



Maintenir le Trésor du Samadhi

Chers amis de près et de loin,

Je vous souhaite à tous joie et bonne santé. Aujourd'hui, en ce jour de Gourou Rimpoche, nous allons pratiquer notre quatrième mondial Tsok Bum en ligne – Guru Dorjé Draktsal (Le puissant Vajra Guru courroucé).

En ce jour auspiceux, je suis ravi de partager avec vous un extrait de mon nouveau livre *Sur les pas des Bodhisattvas : enseignements Bouddhistes sur l'essence de la Méditation*. Ce livre nous enseigne comment l'essence de la méditation s'élève naturellement quand nous alignons proprement les conditions correctes dans nos vies.

Dans ce livre, nous allons trouver des exercices de contemplation et des méthodes de méditation ; et nous allons trouver aussi les mots du Bouddha, tirés du *Roi des Sutras de Méditation*, organisé en un chemin clair d'entraînement. Le sutra en lui-même est long de quarante chapitres, desquels j'ai sélectionné mes parties préférées et les ai compilées dans ce texte. Si nous prenons le temps de réfléchir à ces passages et que nous appliquons les instructions et les méthodes offertes dans chaque chapitre, nous allons sans aucun doute expérimenter des résultats positifs. Après tout, nous étudions et pratiquons les mots du Bouddha.

J'aimerais que les lecteurs adoptent la vue et les pratiques de méditation mis en avant dans ce livre comme un chemin, ou comme un support fort pour la tradition authentique de méditation qu'ils pratiquent couramment. Je veux que ce texte vous donne une instruction réelle. Je souhaite que cela puisse vous bénéficier directement et immédiatement. Personnellement, le *Roi des Sutras de méditation*, m'a transformé profondément. Plus bas se trouvent deux extraits du livre « *sur les pas des Bodhisattvas* » : l'un sur l'endroit auspiceux où ce sutra a été enseigné, et un autre sur le maintien du trésor du Samadhi.



Le pic aux vautours – le lieu béni de l’enseignement

Un jour, le Bouddha demeurait avec une large assemblée de Bodhisattvas sur la montagne sacrée du Pic aux vautours dans le nord de l’Inde, un site sacré béni par un nombre incalculable de Bouddhas. C’était là, sur les rochers empilés et sous le ciel clair, que l’on dit qu’il enseigna nombre de sutras du Mahayana, incluant le fameux *Sutra du Cœur* et le *Roi des Sutras de Méditation*.

Un jour, alors que le Bouddha demeurait dans la réalisation de la réalité ultime, un bodhisattva particulièrement élégant, Lune juvénile, se dirigea vers le Bouddha. Il s’agenouilla respectueusement et demanda à l’Eveillé de tourner la Roue du Dharma en donnant un enseignement sur le chemin parfait pour pratiquer la méditation. Il voulait connaître la conduite la plus parfaite, la méditation la plus parfaite, et la sagesse la plus parfaite.

Le Bouddha, se réjouissant grandement, regarda le Bodhisattva et dit que puisque tout est éveillé, il était dans la capacité d’enseigner à Lune juvénile. Le Bouddha dit à Lune Juvénile qu’il y a un samadhi, une méditation qui apporte la réalisation complète, la compréhension totale, et le développement naturel des qualités sans limites : le Samadhi de la grande égalité. A la joie de tous, alors le Bouddha commença à enseigner *le Roi des Sutras de Méditation*, qui explique parfaitement comment nous pouvons aller de l’ignorance vers l’éveil.

Maintenir le Trésor du Samadhi

Revêtant l'armure du suprême Dharma,
celui qui est fort et brave
sont frappés par le Vajra ultime de la vacuité
avec lequel alors ils peuvent frapper.

—CHAPTER 33

Celui qui maintient cet état est tel un détenteur d'un trésor sans prix. L'un de mes Gourous, Tulku Urgyen Rinpoche, m'a dit que si l'on se maintient dans un Samadhi authentique juste pour une seule seconde, cela génère plus de mérite que de faire des offrandes incalculables à tous les bouddhas et bodhisattvas.

Qui que ce soit qui détient
ce Samadhi immaculé sans égal
est telle la richesse sans limites des bouddhas,
un vaste océan de sagesse.

—CHAPTER 37

Le *Roi du Sutra de Méditation* dit que la première qualité d'un bodhisattva qui détient le Samadhi profond est qu'il ne peut pas être éclipsé – il devient comme le soleil ou comme la lune parmi les étoiles. Deuxièmement, celui qui détient ce Samadhi est inébranlable. Quiconque qui l'interroge ne pourra gagner le débat car il a une sublime perspicacité. La troisième qualité est que la sagesse d'une telle personne est sans commune mesure. Il peut répondre à toute question avec habilité. La quatrième qualité, ma favorite est que sa confiance, sa dignité devient immuable.

Le Samadhi n'est pas simplement juste un esprit stable. Le Samadhi est un flux de sagesse qui alloue les quatre trésors du Bouddha, du Dharma, de la sagesse et des connaissances des trois temps (passé, présent, futur).

Le trésor du Bouddha est le pouvoir de vision, le pouvoir d'écoute, et le pouvoir de lire l'esprit des autres. C'est la connaissance des vies passées et futures et d'obtenir la maîtrise des pouvoirs miraculeux.

Le trésor du Dharma est la possibilité d'entendre tous les enseignements du Bouddha, quel que soit l'endroit où il est enseigné. Ceux avec cette capacité sont si sensible, avec

une extra perception auditive, qu'ils peuvent réellement écouter les enseignements résonnants des dix directions. Ils ne sont jamais séparés des enseignements du Bouddha.

Le trésor de la sagesse est juste cela – la grande sagesse. Celui-là comprend chaque chose et est au-delà du concept de “oublier”. Les êtres avec ce trésor sont capables d'enseigner aux autres et précisément connaître le sens de tous les enseignements.

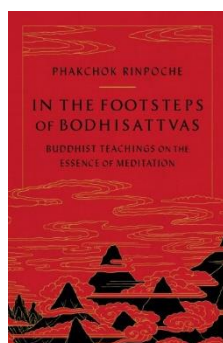
Le trésor de connaître les trois temps est exactement cela : il voit les esprits et la conduit de chaque être dans le passé, le présent et le futur.

Quand quelqu'un détient ces quatre trésors, son activité pour les autres devient infinie. Si vous faites un gros effort pour ne pas briser vos vœux, êtes diligents dans vos pratiques, et écoutez les enseignements des sutras, il n'y a pas d'autres solutions que d'obtenir ces trésors. En détenant le sens de ce sutra dans votre corps, dans vos paroles et dans votre esprit, vous allez donner naissance à la dignité de l'éveil. Aucune action ne peut être comparable au bénéfique d'avoir pris la détermination d'adhérer à la moindre ligne de ce sutra. Le Bouddha dit tout cela dans le texte racine. Aussi sentez-vous chanceux, pratiquez l'accumulation et la dédicace, et soyez diligent en maintenant l'intention de ce sutra. Alors vous allez gagner confiance.

Sarva Mangalam (Puisse tout être auspicious),



Phakchok Rinpoche



Pour un aperçu (en anglais) du livre qui inclut la préface de Kyabjé Chökyi Nyima Rinpoché [cliquer ici](#).

In the Footsteps of Bodhisattvas will be released tomorrow, October 27, copies are available from paraitra demain le 27 Octobre, et des exemplaires seront disponibles sur [Amazon](#) et [Shambhala](#). Et, avec des frais d'envoi gratuits sur des envois internationaux disponible sur [Book Depository](#).

Pour savoir plus sur les rituels de tsok bum [cliquer ici](#).