mais l'enseignement du Buddha veut désactiver le bon, le mauvais et le karma mélangé. Il ne peut pas rester de Karma.

Si on fait une bonne chose, on ne purifie pas de Karma. Il y a le Karma qui donne du résultat tout de suite, mais ce n'est qu'une petite partie. La plupart donne des résultats plus tard dans la vie ou dans la vie prochaine.

On consomme le Karma avec la situation autour de nous. Nous réagissons avec ça, nous créons notre vie avec. C'est seulement la prati-

que de Dhama qui libère vraiment de ce cycle.

C'est le chemin à huit embranchements.

Dans la chrétienté, on dit que l'on est responsable jusqu'à la septième génération des fautes de nos ancêtres. Dans le Bouddhisme, ça ne marche pas comme ça ! On dit que ce n'est pas vous qui avez choisi votre fils ou fille. Ou plutôt ce n'est pas eux qui choisissent, c'est le Karma qui sert de connecteur. (...)

J'ai été choqué avec le Nouveau Testament. J'ai été choqué par la profondeur de tout ce que Jésus a dit, de la vérité dans tout ce que Jésus a dit. Avant c'était fermé, avant c'était juste le Bouddhisme qui pouvait dire quelque chose. (...)

Le Bouddhisme originel ne parle pas de Karma collectif. Si on regarde, on peut parler de cette chose. Même dans le Sûtra de Sâkya (le clan de Buddha), nous avons une guerre, beaucoup de sang, beaucoup de tuerie mais il y a une explication karmique ; dans le passé nous avons fait quelque chose de mauvais, ça c'est la réponse karmique. Le Karma est la raison d'où l'on est né, de quand on est né, dans quelle famille on est né. Si on est né en Afrique, ce n'est certainement pas le mauvais karma, mais il faut regarder par rapport à la perspective spirituelle. Parfois les choses positives protègent contre les situations mauvaises. Si vous regardez avec la perspective spirituelle, après vous comprendrez que dans l'univers, il y a comme une forme de justice. (...)

La sagesse bouddhiste est de voir à travers les choses, jusque dans leur essence.

-Mais alors, comment expliquer l'Holocauste et l'acharnement d'un groupe d'hommes à torturer et à massacrer tout un peuple, plutôt qu'un autre ?

- La justice arrive seulement si on prend la perspective spirituelle. Si on est dans notre perspective humaine, nous voyons seulement l'injustice autour de nous, mais si on prend la position spirituelle, c'est seulement dans cette condition que nous voyons qu'il y a une raison derrière toute chose.

Je vais vous donner un exemple de ma méditation de ma vie : j'avais

fait beaucoup de bêtises dans cette vie, j'ai tué des oiseaux avec mon fusil, d'autres choses aussi, etc. Quand je suis arrivé dans la première étape de la méditation, j'ai changé mon passé ! Cette vision intérieure a changé mon passé : j'ai dit "merci beaucoup", car si je n'avais pas fait ces choses, je ne serai pas arrivé à cet étape de la méditation. C'est la même chose avec la souffrance. On ne peut pas dire universellement que c'est la souffrance qui rentre dans notre cœur. Si nous sommes heureux, si ça marche bien, nous allons d'une superficialité à l'autre et la vie passe. C'est la souffrance qui nous réveille un peu, alors on ne peut pas universellement qualifier la souffrance comme quelque chose d'à priori mauvaise. Dans la perspective spirituelle, la souffrance peut faire faire d'énormes progrès spirituels. Il y a plusieurs autres choses qui permettent une forme de relativité par rapport à la souffrance. On ne peut pas dire que l'histoire mauvaise, qualifiée comme tel, soit vraiment mauvaise.

Ca me donne l'impression que la souffrance tient la balance de l'Univers. Mais c'est ma pensée propre, privée (...)

Si nous étions suffisamment intelligents, nous apprendrions spirituellement mieux dans le bonheur. Mais malheureusement, spirituellement, nous sommes idiots. (...)

Mais dans l'époque de guerres, très brusque, il y a des gens qui font du Karma extrêmement mauvais ; mais il y a aussi des gens qui font du Karma extrêmement bon. Il ne faut jamais généraliser. C'est certainement une période très forte karmiquement. Si quelque chose de mauvais arrive, c'est le karma qui a porté cette chose...

Il faut voir les choses individuelles ; chaque soldat par exemple, comme ceux qui furent déportés en Sibérie après la deuxième guerre mondiale, a une situation personnelle. (...)