

LA VOIE DE LA CLAIRE LUMIÈRE

Drupön Denys Rinpoché

Session 16

La Voie – Session 9

Lhaktong – Vipāśyanā

Vendredi 7 mars 2025

- Avant-propos sur le contexte international et souhait associé
- Rappel sur les séances précédentes
- La personne
- *Le Flambeau de la Libération*, deuxième partie – *vipāśyanā*
- Définitions
- La méthode de pratique
- Méditer le non-soi de la personne
- Le non-soi des phénomènes
- Deuxième partie : Lhaktong contemplatif

Bonsoir à toutes, bonsoir à tous.

Le thème de ce soir est la sixième vertu, la Perfection de connaissance ou d'intelligence, la *Prajñāpāramitā*, et sa pratique dans la claire vision, *Vipāśyanā*, *Lhaktong*.

Avant-propos sur le contexte international et souhait associé

Pour commencer l'interdépendance, dans ce contexte, ce soir, je voudrais vous raconter une petite histoire et faire un souhait.

Vous savez que je fus président de l'Union bouddhiste européenne. C'était il y a plus ou moins 25 ans. Et, à ce titre, je fis partie de la "commission européenne" (en quelque sorte) en tant que représentant du bouddhisme à « Une âme pour l'Europe ». « Une âme pour l'Europe » était un programme lancé par Jacques Delors qui avait dit : on ne construira pas l'Europe uniquement sur un marché ; l'Europe a besoin d'une âme. Et il a créé cet organisme « Une âme pour l'Europe » qui a regroupé toutes les religions, toutes les confessions et nous avons même les libres penseurs... tout le monde. Ensemble, vers « Une âme pour l'Europe ».

Et nous étions donc aussi invités à la cellule de prospective. La cellule de prospective, ce sont les futurologues, ce sont ceux qui imaginent, c'est le *think tank* qui imagine comment on va faire dans 10 ans, dans 20 ans, dans 25 ans, etc.... Comment ça va évoluer. Futurologues, prévisionnistes.

Je me souviens d'avoir assisté à des discussions sur ce qu'il en serait dans 25 ans. Et, dans 25 ans, il y avait cette vision très forte que tout le monde y serait, dans l'Europe. La Grande Europe ; qui était l'Europe dont avait eu la vision le général De Gaulle : de Brest à Vladivostok ! Brest, on sait où c'est ; Vladivostok, c'est

l'extrême-est de la Russie, face à l'Alaska, ça touche au plus haut et au plus occidental du continent américain. La Grande Europe, de Brest à Vladivostok...

Alors, je ne vais pas faire tout un discours ou un exposé historique sur l'évolution qui nous a amenés à la situation dans laquelle nous sommes aujourd'hui, mais comme je lisais les nouvelles et que je voyais notre Président dire qu'il fallait avoir des idées et qu'il invitait tout le monde à avoir des idées, je voudrais me faire l'écho des paroles du Général et faire le souhait que sa vision puisse se réaliser : l'Europe de Brest à Vladivostok. Et, comme ça touche à la Chine et à l'Inde, on peut être inclusif et ça fait l'Eurasie !

Alors, le souhait, c'est : ainsi soit-il !

Rappel sur les séances précédentes

Voyons maintenant notre thème du jour, en reprenant le texte-racine : la Voie universelle. Nous avons vu la discipline extérieure ; la discipline intérieure ; l'esprit d'éveil, la motivation de bienveillance universelle, bodhicitta. Nous avons vu l'application, la mise en œuvre avec les six vertus, c'est-à-dire les six sources de bonheur. Qu'est-ce que la vertu ? C'est ce qui amène le bien-être et le bonheur. Bodhicitta en aspiration, bodhicitta en application.

Nous étions dans les deux dernières vertus, les deux plus hautes : celle de la stabilité et celle de l'intelligence ou de la connaissance. Nous avons vu la stabilité, *Shiné*, « rester tranquille », apprendre à rester tranquille, présent, attentif à une chose unique. C'est l'anti -zapping et le remède aux tics et aux tocs... "troubles obsessionnels compulsifs"... ce qui n'est pas sans rapport avec *Tik-Tok*, d'ailleurs, mais c'est une autre discussion...

Nous avons vu qu'il y a **trois types de connaissances** : les connaissances mondaines, les connaissances supra- mondaines ; supra- mondaines inférieures et supra- mondaines supérieures. "Supérieures", c'est la Voie Universelle pour faire simple. Et il y a bodhicitta en aspiration et en pratique.

Nous sommes arrivés à la Voie royale, *Shiné-Lhaktong*. **Niguma** l'a appelée dans le *Gyouma Lamrim* : "la voie royale". C'est la voie spirituelle – si tant est que l'on utilise ce terme – ou la voie d'éveil (peut-être que c'est mieux que "spirituelle") ; la voie d'éveil royale, *number one*, la première, principale et – somme toute, aussi – la seule. Elle peut avoir différents noms mais, pour ce dont il s'agit fondamentalement, c'est la seule qui amène à l'expérience directe immédiate, présence ouverte a-conceptuelle, POC (rires). Alors, "a-conceptuelle", ce serait plutôt POA... présence ouverte a-conceptuelle, sans concept... C'est un synonyme de vacuité, c'est un synonyme de négation directe, c'est un synonyme de non-saisie.

Dans le groupe de recherche du Dharma (le GRD), nous travaillons et développons actuellement la notion d' « intelligence de l'interdépendance ». Elle est associée à la dé-saisie conceptuelle ou à la dé-saisie cognitive. Il y a une formule très importante qui expose la relation entre l'interdépendance et la dé-saisie. D'une façon simple, dé-saisie et interdépendance sont proportionnelles. Ou dit autrement : moins il y a de

saisie, plus il y a d'interdépendance. Moins vous êtes égoïste, dans la saisie égoïste, plus vous êtes interdépendant avec tous les autres, voilà.

C'est le cœur du sujet, c'est le cœur de la discussion.

La personne

Comment cela est-il abordé ? Nous allons partir de la phénoménologie libératrice et nous allons arriver très vite dans l'*Abhidharma* [tib. *Chö ngönpa*, རྩོམ་མཛོད་], la phénoménologie du Dharma, et nous verrons *Le Flambeau de la libération* qui nous amènera à la méditation de ce soir.

Commençons avec le cours de phénoménologie libératrice sur « la personne et le non-soi » (cours n° 3) : **La personne**.

Quand je pense à la personne, je pense toujours à Nasrudin. Vous connaissez l'histoire, mais elle reste pertinente. Quand il revient du désert où il a vu Dieu, quand on l'interroge, il dit : « C'est sûr, au désert, il n'y a personne ! »

La personne est à la fois la présence et l'absence. Il y a la présence de la personne divine que vous pouvez nommer « Trinité », mais aussi « *Trikāya* » [Tib. *kusum*, སྐུ་གསུམ་] -on a fait tout un séminaire sur le sujet- le ternaire fondamental des dimensions pures du corps, de la parole et de l'esprit. Il y a également « personne » en tant qu'absence : il n'y a personne.

Donc nous commençons avec ce sens ambigu, polyvalent, de la personne. C'est très important, d'autant que cette sémantique est sous-jacente à la pensée occidentale. Théologique, certes, mais aussi philosophique et juridique avec les personnes physiques, les personnes morales, etc.

Et il y a la personne égoïste et la personne sans ego. C'est la façon de dire « la bonne et la mauvaise personne ». Il y a la personne égoïste et la personne altruiste. La différence entre les deux, c'est l'ego ou le soi. Cela nous avait amené à la quête du non-soi.

Le Dharma expose deux soi : le soi sujet (moi) et le soi des objets (les phénomènes). Ils sont interdépendants. C'est ce que nous apprend la phénoménologie, d'Orient et d'Occident. D'Occident depuis Kant et les grands phénoménologues : Husserl, Heidegger, Merleau-Ponty... et dans leur sillage scientifique, je mettrais notre défunt frère (en quelque sorte) Francisco Varela qui un temps, fit une retraite ici en Avallon, à Karma Ling.

Donc nous avons au centre le sujet, le soi, qui – habituellement – se vit dans la personne. La personne que je suis, c'est moi. Jusque-là, difficile de ne pas être d'accord... Ce que l'expérience sous-tend, ce que la logique sous-tend, ce qu'est l'expérience sous-tendue est précisément notre propos. Et les deux soi n'ont pas véritablement d'existence propre, indépendante. Il apparaissent en effet en coproduction, en corrélation, en se posant l'un par rapport à l'autre, dans une opposition duelle, sujet-objet, ici et là-bas, moi et autre... Cette dualité repose, comme les *Cittamātra* nous l'enseignent, sur la saisie cognitive dualisante sujet-objet,

observateur-observé... L'impression d'une réalité extérieure autonome n'est qu'une impression illusoire. Je paraphrase ici ce qui est écrit dans le cours.

Il y a en réalité cette absence d'existence propre, c'est-à-dire d'existence autonome ou encore d'existence inhérente... tout ça, ce sont des mots souvent utilisés et qu'il est bien d'entendre et de bien comprendre.

Les deux soi... il faudrait mettre un S à « soi », parce qu'il y a le soi de la personne (sujet, le soi sujet) et il y a le soi des phénomènes, des objets. Alors, d'un côté c'est moi et de l'autre côté c'est l'autre, les objets autres. Et ces deux pôles se posent, se polarisent, dans la saisie cognitive. Se constitue alors le double soi, puis on découvre le double non-soi. C'est tout l'objet et tout le propos de notre étude présente.

Voilà.

Le Flambeau de la libération, deuxième partie – vipaśyanā

C'est aussi le plan du traité intitulé *Le Flambeau de la libération* de Déshung Rinpoché que nous avons déjà utilisé. Il commence en nous disant :

//

VIPASHYANA

Vipaśyanā [la claire vision] est l'essence de la compréhension (prajñā).

L'essence de la sixième *pāramitā*, l'essence de la *prajñā*, la *Prajñāpāramitā* est *vipaśyanā*.

On distingue :

- Vipashyana analytique
- Vipashyanā spécial, qui est la pratique développant **la réalisation de l'intelligence immédiate** du Mahāmudrā, le sens ultime [Ce point ne sera pas développé ici] ; l'intelligence immédiate a-conceptuelle. C'est là qu'on a le dernier mot, si je puis dire ; le mot de la fin. C'est la solution. La solution dedans et par la dissolution. La dissolution du questionneur et de la question mais cette dissolution est une solution. Eurêka ! J'ai trouvé ! Une libération...

Donc *vipaśyanā* a une dimension analytique et une dimension contemplative. Nous allons suivre la dimension analytique avec l'étude et – tout à l'heure – avec la méditation, nous ferons un exercice de *vipaśyanā* contemplatif et même a-conceptuel.

Alors, nous allons voir (et je suis le plan de Déshung Rinpoché) le non-soi de la personne

– Vipashyanâ selon les points essentiels de la voie commune aux sûtras et tantras.
C'est le sens de cette approche que nous allons exposer brièvement. Elle comprend :

- la méditation du non-soi de la personne ;
- la méditation du non-soi des phénomènes ;
- la méditation de la vacuité ayant pour cœur la compassion ;

et il y a encore

– la méditation de shamatha et vipashyanâ conjoints.

Mais nous garderons celle-ci (je pense) pour la prochaine fois.

Définitions

I – DÉFINITIONS

Il s'agit d'abord de comprendre la différence entre le soi de la personne et le soi des phénomènes puis de reconnaître leur inexistance.

Y a-t-il une hésitation à ce sujet ?... Personne ne lève la main, donc je suppose que – quand viendra l'examen – vous saurez répondre, donner la définition du soi de la personne et du non-soi de la personne...

[Étudiant : Bonsoir Rinpoché. En fait, je ne serais pas capable de donner la définition des deux... Du coup, j'aimerais bien avoir votre définition des deux soi...]

La définition que je donne est celle de Deshung Rinpoché et des *Cittamātra* [Tib. *sem tsampa*, སེམས་ཅན་པ།]¹ et les *Madhyamaka* [Tib. *uma*, དབུ་མ།]. Donc je ne fais pas une définition singulière. « Personne » se dit en tibétain *gangzak* [གང་ཟག་].

1 – Personne (gang zag)

Par « personne » on entend la perception [ou l'expérience] d'une continuité dans les constituants de l'expérience.

¹Cittamātra, école de l'esprit seul.

Une continuité dans les constituants de l'expérience, une continuité dans l'expérience, une continuité d'expérience. Ce serait sans doute le résumé : par « personne », on entend une continuité d'expérience. C'est-à-dire une expérience qui se vit dans le temps ; une expérience temporelle. Une expérience suppose en général un expérimentateur qui finalement, est « moi » dans le temps. Cependant la continuité d'expérience peut exister avant qu'un moi, « moi, qui, je », l'ego, ne vienne se greffer dedans. Cela correspond à la continuité des six premières consciences avant l'arrivée de la conscience perturbatrice, la conscience folle, la conscience de l'ego, le nyényi (ཉེས་ཉིད།) le « mental fou » ... la folle du logis ou le fou du logis... qui a même une petite araignée au plafond, comme on dit...

Donc la continuité d'une expérience ou la continuité de l'expérience est la personne.

Lorsque cette perception est saisie comme un « moi-je » ou « soi », [ce sont des synonymes] permanent, monolithique [indépendant], il s'agit du « soi de la personne » [que l'on peut dire « l'individualité de la personne » ou « l'ego de la personne »].

Vous pouvez remarquer qu'il y a toute une discussion en Occident dans laquelle « individu » et « personne » sont souvent interchangeables. Il y a de la confusion. Mais l'individu, nous l'entendons comme « ce qui est in-divisible », ou in-divis ; or l'interdépendance prône qu'il n'est rien qui soit indépendant et donc – par là-même – indivisible.

Comprendre que ce « soi de la personne » n'a pas d'existence propre est la compréhension du « non-soi de la personne » [l'absence d'individualité ou d'individu ou d'ego dans la personne].

Une personne sans ego.

En ce qui concerne les phénomènes :

2 – Phénomènes

Les phénomènes [ou « réalités »] sont les différentes choses — constituants, éléments, etc. — conçues par le soi de la personne.

La conception engendre et fait naître ce qui est conçu. Le soi de la personne, la personne construit son monde.

Saisir ces phénomènes et s'y attacher en tant que choses réelles ayant des caractéristiques propres est le « soi des phénomènes ».

Ou, dit simplement : attribuer à ces choses une réalité indépendante.

Il n'y a pas de réalité indépendante, il n'y a que de la réalité interdépendante. Il n'y a pas d'être, il n'est que de l'inter-être, comme l'a clairement formulé Thày [Thích Nhất Hạnh] : *j'inter-suis, tu inter-es, il inter-est, nous inter-sommes, vous inter-êtes et ils inter-sont*. Mais on a besoin de reprogrammer les structures de sa pensée. Nous sommes des parle-êtres dans notre structure mentale, qui a des axiomes ou des *a priori* ou des catégories *a priori* de l'entendement... en tibétain, ce sont les *tröpa* [ཁྱེས་པ་], les *prapañca*. Il y en a huit : *tröpe tagyé* (ཁྱེས་པའི་མཐའ་བརྒྱད།), les « huit types de conceptions extrêmes » : *takché* (རྟག་ཆད་), éternalisme – nihilisme ; *chik tang tadé* (གཅིག་ཐ་དད་), unicité – multiplicité ; *dro ong* (འགྲོ་འོང་), allée – venue ; *kyégak* (སྐྱེ་འགག་), naissance – cessation.

Nāgārjuna traite de cela dans les *Mūlamadhyamakakārikā*, « Les vers racines du *Madhyamaka*, la Voie médiane ». Il y a la traduction de Guy Bugault, très bien, grand indianiste, sanscritiste. Il y a aussi une traduction qui a été faite dans le sillage de Khênpo Rinpoché et qui a été publiée en français par les éditions Rimé, du temps où elles s'appelaient Prajna, je crois... En tout cas, il y a ce texte disponible... C'est assez décoiffant... c'est comme ça que l'on devient tête chauve, même (rires).



Il y a tout un argumentaire extrêmement pertinent et aigu, diamant coupeur qui tranche les illusions conceptuelles en commençant par montrer qu'elles sont absurdes. Nos concepts habituels *a priori* de l'entendement peuvent être – dans une démarche logique cohérente – réduits à l'absurde ; c'est-à-dire que l'on peut montrer et mettre en évidence leurs incohérences ou leurs contradictions internes.

C'est un petit peu comme les *koans*, ça vous laisse coi. Ça vous laisse coi, coi... Et dans l'a-conceptuel. C'est le propos, justement, de la dialectique *Madhyamaka* que d'amener son pratiquant à l'expérience directe immédiate a-conceptuelle. C'est le propos de la pratique de *Lhaktong*. Passons à la méthode de pratique.

La méthode de pratique

II – LA MÉTHODE DE PRATIQUE

Dans un lieu isolé, nous entrons en le Refuge du Maître et des Trois Joyaux avec une prière fervente. Puis, motivés par la grande compassion, nous méditons longtemps pour éveiller notre cœur-esprit (bodhicitta).

Ensuite, nous pratiquons un exercice de samatha et, lorsque le repos de l'esprit s'est quelque peu développé, nous considérons :

« Ah Oh! Notre esprit est depuis toujours l'état naturel de la Claire Lumière, transcendant toute détermination conceptuelle. C'est la clarté vide subsistant sans direction ni orientation.

Cependant, celle-ci n'étant pas réalisée, s'y saisit un « moi-je » qui fait errer sans fin dans le cycle de l'existence.

Le *samsāra*.

Ce samsāra apparaît de l'addiction aux propensions illusoires de la saisie dualiste.

Illusoires. On en a l'habitude, on est *addicted*, on est accro à ces *trips* duels, à ce conditionnement dualiste.

Il est l'expérience de choses qui ne sont pas, semblables à un déguisement, une enveloppe illusoire des projections irréelles.

Ce sont les *kündzob* (ཀུན་ཐོག་), ce que l'on nomme la vérité relative et – littéralement – « la vérité travestie » : *kündzob* = "toute travestie", "toute voilée". C'est le voile d'Isis, c'est le voile de *Māyā*, l'illusion. L'illusion qui recouvre la réalité, qui la voile. On y est accro parce qu'elle interdépendante avec moi et – d'une certaine façon – je suis accro à moi, vous voyez ? C'est ce que l'on appelle en tibétain *dagdzin* (བདག་འཛིན་), la « saisie de l'ego ». Je suis accro à moi.

En les saisissant comme choses réelles, on se comporte comme un fou prenant pour réelles des illusions. C'est ainsi que, dans ces saisies illusoires, on éprouve continuellement les expériences pénibles des nombreuses souffrances du samsara.

C'est de là que viennent, dit de façon triviale, tous nos emmerdes. Donc, ça pourrait s'appeler la libération des emmerdes.

Mais maintenant, à partir des instructions du maître excellent, je vais pénétrer dans le suprême secret de l'esprit, le profond cœur de tous les enseignements exprimés

*par les quatre-vingt-quatre mille collections du Dharma des tathâgatas des trois temps,
et ne serai plus possédé par le démon de la saisie réifiante. »*

Vade rétro ! Plus jamais !

Nous allons commencer par méditer le non-soi de la personne.

Méditer le non-soi de la personne

1 – Méditation du non-soi de la personne

*Nous commençons par nous concentrer, corps et esprit, dans l'expérience agréable
d'exister comme quelqu'un autonome et regardons nos [cinq] constituants.*

Ce qui nous compose. Il peut y avoir tout une considération sur les composants ou les constituants, les cinq. Je vous renvoie sur ce point à la phénoménologie libératrice.

Ensuite, nous considérons que la saisie d'un moi ou d'un mien est une illusion.

L'existence du moi est une illusion. Une illusion ne veut pas dire quelque chose d'irréel. L'illusion est d'ailleurs illusion dans la mesure où elle nous fait expérimenter quelque chose qui n'est pas comme « étant ».

Retenez cette parole de **Milarépa** qui est un commentaire et une explication profonde [Rinpoché entonne le chant] :



Et en français : « Éma ! Les phénomènes des trois mondes du cycle de l'existence n'existent pas mais apparaissent. Quel grand prodige ! C'est merveilleux ! ».

Je vous invite à reprendre... on peut le chanter, c'est sympathique et c'est une façon de développer une habitude et de s'imprégner du truc. La parole des *sūtras*, des *tantras*, la parole des anciens, la parole de vérité est conforme au

ཨ་མ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་ཚེ། *Kam sum korwé chö*
མད་བཞིན་སྣང་བ་ངོ་མཚར་ཆེ། *mé shin nanwa notsar ché*

paradigme qui imprime l'intelligence du Bouddha. Donc développons l'intelligence du Bouddha et imprégnons-nous de son paradigme. [Rinpoché entonne plusieurs fois le chant]. Voilà. On peut continuer, on peut passer toute la soirée comme ça ! C'est très sympathique et c'est une forme de méditation

extrêmement profonde qui résume la vision du *Madhyamaka*, la Voie du milieu. Les apparences vides, transparentes, *nangtong* (སྒང་སྟོང་), n'existent pas comme des êtres monolithiques, autonomes, indépendants ; elles n'existent pas de façon indépendante mais apparaissent en interdépendance. C'est tout.

Il y a l'analyse, la recherche du moi dans le nom, dans le corps, dans l'esprit... Où suis-je ? Qui suis-je ? Suis-je dans mon nom ? Eh bien, oui... Il y a même des fois où j'ai plusieurs noms, donc cela dépend des moments... C'est aussi pour cela que l'on donne des noms différents parce qu'un nom du Dharma nous pose comme la personne que l'on devient. La personne que l'on devient lorsque l'on entre en refuge. C'est comme une renaissance. L'initiation – et le refuge est une forme d'initiation – est une renaissance. Et quand on re-naît, on est un nouvel être, un nouveau nom. Je suis... Je suis Untel, je suis Unetelle, je suis... Et je suis ce que je suis, dans ma pensée ; et c'est comme cela que l'on suit ses pensées. Eh oui, en français le verbe « suivre » et le verbe « être » s'emmêlent les crayons ! Mais c'est intéressant parce que c'est comme cela que l'on a fait « Je pense, donc je suis ». Mais je suis quoi ?... Je suis ce que je pense... Je suis la pensée que je suis... Ce sont les questions, les examens de *lhaktong*.

Après, il y a le non-soi des phénomènes.

Le non-soi des phénomènes



Pour faire simple, *chönam tamché sem kyi namtrül* (ཆོས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་རྣམ་འབྱུང་།). Ça, c'est Rangdjoung Dordjé² : « tous les phénomènes sont des projections de l'esprit »³ :

ཆོས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་རྣམ་འབྱུང་།
སེམས་ནི་སེམས་མེད་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོས་སྟོང་།
སྟོང་ཞིང་མ་འགགས་ཅིང་ཡང་སྒྲུང་བ་སྟེ།
འགགས་པར་བརྟག་ནས་གཞི་རྩ་ཆོད་པར་ཤོག།

*chönam tamché sem kyi namtrül té
sem ni semmé sem kyi nowö tong
tong shing man gak chir yang nangwa té
lèkpar tak né shitsa chöpar sho*

C'est une stance des *Souhaits du Mahāmudrā* de Rangdjoung Dordjé. Nous les verrons cet été, je pense que c'est très utile. Tous les phénomènes sont projections de l'esprit ; quant à l'esprit, il n'est pas quelque chose d'indépendant ; il émerge en interdépendance dans la boucle cognitive dans laquelle émerge secondairement ce que je suis. Et l'esprit émerge – justement – dans le suivi que le sujet entretient avec ce qu'il suit.

²3^e Karmapa (1284-1339).

³Extrait de *nge tön chagya chen poi mönlam* (ངེས་དོན་ཆུག་བྱ་ཆེན་པོའི་སྟོན་ལམ།), La prière d'aspiration à Mahāmudrā, le sens définitif.

Donc j'arrive à la conclusion :

2 – Méditation du non-soi des phénomènes

[...]

Nous considérons cela longtemps pour en développer une ferme conviction.

Il faut que ce soit du vécu et pas du bla-bla mental.

Ainsi, si les apparences saisies comme objets sont analogues aux apparences oniriques, l'observateur qui les saisit est aussi semblable au sujet de l'expérience onirique.

Là, on entre dans la métaphore du rêve. Le sujet onirique et le monde onirique sont projections et introjections, sont la polarisation de la claire lumière de l'esprit, polarisation qui se développe dans la saisie cognitive, lorsqu'on est en état de rêve. Il y a le sujet onirique et le monde onirique. Regardez bien, formalisez-le si vous voulez ; c'est ce que fait la Phé-Lib, c'est très simple, c'est très clair.

Ainsi, tous les phénomènes sont des illusions. Et c'est ce que **Niguma** développe dans *La Voie de l'illusion*, justement, qui est en phase terminale d'édition. Ce sera pour cet été, j'espère... je fais des vœux...

Nous pouvons passer à la deuxième partie qui est la méditation ou Lhaktong contemplatif.

Deuxième partie : Lhaktong contemplatif

Nous allons suivre la contemplation finale que nous propose Deshung Rinpoché.

Contemplation finale

Après avoir considéré (les méditations sur les deux non soi), l'esprit se retournant sur lui-même,...

Alors là, on sait se retourner sur la couette, on se retourne. « Se retourner sur soi-même »... c'est un truc très spécial... C'est-à-dire que moi se retourne sur moi. C'est paradoxal. Mais c'est justement l'enjeu, si l'on peut dire, du jeu. C'est la réflexivité, comme on dit ; le retour sur soi-même.

...libre du voile de la saisie dualiste sujet-objet, en l'expérience du présent instantané.

datar gyi shépa (ད་ལྟར་གྱི་ཤེས་པ་), l'instantanéité présente, qui disparaît dès qu'elle est pensée ; un impensable radical.

Il repose, nûment et longuement en sa propre clarté, dans l'expérience de la clarté-lucidité vide, complètement ouverte, béante :

– Contemple alors d'où naît cette lucidité intelligente. On ne lui trouve pas de cause dont elle procède [d'origine]. En ce sens, elle est non née, c'est une vacuité ouverte et dégagée.

En cet état, contemplez où réside cette clarté auto-connaissante. Et ce qu'elle est, en soi.

– Contemple ensuite où réside ce qu'elle est « en soi ». Elle ne se trouve nulle part, ni à l'intérieur du corps, ni à l'extérieur ou entre les deux. Elle ne consiste en aucune couleur, forme ou quoi que ce soit d'autre. Quelle que soit la façon dont nous la recherchons, elle ne peut être trouvée. C'est une vive transparence sans localisation.

– Finalement, contemple où elle se finit et constate qu'elle ne se termine et ne s'achève nulle part et n'aboutit à aucune conséquence. Cette non-finitude est un bien-être étale.

Ainsi, cette vacuité naturelle qui est, (comme nous venons de le voir), dépourvue de cause, de conséquence et d'essence, resplendit en une nudité claire et brillante.

Là, on pourrait faire quelques tournures poétiques. Il y a la clarté, la brillance, le dépouillement et l'éclat.

Sans entraver l'énergie propre à cette clarté-lucidité qui en fait l'expérience, se vit une lucidité vive et ouverte. Sa clarté ne consiste pas en quelque chose [elle est associée à la vacuité] et sa vacuité est intelligence claire et lucide, libre de toute entrave. C'est ce que l'on nomme la clarté vide, l'absence de saisie, l'ouverture l'au-delà des déterminations conceptuelles.

Demeure en cette ouverture béante, nue et dégagée, indicible et impensable et, finalement, demeure-y sans même saisir la non-saisie !

Je vous lis Deshung Rinpoché que j'ai traduit.

Quand apparaît une pensée, ne suis pas son cours, reste dessaisi.

Suspendu, époché⁴, transcendant...

Aussitôt apparue, elle s'interrompt complètement.

Elle se dissout comme flocon de neige sur pierre chaude (j'en ai parlé l'autre jour).

Au début, sois concentré, avec fermeté, intensité; au milieu, sois relaxé, dans la détente ; et à la fin, sois sans espoir et sans crainte.

En résumé, sans jamais se distraire de l'ainsité de la simple présence qu'est la clarté-lucidité-vide libre de saisie, reste sans contrainte, en l'état où il n'est rien qui soit médité.

C'est ce que nous rappelle et dit quotidiennement l'addenda de **Jamgön Kongtrül Lodrö Tayé** qui a fait une anthologie de citations pour introduire la pratique de *dzorim*, le texte que nous récitons en introduction à la phase silencieuse de contemplation.

Entraîne-toi ainsi, intensément, de courts moments répétés encore et encore. Puis, sans que la pratique devienne rebutante, arrête-toi sur une bonne impression.

Il y a ensuite une méditation qui est dite « de la vacuité et de la compassion conjointes ». Vacuité et compassion sont une même expérience. Le vide d'égo, d'égoïsme est la plénitude de l'altruisme, de la compassion altruiste.

Dans la présence d'instantanéité, la luminosité auto-connaissante, se vit la perfection de la vacuité et de la compassion, de l'intelligence et de l'amour.

Et cette remarque :

Les profondes paroles des sùtras du sens définitif sont une très grande source d'inspiration qui enracine l'habitude de la vue.

⁴1- Suspension du jugement chez les philosophes sceptiques grecs. 2. Chez Husserl, méthode d'analyse philosophique qui consiste à suspendre tout jugement concernant la réalité du monde.

C'est ce que je vous disais tout à l'heure : ça pose en nous, ça imprime, au sens où ça laisse une trace et ça imprime au sens même où ça nous formate, où c'est un engramme qui devient une structure centrale, une structure prédominante... un engramme archaïque de notre entendement, de notre intelligence... On imprime la matrice de l'intelligence du Bouddha en étant formaté par de telles paroles, un tel parle-être.

Les Souhais du Mahāmudrā dont nous parlions tout à l'heure sont une façon de le faire. C'est aussi ce que nous faisons avec *La Prière d'auto-libération de Guru Rinpoché*, avec laquelle je vous propose que nous terminions cette méditation, en vivant ce qu'elle exprime, qui n'est autre que tout ce que l'on vient d'exposer et aussi d'expérimenter.

[*Prière d'auto-libération de Guru Rinpoché* suivie de la dédicace des mérites]

Bonsoir, bonsoir. *tashi délek* (བཏཱ་ཤེས་བདེ་ལེགས།), *tashi délek* de Brest à Vladivostok ! *lagyel lo* (ལྷ་རྒྱལ་ལོ།) ! ki ki so so (ཀི་ཀི་སོ་སོ།) !