

## **L'importance d'être fiable (*gyü tenpo*) et d'avoir bon cœur (*sempa zangpo*)**

Chers amis de près et de loin,

J'espère que ce message vous trouve en pleine forme, bonne santé et heureux, et que vous vous trouvez tous en sécurité. En ce jour de Gourou Rimpoche, j'aimerais vous parler de l'importance d'être honnête (*gyü drangpo*), fiable (*gyü tenpo*), et d'avoir bon cœur (*sempa zangpo*).

Être honnête, fiable et d'avoir bon Cœur est essentiel à la pratique du Dharma, mais c'est aussi très important d'un point de vue mondain. Être honnête et fiable veut dire que vous ne décevrez ni vous, ni personne. Cela veut dire que vous pouvez vous faire confiance et que vous êtes digne de confiance pour les autres. Quand vous êtes digne de confiance et constant, vous savez que vous pouvez compter sur vous-même, et que les autres peuvent compter sur vous aussi. De telles qualités bénéficieront et faciliteront votre pratique du Dharma, et ils vous rendront service aussi dans votre vie mondaine. Aussi, comment cultiver ces qualités ? Il faut se le rappeler tout le temps : “ J'ai besoin d'être honnête, j'ai besoin d'être stable et fiable “. Nous avons besoin d'y réfléchir et nous examiner pour voir si nous sommes effectivement tout le temps honnête, fiable et digne de confiance.

Quoi qu'il en soit, être honnête et fiable n'est pas assez : nous avons besoin aussi d'avoir un bon Cœur. Avoir un bon Cœur consiste à avoir une tournure d'esprit altruiste, le désir d'être bon pour les autres, de les aider, de prendre soin d'eux. Cela veut dire être gentil, de souhaiter de ne pas faire du mal, de ne pas blesser, de ne pas peiner, ou ne pas embêter quiconque. Ce genre d'ouverture de Cœur est fondamental pour toute pratique du Dharma : basé sur le fait d'avoir bon Cœur, on peut cultiver la compassion, l'amour-gentillesse, la vue ... Mais l'ouverture du Cœur est le point de départ de toutes ces autres pratiques – c'est la fondation. Quelqu'un qui ne s'occupe de personne et ne se sent pas concerné par le sort des autres ne peut pas décemment commencer à cultiver la compassion.

Pour ces raisons, ceux qui sont honnêtes et fiables seront aimés par les dieux et les humains de la même façon, et ceux qui ont bon Cœur seront protégés par les dieux et aidés par les humains.

Donc, ceci est mon message du jour de Gourou Rinpoche : fiabilité et bon Cœur sont essentiels à la fois pour des objectifs du Dharma et mondains, et ils sont la fondation à la fois des valeurs spirituelles et humaines.

Sarva mangalam!



Kyabgön Phakchok Rinpoche