



SAMYE

Guru Rinpoche Day

Saga Dawa

Chers amis de près et de loin,

Comme toujours, j'espère que ce message vous trouve bien, en bonne santé et joyeux. Aujourd'hui le jour de Gourou Rinpoche est très spécial car il tombe dans le mois de [Saga Dawa](#) et dans la tradition tibétaine c'est le mois pendant lequel le Bouddha est né, a atteint l'éveil, et est passé en nirvana. Pour ce message spécial, donc, j'aimerais parler du Soutra de la Libération (Tar Do) qui est un Sutra très connu dans la tradition Tibétaine. Ce texte est récité pour le bénéfice des personnes récemment décédées, et sculpté dans des rochers. Dans ce Sutra le Bouddha enseigne sur les méthodes de confession et c'est pour cela que c'est l'un des meilleurs textes à reciter pour la [confession](#). Mais là n'est pas mon point.

Vers la fin du Soutra, les Bouddhas des dix directions apparaissent miraculeusement et parlant comme un seul, déclare ce qui suit :

“Les actions négatives ou méfaits (*dikpa*) n'existent réellement ni de l'intérieur, ni de l'extérieur, ni au milieu.

“Si l'esprit est stable, la force de la vertu sera stable de la même façon.

“Parce que l'esprit est complètement libre, les méfaits sont libérés par nature.

“Puisque l'aperçu transcendant (*sherp*) est vacuité, la nature des méfaits est vacuité aussi.

“Quand la foi et la confiance (dans les Trois Joyaux et dans la vertu) sont forts, le mérite accumulé sera fort aussi.

“Si vous vous confessez avec des regrets profonds du Cœur, en plus de purifier tous les méfaits, vous allez parvenir à voir tous les Bouddhas.”

Ce sont là les six points principaux de ce Sutra que je voulais vous mentionner. En plus, j’aimerais en particulier mettre l’accent sur quelques sens clés :

Tout d’abord comme le dit le texte, il est important d’avoir un esprit stable, calme et concentré. Dans le but de développer cela, nous devons donc pratiquer le calme mental, la méditation [shamatha](#).

Deuxièmement, dans le but de voir la vraie nature, la vacuité, nous avons aussi besoin de pratiquer la méditation sur la vacuité ou vipassana, telle que le [Mahamudra](#). Troisièmement, dans le but de développer la foi stable, c’est important d’apprendre et de comprendre les qualités du Bouddha, du Dharma et de la Sangha.

Le Sutra de la libération enseigne également que quel que soit le moment où l’on accumule du mérite, c’est très important de dire ces trois phrases : “Namo Buddhaya, namo Dharmaya, namo Sanghaya.” S’il vous plait, souvenez-vous de faire ainsi, et plus spécialement durant ce mois sacré du Bouddha.

Finalement, j’aimerais vous demander de vous rappeler que ce mois est très sacré, durant lequel nous devrions passer plus de temps à pratiquer le Dharma, et toujours imprégné avec la motivation de [bodhicitta](#).

Aussi, en ce jour spécial, j’aimerais vous dire à tous : “Namo Buddhaya ; namo Dharmaya; namo Sanghaya,” et envoyer mon amour à tous les êtres sensibles, incluant vous tous. Avec ces mots, je souhaite à vous tous d’être heureux, de méditer, et de prendre soin de vous.

Sarva mangalam,



Kyabgön Phakchok Rinpoche