



Tashi delek! 'Discovering the Buddha Within'

Tashi delek!

« Découvrir le Bouddha intérieur » : ce programme a été créé par Guru Vajradhara Chamgon Tai Situ Rinpoché. Rinpoché a le sentiment que de nos jours, un grand nombre de personnes étudient le Dharma et se rendent en de nombreux lieux, recevant beaucoup d'enseignements de différentes sortes. Ceux-ci sont parfois trop nombreux, et en fin de compte, les étudiants se sentent perdus, ignorent quels sont les points clés, et ne connaissent pas la structure générale de la pratique et du Dharma. Aussi, Rinpoché nous a-t-il conseillé de vraiment travailler là-dessus et de dispenser un enseignement en concordance aux étudiants de tous les centres du Dharma de Palung et, bien sûr, à tous ceux intéressés à travers le monde entier. C'est pourquoi je considère cet enseignement comme quelque chose de merveilleux et d'enthousiasmant.

Le Bouddha a donné trois enseignements principaux, ce qu'on appelle les trois tours de la roue du Dharma, trois niveaux d'enseignement. Notre programme suit ces trois niveaux.

Ceux-ci comportent tous les points clés de ce que le Bouddha a enseigné et cet enseignement est comme une carte routière, ou un plan du Dharma du Bouddha, dans son entièreté. De cette façon, si vous êtes un pratiquant ou une pratiquante vous pouvez recevoir beaucoup d'enseignements, rencontrer de nombreux enseignants, mais une fois que vous avez ce plan en tête, cela vous permet de corréliser ces enseignements avec l'un des enseignements indiqués sur le plan : certains enseignants vont peut-être se focaliser davantage sur les enseignements de base, d'autres davantage sur le grand véhicule, les enseignements du Mahayana, d'autres encore sur la Nature de Bouddha et certains sur le Vajrayana.

Dès lors que vous détenez le plan général, il vous est possible d'y loger tous les enseignements et de pratiquer l'ensemble des enseignements du Bouddha sur votre coussin. C'est le but. C'est vraiment important.

Cet enseignement inclut donc trois niveaux. Le premier se concentre sur le premier enseignement du Bouddha : les quatre

Nobles Vérités, et de nombreuses pratiques sur les quatre fondements de l'attention, puis le refuge. Ce sont là les fondations, les enseignements de base du Bouddha.

La deuxième année, nous avons les enseignements du deuxième niveau. Ils concernent l'amour bienveillance, la compassion, l'esprit d'éveil et la vacuité. C'est ce sur quoi s'est vraiment focalisé le Bouddha lorsqu'il a tourné la roue du Dharma pour la deuxième fois.

Et lors de son dernier enseignement, le Bouddha s'est axé principalement sur la Nature de Bouddha. Nous avons tous en nous cette nature fondamentale parfaitement pure, nous nous concentrons donc sur elle, et il y a des enseignements concernant le Vajrayana.

Le Bouddha a ainsi prodigué ces trois enseignements et notre programme comprend ces trois niveaux. J'enseignerai suivant ce programme, et au monastère de Palung se trouvent de nombreux Rinpochés et aussi des Khenpos. Les Khenpos sont les professeurs de grade supérieur, des érudits docteurs en philosophie, qui ont étudié de nombreuses années. Ils enseignent à l'université du monastère de Sherabling et iront également diffuser ce programme à travers le monde.

J'espère que vous pourrez tous vous joindre à cet enseignement et en tirer des bienfaits. Surtout, cette manière d'enseigner associe ce qu'on appelle la vue, la méditation et la mise en application.

La vue commence par une compréhension intellectuelle alors que l'expérience commence par le biais de la méditation – comment être avec la nature de la réalité.

La mise en application associe la vue et la méditation, elle applique cette combinaison à la vie quotidienne et, en particulier constitue une manière de travailler avec les émotions négatives et les difficultés que vous pouvez rencontrer dans votre vie.

J'espère que cela vous sera bénéfique, que cela sera source de bienfaits dans votre vie et pour autrui. Merci !