



**PRIERES POUR FAIRE DISPARAITRE LA PANDEMIE
AVEC GYALWANG KARMAPA OGYEN TRINLEY DORJE**

Du 18 au 24 avril, 16h heure de Paris
 Youtube: <https://www.youtube.com/user/Karmapateachings/feed>
 Facebook: <https://www.facebook.com/karmapa>

18.04	Le sutra du coeur avec La Repulsion des Maras
19.04	La Noble Aspiration de la Conduite Excellente & Le Sutra en Trois Sections
20.04	Sutras de la Dharani d'Akshobhya
21.04	Louange des 21 Taras
22.04	Prieres a Guru Rinpoche
23.04	Prieres pour renaître en les champs purs de Sukhavati
24.04	Selection de mantras et de dharanis, Priere qui sauva les Shakyas de la maladie et L'apaisement de la discorde des Mamos

J1 (18.04.20)

Le Gyalwang Karmapa : « Bonjour tout le monde ! Tashi Delek ! Je suis très heureux de pouvoir réciter ces prières avec vous tous pour la diminution de la pandémie. Nous allons réciter ces prières pendant 7 jours, et aujourd'hui, le premier jour, nous commençons par le Soutra du coeur et la Répulsion des Maras.

Comme vous le savez tous, le Soutra du coeur est un soutra important du mahayana ; il enseigne la vacuité et l'interdépendance. En ce moment, avec le coronavirus qui se propage dans le monde entier, nous pouvons voir clairement ce que signifie l'interdépendance ; nous voyons que nous dépendons les uns des autres et qu'il n'y a pas autant de distance entre nous et les autres que nous le pensions. Si nous avions une compréhension profonde de l'interdépendance, peut-être que le coronavirus ne se propagerait pas aussi largement dans le monde ; mais, nous avons naturellement un fort attachement à l'ego. Nous pensons que chaque famille, chaque communauté, chaque pays est différent et séparé ; nous ne nous soucions que de ce qui nous touche et ne prenons pas le reste au sérieux.

Et pourtant, chacune de nos respirations nous relie à tout le monde. Cette pandémie nous montre combien nous avons un impact les uns sur les autres, à quel point nous sommes connectés. C'est une situation que nous n'oublierons jamais. Aussi, je pense qu'il serait très utile de réfléchir à la fois à l'expérience de notre vie et au sens du Soutra du coeur, conjointement. Moins il y a de distance entre le dharma et notre vie, plus nous serons à même de voir qu'il n'y a pas de différence entre la personne qui pratique le dharma et le dharma qu'elle pratique. Le dharma et l'individu deviennent un, et nous deviendrons ce qu'on appelle un pratiquant du dharma.

Maintenant nous allons réciter le Soutra du coeur ensemble. Je vais le réciter lentement, si vous pouvez le réciter en même temps que moi, c'est bien, sinon c'est comme vous voulez.

Le plus important est de ne pas être distrait et de garder le sens à l'esprit



J2 (19/04/20)

Le Gyalwang Karmapa : « Tashi Delek à tout le monde. Aujourd'hui est le 2e jour de nos prières pour que la pandémie cesse. Nous réciterons la Noble aspiration de conduite excellente et le Soutra en trois sections. Ces prières enseignent les deux points principaux du chemin du bodhisattva : accumuler du mérite et se purifier des voiles ; ces deux points sont cruciaux pour un bodhisattva.

Cette pandémie a provoqué des changements que nous n'aurions jamais imaginés. Il y a déjà plus de 2 millions de cas confirmés et plus de 160000 personnes décédées. On voit également des changements majeurs dans notre mode de vie : nous ne pouvons plus nous déplacer librement, nous ne pouvons pas voir les personnes que nous aimons. Les pertes pour l'économie et les emplois sont énormes et c'est à peine si on ose envisager tous les détails.

Se retrouver face à de tels défis peut être un signal d'alarme et nous conduire à un examen beaucoup plus profond.

Cette pandémie n'est pas tombée du ciel. Son déclenchement et sa propagation sont fortement liés à l'action humaine. Le virus a son origine dans les marchés de produits frais. Dans tous les cas, nous humains n'avons fait que peu de cas de la liberté et de la vie des animaux, et les conséquences négatives nous assaillent.

L'interdiction de voyager est une bonne chose pour la nature ; notre impact sur l'environnement est moindre et l'atmosphère moins polluée. On peut aussi voir de nombreux animaux venir sans crainte dans les villes.

Ce sont des faits que nous ne pouvons plus ignorer. Nous pouvons maintenant voir de nos propres yeux la violence et la destruction que nous avons causées dans l'environnement et la faune.

L'intérêt d'accumuler du mérite et de se purifier est de voir quelles sont nos qualités et nos faiblesses, de façon à accroître nos qualités et à faire diminuer nos faiblesses. Mais si nos prosternations et nos confessions ne sont qu'un rituel ou une façon de paraître, alors nous passons à côté de l'essentiel.

Nous allons maintenant réciter ensemble la Noble aspiration de conduite excellente et le Soutra en trois sections. »

=====

J3 (20.04.20)

Gyalwang Karmapa :

« Tashi Delek ! Aujourd'hui est le troisième jour de nos prières pour que cesse la pandémie et nous allons réciter les Soutras de la Dharani d'Akshobhya.

Il y a en fait deux soutras : le premier se trouve dans le Kangyur tibétain et le deuxième est un soutra que j'ai traduit du chinois en tibétain. On dit qu'Akshobhya est le plus efficace pour éliminer les voiles karmiques et ceci est connecté à sa propre aspiration. Quand il a éveillé en lui la bodhicitta, il a pris l'engagement suivant : « Jusqu'à ce que j'atteigne l'état de bouddha, je n'éprouverai plus de malveillance ni de haine envers qui que ce soit. » C'est la raison pour laquelle on l'appelle Akshobhya, l'Imperturbable.

De nos jours, partout dans le monde on connaît le mot 'karma', mais la seule compréhension du mot ne signifie pas que nous comprenons le karma. Ceci est dû au fait que les causes et les effets du karma sont liés à nos pensées et aux actes les plus infimes que nous faisons dans notre vie quotidienne. Si nous n'examinons jamais nos pensées ni nos actes ainsi que leurs effets au travers de notre expérience, il nous sera impossible de comprendre comment le karma fonctionne.

Cette pandémie nous envoie le message clair que le karma n'est pas juste une théorie ; au contraire, il est lié à ce que nous avons choisi de faire ou ce que nous choisissons de ne pas faire dans notre vie de tous les jours. Nous sommes toujours très attentifs aux résultats mais nous ne portons pas la même attention aux causes et conditions qui ont conduit à telle situation. Par exemple, si on ne considère pas qu'il est important de se laver les mains, d'observer la distanciation sociale, etc. pour empêcher la transmission du virus, seulement vouloir ne pas tomber malade ne nous aidera pas du tout. De même, si quelqu'un attrape la maladie, il ou elle la transmet aux autres. Nous devons être responsable non seulement de notre santé et de notre bonheur mais de la santé et du bonheur de tous.

Certaines personnes utilisent le karma comme une excuse ; les gens rejettent tout sur le karma comme si c'était la fatalité. Le karma ne veut pas dire que nous ne pouvons pas nous améliorer et aller de l'avant. En fait, ce que signifie les causes et les résultats - le karma, c'est que nous pouvons être encore plus confiant, encore plus enthousiaste pour assumer la responsabilité de faire notre bien et celui des autres.

Nous allons maintenant réciter les deux soutras.

Ceux d'entre vous qui ne parlent pas tibétain peuvent réciter dans leur propre langue. Il n'est pas nécessaire de me suivre ; si je récite trop lentement, les Tibétains et tous ceux qui lisent le tibétain vont s'endormir. »

=====

J4 (21.04.20)

Gyalwang Karmapa :

« Tashi Delek ! Aujourd'hui est le 4e jour de nos prières pour que cesse la pandémie. Nous allons réciter le texte des hommages et des louanges des 21 Taras. Cette pratique est extrêmement répandue au Tibet. Depuis des siècles, tous les Tibétains, hommes ou femmes, jeunes ou vieux, la récitent le matin ou le soir ; nous croyons fermement que Tara va nous aider. Ma mère, bien qu'elle ne sache pas lire, a appris Tara oralement et la récite tous les jours.

Tara est une émanation de Chènrézi, une manifestation de son activité compatissante. Chènrézi est l'incarnation de l'amour de tous les Bouddhas. Quand il apparaît sous la forme d'une déesse, nous ressentons encore plus fortement que sa nature est semblable à l'amour d'une mère. En ce moment où le monde entier est confronté à la souffrance, penser aux autres avec amour est encore plus nécessaire qu'à toute autre période. Il nous faut contrecarrer le 'corona' avec 'karuna'. Si tous les pays et les peuples s'unissent et assument ensemble la responsabilité, il est certain que nous serons bientôt libérés de cette épreuve.

Tous les jours aux informations ou dans les réseaux sociaux, nous entendons parler de nombreuses situations qui nous émeuvent. Nos héros de la première ligne, les médecins et les infirmières, font de grands sacrifices pour lutter contre la pandémie. De même, les services de livraison, la police, les soldats, les bénévoles et beaucoup d'autres travaillent dur pour notre bien.

En raison de cela, j'ai le sentiment que notre problème n'est pas tant qu'il n'y a pas assez de gens qui ont de l'amour dans le monde, ni que nous manquons de compassion, c'est juste que de nombreuses personnes n'ont pas assez de courage et ont besoin de quelqu'un qui les inspire. Ils ont besoin de savoir que quelqu'un comme Tara est là pour les soutenir. Chacun de nous doit faire sa part, nous devons être une inspiration et un réconfort les uns pour les autres. Ceci est la base du bonheur de l'humanité.

Malheureusement, dans quelques endroits, cette pandémie est utilisée comme un moyen de discriminer certains groupes de personnes. Un groupe de personnes n'est pas une entité singulière ; il est composé d'individus. Personne, qu'il ou elle soit, ne veut être infecté par le virus, personne ne veut cette souffrance. Dans des périodes telles que celle-ci, il est important de nous mettre à la place des autres et de réfléchir. Nous allons maintenant réciter les louanges de Tara. Pour que tout le monde puisse me suivre, je vais utiliser la mélodie que j'ai composée. Merci beaucoup.

=====

J5 (22.04.20)

Gyalwang Karmapa:

Tashi Delek ! C'est compliqué de dire 'bonjour' ou 'bonsoir' à cause de tous les différents fuseaux horaires. Aussi c'est mieux de dire Tashi Delek ! Aujourd'hui est le cinquième jour de nos prières pour que cesse la pandémie et nous allons réciter deux prières à Gourou Rimpoché très connues.

Gourou Rimpoché ou Padmasambhava était un érudit et un siddha originaire du pays d'Oddiyana, qui est venu au Tibet à la fin du VIII^e siècle. Pendant qu'il était au Tibet, il a dissipé tous les obstacles qui empêchaient l'épanouissement du dharma. Il est l'une des figures majeures de la première diffusion du dharma au Tibet et c'est pourquoi il est considéré comme un second Bouddha par les Tibétains. Les gens l'admirent et le respectent car il est comme un super héros ; il a des pouvoirs incroyables et une grande majesté. Aucun obstacle ne peut l'arrêter, aucune épreuve ne peut le faire reculer. J'ai une grande foi en Gourou Rimpoché depuis que je suis enfant. Jusqu'à l'âge de huit ans, la seule prière que je connaissais était la prière en sept vers à Gourou Rimpoché. Chaque fois que des membres de ma famille ou des voisins me demandaient de réciter des prières, je récitais pour eux la prière en sept vers.

En ce moment, durant cette pandémie, de nombreuses personnes éprouvent une grande peur et de l'anxiété, et il est naturel d'être inquiet dans une telle situation, situation que nous n'avons jamais rencontrée dans notre vie auparavant et alors qu'il est difficile de savoir ce qui va se passer par la suite.

Mais, quand de grandes catastrophes se produisent, il est encore plus important de calmer notre esprit de façon à pouvoir réfléchir clairement et prendre les bonnes décisions. Car dans une grande crise comme celle-ci, nombre des décisions que nous prenons peuvent être une question de vie ou de mort. Une pandémie n'est pas comme une guerre. Dans une guerre, nous avons le choix de nous rendre à l'ennemi ; dans une pandémie, ce n'est pas le cas car il nous faut gagner.

Pour avoir la victoire sur la pandémie, nous avons besoin d'une détermination, d'une conviction et d'une foi fortes. Il nous faut être comme Gourou Rimpoché. Nous ne devrions pas essayer de fuir les obstacles, nous devons y faire face. Il ne faut pas avoir peur. L'enseignement sur la transformation de l'esprit nous dit que la maladie et l'adversité sont des maîtres spirituels. Nous devons oser affronter les difficultés et surmonter les obstacles. Si nous comprenons que tous nos problèmes et toutes nos souffrances peuvent nous enseigner quelque chose, alors les obstacles deviennent nos amis.

Mais pour l'instant, nous n'avons pas nous-même assez de pouvoir ; c'est pourquoi il nous faut prier Gourou Rimpoché car dans cette époque dégénérée, les bénédictions de Gourou Rimpoché et son pouvoir pour dissiper les obstacles sont incomparables. Nous allons donc réciter les prières à Gourou Rimpoché ensemble. Je vous remercie.

J6 (23.04.20)

Gyalwang Karmapa:

Tashi Delek ! Aujourd'hui est le 6e jour de nos prières pour que cesse la pandémie et nous réciterons la prière de Karma Chakmé pour renaître en Soukhavati (Déouatchène). Au Tibet, il existe de très nombreuses prières pour renaître en Soukhavati - certaines sont longues, d'autres courtes -, mais la plus connue est la prière de Karma Chakmé. La tradition du mahayana enseigne qu'il y a des mondes purs et impurs. Les mots pur et impur ne doivent pas se comprendre comme se référant à la forme extérieure ; au contraire, nous devons penser qu'ils renvoient aux causes et conditions subtiles qui créent ce monde. On dit qu'un monde impur tel que notre terre est créé par le karma que partagent les êtres qui l'habitent, et un monde pur par les souhaits d'un bouddha. Parmi les très nombreux champs purs, Soukhavati est celui dans lequel il est le plus facile de renaître et qui a le plus de bienfaits ; c'est le plus connu.

Les scientifiques contemporains font beaucoup de recherche sur notre système solaire, notre galaxie et le reste de l'univers infini. Ils cherchent de nouvelles planètes qui pourraient être habitables, comme l'est la terre. Mais nous négligeons notre propre planète si précieuse, cette terre si belle qui nous nourrit et qui explose de l'énergie de la vie.

Bien que, depuis la révolution industrielle, notre vie soit devenue plus facile et les équipements plus sophistiqués, c'est en pillant la terre de ses ressources que nous l'avons fait. Nous avons recouvert la terre de plus en plus, et ce faisant, les bâtiments et les routes ont causé une grande destruction ; nous avons le réchauffement climatique et la déforestation, la fonte des glaciers et la pollution des fleuves et des océans. Chaque jour, des centaines d'espèces s'éteignent à cause de l'activité humaine. Notre avidité ne connaît pas de limite, elle est si forte que même en avalant la terre tout entière, elle ne serait pas satisfaite.

Nous entendons parler de tout cela aux informations, nous entendons parler des recherches mais nous n'en avons aucune expérience réelle, en particulier pour ceux d'entre nous qui vivent en ville. Quand il fait chaud, on met la climatisation, quand il fait froid, on met le chauffage. Nous essayons toujours de tout faire pour nous sentir bien et avoir une vie agréable. Pour un individu, cela peut paraître une bien petite chose, mais nous ne pensons jamais au fardeau que nous infligeons à la terre ni au coût à l'environnement. Si nous sommes légèrement mal à l'aise, nous nous en irritons et voulons changer les choses. Mais tous les autres êtres endurent mille fois plus de souffrance et de douleur en raison de la destruction de l'environnement que nous avons causée, et ils ne peuvent rien faire sinon souffrir et mourir.

Il nous faut donc envisager les choses de leur point de vue et réfléchir dur ; nous pourrions finalement nous montrer plus motivé et plus sincère pour prendre soin de la maison que nous partageons. Nous devons reconnaître la profondeur de notre ignorance. Nous devons chérir cette planète qui nous offre la base de notre vie, et conserver précieusement l'environnement naturel. Notre propre survie et celle des générations futures en dépendent.

Hier, c'était le Jour de la Terre. En fait chaque minute de notre vie, chacune de nos respirations est intimement connectée à notre planète. Alors pour nous, ça devrait être le jour de la terre tous les jours. Il est peut-être même un peu triste d'avoir besoin d'un jour de la terre pour nous rappeler de la fêter. C'est un signe que nous, humains, oublions comment nous sommes.

Nous allons maintenant réciter la prière de Karma Chakmé pour renaître en Soukhavati. Je vous remercie beaucoup.

J7 (24.04.20)

Gyalwang KARMAPA :

Tashi Delek ! Aujourd'hui est le 7^e et dernier jour de nos prières pour que cesse la pandémie. Nous réciterons la prière qui sauva Sakya de la maladie de Thangtong Gyalpo, le mantra de six syllabes et d'autres mantras, et l'Apaisement de la discorde des Mamös. Il existe de très nombreux mantras mais aujourd'hui nous réciterons ceux qui peuvent aider avec la pandémie actuelle.

Thangtong Gyalpo était un siddha tibétain très connu du XIV^e siècle. Il y eut une épidémie très grave au grand monastère de Sakya, et aucun des traitements médicaux, aucune offrande, aucun des rituels qu'ils essayaient n'apportaient d'aide. Alors que tout le monde était près de la mort, ils ont demandé de l'aide à Thangtong Gyalpo. Il a écrit cette prière et l'épidémie a cessé. Voilà pour l'histoire.

Concernant l'Apaisement de la discorde des Mamös : en sanscrit, on appelle les mamös 'matrik', une sorte d'esprit, mais ici on peut le comprendre comme l'environnement naturel qui apparaît sous la forme de déesses intérieures. En fait, c'est comme si nous faisons amende honorable pour nos erreurs afin de remédier au déséquilibre et à la disharmonie dans notre relation avec l'environnement naturel.

Je pense que nos prières se sont très bien passées. Plus d'un million de personnes les ont récitées et au moins 200000 personnes ont regardé les sessions en direct et ont prié ensemble. De nombreux Rimpochés, des monastères de nonnes et de moines en Inde, au Népal et au Bhoutan ont également participé. Tout le monde a participé aux prières librement, sans qu'on le leur ait demandé, et ceci me donne un espoir et une confiance renouvelé en l'évolution favorable du monde.

Merci à tous du fond du cœur.

Cette fois, j'ai assumé une nouvelle tâche, qui a été de m'exprimer en trois langues. Normalement, j'ai un traducteur et je peux me détendre. Cette fois, en l'absence de traducteur, c'est un peu difficile mais j'espère vraiment que le fait que je communique directement avec vous en plusieurs langues vous a apporté une meilleure compréhension et le sentiment d'une connexion personnelle avec moi. C'est en particulier la première fois que je parle autant en anglais, et même si je ne parle pas anglais couramment, j'espère que vous pouvez sentir que ceci m'importe.

En ce moment, je suis physiquement en Europe ; aussi les difficultés que tout le monde rencontre ne sont pas de simples mots pour moi. J'en fais aussi l'expérience avec vous et j'ai le sentiment que c'est une occasion particulière pour moi. Cependant, je ne suis pas sûr que j'aimerais attraper le coronavirus ! L'Europe commence à avoir un certain contrôle sur la pandémie, et j'espère que c'est aussi ce qui se passera bientôt en Amérique.

Mais je suis très préoccupé par l'Afrique, l'Amérique du Sud, l'Asie et d'autres continents. Je suis particulièrement inquiet pour l'Inde, qui est comme ma deuxième maison. Le gouvernement indien (au niveau central et des états) fait tout son possible mais l'Inde est extrêmement peuplée et il y a beaucoup de difficultés comme fournir assez de tests, etc. Même s'il y a un confinement strict et un couvre-feu pour limiter la propagation de la maladie, de nombreux travailleurs journaliers dépendent de leur salaire quotidien, vivent au jour le jour et rencontrent de terribles difficultés. Alors, merci de prier pour l'Inde et de faire ce que vous pouvez pour aider.

J'aimerais aussi demander à tous ceux d'entre vous qui vivent dans les régions himalayennes de ne pas minimiser la maladie. Il est d'une importance cruciale de suivre les conseils scientifiques concernant les méthodes de prévention de la propagation de la maladie. Je suis aussi grandement inquiet pour les communautés tibétaines en Inde, au Népal et au Bhoutan, ainsi que pour les Tibétains qui vivent à l'étranger, en Europe, en

Amérique et ailleurs. Bien que la médecine occidentale n'ait pas encore de traitement pour cette maladie, certains médecins tibétains chevronnés peuvent apporter un traitement efficace, mais le point principal est d'empêcher l'infection. Une protection portée autour du cou ou des pilules bénies ne vous seront d'aucun secours si vous vous précipitez à un grand rassemblement de gens. Vous avez la responsabilité de vous protéger vous-même, responsabilité que vous ne pouvez pas impartir à des médicaments ou des cordons de protection.

Dans cette période où les gens ont peur et sont angoissés, si vous pouvez pratiquer un peu le dharma, cela vous aidera à trouver l'aise de votre esprit et à développer vos convictions.

Nous allons maintenant réciter les prières et les mantras. Merci beaucoup.

Après la récitation

Ceci termine nos prières pour que cesse la pandémie.

Je souhaiterais réciter une prière de conclusion, les grands souhaits du 7e Karmapa Cheudrak Gyatso. Cette prière est longue et je vais la lire seulement en tibétain. Mais avant la lecture, j'aimerais vous parler de certains des points principaux de la dédicace et des souhaits :

Nous combinons toutes nos vertus du passé, du présent et du futur avec le pouvoir de l'amour et des vertus de tous les bouddhas, bodhisattvas et êtres sensibles, et nous en faisons la dédicace.

Nous faisons le souhait que nos vertus et toute la force de notre amour sans réserve pénètrent chaque recoin de ce grand univers.

Nous faisons le souhait que nos vertus et toute la force de notre amour sans réserve se dissolvent dans chaque atome de la terre et restaure ainsi tout ce qui a été appauvri de sorte que ceci redevienne encore plus puissant et plus beau qu'auparavant.

Nous faisons le souhait que nos vertus et toute la force de notre amour sans réserve imprègnent tous les animaux avec qui nous partageons cette terre, notre maison - du plus minuscule jusqu'au plus grand -, afin que leurs souffrances, leurs faiblesses ou leur manque de liberté soient pacifiés.

Nous faisons le souhait que le pouvoir de notre sincérité et de notre amour sans réserve imprègne tous les êtres humains, nos frères et sœurs, afin qu'ils éprouvent un amour mutuel et jouissent de la gloire de la vertu et du bonheur.

Nous faisons le souhait que, grâce au pouvoir de notre sincérité et de notre amour sans réserve, cette pandémie effrayante cesse rapidement, et que tous ceux qui ont été frappés par la maladie soient guéris et jouissent bientôt d'une santé encore meilleure qu'avant et d'une vigueur encore plus grande qu'avant.

Nous faisons le souhait de pouvoir donner le pouvoir de notre sincérité et de notre amour sans réserve aux médecins et soignants courageux afin qu'ils soient soulagés de tout épuisement mental et physique et retrouvent le courage et la force de leur corps.

Nous faisons le souhait que, par le pouvoir de notre sincérité et de notre amour sans réserve, la conscience de tous ceux qui sont décédés durant l'épidémie aille vers des naissances plus heureuses, et que tous ceux qu'ils ont laissés soient rapidement soulagés de leur chagrin et de leur souffrance.

Nous faisons le souhait que, par le pouvoir de notre sincérité et de notre amour sans réserve, les milliards de créatures qui ont péri dans des catastrophes naturelles, comme les feux de brousse en Australie, trouvent le chemin du bonheur.

Nous faisons le souhait que, par le pouvoir de notre sincérité et de notre amour sans réserve, nos parents, nos maîtres spirituels, nos amis et les êtres qui nous sont chers vivent longtemps, qu'ils aient une bonne santé, et qu'ils accomplissent tous leurs souhaits spontanément.

Nous prions que nous puissions complètement réaliser les souhaits des bodhisattvas, les souhaits nous n'avons pas pensé à faire ou que nous serions capables de réaliser nous-mêmes, tout comme eux l'ont fait.

Je vais maintenant lire la prière et je vous demande à tous de bien vouloir garder ces points à l'esprit pendant que vous écoutez. Merci.

=====