



## DHAGPO KAGYU LING

Centre d'études et de méditation bouddhiques

Le 25 juillet 2020

*Le karma est le sujet de la dernière méditation pour notre époque de Thayé Dorjé, Sa Sainteté le XVII<sup>e</sup> Gyalwa Karmapa, en réponse aux questions de ses étudiants.*

<https://www.dhagpo.org/fr/actualites/1940-meditations-pour-notre-epoque-videos-et-plus-16>

Merci encore pour vos questions.

Nombreuses parmi elles étaient relatives au karma. J'aimerais qu'il existe un karma originel – comme un big bang – ce serait tellement plus facile ! Nous pourrions alors, d'une manière ou d'une autre, accepter que nous soyons tous condamnés. J'ai cependant le sentiment que ce n'est peut-être pas le cas. Je vais faire de mon mieux pour partager avec vous une partie de ma compréhension du karma, tant dans cette réflexion que dans les suivantes.

Le karma est un sujet auquel nous pouvons rarement nous relier lorsqu'il est décrit avec des mots.

Plus nous essayons de le décrire avec des paragraphes, des phrases, des verbes et des noms, plus la signification du karma nous échappe.

Les descriptions sont comme des vêtements. Commencer à décrire quelque chose est tout d'abord semblable à revêtir [un vêtement], mais alors que nous examinons davantage le sujet ou le définissons, le processus de description se transforme naturellement en une sorte de processus de « déshabillage ». C'est le même principe que : « Tout ce qui monte doit redescendre. » Nous n'y pouvons rien.

Lorsqu'il s'agit de décrire le karma, je pense qu'il est essentiel de garder cela à l'esprit dès le départ.

Quand nous épluchons un oignon ou écorçons le tronc d'un bananier, les pelant toujours davantage, couche après couche, une certaine curiosité se fait jour et nous voulons voir s'il y a une essence ou une graine au cœur de ces couches. Finalement, bien sûr il n'y a rien au centre de l'oignon ou du tronc du bananier.

Décrire le karma ressemble en quelque sorte à cela.

Dans ce cas, nous pourrions penser que les questions et réponses sur le sujet sont une perte de temps et d'énergie, mais je pense que la nature subtile du format des questions et réponses a sa qualité propre.

p.1/3



## DHAGPO KAGYU LING

Centre d'études et de méditation bouddhiques

Le karma est là, d'une certaine manière. « Là » dans le sens où [son] apparence est là. Tout comme un oignon ou un plantain.

Nous aussi, nous sommes « là » – ou ici – en apparence, tout comme un oignon ou un plantain. Tout particulièrement, les couches de notre caractère et de notre personnalité sont « là ».

En même temps, notre apparence, et celle du karma, marchent ou fonctionnent à la perfection.

Comparer la fonction du karma à celle d'un filtre est une des façons de le comprendre. Il n'y a rien à déterminer d'autre que l'apparence. Nous aspirons donc ce qui est apparemment là – de la même façon que nos poumons aspirent de l'air, mais en réalité nous ne retenons rien. Naturellement, comme pour nos poumons et les arbres, ce qui est aspiré est finalement – ou simultanément – expiré, relâché.

En ce sens, il y a une possession du karma (en quelque sorte) – mais il n'est jamais vraiment possédé par quelque chose ni quelqu'un.

En même temps, le processus d'inspiration et d'expiration donne ce que nous appelons la vie.

Sans avoir à vraiment posséder quoi que ce soit, tout est possédé, sans se soucier de la dualité ou de la non-dualité.

Vous voyez, nous respirons chaque jour. Pourtant, la respiration passe largement inaperçue. Non pas qu'il y ait quelque chose de mal à cela, mais si nous voulons comprendre ce qu'est le karma, alors un petit regard sur le schéma quotidien de la respiration nous procurera une appréciation – voire un émerveillement. Un sentiment comme : « Mon Dieu ! Nous avons respiré pendant tout ce temps ! »

Lorsque nous nous habituons à cette pratique consistant à apprécier ce que l'on pourrait appeler des schémas quotidiens ordinaires, nous pouvons alors appliquer ce type de lucidité à d'autres schémas. Marcher, manger, dormir, se lever, parler... toutes sortes de schémas. Celui de vivre, de mourir, et avec le temps, celui de reproduire les cycles de vie. Comme vous pouvez le voir, ce type de pratique ou de méditation lucide n'est pas du tout un état d'esprit éthéré.

En fait, ce type de pratique ou de méditation lucide est actif et vivant, en accord avec tout ce qui se passe autour de nous.

Ce genre de pratique vivante est heureusement encore présent sous divers aspects à ce jour, comme la pratique de *tonglen*, que j'ai mentionnée dans une réflexion précédente, sous forme d'aspiration et de dévouement. C'est la façon la plus naturelle de posséder le karma, je pense.

p.2/3



## DHAGPO KAGYU LING

Centre d'études et de méditation bouddhiques

Cette pratique ne revêt pas la signification d'une mission religieuse pour sauver le monde et ne porte aucun fardeau politique pour mettre le monde en ordre.

Aucun gourou n'est nécessaire, aucun parent ni aucun enseignement ne sont exigés non plus.

Respirez simplement.

Et si vous sentez que vous ne pouvez pas respirer et que les choses semblent s'assombrir, sachez que ceci est le signe même que vous êtes, en fait, en train de respirer – que vous respirez au-delà de cette paire de poumons, que vous respirez en vivant et en mourant.