



DHAGPO KAGYU LING

Centre d'études et de méditation bouddhiques

Le 9 avril 2020

Thayé Dorjé, Sa Sainteté le XVII^e Gyalwa Karmapa partage la méditation suivante sur l'importance de la pratique pour accepter le changement.

<https://www.dhagpo.org/fr/actualites/1901-meditations-pour-notre-epoque-videos-et-plus-5>

Je n'essaie pas de nous effrayer.

Cependant, nous devrions pratiquer en ayant à l'esprit que [la pratique] est essentiellement une façon de réaliser que nous ne pouvons pas surmonter le changement, c'est-à-dire que nous ne sommes pas une entité autre ou distincte du changement.

Nous sommes changement.

Il s'agit donc d'un moyen habile, et également d'un moyen bienveillant, pour le réaliser.

Nous pouvons penser que tout est de l'ordre de la fatalité ou que nous devons être stoïques, sans rien pouvoir faire, et laisser les choses en l'état, pour ainsi dire.

Cela ne fera qu'engourdir nos sens pendant un certain temps et finira par déclencher la panique.

La pratique a donc une sorte d'élégance qui nous aide à accepter le changement, sans trop nous alarmer.

S'approprier notre propre karma ne repose pas sur le fait de s'attacher à la méthode de la causalité et de la renaissance.

Ces méthodes sont simplement là comme un signal permettant de rejoindre le courant du changement – tout comme nous attendons le signal de circulation avant de pénétrer sur l'autoroute.

Une fois que nous sommes entrés dans la circulation, nous nous sentons naturellement immobiles.

C'est le point essentiel.

Une maladie comme celle-ci n'est jamais le mal.

Elle ne l'a jamais été.

En essence, elle n'est rien.

Si nous avons du courage, ce rien peut cependant être transformé en quelque chose.