

LE YOGA TIBÉTAIN  
ET LES  
DOCTRINES SECRÊTES

OU

Les Sept Livres de la Sagesse du Grand Sentier

suivant la traduction du Lâma Kasi Dawa Samdup

ÉDITÉ PAR LE

Dr W. Y. EVANS-WENTZ, M A., D. Litt., D. Sc.

du Jésus Collège d'Oxford

avec

INTRODUCTIONS ET COMMENTAIRES

---

Traduction française de Marguerite LA FUENTE

---



LIBRAIRIE D'AMÉRIQUE ET D'ORIENT

ADRIEN MAISONNEUVE  
J. Maisonneuve, succ.

11, rue St-Sulpice  
PARIS  
1977

## LIVRE I

le sentier suprême des disciples

LES PRECEPTES DES GURU

L'OBÉISSANCE

Obéissance au précieux *guru* !

---

AVANT-PROPOS

Que celui qui désire la délivrance de cette mer des existences successives, si terrible et difficile à traverser, puisse par le moyen des préceptes enseignés par les Sages inspirés du Kargyütpa, rendre l'hommage dû à ces Maîtres dont la gloire est immaculée, dont les vertus sont inépuisables comme l'Océan, et dont la bienveillance infinie embrasse tous les êtres du passé, du présent et du futur dans l'univers entier :

Pour servir à ceux qui participent à la recherche de la Divine Sagesse vont suivre, consignés par écrit, les préceptes les plus hautement estimés appelés « Le Sentier suprême, le Rosaire des Pierres Précieuses » transmis à Gampopa soit directement, soit indirectement, par la dynastie inspirée des GURU, à cause de leur amour pour lui.

## LES VINGT-HUIT CATEGORIES DE PRECEPTES DE YOGA

### I. - LES DIX CAUSES DE REGRET

Le disciple cherchant la Libération et l'OMniscience de l'état de Bouddha doit d'abord méditer sur ces dix choses qui sont causes de regret.

- 1.- Ayant obtenu un corps humain libre et bien doué, ce qui est difficile, ce serait une cause de regret d'effriter vainement cette vie.
- 2.- Ayant obtenu ce corps humain pur, libre, bien doué et difficile à obtenir, ce serait une cause de regret de mourrir comme un homme irreligieux et envahi des soucis du monde.
- 3.- Cette vie humaine dans le Kāli-Yuga (âge d'obscurité) étant si brève et incertaine, ce serait une cause de regret de la passer à poursuivre des buts et des recherches mondains.
- 4.- Son propre esprit étant de la nature du Dharma-Kāya incréée, ce serait une cause de regret de le laisser sombrer dans le marécage des illusions du monde.
- 5.- Le saint *guru* étant le guide sur le Sentier, ce serait une cause de regret d'être séparé de lui avant d'atteindre l'Illumination.
- 6.- La confiance religieuse et les voeux formés constituant le moyen qui conduit à l'émancipation, ce serait une cause de regret s'ils étaient fracassés par la force incontrôlée des passions.
- 7.- La Parfaite Sagesse ayant été trouvée en soi-même par la vertu de la grâce du *guru*, ce serait une cause de regret de la dissiper dans la jungle de la mondanité.

- 8.- Vendre ainsi qu'une marchandise la Sublime Doctrine des Sages, ce serait une cause de regret.
- 9.- Attendu que tous les êtres sont nos parents bienveillants<sup>1</sup>, ce serait une cause de regret d'avoir de l'aversion pour eux et ainsi désavouer ou abandonner l'un deux.
- 10.- La fleur de la jeunesse étant la période de développement du corps, de la parole et de l'esprit, ce serait une cause de regret de la gâcher dans la vulgaire indifférence.

Telles sont les dix causes de regret.

## II. - LES DIX NÉCESSITÉS QUI VIENNENT ENSUITE

- 1.- Ayant estimé ses propres capacités, il est nécessaire d'avoir une ligne d'action sûre.
- 2.- Pour mener à bien les commandements d'un instructeur religieux il est nécessaire d'avoir de la confiance et de la diligence.
- 3.- Pour éviter de se tromper en choisissant un *guru*, il est nécessaire que le disciple ait la connaissance de ses propres défauts et de ses vertus.
- 4.- L'actuité de l'intelligence et une foi inébranlable sont nécessaires pour se mettre au diapason de l'esprit du précepteur spirituel.
- 5.- Une attention incessante et la vigilance d'esprit embellie par l'humilité sont nécessaires pour protéger le corps, la parole et l'esprit du mal.
- 6.- L'armure spirituelle et la force de l'intelligence sont nécessaires pour l'accomplissement des vœux du cœur.
- 7.- La libération habituelle du désir et de l'attachement sont nécessaires si l'on veut être libres d'entraves.

---

<sup>1</sup>Du point de vue Bouddhiste autant qu'Hindou l'évolution, la transition et la renaissance ont eu lieu si interminablement, durant de si inconcevables éons, que tous les êtres animés ont été nos parents à un moment donné. On trouve une référence à ceci dans : « *Tibet's Great Yogi Milarepa* ». -P. 203. I.

- 8.- Pour acquérir le double mérite<sup>2</sup> né des motifs justes et des actions justes et dédier à autrui leurs résultats, un effort incessant est nécessaire.
- 9.- L'esprit imbu d'amour et de compassion en pensée et acte doit toujours être dirigé vers le service de tout être animé.
- 10.- Par l'audition, la compréhension et la sagesse, l'on doit comprendre la nature de toutes choses de telle façon que l'on ne tombe pas dans l'erreur qui consiste à regarder la matière et les phénomènes comme réels.

Telles sont les dix choses nécessaires à faire.

### III. - LES DIX CHOSES QUI DOIVENT ÊTRE ACCOMPLIES

- 1.- Attache-toi à un instructeur religieux doué de pouvoir spirituel et de complète connaissance.
- 2.- Recherche une solitude délicieuse comblée d'influences psychiques comme ermitage.
- 3.- Recherche des amis dont les croyances et les habitudes sont comme les tiennes et en qui tu puisses placer ta confiance.
- 4.- Gardant présents à l'esprit les méfaits de la glotonnerie, ne prends que la nourriture nécessaire pour te tenir en bonne disposition pendant le temps de ta retraite.
- 5.- Etudie les enseignements des grands Sages de toutes sectes, impartialement.
- 6.- Etudie les sciences bienfaisantes de la médecine et de l'astrologie et l'art profond des présages.
- 7.- Adopte le régime et la façon de vivre qui pourra te conserver en bonne santé.

---

<sup>2</sup>Le Double Mérite est exposé plus loin.

- 8.- Adopte les pratiques de dévotion qui te conduiront à un développement spirituel.
- 9.- Retiens les disciples dont la foi est ferme, l'esprit plein de douceur et qui semblent être favorisés par Karma dans leur recherche de la divine Sagesse.
- 10.- Maintiens constamment ta conscience en éveil que ce soit en marchant, en étant assis, en mangeant et en dormant.

Telles sont les dix choses qui doivent être accomplies.

#### IV. - LES DIX CHOSES QUI DOIVENT ÊTRE ÉVITÉES

- 1.- Évite un *guru* dont le coeur est appliqué à acquérir de la gloire mondaine et des possessions.
- 2.- Évite des amis ou des suivants qui sont nuisibles à la paix de ton esprit et à ta progression spirituelle.
- 3.- Évite les monastères ou les demeures où il se trouve de nombreuses personnes qui t'ennuient et te distraient.
- 4.- Évite de gagner ta vie par le moyen de fraude ou de vol.
- 5.- Évite telles actions qui blessent ton esprit et retardent ton développement spirituel.
- 6.- Évite telles actions légères et irréfléchies qui t'abaisseront dans l'estime d'autrui.
- 7.- Évite les actions inutiles.
- 8.- Évite de dissimuler tes propres fautes et de clamer celles des autres.
- 9.- Évite la nourriture et les habitudes qui ne conviennent pas à ta santé.
- 10.- Évite les attachements inspirés par l'avarice.

Telles sont les dix choses qui doivent être évitées.

## V. - LES DIX CHOSSES QUI NE DOIVENT PAS ÊTRE ÉVITÉES

- 1.- Les idées étant la lumière de l'esprit ne doivent pas être évitées.
- 2.- Les formes-pensées étant les jeux de la réalité ne doivent pas être évitées.
- 3.- Les passions obscurcissantes étant le moyen de réveiller le souvenir de la Divine Sagesse (qui permet de s'en délivrer) ne doivent pas être évitées (si elles sont pratiquées de façon à goûter la vie dans sa plénitude et par cela atteindre la désillusion).
- 4.- L'opulence étant l'engrais et l'eau de la croissance spirituelle ne doit pas être évitée.
- 5.- La maladie et les tribulations enseignant la pitié, ne doivent pas être évitées.
- 6.- Les ennemis et l'infortune étant le moyen de diriger quelqu'un vers la vie religieuse ne doivent pas être évitées.
- 7.- Ce qui vient par soi-même (sans être sollicité) étant un don divin, ne doit pas être évité.
- 8.- La raison, étant en toute action la meilleure amie, ne doit pas être évitée.
- 9.- Tels exercices de dévotion du corps et de l'esprit que l'on est capable d'accomplir, ne doivent pas être évités.
- 10.- La pensée d'aider les autres, si limitée que soit la possibilité d'aide que l'on puisse donner, ne doit pas être évitée.

Telles sont les dix choses qui ne doivent pas être évitées.

## VI. - LES DIX CHOSES QUE L'ON DOIT SAVOIR

- 1.- L'on doit savoir que tous les phénomènes visibles étant illusoires sont irréels.
- 2.- L'on doit savoir que l'esprit étant sans existence indépendante (séparée de l'Esprit Unique), est impermanent.
- 3.- L'on doit savoir que les idées s'élèvent d'une suite de causes.
- 4.- L'on doit savoir que le corps et la parole, étant composés des quatre éléments, sont transitoires.
- 5.- L'on doit savoir que l'effet des actions passées, d'où vient toute peine, est inévitable.
- 6.- L'on doit savoir que la douleur, étant un moyen de se convaincre de la nécessité d'une vie religieuse, est un *guru*.
- 7.- L'on doit savoir que l'attachement aux choses du monde qui fait la prospérité matérielle est antagoniste du progrès spirituel.
- 8.- L'on doit savoir que l'infortune étant le moyen de conduire vers la Doctrine est aussi un *guru*.
- 9.- L'on doit savoir qu'aucune chose existante n'a une existence indépendante.
- 10.- L'on doit savoir que toutes choses sont interdépendantes.

Telles sont les dix choses que l'on doit savoir.

## VII. - LES DIX CHOSES QUI DOIVENT ÊTRE PRATIQUÉES

- 1.- L'on doit acquérir la connaissance pratique du Sentier en le suivant et ne pas être comme la multitude (qui professe mais ne pratique pas sa religion).

- 2.- En quittant son propre pays et demeurant en terre étrangère, l'on doit acquérir la connaissance pratique de non-attachement<sup>3</sup>.
- 3.- Ayant choisi un instructeur religieux, sépare-toi de l'égoïsme et suit scrupuleusement ses enseignements.
- 4.- Ayant acquis la discipline mentale en écoutant et méditant les enseignements religieux, ne fais pas étalage de ton perfectionnement, mais emploie-le à la réalisation de la Vérité.
- 5.- Lorsque l'aube de la connaissance spirituelle commence à se lever en toi, ne la néglige pas par la paresse mais cultive-la avec une vigilance incessante.
- 6.- Une fois l'illumination spirituelle expérimentée, communie avec elle dans la solitude, te libérant des activités mondaines de la multitude.
- 7.- Ayant acquis la connaissance pratique des choses spirituelles et accompli la grande Renonciation, ne permets pas à ton corps, ta parole ou ton esprit de se dérégler mais observe les trois vœux de pauvreté, de chasteté, et d'obéissance.
- 8.- Étant résolu à atteindre le but le plus élevé, abandonne l'égoïsme et consacre-toi au service des autres.
- 9.- Étant entré dans le Sentier mystique du Mantrayāna, ne permet pas à ton corps, ta parole ou ton esprit de demeurer insanctifié mais pratique le triple *maṇḍala*<sup>4</sup>.

---

<sup>3</sup>Ceci implique le non-attachement à toutes possessions mondaines, le foyer, les proches, ainsi que la tyrannie des relations et coutumes sociales qui, communément, effrite la vie dans ce que Milarepa appelait les agissements sans valeur du monde, comme il le dit si sagement : « Tous les buts terrestres n'ont qu'une fin inévitable : la souffrance. Les acquisitions finissent en dispersion, les constructions en dispersion, les rencontres en séparation, les naissances dans la mort ». Tous les grands Sages en tous pays et en toutes générations ont traversé le jardin de l'existence humaine, ont cueilli et goûté les fruits multicolores et variés de l'arbre de Vie qui croît en son centre et ont atteint comme résultat la désillusion du monde par laquelle l'homme perçoit pour la première fois cette Vision divine qui, seule, peut lui donner un contentement impérissable maintenant et à l'heure de sa mort. Dans l'Ecclesiaste, le Sage qui fut Roi d'Israël nous dit dans un langage très semblable à celui de Milarepa : « J'ai considéré toutes les œuvres qui sont faites sous le soleil, et voyez tout est vanité et vexation de l'esprit ». - (« Ecclesiaste » 1, 14).

<sup>4</sup>Un *Maṇḍala* est un diagramme géométrique symbolique dans lequel des déités sont invoquées.

- 10.- Durant le temps de ta jeunesse ne fréquente pas ceux qui ne peuvent te diriger spirituellement, mais acquiers laborieusement une connaissance pratique aux pieds d'un *guru* instruit et pieux.

Telles sont les dix choses qui doivent être pratiquées.

#### VIII. - LES DIX CHOSES DANS LESQUELLES IL FAUT PERSÉVÉRER

- 1.- Les novices doivent acquérir la persévérance écoutant et méditant les enseignements religieux.
- 2.- Ayant eu une expérience spirituelle, il faut persévérer dans la méditation et la concentration mentale.
- 3.- Il faut persévérer dans la solitude jusqu'à ce que l'esprit ait acquis la discipline yogique.
- 4.- Si les processus de l'esprit sont difficiles à contrôler, persévère dans ton effort pour les dominer.
- 5.- S'il existe un grand engourdissement, persévère dans ton effort pour stimuler l'intelligence (ou contrôler l'esprit).
- 6.- Persévère dans la méditation jusqu'à ce que tu atteignes la tranquillité mentale imperturbable de Samādhi.
- 7.- Ayant atteint l'état de Samādhi, persévère en prolongeant sa durée et en causant son retour à volonté.
- 8.- Si des infortunes diverses viennent à t'assaillir, persévère dans la patience de corps, de parole et d'esprit.
- 9.- Si te viennent : un grand attachement, un désir ou une faiblesse mentale, persévère dans l'effort de le déraciner aussitôt qu'il se manifeste.

---

(Voir « *Tibet's Great Yogi Milarepa* » p132). Le triple *Maṇḍala* est dédié aux forces spirituelles (souvent personnifiées comme déités tantriques) présidant sur, ou se manifestant dans, le corps, la parole et l'esprit de l'homme ainsi que dans le Yoga de Kuṇḍalini.

- 10.- Si la bienveillance et la pitié sont faibles en toi, persévère en dirigeant ton esprit vers la Perfection.

Telles sont les dix choses dans lesquelles on doit persévérer.

#### IX. - LES DIX INCITATIONS

- 1.- En réfléchissant à la difficulté d'obtenir un corps humain doué et libre, puissiez-vous être incité à adopter une vie religieuse.
- 2.- En réfléchissant sur la mort et l'impermanence de la vie, puissiez-vous être incité à vivre pieusement.
- 3.- En réfléchissant à la nature irrévocable des résultats qui s'élèvent inévitablement des actions, puissiez-vous être incité à éviter l'impiété et le mal.
- 4.- En réfléchissant sur les maux de l'existence dans la roue des existences successives, puissiez-vous être incité à rechercher l'Émancipation, la Libération.
- 5.- En réfléchissant aux misères que souffrent tous les êtres animés, puissiez-vous être incité à atteindre la délivrance par l'illumination de l'esprit.
- 6.- En réfléchissant sur la perversité et la nature illusoire de l'esprit de tout être animé, puissiez-vous être incité à écouter et méditer la Doctrine.
- 7.- En réfléchissant sur la difficulté de déraciner les concepts erronés, puissiez-vous être incité à pratiquer une méditation constante (qui les dompte).
- 8.- En réfléchissant sur la prédominance des tendances mauvaises dans ce Kālī-Yuga (âge de ténèbres), puissiez-vous être incité à rechercher leur antidote (dans la Doctrine).
- 9.- En réfléchissant sur la multiplicité des infortunes dans cet âge de ténèbres, puissiez-vous être incité à persévérer (dans la recherche de l'Émancipation).

- 10.- En réfléchissant sur l'inutilité de l'effritement sans but de votre vie, puissiez-vous être incité à la diligence (dans l'avance sur le Sentier).

Telles sont les dix incitations.

#### X. - LES DIX ERREURS

- 1.- La faiblesse de la foi s'alliant à la force de l'intelligence peuvent conduire à l'erreur des paroles inutiles (du bavardage).
- 2.- La force de la foi s'alliant à la faiblesse de l'intelligence peuvent conduire à l'erreur du dogmatisme étroit.
- 3.- Un grand zèle sans l'instruction religieuse adéquate peut conduire à l'erreur d'aller aux extrêmes erronés (ou suivre des voies menant à l'erreur).
- 4.- La méditation sans une préparation suffisante dans l'écoute et l'étude de la Doctrine peut conduire à l'erreur de se perdre dans les ténèbres de l'inconscience<sup>5</sup>.
- 5.- Sans une compréhension pratique et adéquate de la Doctrine l'on est apte à tomber dans l'erreur de l'orgueil religieux.
- 6.- Tant que l'esprit n'est pas entraîné au désintéressement et à la compassion infinie, l'on est apte à tomber dans l'erreur de rechercher la libération pour soi seul.
- 7.- A moins que toute ambition soit déracinée, l'on est apte à tomber dans l'erreur de se laisser dominer par des motifs mondains.
- 8.- En permettant à des admirateurs crédules et vulgaires de s'agglomérer autour de vous, il est possible de tomber dans l'erreur de la suffisance et l'orgueil vulgaires.

---

<sup>5</sup>Ceci fait allusion au chaos mental ou à l'illusion qui sont les anti-thèses de la discipline mentale acquise par une juste pratique du yoga sous la direction d'un sage *guru*.

- 9.- En se vantant de son savoir et de ses pouvoirs occultes, l'on est apte à tomber dans l'erreur d'exhiber fièrement son habilité dans les rites<sup>6</sup>.

Telles sont les dix erreurs.

#### XI. - LES DIX SIMILITUDES QUI PEUVENT LEURRER

- 1.- Le désir peut être pris à tort pour de la confiance, de la foi.
- 2.- L'attachement peut être pris à tort pour de la bienveillance et de la compassion.
- 3.- La cessation du processus de pensée peut être pris à tort pour la quiescence de l'esprit infini qui est le but véritable.
- 4.- Les perceptions des sens (ou phénomènes) peuvent être prises à tort pour des révélations (ou aperçus) de la Réalité.
- 5.- Un simple aperçu de la Réalité peut être pris à tort pour une complète réalisation.
- 6.- Ceux qui professent extérieurement leur religion mais ne la pratiquent pas, peuvent être pris à tort pour de véritables dévots.
- 7.- Des esclaves de leurs passions peuvent être pris à tort pour des maîtres du yoga, qui se sont libérés eux-mêmes de toute loi conventionnelle.
- 8.- Des actions accomplies dans un intérêt personnel peuvent être prises à tort comme des actions altruistes.
- 9.- Des méthodes de duplicité peuvent être prises à tort pour de la prudence.
- 10.- Des charlatans peuvent être pris à tort pour des Sages.

Telles sont les dix similitudes qui peuvent leurrer.

---

<sup>6</sup>Aucun vrai maître de sciences occultes ne se permet de se vanter ou de faire étalage de ses pouvoirs yogiques. C'est seulement dans l'initiation secrète des disciples, ainsi qu'il en fut pour Marpa, qu'ils sont divulgués, si toutefois cela arrive. (Voir « Tibet's Great Yogi Milarepa », p.p. 132-3, 154-5, 163).)

## XII. - LES DIX CHOSES QUI NE TROMPENT PAS

- 1.- En se libérant de l'attachement à tout objet et, étant ordonné bhikṣu<sup>7</sup> dans l'Ordre Saint, abandonnant sa maison et vivant dans l'état sans foyer, on ne se trompe pas.
- 2.- En vénérant son maître spirituel, on ne se trompe pas.
- 3.- En étudiant soigneusement la Doctrine, écoutant des commentaires sur elle, y réfléchissant et la méditant, on ne se trompe pas.
- 4.- En entretenant des aspirations élevées, observant une conduite modeste, on ne se trompe pas.
- 5.- En ayant des vues libérales (au point de vue religieux) et cependant en observant fermement ses vœux religieux, on ne se trompe pas.
- 6.- En ayant grande intelligence et petite fierté, on ne se trompe pas.
- 7.- En étant riche de connaissances religieuses et méditant diligemment sur elles, on ne se trompe pas.
- 8.- En ayant une instruction religieuse profonde combinée avec la connaissance des choses spirituelles et l'absence d'orgueil, on ne se trompe pas.
- 9.- En étant capable de passer toute sa vie dans la solitude, on ne se trompe pas.
- 10.- En se dévouant sans égoïsme à faire du bien aux autres au moyen de sages méthodes, on ne se trompe pas.

Telles sont les dix choses qui n'égarent pas.

---

<sup>7</sup>Bhikṣu (Sancrit) - Bhikkhu (Pali) : un membre du Sangha, l'ordre Bouddhiste de ceux qui suivent le Sentier de la Renonciation au monde.

### XIII. - LES TREIZE FAILLITES LAMENTABLES

- 1.- Si, étant né être humain, l'on ne prête aucune attention à la Sainte Doctrine, on ressemble à l'homme qui reviendrait les mains vides d'une terre riche en pierres précieuses et cela est une faillite lamentable.
- 2.- Si, ayant passé le seul de l'Ordre Saint, on retourne à la vie de chef de famille, on ressemble au papillon plongeant dans la flamme de la lampe, et ceci est une faillite lamentable.
- 3.- Vivre près d'un sage et demeurer dans l'ignorance c'est comme un homme mourant de soif sur le rivage d'un lac, et ceci est une faillite lamentable.
- 4.- Connaître les principes de morale et ne pas les appliquer à guérir les passions obscurcissantes, c'est être comme un homme malade portant un sac de médicaments sans en user, et ceci est une faillite lamentable.
- 5.- Prêcher la religion et ne pas la pratiquer, c'est être comme un perroquet qui récite une prière, et ceci est une faillite lamentable.
- 6.- Donner en aumônes et en charités des choses obtenues par vol, brigandage, ou tromperie, est comme l'éclair frappant la surface de l'eau, et ceci est une faillite lamentable<sup>8</sup>.
- 7.- Offrir à des déités de la viande en tuant des êtres animés, c'est comme si l'on offrait à une mère la chair de son propre enfant, et ceci est une faillite lamentable<sup>9</sup>.
- 8.- Exercer sa patience pour des fins purement égoïstes plutôt que pour rendre service aux autres, c'est être comme le chat exerçant sa patience afin de tuer un rat, et ceci est une faillite lamentable.

---

<sup>8</sup>Suivant cette image, l'éclair en frappant l'eau manque son but qui est d'incendier l'objet frappé, ainsi fait-on en distribuant en charité les choses acquises déshonnêtement

<sup>9</sup>Tous les êtres vivants sont parties inséparables du Tout Unique, de sorte que tout mal ou toutes souffrance infligée au microcosme affecte le macrocosme. En ceci les Sages de Kargyüpta se montrent unis à la grande Doctrine compatissante de Ahimsa (non-violence) préconisée par l'Hindouisme, le Bouddhisme, le Jaïnisme, le Taoïsme et le Soufisme.

- 9.- Accomplir des actions méritoires à la seule fin d'obtenir de la gloire et les louanges du monde est comme échanger la pierre mystique qui comble les souhaits<sup>10</sup>.
- 10.- Si, après avoir entendu beaucoup de la Doctrine, on garde une nature inharmonieuse, on est comme un médecin conservant une maladie chronique, et ceci est une faillite lamentable.
- 11.- Être savant en préceptes mais ignorant des expériences spirituelles qui viennent de leur application, c'est être comme un homme riche qui a perdu la clé de son trésor, et ceci est une faillite lamentable.
- 12.- Essayer d'expliquer aux autres des doctrines dont l'on n'a pas soi-même la maîtrise complète, c'est agir comme un aveugle conduisant d'autres aveugles, et ceci est une faillite lamentable.
- 13.- Tenir les expériences résultant d'un premier stage de méditation pour être celles du stage final, c'est être comme un homme qui confond le cuivre avec de l'or, et ceci est une faillite lamentable.

Telles sont les treize faillites lamentable.

#### XIV. - LES QUINZE FAIBLESSES

- 1.- Un dévot religieux montre de la faiblesse s'il permet à son esprit d'être obsédé de pensées mondaines tandis qu'il demeure dans la solitude.
- 2.- Un dévot religieux qui se trouve chef d'un monastère montre de la faiblesse s'il recherche son propre intérêt (putôt que celui de l'Ordre).
- 3.- Un dévot religieux montre de la faiblesse s'il est attentif dans l'observance de la discipline morale mais manque de contrôle moral.
- 4.- Celui qui est entré dans le Sentier Juste et reste attaché aux sentiments mondains d'attraction et de répulsion, montre de la faiblesse.

---

<sup>10</sup>La pierre du mythe oriental dont le nom sanscrit est Cintāmaṇi qui, comme la lampe d'Aladin, exauce tous les souhaits formulés par son possesseur.

- 5.- Celui qui, ayant renoncé aux choses du monde et étant entré dans l'Ordre saint, soupire après l'acquisition des mérites, montre de la faiblesse.
- 6.- Celui qui, ayant eu un aperçu de la Réalité, ne persévère pas dans le sadhana (méditation yogique) jusqu'à l'aube de la Complète Illumination, montre de la faiblesse.
- 7.- Le dévot religieux qui entre dans le Sentier, puis se montre incapable d'y marcher, montre de la faiblesse.
- 8.- Celui qui n'ayant d'autre occupation que la dévotion religieuse est incapable d'arracher de lui les actions indignes, montre de la faiblesse.
- 9.- Il montre de la faiblesse, celui qui a choisi la vie religieuse et hésite à entrer dans la retraite absolue alors qu'il sait que la nourriture et les choses nécessaires lui seront données sans qu'il les demande.
- 10.- Un dévot religieux qui exhibe ses pouvoirs occultes en pratiquant des exorcismes ou en éloignant des maladies, montre de la faiblesse.
- 11.- Un dévot religieux montre de la faiblesse s'il échange les vérités sacrées contre de la nourriture ou de l'argent.
- 12.- Celui qui s'est voué à la vie religieuse montre de la faiblesse s'il se loue lui-même adroitement en même temps qu'il méprise les autres.
- 13.- Un homme religieux qui prêche sur un ton élevé aux autres et ne vit pas lui-même une vie élevée, montre de la faiblesse.
- 14.- Celui qui, professant la religion, est incapable de vivre dans la solitude en face de lui-même et qui, en même temps, ne sait pas se rendre agréable dans la compagnie des autres, montre de la faiblesse.
- 15.- Un dévot religieux montre de la faiblesse s'il n'est pas indifférent au confort comme à la privation.

Telles sont les quinze faiblesses.

## XV. - LES DOUZE CHOSES INDISPENSABLES

- 1.- Il est indispensable d'avoir une intelligence douée du pouvoir de la compréhension et de l'application de la Doctrine à ses propres besoins.
- 2.- Depuis le tout commencement (d'une vie religieuse) il est indispensablement nécessaire d'avoir la plus profonde aversion pour l'interminable série des morts et des re-naissances répétées.
- 3.- Un *guru* capable de te guider sur le Sentier de la Libération est également indispensable.
- 4.- La diligence combinée avec la fermeté et l'invulnérabilité aux tentations sont indispensables.
- 5.- Une persévérance incessante à neutraliser les résultats des mauvaises actions par l'accomplissement de bons actes et l'observance du triple vœu de maintenir la chasteté du corps, la pureté de l'esprit et le contrôle de la parole sont indispensables.
- 6.- Une philosophie assez compréhensive pour embrasser le savoir en entier est indispensable.
- 7.- Une méthode de méditation donnant le pouvoir de concentrer l'esprit sur quelque chose que ce soit est indispensable.
- 8.- Un art de vivre qui permettra d'utiliser chaque activité (de corps, d'esprit et de parole) comme une aide sur le Sentier est indispensable.
- 9.- Une méthode de pratiquer les enseignements choisis pour les rendre plus que de simples mots est indispensable.
- 10.- Des instructions particulières (par un sage *guru*) qui permettront d'éviter les voies d'erreur, les tentations, les pièges et les dangers, sont indispensables.
- 11.- Une foi indomptable combinée avec une suprême sérénité d'esprit sont indispensables au moment de la mort.

- 12.- Comme résultat d'avoir appliqué pratiquement les enseignements choisis, l'atteinte des pouvoirs spirituels capable de transmuter le corps, la parole et l'esprit en leur essence divine est indispensable<sup>11</sup>.

Telles sont les douze choses indispensables.

#### XVI. - LES SIX SIGNES DE L'HOMME SUPÉRIEUR

- 1.- N'avoir que peu de fierté et pas d'envie, est le signe de l'homme supérieur.
- 2.- N'avoir que peu de désirs et être satisfait de choses simples, est le signe de l'homme supérieur.
- 3.- Manquer d'hypocrisie et de fourberie, est le signe de l'homme supérieur.
- 4.- Régler sa conduite suivant la loi de cause et effet aussi soigneusement que l'on préserve les pupilles de ses yeux, est le signe de l'homme supérieur.
- 5.- Être fidèle à ses engagements et ses obligations, est le signe de l'homme supérieur.
- 6.- Être capable de conserver des amitiés alors (qu'au même moment) on regarde tous les êtres avec impartialité, est le signe de l'homme supérieur.
- 7.- Permettre aux autres de triompher acceptant pour soi la défaite, est le signe de l'homme supérieur.
- 8.- Différer de la multitude en toute pensée et toutes actions, est le signe de l'homme supérieur.
- 9.- Observer fidèlement et sans tirer vanité ses vœux de chasteté et de piété, est le signe de l'homme supérieur.

---

<sup>11</sup>Comme résultat direct de l'application de la Doctrine, le dévot atteindra le pouvoir spirituel du Yoga par lequel le corps physique grossier est transmuté en corps radiéux de gloire, appelé ailleurs dans notre texte le « corps d'arc en ciel », la parole humaine, si souvent égarée, en parole divine infaillible et l'esprit humain obscurci en esprit supra-mondial d'un Bouddha.

Tels sont les dix signes de l'homme supérieur, leurs opposés sont les dix signes de l'homme inférieur.

## XVII. - LES DIX CHOSES INUTILES<sup>12</sup>

- 1.- Notre corps étant illusoire et transitoire, il est inutile de lui accorder une attention excessive.
- 2.- Considérant que lorsque nous mourons nous devons partir les mains vides et qu'au lendemain de notre mort notre dépouille est expulsée de notre propre maison, il est inutile de travailler et souffrir de privations afin de se construire une demeure dans ce monde.
- 3.- Considérant que lorsque nous mourons nos descendants (s'ils sont ignorants spirituellement) sont incapables de nous donner la moindre assistance, il est inutile pour nous de leur léguer des richesses temporelles (plutôt que spirituelles) même par affection<sup>13</sup>.
- 4.- Considérant que lorsque nous mourons nous devons suivre notre chemin seul et sans parents ni amis, il est inutiles d'avoir consacré du temps (qui eut dû être employé à obtenir l'Illumination) à leur humeur ou leur service ou en les inondant d'affection<sup>14</sup>.

---

<sup>12</sup>Elles sont inutiles dans le sens indiqué par Milarepa lorsqu'il vint à réaliser que la vie humaine ne devait pas être effritée dans les agissements du monde spirituellement sans profit. (Voir « *Tibet's Great Yogi Milarepa* », pp. 176-7, 179-80). Le dixième aphorisme de cette série ayant été involontairement omis par le scribe du manuscrit tibétain, nous lui avons substitué une adaptation personnelle basée sur la doctrine de la non-valeur des actions terrestres ainsi qu'elle fut énoncée par Milarepa et sur laquelle est basée cette catégorie des dix choses inutiles. Ces enseignements, s'ils sont appliqués pratiquement, tels que ceux du Bouddha et du Christ auraient comme résultat la cessation de toute action ayant un but égoïste plutôt qu'altruiste. La suprême doctrine de renoncement aux fruits de l'action est également sous-jacente dans toute la « *Bhagavad-Gītā* ».

<sup>13</sup>Effriter les moments précieux de la vie en entassant des biens périssables du monde, espérant par cela avoir un bénéfice pour soi ou sa famille n'est pas sage. Le temps passé sur la terre doit être consacré à l'obtention des richesses impérissables qui aident à vivre et à mourir. Ce sont de telles richesses que les parents doivent léguer à leurs enfants plutôt que d'intensifier et prolonger leur esclavage dans l'existence du Saṃsāra. Ce précepte est développé dans les Préceptes 5 et 6 suivants.

<sup>14</sup>Le temps consacré à la famille et aux amis ne doit pas être employé seulement en leur montrant de la courtoisie et de l'affection, mais surtout dans l'intention de les guider vers le Sentier de la grande Délivrance où tous les êtres sont unis par la même parenté. Toute relation sociale conventionnelle du plan humain étant illusoire, il est inutile pour un yogin de dissiper sur elle les moments précieux de son existence incarnée.

- 5.- Considèrent que nos descendants eux-mêmes sont sujets à la mort et que, quels que soient les biens du monde que nous puissions leur léguer, ils seront perdus pour eux, il est inutile de faire don des choses du monde.
- 6.- Considérant que lorsque la mort vient on doit abandonner même sa propre demeure, il est inutile de consacrer sa vie à l'acquisition des choses du monde.
- 7.- Considérant que l'inobservance des vœux religieux aura comme résultat de conduire à des états d'existence misérables, il est inutile d'entrer dans l'Ordre si l'on ne vit pas une vie sainte.
- 8.- Avoir entendu la Doctrine et y avoir pensé sans la pratiquer et acquérir des pouvoirs spirituels pour en être assisté au moment de la mort est inutile.
- 9.- Il est inutile d'avoir vécu même longtemps avec un maître spirituel si, manquant d'humilité et de dévotion, l'on est ainsi incapable de se développer spirituellement.
- 10.- Considérant que tous les phénomènes apparents ou existants sont toujours transitoires, changeants, instables et plus particulièrement que la vie du monde ne peut fournir ni réalité ni gain permanent, il est inutile de se consacrer aux actes du monde sans profit plutôt qu'à la recherche de la Divine Sagesse.

Telles sont les dix choses inutiles.

#### XVIII. - LES DIX EMBARRAS CAUSÉS PAR SOI-MÊME

- 1.- S'établir dans la vie familiale sans moyens d'existence, c'est se causer soi-même un ennui comme le ferait un idiot mangeant de l'aconit.
- 2.- Vivre une vie franchement mauvaise et ignorer la Doctrine, c'est se causer soi-même un ennui comme le ferait un fou sautant dans un précipice.

- 3.- Vivre hypocritement c'est se causer soi-même un ennui comme le ferait une personne versant du poison dans sa nourriture.
- 4.- Manquer de fermeté d'esprit et cependant essayer d'agir comme chef de monastère c'est se causer soi-même un ennui comme une faible vieille femme qui essaierait de garder un troupeau.
- 5.- Se consacrer entièrement à des ambitions égoïstes et ne pas lutter pour le bien des autres c'est se causer soi-même un ennui comme le ferait un aveugle qui se ferait perdre dans un désert.
- 6.- Entreprendre des tâches difficiles sans avoir la possibilité de les accomplir, c'est se causer soi-même un ennui comme le ferait un homme affaibli essayant de porter une lourde charge.
- 7.- Transgresser les préceptes de Bouddha ou d'un saint *guru* par l'orgueil et satisfaction de soi, c'est se causer soi-même un ennui comme le ferait un roi suivant une politique perversie.
- 8.- Perdre son temps à flâner dans les villes et les villages au lieu de le consacrer à la méditation s'est se causer soi-même un ennui comme le fait un cerf descendant dans la vallée au lieu de rester dans la sécurité des montagnes.
- 9.- Être absorbé dans la poursuite des choses du monde plutôt qu'au développement de la Divine Sagesse, c'est se causer soi-même un ennui comme le ferait un aigle brisant son aile.
- 10.- S'approprier sans scrupule des offrandes qui ont été destinées au *guru* ou à la Trinité<sup>15</sup>, c'est se causer soi-même un ennui comme le ferait un enfant avalant des charbons ardents<sup>16</sup>.

---

<sup>15</sup>La Trinité Bouddhique est le Bouddha, le Dharma (ou Écritures), et le Sangha (ou ordre). Ni *guru*, ni moines, dans un communauté Bouddhiste ou Hindoue n'ont le droit de demander aucune forme de paiement en retour de leurs offices religieux. Leurs disciples laïques étant tenus à les pourvoir du nécessaire, leur font des offrandes volontaires principalement sous forme de nourriture ou de vêtements, et parfois sous forme de propriétés données à leurs *āśramas*, monastères ou temples. Suivant la règle des moines Bouddhistes, aucun membre du Sangha ne doit toucher d'argent, mais parfois, de nos jours, cette règle n'est pas observée et les offrandes comprennent parfois de l'argent destiné à une oeuvre pieuse comme la construction d'un stupa, la copie d'un manuscrit, la réparation d'une oeuvre d'art, etc.

<sup>16</sup>Le mauvais karma résultant de cet acte sera aussi douloureux spirituellement que les charbons ardents dans la gorge, le seraient physiquement.

Tels sont les dix embarras causés par soi-même.

#### XIX. - LES DIX CHOSES BÉNÉFIQUES

- 1.- On fait une chose bienfaisante pour soi, en abandonnant les conventions mondaines et se consacrant au Saint Dharma.
- 2.- On fait une chose bienfaisante pour soi en quittant sa demeure et sa famille et s'attachant à un *guru* d'un caractère vraiment saint.
- 3.- On fait une chose bienfaisante pour soi en abandonnant les activités du monde et se consacrant aux trois activités religieuses : écouter, réfléchir et méditer (sur les enseignements choisis).
- 4.- On fait une chose bienfaisante pour soi, en délaissant les relations sociales et demeurant seul dans la solitude.
- 5.- On fait une chose bienfaisante pour soi, en renonçant au désir de luxe et d'aisance pour endurer la privation.
- 6.- On fait une chose bienfaisante pour soi, en se contentant de choses simples et se libérant de la soif des possessions du monde.
- 7.- On fait une chose bienfaisante pour soi, en formant la résolution, et s'y tenant fermement, de ne pas profiter des autres.
- 8.- On fait une chose bienfaisante pour soi, en se libérant du désir des plaisirs passagers de cette vie et se dévouant à la réalisation du bonheur permanent du Nirvāṇa.
- 9.- On fait une chose bienfaisante pour soi, en évitant que les trois portes du savoir (le corps, la parole et l'esprit) ne demeurent indisciplinés spirituellement, et en acquérant par leur juste emploi le Double Mérite.

Telles sont les dix choses bénéfiques.

## XX. - LES DIX MEILLEURS CHOSES

- 1.- Pour la moindre intelligence la meilleure chose est d'avoir foi dans la loi de cause et d'effet.
- 2.- Pour une intelligence ordinaire la meilleure chose est de reconnaître en elle, comme en dehors d'elle, le jeu de la loi des opposés<sup>17</sup>.
- 3.- Pour une intelligence supérieure la meilleure chose est d'avoir la pleine compréhension de l'inséparativité du connaisseur, de l'objet de la connaissance et de l'acte de connaître<sup>18</sup>.
- 4.- Pour une moindre intelligence la meilleure méditation est la complète concentration d'esprit sur un objet unique.
- 5.- Pour une intelligence ordinaire la meilleure méditation est une concentration d'esprit soutenue sur les deux concepts dualistes (du phénomène et du noumène, et de la conscience et l'esprit).
- 6.- Pour une intelligence supérieure la meilleure méditation est de demeurer dans la quiétude mentale, l'esprit vide de tout processus d'idée, sachant que le méditant, l'objet de méditation et l'acte de méditer consistent une unité inséparable.

---

<sup>17</sup>Une traduction plus littérale, mais moins intelligible au lecteur inaccoutumé aux pensées profonds des métaphysiciens tibétains, peut être celle-ci : « Pour celui d'esprit (ou vision intérieure spirituelle) moyen, la meilleure chose est de reconnaître les phénomènes externes et internes (tels qu'ils sont vus) dans les quatre aspects (ou unions) des phénomènes et des noumènes ». Une telle analyse se base sur la réalisation que tous les phénomènes, visibles ou invisibles, ont leur source nouménale dans l'Esprit Cosmique, origine de toutes choses existantes. « Les quatre aspects (ou unions) des phénomènes et noumènes » sont : 1) Phénomènes et Vide (Sancrit : *sunyatā*) ; 2) Clarté et Vide; 3) Joie et Vide; 4) Conscience et Vide. Sur chacune de ces « unions » un vaste traité pourrait être écrit. Nous pouvons dire ici brièvement que Phénomènes, Clarté, Joie et Conscience représentent quatre aspects des phénomènes en opposition à leurs noumènes ou vides correspondants. Le *sunyatā* (Tib. : *Strong-pa-nyid*) le Vide, la Source Ultime de tous phénomènes étant sans attributs ou qualités est humainement inconcevable. Dans la philosophie du Mahāyāna il symbolise l'Absolu, le « Cela qui est » des Védantistes, la Réalité Une qui est l'Esprit.

<sup>18</sup>Il est courant pour le *guru*, un peu à la manière des *gurus* japonais du Zen, de poser des problèmes au *śiṣya* ou disciple sous la forme d'une série de questions interdépendantes telles que : Celui qui sait est-il autre que l'objet du savoir ? L'objet du savoir est-il autre que l'acte du savoir ? L'acte du savoir est-il autre que le savoir ? Des séries de questions semblables sont données dans *L'Épître du Grand Symbole*.

- 7.- Pour une moindre intelligence la meilleure pratique religieuse est de vivre en stricte conformité avec la loi de cause et effet.
- 8.- Pour une ordinaire intelligence la meilleure pratique religieuse est de considérer toutes choses objectives comme si elles étaient des images vues en rêve ou produites par magie.
- 9.- Pour une intelligence supérieure la meilleure pratique religieuse est de s'abstenir de tout désir ou action mondains<sup>19</sup> (considérant toute chose du Saṃsāra comme si elle était inexistante).
- 10.- Pour ceux des trois grades d'intelligence la meilleure indication de progrès spirituel est la diminution graduelle des passions obscurcissantes et de l'égoïsme.

Telles sont les dix meilleures chose.

#### XXI. - LES DIX GRAVES ERREURS

- 1.- Pour un dévot religieux suivre un charlatant hypocrite au lieu d'un *guru* qui pratique la Doctrine est une grave erreur.
- 2.- Pour un dévot religieux s'appliquer aux vaines sciences du monde plutôt que rechercher l'enseignement secret choisi des grands Sages, est une grave erreur.
- 3.- Pour un dévot religieux faire des plans à lointaine échéance comme s'il allait établir une résidence permanente (dans ce monde) plutôt que vivre comme si chaque jour était le dernier qu'il ait à vivre, est une grave erreur.
- 4.- Pour un dévot religieux prêcher la Doctrine à la multitude (avant d'en avoir réalisé la vérité) au lieu de méditer sur elle (et éprouver sa vérité) dans la solitude, est une grave erreur.

---

<sup>19</sup>Ceci est une autre façon d'énoncer la règle d'un Karma Yogin « être libre de désirs mondains et détaché des fruits de l'action ».

- 5.- Pour un dévot religieux entasser des richesses comme un avare au lieu de les offrir à la religion et la charité, est une grave erreur.
- 6.- Pour un dévot religieux laisser aller son corps, sa parole et sa pensée à la honte de la bébauche plutôt que d'observer scrupuleusement les voeux (de pureté et chasteté) est une grave erreur.
- 7.- Pour un dévot religieux passer sa vie entre les espérances et les craintes du monde au lieu de gagner la compréhension de la Réalité, est une grave erreur.
- 8.- Pour un dévot religieux essayer de réformer les autres au lieu de se réformer lui-même, est une grave erreur.
- 9.- Pour un dévot religieux lutter pour obtenir des pouvoirs temporels plutôt que de cultiver ses propres pouvoirs spirituels, est une grave erreur.
- 10.- Pour un dévot religieux être paresseux et indifférent au lieu de persévérer, quand toutes les circonstances favorables pour l'avancement spirituel sont réunies, est une grave erreur.

Telles sont les dix graves erreurs.

## XXII. - LES DIX CHOSES NÉCESSAIRES

- 1.- Depuis le tout commencement (de sa carrière religieuse) on doit avoir une si profonde aversion pour la succession continue des morts et des naissances (aux-quelles sont sujets tous ceux qui n'ont pas atteint l'Illumination) que l'on doit souhaiter s'en échapper comme un cerf fuit la captivité.
- 2.- La chose nécessaire qui vient ensuite est la persévérance si entière, que l'on ne regrette pas de perdre la vie (dans la recherche de l'illumination), ainsi qu'un père de famille qui laboure son champ ne regrette pas son travail, même s'il doit mourir le lendemain.

- 3.- La troisième chose nécessaire est d'avoir l'esprit joyeux comme celui d'un homme qui a accompli une grande action à longue portée.
- 4.- On doit aussi comprendre que, ainsi que pour un homme dangereusement blessé par une flèche, on ne doit pas perdre un moment du temps qui passe.
- 5.- On doit avoir la capacité de fixer son esprit sur une pensée unique, ainsi que le fait une mère qui a perdu son seul fils.
- 6.- Une autre chose nécessaire est de comprendre qu'il n'y a aucun besoin de faire quoi que ce soit<sup>20</sup> ainsi que le gardien d'un troupeau, dont le bétail a été emmené par une troupe ennemie, comprend qu'il ne peut rien faire pour le ravoïr.
- 7.- Il est d'une nécessité primordiale de désirer la Doctrine comme un homme affamé désire la bonne nourriture.
- 8.- On doit avoir confiance en sa propre capacité mentale ainsi qu'un homme fort a foi dans sa force pour conserver une pierre précieuse qu'il a trouvé.
- 9.- On doit démasquer l'illusion du dualisme ainsi qu'on le ferait pour la fausseté d'un menteur.
- 10.- On doit avoir confiance en « Cela qui est » (comme étant le seul refuge) ainsi qu'un corbeau épuisé loin du rivage a confiance dans le mat du navire sur lequel il se repose.

Telles sont les dix choses nécessaires.

---

<sup>20</sup>Le but d'un yogi est le calme absolu du corps, de la parole et de l'esprit suivant l'ancien précepte yogi « Sois calmes et sache que tu es Cela ». Les Écritures hébraïques donnent le même enseignement dans l'aphorisme connu « Demeure immobile et connais que je suis Dieu ». (Psaume XLVI, 10).

### XXIII. - LES DIX CHOSES SUPERFLUES

- 1.- Si la nature vide de l'esprit a été réalisée, il n'est plus nécessaire d'écouter ou de méditer des enseignements religieux<sup>21</sup>.
- 2.- Si la nature impolluable de l'intelligence est réalisée, il n'est plus nécessaire de chercher l'absolution de ses péchés<sup>22</sup>.
- 3.- Pas plus que l'absolution n'est nécessaire pour celui qui demeure dans l'état de quiétude mentale.
- 4.- Pour celui qui a atteint l'état de Pureté sans mélange, il n'est pas nécessaire de méditer sur le Sentier ou les méthodes, de la parcourir (car il est arrivé au but).
- 5.- Si la nature irréelle (ou illusoire) des connaissances est réalisée, il n'est pas nécessaire de méditer sur l'état de non-connaissance<sup>23</sup>.

---

<sup>21</sup>La réalisation de la nature vide de l'esprit est obtenue par la maîtrise du yoga de la Doctrine du Vide qui montre que l'Esprit, la Seule Réalité est la source nouménale de tous phénomènes, et, qu'étant non sangsarique (c-à-d. ne dépendant pour son existence d'aucune apparence objective ni même des formes-pensées ou processus de pensées) il est le Sans-qualités, le Sans-attributs et donc la Vacuité. Une fois arrivé à cette réalisation, le yogin n'a plus besoin de continuer à entendre ou méditer les enseignements religieux car ceux-ci ne sont que des guides vers le grand but du yoga qu'il a atteint.

<sup>22</sup>Suivant « The Awakening of Faith » (l'Éveil de la foi) par Āśvaghosa l'un des plus illustres Docteurs du Mahāyāna : « L'esprit depuis son origine est d'une nature pure, mais de même qu'il a son aspect limité qui est souillé par les vues limitées, il existe de lui un aspect souillé. Et bien qu'il y ait cette souillure, la nature originelle pure demeure éternellement inchangée ». Ainsi qu'ajoute Āśvaghosa ce n'est qu'un esprit illuminé ayant réalisé la nature impolluable de l'esprit (ou intelligence) primordial qui peut comprendre ce mystère. (Tr. de Timothy Richard's « The Awakening of Faith » - Shanghai 1907 -p 13 et tr. Prof D. T. Suzuki - Chicago 1900, p. 79 - 80 ). Aussi pour celui qui sait que les souillures du monde n'ont, comme le monde lui-même, aucune réalité, faisant partie de la grande illusion ou Māyā, quel besoin y a-t-il d'absolution de péché. De la même façon le précepte suivant enseigne : pour celui qui demeure dans l'état de quiétude mentale, qui est l'état d'Illumination, tous les concepts illusoire d'esprit limité, de péché et d'absolution disparaissent comme les brouillards du matin au lever du soleil.

<sup>23</sup>Ici encore on doit se référer à la Doctrine du Vide (de l'Esprit) pour bien comprendre ce précepte. L'état de non-connaissance appelé autrement l'état réel de l'esprit est un état de conscience sans modification, comparable à un océan calme et illimité. Dans l'état de conscience modifié inséparable de l'esprit limité microcosmique, cet océan apparaît illusoirement sillonné de vagues qui sont les concepts illusoire nés de l'existence sangsarique. Ainsi qu'il est dit ailleurs dans « The Awakening of Faith » d'Āśvaghosa (tr. Richard, p. 12) : « Nous devons savoir que tous les phénomènes sont créés par les notions imparfaites de l'esprit limité, donc toute existence est comme une réflexion dans un miroir, sans substance et seulement un phantasme de l'esprit. Lorsque l'esprit limité agit, toutes sortes de choses s'éveillent; lorsque l'esprit limité cesse d'agir, toutes sortes de choses cessent ». En même temps que la réalisation de l'État Réel dans lequel l'esprit est en quiétude complète et dénué de processus de pensée et des concepts de

- 6.- Si la non-réalité (ou nature illusoire) des passions obscurcissantes est réalisée, il n'est pas nécessaire de rechercher leur antidote.
- 7.- Si tous les phénomènes sont connus comme illusoire, il n'est pas nécessaire de rechercher ou rejeter quoi que ce soit<sup>24</sup>.
- 8.- Si le chagrin et l'infortune sont reconnus pour être des bénédictions, il est inutile de rechercher le bonheur.
- 9.- Si la nature non-née (ou incréée) de sa propre conscience est réalisée, il n'est pas nécessaire de pratiquer le transfert de conscience<sup>25</sup>
- 10.- Si le bien des autres seulement est recherché dans tout ce que l'on fait, il est inutile de chercher un bénéfice pour soi-même<sup>26</sup>.

Telles sont les dix choses superflues.

#### XXIV. - LES DIX CHOSES LES PLUS PRÉCIEUSES

- 1.- Une existence humaine libre et bien douée est plus précieuse que des myriades d'existences non humaines dans l'un quelconque des six états d'existence<sup>27</sup>.

---

l'esprit limité, le yogin réalise la nature irréalité des connaissances et n'a dès lors plus besoin de méditer sur l'état de non-connaissance.

<sup>24</sup>Car suivant la doctrine de Māyā (illusion), rien de ce qui a une existence illusoire (phénoménale) n'est réel.

<sup>25</sup>La conscience ou l'esprit étant primordialement du Non-né et Non-crée ne peut être transférée. C'est seulement à la conscience dans son aspect limité ou microcosmique ainsi qu'elle est manifestée dans le Saṃsāra ou Royaume d'Illusions que l'on peut appliquer le terme transfert. Dans le Non-né, dans l'État Réel ou le Saṃsāra est outre-passé, le temps et l'espace qui sont du domaine de l'Illusion n'existent pas. Comment alors le Non-né pourrait-il être transféré puisqu'il n'y a ni d'où, ni où on puisse le comparer. Ayant compris ceci : que le nominal ne peut être traité comme le phénoménal, il n'y a aucun besoin de pratiquer le transfert de conscience.

<sup>26</sup>L'humanité étant un organisme unique au travers duquel l'Esprit-Unique trouve sa plus haute expression sur terre, quoique puisse faire l'un de ses membres à un autre de ses membres, que l'action soit bonne ou mauvaise, elle touche inévitablement tous les membres. Il est dit aussi au sens chrétien : faire du bien aux autres est faire du bien à soi-même.

<sup>27</sup>Les six états ou régions de l'existence du Saṃsāra sont : 1) monde des *déva*; 2) monde des *asura* (titans); 3) monde humain; 4) monde des brutes; 5) monde des *preta* (esprits malheureux); 6) monde des enfers.

- 2.- Un Sage est plus précieux qu'une multitude de personnes irreligieuses et attachées au monde.
- 3.- Une vérité ésotérique est plus précieuse que d'innombrables doctrines exotériques.
- 4.- Un aperçu momentané de Divine Sagesse, né dans la méditation, est plus précieux que n'importe quelle somme de savoir obtenu simplement en écoutant ou pensant à des enseignements religieux.
- 5.- La plus petite parcelle de mérite dédiée au bien des autres est plus précieuse que n'importe quelle somme de mérite dédiée à son propre bien.
- 6.- Expérimenter, même momentanément, le Samādhi dans lequel tous les processus de pensée sont suspendus est plus précieux que d'expérimenter sans arrêt le Samādhi ou les processus de pensée sont encore actifs<sup>28</sup>.
- 7.- Ressentir, même un seul moment, la joie du Nirvāṇa est plus précieuse que d'innombrables actions intéressées des sens.
- 8.- La plus petite des bonnes actions faite sans égoïsme est plus précieuse que d'innombrables actions intéressées.
- 9.- La renonciation à toute chose du monde (maison, famille, amis, propriétés, renom, durée de la vie, et même santé) est plus précieuse que le don d'inconcevables et immenses richesses du monde en charité.
- 10.- Une vie passée en quête de l'Illumination est plus précieuse que toutes les vies d'un éon passées en poursuites mondaines.

Telles sont les dix choses les plus précieuses.

---

<sup>28</sup>Il y a quatre stages de dhyāna ou Samādhi (méditation profonde). Le plus élevé de ces états est celui où le yogin expérimente ce bonheur extatique qui est atteint dans la réalisation de la condition primordiale non modifiée de l'esprit. Cet état est appelé État Réel étant vide de tout processus de formation de pensée saṅsāriq̄ue de l'esprit dans son aspect défini ou modifié. Au stage le plus inférieur ou premier stage de Samādhi dans lequel la complète cessation de ces processus de pensée n'a pas été atteinte, le yogin a l'expérience d'une sorte d'extase incomparablement inférieure que les novices doivent se garder de confondre avec la plus élevée.

## XXV. - LES DIX CHOSES ÉQUIVALENTES

- 1.- Pour celui qui est sincèrement dévoué à la vie religieuse, il est égal de s'abstenir des activités du monde ou non<sup>29</sup>.
- 2.- Pour celui qui a réalisé la nature transcendantale de l'esprit, il est pareil de méditer ou ne pas le faire<sup>30</sup>.
- 3.- Pour celui qui est libre d'attachement aux luxes mondains, il est pareil de pratiquer l'ascétisme ou non.
- 4.- Pour celui qui a réalisé la Réalité, il est pareil de demeurer sur une montagne isolée ou d'aller et venir (ainsi qu'un bhikṣu).
- 5.- Pour celui qui a atteint la maîtrise de l'esprit, il est pareil de partager les plaisirs du monde ou non.
- 6.- Pour celui qui est doué de la plénitude de la compassion, il est pareil de pratiquer la méditation dans la solitude ou de travailler pour le bien des autres dans le sein de la société.
- 7.- Pour celui dont l'humilité et la foi (envers son *guru*) sont inébranlables, il est pareil de demeurer avec son *guru* ou non.
- 8.- Pour celui qui comprend absolument les enseignements qu'il a reçus, il est pareil de rencontrer la bonne ou la mauvaise fortune.
- 9.- Pour celui qui a abandonné la vie du monde et s'est adonné à la pratique des Vérités Spirituelles, il est pareil d'observer ou non les codes de conduites conventionnels<sup>31</sup>.

---

<sup>29</sup>Ce qui veut dire, ainsi que la « *Bhagavad-Gītā* » l'enseigne pour celui qui s'est sincèrement dévoué à la vie religieuse et est entièrement libéré de l'attachement aux fruits de ses actions dans le monde, cela revient au même s'il abstient des activités du monde ou non, vu que un tel désintéressement ne produit aucun résultat karmique

<sup>30</sup>Le but de la méditation en yoga est de réaliser que seul l'esprit est réel et que le véritable ou primordial état d'esprit est cet état de quiétude mentale dénué de tout processus de pensée qui est expérimenté dans le plus haut Samādhi; une fois ceci atteint, le but de la méditation étant rempli, elle n'est plus nécessaire.

<sup>31</sup>Dans ses relations avec la société des humaines, le yogin est libre de suivre les usages conventionnels ou de ne pas le faire. Ce qui la multitude considère comme moral peut lui sembler immoral et vice versa. (Voir le chant de Milarepa concernant ce qui est honteux et ce qui ne l'est pas : « *Tibet's Great Yogin Milarepa* » (p.p. 226-227)

10.- Pour celui qui a atteint la Sublime Sagesse, il est pareil d'être capable ou non d'exercer des pouvoirs miraculeux.

Telles sont les dix choses équivalentes.

## XXVI. - LES DIX VERTUS DU SAINT DHARMA<sup>32</sup> (OU DOCTRINE)

1.- Le fait qu'ont été portés à la connaissance des hommes : les Dix actes pieux<sup>33</sup>, les Six *Pāramitā*<sup>34</sup> les divers enseignements concernant la Réalité et la Perfection, les Quatre Nobles Vérités<sup>35</sup>, les quatre Stages de *Dhyāna*<sup>36</sup>, les Quatre Stages d'existence Sans Forme<sup>37</sup> et les Deux Sen-

---

<sup>32</sup>Suivant l'École du Sud, le Dharma (Pali : Dhamma) comprend non seulement les Écritures mais aussi leur étude et leur pratique dans le but d'atteindre le Nirvāṇa (Pali : Nibbāṇa).

<sup>33</sup>Qui sont les opposés des dix actes impies. Il en est trois du corps : Sauver la vie, être chaste, être charitable; quatre de la parole : Dire la vérité, établir la Paix, être poli dans ses paroles, et faire des actes religieux; trois de l'esprit : être bienveillant, souhaiter du bien aux autres, avoir de la modestie alliée à de la foi.

<sup>34</sup>Les Six *Pāramitā* (Vertus Illimitées) sont : la Charité illimitée, la Moralité, la Patience, l'Energie, la Méditation, la Sagesse. Dans le Canon Pāli les *Pāramitā* mentionnées sont dix : la Charité, la Moralité, le Renoncement, le Savoir, l'Energie, la Tolérance, la Sincérité, la bonne Volonté, l'Amour et la Sérénité.

<sup>35</sup>Les Quatre Nobles Vérités enseignées par le Bouddha peuvent être énoncées ainsi : 1) l'existence dans le *Samsāra* (univers transitoire et phénoménal) est inséparable d'avec la Souffrance ou le Chagrin; 2) La cause de la Souffrance est le Désir et la Convoitise pour cette existence dans le *Samsāra*; 3) la Cessation de la Souffrance est atteinte par la conquête et la destruction du Désir et de la Convoitise pour l'existence dans le *Samsāra*; 4) Le Sentier de la Cessation de la Souffrance est le Noble Sentier Octuple.

<sup>36</sup>

<sup>37</sup>Littéralement les Quatre Unions *Arūpa* (Sans Forme). Être né dans l'un de ces mondes ou l'existence est sans corps et sans forme, c'est être unis avec eux. Ces mondes sont les quatre ciueux les plus élevés sous l'influence du dieu *Brahmā* et connus comme les plus hauts *Brahmaloka* (Royaumes de *Brahmā*). Ils se nomment : 1) *Ākāśāntvāyātana* (Royaume où la conscience existe dans l'espace infini), 2) *Vijñānānantyāyatana* (royaume où la conscience existe dans l'état infini), 3) *Akiñcanyāyatana* (royaume où la conscience existe libérée de l'état infini), 4) *Naivasamjñāna Samjñāyatana* (royaume de conscience où n'existe ni perception ni non-perception). Ces quatre royaumes représentent quatre stages progressifs dans le plus haut processus évolutif afin de vider la conscience de ses plus subtils objets *sangsariques* par le moyen de la méditation yogique et par ce moyen atteindre les plus hautes conditions de l'existence *sangsarique* préparant à l'atteinte du Nirvāṇa. Dans le premier état la conscience n'a aucun objet sur lequel se concentrer, sauf l'espace infini. Dans le second, la conscience dépasse l'espace infini comme objet. Dans le troisième, la conscience dépasse ce second stage et devient ainsi libre de toute action de pensée ou processus de pensée et ceci est l'un des buts les plus élevés du yoga. Dans le quatrième état, la conscience existe de soi-même et par soi-même sans exercer soit la perception, soit la non-perception dans la plus profonde quiétude du *Samādhi*. Ces quatre états de conscience qui sont parmi ce qui peut être atteint de plus élevé dans le *Samsāra*, sont atteints dans les transes du yoga induites par la profonde méditation. Ils sont si transcendants que le yogin dirigé sans sagesse peut confondre leur réalisation avec celle du Nirvāṇa. Le prince Gautama avant d'atteindre l'état de Bouddha, étudia et pratiqua le Yoga appartenant aux quatre États de conscience sans-forme sous deux gurus *Alāra* et *Uddaka*, puis les

tiers Mystiques<sup>38</sup> du développement spirituel et de la libération, montre la vertu du Saint Dharma.

2.- Le fait que se sont développés dans le Saṃsāra des Princes et des Bhramines spirituellement illuminés<sup>39</sup> parmi les hommes, et les quatre grands Gardiens<sup>40</sup>, les six ordres de *deva* des paradis sensoriels<sup>41</sup>, les dix-sept ordre de dieux des mondes des formes<sup>42</sup>, les quatre ordres de dieux des mondes sans forme<sup>43</sup>, montre la vertu du Saint Dharma.

3.- Le fait que se sont élevés dans le monde ceux qui sont entrés dans le Courant, ceux qui ne retourneront à la mort qu'une fois, ceux qui ont passé au-delà de la nécessité d'une existence future<sup>44</sup> les Arhants, et

---

abandonna car il découvrit qu'un tel yoga ne menait pas au Nirvāna. (Voir Aryaparyesana (la Sainte Recherche) et *Sutta Majjhima Nikāya*, I 164-6).

<sup>38</sup>Suivant le Mahāyāna, il existe le sentier inférieur menant aux quatre états d'existence Sans Forme et aux quatre mondes célestes, tel que Sukhāvati le Paradis de l'Ouest du Dhyāni Bouddha Amitābha, et le sentier supérieur menant au Nirvāna et dans lequel le Saṃsāra est surpassé.

<sup>39</sup>La plupart des grands instructeurs religieux de l'Inde ont été d'origine royale comme le Bouddha Gautama ou Brahmanique comme Āsvaghosa, Nārārjuna, Tolopa et bien d'autres qui furent des doudhistes éminents. Le Bouddhisme tient qui le Bouddha historique Gautama n'en est qu'un dans la longue secession des Bouddhas et que Gautama n'a fait que retransmettre les enseignements ayant existés depuis des temps sans commencement. La conséquence directe en est que, parceque durant les éons passés des êtres ont pratiqué ces enseignements vénérables basés sur des vérités réalisables, il y a eu des hommes et des *deva* évolués et illuminés et ce fait prouve la vertu de ces enseignements réunis dans les Écritures Bouddhiques sous le nom de Dharma.

<sup>40</sup>Ceux-ci sont les quatre puissances célestes qui gardent les quatre quartiers de l'Univers des forces destructives du mal, les quatre grands gardiens du Dharma et de l'Humanité : Dhṛtarāṣṭra garde l'Est et on lui a assigné la couleur blanche, Virūdhaka garde le Sud et sa couleur symbolique est verte, le gardien rouge de l'Ouest est Virūpākṣa et le gardien jaune du Nord est Vaiśravaṇa.

<sup>41</sup>Les six paradis des sens qui ,avec la Terre constituent la Région des Sans (Sansc. : *Kāmadhātu*) la plus base des trois Régions (Sansc.: *Trilokya*) dans laquelle les Bouddhistes divisent le Cosmos.)

<sup>42</sup>Les déités habitant les dix sept cieus de Brahmā qui constituent la région de la forme (Sansc. : Rūpadhātu) la seconde des trois régions où l'existence et la forme sont libérées des sens.

<sup>43</sup>Les déités habitant les quatre cieus de Brahmā les plus élevés où l'existence est non-seulement libérée des sens mais aussi de la forme. Ces cieus (nommés plus haut) consistent avec le ciel Akaniṣṭha (Tib. : Og-min) l'état du Saṃsāra le plus élevé la Région du sans forme (Sanskrit : Arūpadhātu), la plus élevée des trois Régions. Au-dessus, est l'état supra-cosmique au-delà de tous les cieus, enfers et mondes de l'existence du Saṃsāra, le Non-né, le Non-crée : le Nirvāna. Le stūpa (Tib. : Ch'orten) symbolise ésotériquement la voie vers le Nirvāna au travers de ces trois Régions.

<sup>44</sup>Ces trois gradations d'être humains correspondent aux trois étapes vers l'état d'Arhant (ou de sainteté au sens Bouddhique) préparant à l'Illumination complète de l'état de Bouddha. «Entré dans le courant » (Sansc. : *Srotaāpatti*) qui implique l'acceptation de la Doctrine du Bouddha est le premier pas du néophyte dans la voie du Nirvāna. « Celui qui ne revient à naître qu'une fois » (Sanc. : *Sakridāgāmin*) a fait le deuxième pas. « Celui qui ne revient pas » (ne renaîtra pas) (Sanskrit : *Anāgāmin*) a franchi le troisième pas et atteignant l'état d'Arhant passe normalement dans le Nirvāna jusqu'à ce que tous les êtres

les Bouddhas ayant l'illumination personnelle et les Bouddhas Omniscients<sup>45</sup>, montre la vertu du Saint Dharma.

- 4.- Le fait que ceux qui ont atteint l'illumination Bodhique sont capables de revenir dans le monde comme incarnations divines et de travailler à la délivrance de l'humanité et de tous les êtres vivants jusqu'au temps de la dissolution physique de l'univers, montre la vertu du Saint Dharma<sup>46</sup>
- 5.- Le fait qu'il existe, produites par la bienveillance qui englobe tout des Bodhisattvas, des influences spirituelles protectrices qui rendent possible la délivrance des hommes et de tous les êtres, montre la vertu du Saint Dharma<sup>47</sup>.
- 6.- Le fait que l'on peut expérimenter même dans les mondes d'existences malheureux des moments de bonheur résultat direct des petits actes de miséricorde accomplis alors que l'on était dans le monde humain, montre la vertu du Saint Dharma<sup>48</sup>
- 7.- Le fait que des hommes ayant des vies lourdement chargées ont renoncé à la vie mondaine et sont devenus des saints dignes de la vénération du monde, montre la vertu du Saint Dharma.

---

animés soient entrés dans la Voie qu'il a parcourue, il devient alors un Bodhisattva (Être illuminé) qui consciemment reprend corps comme une incarnation divine dans le Niṣmānakāya. Comme Bodhisattva, il peut demeurer dans le Saṃsāra pendant des éons sans nombre et ainsi renforcer le Mur de garde (de pouvoir spirituel) qui protège leur émancipation finale. Suivant le Canon Pali, celui qui est Srotaāpatti renaîtra pour le moins une fois, mais pas plus de sept fois, dans l'un ou l'autre des états de Kāmadhātu. Un Sakridāgāmin renaîtra une seule fois dans l'un des Kāmadhātu, et un Anāgāmin ne renaîtra dans aucun des deux.

<sup>45</sup>Un Bouddha ayant l'illumination personnelle (Sanskrit : *Oratyeka-Bouddha*) n'enseigne pas la doctrine publiquement, mais rayonne seulement sur ceux qui viennent en contact personnel avec lui, le Bouddha Omniscient, tel que le Bouddha Gautama, prêche largement la Doctrine aux dieux et aux hommes.

<sup>46</sup>C'est le Saint Dharma seulement qui a révélé à l'humanité le chemin Bodhique et l'enseignement suprême, ceux qui ont gagné le droit d'être libérés des existences du monde renoncent à ce droit pour que leur Divine Sagesse et leur expérience ne soient pas perdues mais s'emploient à cette fin sublime de guider tous les êtres illuminés à ce même stage d'émancipation.

<sup>47</sup>En ayant choisi la voie de la Bienveillance Infinie, les Bodhisattvas ont projeté dans le monde de l'existence du Saṃsāra de subtiles influences vibratoires qui protègent tous les êtres vivants et rend possible leur progrès spirituel et leur illumination finale. Sans ces influences, l'humanité serait sans direction spirituelle et resterait l'esclave des illusions sensuelles et de l'obscurité mentale.

<sup>48</sup>L'enseignement Bouddhiste disant que les bons résultats des actes de miséricorde faits pendant la vie assistent un être, même dans les états malheureux d'après la mort, prouve la vertu du Saint Dharma.

- 8.- Le fait que des hommes dont le lourd et mauvais karma les auraient condamnés à des souffrances sans fin après leur mort, se sont orientés vers la vie religieuse et ont atteint le Nirvāṇa, montre la vertu du Saint Dharma.
- 9.- Le fait que quelqu'un même après avoir abandonné toute possession du monde, embrassé la vie religieuse, délaissé l'état de chef de famille, s'étant caché dans un ermitage retiré, est cependant recherché et pourvu de toutes les nécessités de la vie, montre la vertu du Saint Dharma.

Telles sont les dix vertus du Saint Dharma.

## XXVII. - LES DIX EXPRESSIONS FIGURÉES<sup>49</sup>

- 1.- Comme la Vérité-Base ne peut être décrite (mais doit être réalisée en Samādhi), l'expression Vérité-Base est purement figurée<sup>50</sup>.
- 2.- Comme il n'y a ni « moyen de traverser » ni « celui qui traverse » le Sentier, l'expression Sentier est purement figurée<sup>51</sup>.
- 3.- Comme il n'y a ni vie, ni voyant de l'État Vrai, l'expression État Vrai est purement figurée<sup>52</sup>.
- 4.- Comme il n'y a ni réjouissance, ni « celui qui est réjoui » dans l'État Naturel, l'expression État Naturel est purement figurée<sup>53</sup>.

---

<sup>49</sup>Cette suite de négation concernant la Vérité est probablement inspirée par la *Prajñāpāramitā* canonique sur laquelle le Livre VII de ce présent ouvrage est basé.

<sup>50</sup>La Vérité-Base qui est synonyme du Dharma-Kāya (ou Divin corps de Vérité) est la Vérité entière dans son aspect primordial sans modification. Le Yoga, la science de l'Esprit (ou Vérité) consiste en trois divisions: La Vérité-Base, le Sentier (ou méthode d'attendre la réalisation) et le Fruit (ou réalisation elle-même).

<sup>51</sup>Le Sentier est simplement une métaphore descriptive de la méthode de réalisation de la croissance et du progrès spirituel.

<sup>52</sup>L'État Vrai réalisable dans le plus pur Samādhi est dans la réflexion microscopique un état ou l'esprit non modifié par le processus de la pensée ressemble dans sa quiétude à l'océan immobile, toutes les portes de la perception sont closes. Il se fait une complète oblitération de l'univers matériel des phénomènes, l'esprit atteint sa propre condition naturelle de tranquillité absolue. L'esprit microcosmique se met au diapason de l'esprit macroscopique. Par là, est atteinte la connaissance que, dans l'État Vrai, il n'y a ni vue, ni voyant, qui tous les concepts limités sont en réalité non-existants, que toutes les dualités deviennent unities et qu'il n'y a qu'une Réalité, l'Esprit cosmique primordial.

<sup>53</sup>L'État Naturel se réfère à l'état de l'esprit atteint également dans le Samādhi avec l'État Vrai et

- 5.- Comme il n'y a ni observance des voeux ni « celui qui observe » les voeux, ces expressions sont purement figurées.
- 6.- Comme il n'y a ni accumulation, ni accumulateur de mérites, l'expression « Double Mérite »<sup>54</sup> est purement figurée.
- 7.- Comme il n'y a ni exécution, ni exécuteur d'actions, l'expression le « Double Obscurcissement » est purement figurée<sup>55</sup>.
- 8.- Comme il n'y a ni renonciation, ni renonçant (à l'existence du monde), l'expression « existence du monde » est purement figurée.
- 9.- Comme il n'y a ni obtention, ni « celui obtenant » (le résultat des actions), l'expression « résultats des actions » est purement figurée.

Telles sont les Dix Expressions figurées<sup>56</sup>.

## XXVIII. - LES DIX GRANDES RÉALISATIONS JOYEUSES

- 1.- C'est une grande joie de réaliser que l'esprit de tous les êtres animés est inséparable de l'Esprit Universel<sup>57</sup>.

---

l'État Pur. Là, il est réalisé, il n'y a réellement ni réjouissance, ni celui qui se réjouit, ni actions, ni faiseur d'actions et toutes choses objectives sont aussi irréelles que des rêves. Dès lors, plutôt que de vivre ainsi que la multitude à la poursuite d'illusions on doit choisir le Sentier des Bodhisattvas les Seigneurs de Compassion et travailler à l'émancipation des êtres liés par le Karma à la Roue de l'Ignorance.

<sup>54</sup>Le mérite Causal qui est le fruit des actes charitables appelé aussi mérite temporel, et le Mérite résultant qui provient de la supra-abondance du Mérite Causal est appelé Mérite Spirituel

<sup>55</sup>L'obscurcissement de l'intelligence résultant des passions mauvaises et l'obscurcissement de l'intelligence résultant des croyances fausses telle que la croyance à un soi immortel ou une âme, ou celle qui consiste à croire vraies les apparences phénoménales.

<sup>56</sup>Tous ces aphorismes ou négations reposent sur la Doctrine Bodhique : la personnalité est transitoire, l'immortalité personnelle (ou d'une âme) est inconcevable pour celui qui atteint la Vue juste. L'esprit microcosmique, reflet de l'esprit macroscopique (qui seul est éternel), cesse d'être microcosmique ou limité quand il est immergé dans l'extase produit par le haut Samādhi. Il n'y a plus alors de personnalité, qui obtient, qui renonce, qui agit, qui accumule des mérites, qui médite dans l'État Pur, qui contemple l'État Vrai, qui traverse le Sentier et tout l'état d'esprit illusoire créant les concepts est oblitéré. Le langage humain est essentiellement un moyen permettant à l'homme de communiquer avec l'homme en termes basés sur des expériences communes à tous les hommes existants dans l'univers des sens, mais son emploi pour décrire des expériences en dehors des sens ne peut jamais être autre que figuré.

<sup>57</sup>Ou le Dharma-Kāya, le divin corps de vérité considéré comme Esprit Universel

- 2.- C'est une grande joie de réaliser que la Réalité Fondamentale est sans qualité<sup>58</sup>.
- 3.- C'est une grande joie de réaliser que dans l'infinie Connaissance de la Réalité au-delà de la pensée, toutes différenciations du Saṃsārasont inexistantes<sup>59</sup>.
- 4.- C'est une grande joie de réaliser que dans l'état de l'esprit primordial (ou incréé) il n'existe aucun processus d'esprit perturbateur<sup>60</sup>.
- 5.- C'est une grande joie de réaliser que dans le Dharma-Kāya où l'esprit et la matière sont inséparables, il n'existe ni personne qui tient des théories, ni support de théories<sup>61</sup>.
- 6.- C'est une grande joie de réaliser que dans le Sambhoga-Kāya de compassion émané de lui-même, il n'existe ni naissance, ni mort, ni transition, ni rien qui change<sup>62</sup>.
- 7.- C'est une grande joie de réaliser que dans le divin Nirmāṇa-Kāya émané de lui-même, il n'existe aucun sentiment de dualité<sup>63</sup>.

---

<sup>58</sup>Les qualités sont purement sangsariques ou de l'univers phénoménal. À la Réalité fondamentale à « Cela qui est » aucune caractéristique ne peut être appliquée, en elle toutes choses sangsariques, toutes qualités, toutes conditions, toutes dualités se fondent en une transcendante union.

<sup>59</sup>Dans la connaissance (ou réalisation) de la Réalité toutes vérités partielles ou relatives sont reconstruites comme parties de la Vérité Une et aucunes différenciations ne sont possibles telles que celles qui mènent à établir des oppositions entre des religions ou des sectes qui sont peut-être chacune en possession partielle de quelque Vérité.

<sup>60</sup>À celui qui cherche la Vérité, que ce soit dans le royaume de la science physique ou spirituelle, les théories sont essentielles, mais lorsqu'une vérité ou un fait s'est trouvé confirmé toutes théories le concernant deviennent inutiles. En conséquence dans le Dharma-Kāya ou État de Vérité fondamentale aucune théorie n'est nécessaire ni concevable. C'est l'état de Parfaite Illumination des Bouddhas dans le Nirvāṇa.

<sup>61</sup>Le Sambhoga-Kāya, ou divin corps parfaitement doué, symbolise l'état de communion spirituelle (semblable à la communion des saints) dans lequel tous les Bodhisattvas existent lorsqu'ils ne paraissent pas en incarnations sur terre. Ainsi le Dharma-Kāya dont il est un premier reflet émané de lui-même, le Sambhiga-Kāya est un état où la naissance, la mort, le changement, sont surpassés.

<sup>62</sup>Le Nirmāṇa-Kāya ou divin corps d'incarnation, le second reflet du Dharma-Kāya, est le corps, ou état spirituel, dans lequel demeurent les grands instructeurs ou les Bodhisattvas incarnés sur terre. Le Dharma-Kāya étant au-delà du royaume de la perception sensorielle sangsarique ne peut être perçu sensoriellement, donc l'esprit du yogin, lorsqu'il le réalise, cesse d'exister comme esprit limité ou une chose indépendante de lui. En d'autres termes, dans l'état transcendantal de l'extase du Samādhi ou le Dharma-Kāya est réalisé, l'esprit limité atteint l'union subtile avec sa source le Dharma-Kāya. De même, dans

- 8.- C'est une grande joie de réaliser que dans le Dharma-Cakra, il n'existe aucune fondation pour la doctrine de l'âme<sup>64</sup>.
- 9.- C'est une grande joie de réaliser que dans la Compassion Divine et Illimitée (des Bodhisattvas) il n'existe aucune restriction ni aucune trace de partialité.
- 10.- C'est une grande joie de réaliser que le Sentier de la Libération que tous les Bouddhas ont parcouru est toujours existant, toujours semblable et toujours ouvert à ceux qui sont prêts à y entrer.

Telles sont les dix grandes réalisations joyeuses.

#### CONCLUSION

Ce-dessus est contenue l'essence des paroles immaculées des grands *guru*, qui ont été doués de Divine Sagesse; et de la Déesse Tara et autre divinités. Parmi ces grands Maîtres étaient le glorieux Dīpāṅkara<sup>65</sup> le père spirituel et ses successeurs qui furent divinement désignés pour répandre la Doctrine dans cette terre Nordique des neiges; et des grandieux *guru*

---

l'état de Nirmāna-Kāya, le divin et l'animé, l'esprit et la matière, le nouménal et le phénoménal et toutes les dualités se fondent en union. Et cela le Bodhisattva, lorsqu'il est dans son corps de chair le sent instinctivement, il sait que ni lui-même ni aucun objet sensoriel ou objectif n'a une existence séparée ou interdépendante en dehors du Dharma-Kāya. Pour un exposé de la Doctrine Mahāyāniste des trois corps divins (Sanskrit : *Tri-Kāya*). (Voir *Livre des Morts Tibétain*, p.p. 9-13).

<sup>64</sup>Les vérités proclamées par le Bouddha sont symbolisées par le Dharma-Cakra, la Roue de la Loi qu'il a mise en mouvement dans son premier sermon à ses disciples au Parc des gazelles à Bénarès. Au temps de l'Illuminé et longtemps avant lui, la croyance animique en un égo ou « soi » permanent, en une âme interchangeable (Sanc. : *ātman*), en une immortalité personnelle était aussi répandue aux Indes et dans l'Extrême-Orient qu'elle l'est aujourd'hui en Europe et en Amérique. Le Bouddha dénia toute validité à cette doctrine et nulle part dans les Écritures Bouddhiques ou Dharma, soit de l'école du Sud soit de celle du Nord, on ne trouve le moindre élément ou support de cette croyance.

<sup>65</sup>Dīpāṅkara (Śrī-jñāna) ainsi qu'il est appelé ici, est le nom Hindou de Atiśa, le premier des grands réformateurs de Lamaïsme, né au Bengale dans la famille royale de Gaur en 980 A.D. et venu au Tibet en 1038. Ayant été professeur de philosophie au monastère de Vikramaśīla en Magadha, il apporta au Tibet une grande part d'enseignement nouveau surtout relatif au Yoga et au Tantrisme. Son oeuvre principale, comme réformateur, fut de renforcer les règles de célibat et de haute moralité pour les prêtres.

Atiśa s'associa avec la secte appelée les Kahdampas ou « ceux qui sont liés par la Règle ». Trois cent cinquante ans plus tard, avec le second des grands réformateurs, Tsong-Khapa, un nom de terroir signifiant « né dans la contrée des oignons », son pays natal dans la région de l'Amdo, province Nord-Est du Tibet près de la frontière chinoise, la secte des Kahdampas devint la Gelugpa ou « Ceux qui suivent l'ordre vertueux » qui constitue maintenant l'église régulière du Tibet.

de l'École Kahdampa. Il y avait aussi ce roi des Yogins, Milarepa à qui fut légué le savoir du Sage Marpa de Lhobrak et des autres; et les saints illustres : Naropa et Maitripa, de la noble terre des Indes, dont la splendeur égalait celle du Soleil et de la Lune; et les disciples de tous ceux-ci. Ici fini  
« *Le Sentier Suprême, le Rosaire des Pierres Précieuses* ».

(Colophon)

Le traité fut consigné en manuscrit par Digom Sönan Rinchen<sup>66</sup> qui avait une connaissance approfondie des enseignements des Kahdampas et des Chagchenpas<sup>67</sup>. Il est crû généralement que le grand *guru Gampopa* (connu aussi comme Dvagpo-Lharje) a compilé cet ouvrage et l'a donné avec cette injonction : « J'adjure ces générations de dévots encore à naître qui honoreront ma mémoire et regretteront ne pas m'avoir rencontré en personne, d'étudier ceci : *Le Sentier Suprême, le Rosaire des Pierres Précieuses* et aussi *Le Précieux Ornement de Libération* en même temps que d'autres traités religieux. Le résultat sera équivalent à ce qu'est actuellement une rencontre avec moi-même ». Puisse ce livre irradier la vertu divine et puisse-t-il être bienfaisant.

MANGALAM<sup>68</sup>

---

<sup>66</sup>Litt. : Hbri-sgom Bsod-nams Rin-chen, signifiant : Le méditant au précieux mérite de la cave de la yak femelle.

<sup>67</sup>Ceux qui suivent les enseignements du yoga contenus dans la philosophie du *Chag-chen*, dont les principaux éléments forment le sujet du Livre II de cet ouvrage.

<sup>68</sup>Mot tibétain-sancrit dans le texte voulant dire littéralement Bénédiction ou Bonheur, ou si on le rapporte au livre : Puisse la bénédiction être sur lui.