

# Le courage de la vision du Soleil du Grand Est

Par le Sakyong Mipham Rinpoche

Le thème du courage est un point fort des enseignements Shambhala qui ont été présentés en Occident par mon père, Chögyam Trungpa Rinpoché. Dans un enseignement précédent, j'ai décrit la première forme de courage qui consiste à *être libre de toute duperie*. J'ai également présenté le deuxième type de courage qu'est la *soudaineté* : nous sommes prêts à faire le saut au-delà de nos schémas habituels.

A présent, je vais parler de la troisième catégorie de courage, qui est synonyme de vision. Pour pouvoir vivre notre vie avec bravoure, nous avons besoin d'une stratégie, qui ne peut se fonder sur une inspiration superficielle ou de la conviction tiède. Elle doit avoir de l'authenticité qui provient d'une sagesse intérieure profonde qui rayonne sans cesse.

Dans les enseignements Shambhala, on appelle une telle vision le **Soleil du Grand Est**. Cela représente la conviction mentale et la prouesse pour nous engager dans la vie, avec précision et en ayant un objectif. Lorsque nous nous libérons de toute tromperie et que nous cultivons la volonté de nous plonger dans notre propre brillance inhérente, l'intention claire et directe du Soleil du Grand Est transparait en toute sa brillance. Cette forme de courage nous pousse à aller continuellement de l'avant.

Le terme *en avant* signifie habituellement « vers l'avant, plus loin, de façon à progresser jusqu'à une conclusion réussie ». Dans Shambhala, notre conclusion ou but consiste à vivre la vie en adoptant une attitude et une conduite éveillées dans chacune de nos activités. *En avant* peut aussi signifier « vers le futur ». Il est ainsi lié au mot *continu*, ce qui indique que lorsque nous avons une telle vision, la continuité de notre intention n'est pas interrompue.

*En avant* peut aussi vouloir dire « à un autre moment, plus tôt ou plus tard ». Paradoxalement, d'après la logique shambhalienne, pour que le Soleil du Grand Est brille dans notre vie, nous permettant ainsi de continuer à aller toujours de l'avant, nous devons d'abord retourner à nos origines : le terrain primordial de bonté fondamentale, la pureté et la confiance inconditionnelles de toutes choses. Ce voyage en arrière se produit grâce à la détente que nous cultivons dans la méditation. Au fur et à mesure que nous avançons dans notre pratique, nous prenons conscience de notre nature innée. Nous savons, de façon intellectuelle et intuitive, que nous ne sommes ni mauvais ni dans l'erreur. Au contraire, nous sommes bons. Une telle prise de conscience nous mène à une conviction précise et au-delà de tout doute quant à notre propre bonté fondamentale, et qui éclaire simultanément la bonté fondamentale du monde. Nous pouvons ainsi percevoir les innombrables expériences individuelles au sein de nos champs sensoriels, ce qui apporte une précision incroyable à notre esprit de guerrier.

**Grand** se réfère ici à la découverte de notre bonté fondamentale. **Est** signifie réaliser que notre bonté fondamentale a toujours été là. **Soleil** est l'illumination qui se produit dès lors qu'on a fait cette découverte.

L'éclairage du Soleil du Grand Est nous montre ce qui est directement devant nous, et donc vers l'avant. Cela peut paraître effrayant, car nous n'avons que peu de latitude pour freiner. Lors d'un voyage, nous pensons toujours que nous pourrions éviter le danger et qu'au minimum nous serons prudents. Mais si nous croyons qu'il existe une marche arrière dans Shambhala, ce serait mal comprendre un constant de base de la réalité : la vie est en perpétuel mouvement. On ne peut subitement utiliser le ralenti ou presser le bouton « Sauvegarde » pour y revenir plus tard.

La vie se présente à nous continuellement, ou plus précisément, nous sommes toujours en route vers la vie. L'hésitation, l'immobilisme, regarder en arrière au lieu de regarder vers l'avant crée aussitôt des répercussions. La vie nous talonne et nous met la pression. Avec un puissant coup de fouet, elle nous oblige à avancer. Nous sommes alors contraints à gérer les problèmes à un rythme accéléré, au-delà du confortable ou du commode. Une telle hésitation, qui est une forme de lâcheté, est due au fait que nous doutons de notre propre bonté fondamentale.

La bravoure du Soleil du Grand Est indique que le guerrier est arrivé brusquement à cette conclusion : la vie est un voyage vers l'avant. Fermer les yeux à cette réalité est semblable à fermer les yeux face au trafic qui arrive sur nous en sens inverse : nous avons tout simplement peur d'affronter l'instantanéité et la brillance de la vie.

Nous maintenons une pratique régulière de méditation afin de pouvoir ouvrir les yeux et avoir une vision dirigée vers l'avant. Dès lors que nous avons confiance dans la nature fondamentale des choses, nous sommes davantage présents sur-le-champ dans notre vie.

Nous engager dans la vie avec cette vision dirigée vers l'avant ne signifie pas que nous gobons aveuglément et sans discrimination la vertu et la non vertu. Si nous nous engageons dans la non vertu en croyant qu'avoir une vision vers l'avant signifie nous jeter dans l'action avec tout ce qui se trouve devant nos yeux, nous avons tort. S'engager dans la non vertu, c'est mettre la marche arrière dans un grincement de freins. La vision du Soleil du Grand Est implique que l'on s'engage dans la vertu. Nous comprenons que la vertu est synonyme de l'expression *en avant*.

Avancer, c'est l'Est. L'Est, c'est la richesse. La richesse, c'est la vertu. Les mots Grand, Est et Soleil recèlent toutes les vertus d'or. La vertu nous aide à progresser, qu'elle se manifeste intérieurement sous forme de générosité, ou extérieurement sous forme de patience. Dans l'extrême chaleur du soleil, la non vertu fond et se fane.

Le chemin du guerrier est pavé de vertu, et ce qui nous permet de le suivre, c'est l'intuition spontanée du Soleil du Grand Est. « Elle nous permet de comprendre ce qu'il faut éviter et ce qu'il faut cultiver, » disait mon père, « de préparer une tasse de thé à comment diriger une nation ». De cette façon, notre esprit est à la fois pragmatique et visionnaire.

Ainsi, le Soleil du Grand Est brille et influence les rouages aussi bien émotionnels qu'intellectuels de l'esprit. Intellectuellement, nous nous engageons dans la voie de l'Est. Emotionnellement, nous nous engageons dans la voie du Soleil. Ainsi, nous devenons Grand. Au bout du compte, ce principe visionnaire nous procure une énergie incroyable, une batterie qui n'a pas besoin d'être rechargée.

Cette vision se produit pour trois raisons. Tout d'abord, nous sommes confiants, libres de toute agression et de lutte égocentrique. Cela nous permet d'avoir une intuition spontanée, qui se traduit par le courage sous forme de douceur et de constance inébranlable. Nous sommes tels un tigre qui est sensible à chaque brin d'herbe et chaque goutte de rosée. Parce que nous ne sommes pas préoccupés par nos doutes égocentriques, la vie paraît plus forte et pleine de possibilités.

La seconde raison, c'est que lorsqu'on s'engage dans la vie avec une vision, la confusion est éradiquée. Nous ne sommes plus prisonniers de l'esprit étriqué et de la lâcheté. Parce que nous ne nous cachons plus derrière les voiles de l'indécision, nous ne sommes pas confinés dans une vision étriquée. Par conséquent, nous savons clairement où nous en sommes : nous appartenons à la lignée des guerriers.

Troisièmement, la combinaison de stabilité, de force et de douceur, l'absence d'esprit mesquin et le discernement qui consiste à savoir ce qu'il faut cultiver et ce qu'il faut rejeter nous permettent d'unifier le monde du ciel, le monde de la terre et le monde de l'humain. Qu'il s'agisse

de demeurer dans l'espace primordial de la bonté fondamentale ou de nos rapports avec notre univers personnel au quotidien, notre intention et notre activité sont toujours unifiées et synchrones. Cette synchronicité accroît encore plus notre confiance.

Les notions d'unifier le ciel, la terre et l'humain sont en corrélation directe avec notre manière de manifester de la bravoure de l'esprit et du corps, ainsi que dans la façon dont nous gagnons notre subsistance. La vision que nous acquérons en nous engageant dans la vie avec courage nous permet de devenir maîtres de notre esprit, qui doit être libre de doute ; de notre corps qui doit être inébranlable ; et de notre façon de gagner notre vie, qui doit être exempte de lâcheté. De cette façon, le Soleil du Grand Est brille sur nous, nous permettant de faire preuve de bravoure dans chaque domaine de la vie et de régner ainsi sur notre monde.

De notre terrain originel de la bonté fondamentale apparaît le Soleil du Grand Est. Avec la bonté fondamentale dans notre cœur, nous prenons un nouveau départ. Parce que nous comprenons notre héritage ancestral qui remonte à des temps immémoriaux, cette vision surgit, ce qui est Grand – nous sommes dans un état perpétuel d'inspiration. Ainsi, comme résultat à la fois logique et du cœur, le Soleil de l'Est brille, nous permettant sans cesse d'être des guerriers avec de la vision.

© Mipham J. Mukpo, 2011

[www.sakyong.com](http://www.sakyong.com)

Les Traductions Manjushri, France, juin 2012

[www.manjushri.shambhala.fr](http://www.manjushri.shambhala.fr)