



Opening the Heart of the Cosmos

DIX-SEPT

Foi et confiance

Dans le chapitre vingt-deux, "Confier" le Bouddha tend sa main qui est comme la soie céleste et caresse simultanément les têtes de tous les innombrables grands bodhisattvas qui se sont réunis pour l'entendre enseigner le Sutra du Lotus. Il leur dit: "Pour incalculable des centaines de milliers de myriades de millions de kalpas asamkhyeya j'ai pratiqué et cultivé le Dharma de anuttara samyak sambodhi, si difficile à obtenir. Maintenant, je vous la confie à tous. Vous devez résolument propager ce Dharma à grande échelle, en faisant profiter les autres. "Confier signifie confier, laisser un héritage, déléguer à quelqu'un la responsabilité de prendre soin, de préserver, de protéger et de continuer quelque chose de grande valeur. Ici, nous voyons le Bouddha conférer à tous les bodhisattvas, la responsabilité de préserver et d'enseigner le merveilleux Dharma de la Fleur de Lotus à tous les êtres vivants dans les innombrables sphères du monde à travers le temps et l'espace.

Le Bouddha remercie ensuite tous ses corps d'émanation, qui se sont rassemblés dans des mondes infinis et innombrables pour ouvrir la porte du stupa orné de bijoux de Prabhutaratna. Il les remercie d'avoir répondu à son appel et d'apparaître dans le ciel au-dessus du mont Gridhrakuta, combinant leur force spirituelle pour que la porte du stupa puisse être ouverte et que le quadruple ensemble au sol en dessous puisse se pencher sur la dimension ultime. C'était un acte de grande compassion envers l'assemblage des shravakas, car bien sûr les bouddhas et les bodhisattvas n'ont pas besoin d'ouvrir le stupa de Prabhutaratna pour voir la dimension ultime. Mais parce que la Sangha voulait voir le Bouddha ultime, le Bouddha Shakyamuni, leur enseignant dans la dimension historique, rappelle tous ses corps de manifestation pour l'aider à ouvrir la porte à la dimension ultime.

Lorsque tous ces corps d'émanations se sont réunis, ce fut un moment très joyeux. Ils burent du thé ensemble, mangèrent des biscuits et eurent une discussion sur le dharma. Puis le Bouddha confie le merveilleux Dharma aux grands bodhisattvas et leur demande de retourner dans toutes leurs sphères du monde pour continuer l'œuvre de conduire tous les êtres à la libération. De cette façon, dit le sutra, ils peuvent rembourser la grande gentillesse et la compassion dont les bouddhas ont fait preuve en enseignant le merveilleux Lotus Dharma. C'est le vrai sens de confier. "Cet enseignement est le plus élevé de tous les enseignements. Je vous le transmets maintenant afin que vous puissiez le recevoir et l'enseigner largement au profit de tous les êtres vivants."

Nous ne devons pas penser que seul le Bouddha a autant de corps de manifestation. Si nous regardons profondément, nous verrons également que nous avons également de nombreux corps

d'émanation. Dans les années 1960, j'ai écrit un livre intitulé *Le miracle de la pleine conscience* pour aider les gens à apprendre la pratique de la pleine conscience.

En écrivant le livre, je me suis inspiré du Satipatthana Sutta. Mais c'est un livre simple, très pratique et facile à comprendre. Je l'ai écrit sous la forme d'une lettre aux travailleurs de l'École de la jeunesse pour les services sociaux, une communauté de jeunes que nous avons établie au Vietnam pour aider à reconstruire des communautés détruites par la guerre. Le livre était destiné à aider nos étudiants à pratiquer la pleine conscience alors qu'ils entreprenaient le travail difficile et parfois dangereux de soulager les souffrances du peuple vietnamien. J'ai vu que la pratique de la pleine conscience serait très utile dans ce genre de situation. Si nos étudiants étaient capables de maintenir la pleine conscience, de respirer et de sourire et de garder une nouvelle perspective lorsqu'ils soulageaient les autres, leur pratique de la pleine conscience nourrirait en même temps leur cœur de bonté et de compassion afin qu'ils puissent continuer à faire ce travail si difficile. S'ils travaillaient constamment avec trop de stress et de difficulté et n'étaient pas en mesure de maintenir la pleine conscience, s'ils se mettaient en colère ou ressentaient du ressentiment ou commençaient à se sentir désolés pour eux-mêmes, ils ne pourraient rien accomplir dans leur travail. J'ai donc écrit *The Miracle of Mindfulness* pour aider ces étudiants.

Au moment où j'ai écrit ce petit livre, je n'aurais pas pu imaginer l'effet qu'il aurait dans le monde. Il a été traduit en vingt-cinq langues, réimprimé à plusieurs reprises, distribué dans des pays du monde entier, et je reçois toujours des lettres de personnes qui ont connu d'énormes transformations dans leur vie et leur travail en lisant ce livre simple et en apprenant la pratique de la pleine conscience. Cela montre que nous ne sommes pas en mesure de mesurer ou d'anticiper le plein effet au fil du temps du travail que nous faisons. Nos œuvres, nos actions, notre façon d'être sont nos corps d'émanation qui parcourent le monde à grande échelle et continuent d'avoir un effet sur les autres pendant longtemps.

Chacun de nous a de nombreux corps d'émanation dans toutes les parties du monde, mais le résultat de ces corps d'émanation n'est pas quelque chose que nous pouvons facilement mesurer. Si nous, comme Bouddha Shakyamuni, réalisons le miracle de rassembler tous nos corps de manifestation en un instant en un seul endroit, nous ressentirions un si grand bonheur, une joie d'une sorte que nous éprouvons rarement. Nous devons donc nous rappeler que nos études et nos pratiques sont non seulement pour notre bénéfice individuel, mais aussi pour notre famille, notre communauté, notre nation et la Terre entière. Nos erreurs font souffrir les autres, et notre succès dans la pratique peut bénéficier à beaucoup d'autres. C'est pourquoi il est si important de pratiquer l'art de la pleine conscience, afin que nos corps d'émanations n'offrent que de l'amour et de la compassion et apportent des avantages, et non du mal, aux autres.

Le Bouddha montre une grande foi en nous en nous confiant le merveilleux Dharma. Nous pouvons rembourser cette confiance et cette foi en devenant les bras et les mains du Bouddha et en poursuivant le grand travail du Tathagata de conduire tous les êtres sur le rivage de la libération.