

## **Allocution du Jour Shambhala Le Sakyong Mipham Rinpoché**

**Centre Shambhala de Boulder, Colorado, 27 février 2017**

**Le Kongma Sakyong Mipham Rinpoché :** Bonjour à tous. [Assemblée : Bonjour !] Vous avez l'air en grande forme. [Le Sakyong rit ; rires] Vous me voyez ? Je souhaite la bienvenue à tous ceux qui nous rejoignent en ligne. Nous sommes dans l'instant de maintenant.

J'aimerais que nous commençons ce Jour Shambhala très important en unissant nos cœurs à travers le monde. Ici et partout ailleurs, commençons par un salut Shambhala. Que ce salut soit le premier de l'année pour vous, ou si vous n'avez jamais fait de salut, que ce soit votre premier salut ! [Rires] Tout en faisant cela, faites s'élever votre énergie. C'est un nouveau départ. En particulier, pensez à vos aspirations, vos souhaits et votre intention pour cette année nouvelle. Comme nous l'apprend la pratique de la méditation, le pouvoir de l'esprit est très grand. Sur le plan du calendrier, comme de l'astrologie, ce moment est excellent pour réfléchir sur soi-même et la façon dont on souhaite aller de l'avant. En même temps, alors que nous nous réunissons en tant que communauté Shambhala planétaire, nous partageons ensemble ce moment et nous nous relions à notre propre bonté fondamentale. [Tout le monde fait le salut.]

Très joyeux Jour Shambhala à tous. Je suis ravi d'être ici avec la Sakyong Wangmo et notre famille, et de me joindre à vous tous et à vos familles pour célébrer ce Nouvel An. Je ressens déjà toute la chaleur qui émane de vous tous. Je suis heureux de voir cette salle de méditation si bien remplie, avec toute votre énergie et votre bonne humeur. Cette année et ce Jour Shambhala sont particulièrement émouvants, car le monde est entré dans une période extrêmement incertaine. Il y a énormément de changement, de peur et d'inconnues. C'est donc un moment très propice pour nous rassembler, réévaluer et approfondir notre réflexion sur qui nous sommes et ce que nous faisons.

La tradition Shambhala est fondée sur une prophétie qui évoque un âge de grande intensité. Selon cette prophétie, alors que les temps deviennent difficiles, que l'humanité se montre de plus en plus agressive et que la peur grandit, alors le manque de vision et l'obscurcissement s'installeront, l'enthousiasme se perdra, et tout cela commencera à nous atteindre et à affecter notre énergie vitale. Cela n'affectera pas que les individus mais aussi les nations et le monde.

Bien que cette prophétie soit vieille de plusieurs milliers d'années, elle a inspiré le Dorje Dradül et nous inspire nous aussi. Cette inspiration l'a amené à venir enseigner le dharma et la méditation en Occident, en ayant à l'esprit que ces enseignements de sagesse étaient faits pour notre époque. L'obscurité, i.e. le fait que les choses deviennent plus solides et plus intenses, s'étend. A une telle époque, on aurait tendance à réagir avec plus d'agressivité, d'égoïsme et de peur.

Mais selon la prophétie, il y a un groupe ou un clan, appelé traditionnellement Shambhala, qui se montre à la hauteur au moment le plus obscur. Ces personnes répondent à ce défi par la douceur, l'intrépidité, la bienveillance, la magnanimité et l'ouverture. D'un côté, cela pourrait sembler fantaisiste. Comment ces traits de caractère, apparemment faibles et doux, pourraient-ils aider à faire face à l'intensité de ce qui nous arrive ? Mais en réalité, réveiller ces qualités dans l'esprit humain exige une force et un courage énormes. On appelle donc ceux qui accomplissent cela des 'guerriers', non pas des guerriers agressifs mais des guerriers capables de réveiller leur enthousiasme et leur énergie. C'est à ce moment-là, dit-on, que la

proclamation du cri du guerrier se fait entendre. KI KI SO SO !! M'avez-vous entendu ? [Rires] Le cri du guerrier est proclamé et tous ceux qui l'entendent accourent. C'est ainsi que ces guerriers doux et bienveillants savent où se rassembler.

Les guerriers répondent en n'abandonnant pas la situation, en ne battant pas en retraite. Au contraire, ils voient dans l'instabilité et l'incertitude, l'occasion de construire une société, de construire une culture qui manifeste les thèmes présents au plus profond du cœur humain. La douceur, l'intrépidité, la bienveillance, la magnanimité et l'ouverture sont les caractéristiques vertueuses du guerrier. Comme l'a dit le Dorje Dradül dans ses enseignements Shambhala, ses termes et à travers sa lignée, c'est la notion de la voie sacrée : on se relie à quelque chose d'inhérent, qui est le principe fondamental de la dignité et de la bravoure humaines.

Au fait, ceci n'est pas un Niveau 1. [Rires] C'est un Niveau 1. [Rires] Alors que nous sommes rassemblés pour fêter ce Nouvel An, il est important de se rappeler la base sur laquelle notre communauté est fondée. En un sens, Shambhala peut rassembler à une histoire ou un conte de fées. Mais d'une manière ou d'une autre, nous avons tous été attirés par ce message. Nous avons le sentiment que nous pouvons faire quelque chose, que nous devons participer au futur de la planète ou à l'avenir de la société. En ce Jour Shambhala, je voudrais vous encourager, vous rappeler et aussi proclamer qu'en ces temps où l'incertitude et l'agitation augmentent, nous devons réellement approfondir notre réflexion personnelle. Et plus encore, nous devons regarder de près les principes qui fondent notre communauté et nous appuyer sur eux. C'est une époque où nous pourrions battre en retraite ; nous pourrions être emportés par la peur. L'écho de ce que nous faisons aujourd'hui a été entendu il y a déjà bien longtemps, et dans notre marche en avant, nous nous retrouvons à ce moment très particulier. Il y a réellement une occasion à saisir au milieu de ce chaos. On peut voir le chaos comme un effondrement, mais on peut aussi le considérer comme une occasion à saisir.

Pouvons-nous être ces guerriers dont la venue a été prédite au temps jadis ? Pouvons-nous prendre conscience de ce que nous sommes, nous lever et créer une société fondée sur notre conviction ? Shambhala n'est pas qu'une voie de la méditation ; c'est une vision sociale, une vision de la vie. Alors que nous sommes réunis lors de ce Jour Shambhala, c'est le moment de nous rappeler cette vision et de partager cette ouverture et cette douceur. Nous sommes confrontés à un grand défi. Pouvons-nous être intrépides ? Pouvons-nous être patients ? Pouvons-nous donner naissance à ces qualités que nous avons étudiées et contemplées pendant si longtemps ? Mesdames et Messieurs, le temps est venu de nous manifester – de manifester ces principes dans le monde, de ne pas nous contenter de les laisser dans notre salle de pratique et dans les pages de nos textes de pratique. Nous ne pouvons pas les laisser à l'état de simples mantras ésotériques. Nous devons les mettre en œuvre effectivement et en faire une réalité.

Peut-être pensez-vous qu'il y aurait un autre groupe – dans l'Himalaya ou ailleurs – qui fait tout ça beaucoup mieux que nous. Mais malheureusement, il n'y a personne d'autre. Nous devons rester humbles, mais en même temps, nous devons comprendre qu'en fait c'est à nous de jouer. L'occasion à saisir est juste devant nous. Nous avons la technologie – les moyens et les compétences. Aujourd'hui, nous ne nous contentons pas de fêter un changement dans le calendrier ; nous fêtons en réalité un passage du temps, et ce temps continue d'avancer. L'avenir est déterminé par ce que nous faisons maintenant. Notre manière d'être ensemble – aussi bien au niveau familial que personnel – crée des ondes, des ondes invisibles qui déterminent l'avenir de la société à petite comme à grande échelle.

En ce jour, nous pouvons partager de simples qualités humaines comme l'amour, l'amitié, l'ouverture, la confiance, la dignité et l'intrépidité. Elles deviennent notre éthique, le

fondement de notre société. Quand nous avons le courage de nous autoriser à être généreux et à regarder les autres, cela ne relève pas d'un simple décorum, mais ce sont les bases de la force sociale et de la construction d'une société. Les principes fondamentaux tels que la probité et la dignité humaines, le simple respect, sont de plus en plus remis en question de nos jours. C'est le moment pour nous de nous approprier ces valeurs et de les mettre en pratique dans nos foyers, dans les Centres Shambhala et dans la société. Je suis donc particulièrement heureux que nous ayons créé cette année un bureau de l'engagement social de façon à pouvoir nous impliquer socialement.

Simultanément, nous continuons à faire nos retraites approfondies, où nous travaillons sur notre compréhension de qui nous sommes. Sommes-nous capables de maintenir cet équilibre unique entre bravoure et vulnérabilité ? Pouvons-nous nous autoriser à être intrépides et doux ? Nous pourrions nous-mêmes facilement céder à la polarisation. C'est à nous de cultiver un esprit vaste, un esprit ouvert et de travailler ces qualités. C'est difficile à faire tout seul. Nous devons développer et chérir l'amitié et la communauté que nous sommes en train de construire. Au cours de mes voyages dans différentes parties de notre communauté l'an dernier, j'ai constaté que les germes de cette communauté existent dans le monde entier. En ce jour, j'aimerais en particulier qu'on lève les yeux, qu'on voie plus loin, afin de ne pas tomber dans un cocon social, en ignorant tout ce qui nous entoure. Les enseignements sont très simples : en réponse à l'agression et à l'égoïsme, nous avons tous ces remèdes.

De bien des façons, lorsque la situation se dégrade, on commence à réaliser ce en quoi on croit vraiment. Quand on est dans un avion, secoué par des turbulences, on se rend compte du mantra auquel on croit vraiment, et ce n'est pas forcément de la tradition que l'on aurait imaginée. [Rires] Notre apprentissage, ce en quoi nous croyons vraiment, se résume à ceci : Croyons-nous en ces principes et avons-nous confiance en eux ? C'est le moment pour nous les guerriers, qui pratiquons la bravoure, de nous lever. Je suis persuadé que nous le pouvons. Le secret réside en partie en notre capacité à faire s'élever notre *lungta*, et comme le Dorje Dradül l'a dit, à créer une saveur unique où se mêlent survie et célébration. Pouvons-nous maintenir notre survie sans abandonner la notion de célébration ? Pouvons-nous comprendre que ceci est essentiel pour nous en tant qu'êtres humains ? Quelle est notre réponse, pourrait-on dire ? Comment devons-nous aller de l'avant ? Je pense que c'est par la bienveillance, la Bienveillance du Grand Est.

Je voudrais vous confier que j'ai fait cet hiver une retraite au Cap Breton, où j'ai écrit une *sadhana* de la bienveillance. Tandis que le monde traverse ces différentes phases, justement, la pratique de la bienveillance m'est venue à l'esprit. Nos Centres Shambhala pourraient-ils être ces lieux où la bienveillance joue un rôle prépondérant ? On peut sentir la bienveillance lorsqu'on pénètre dans un espace, tout comme on peut y sentir éventuellement l'agression. Regarder l'autre et le considérer sans acceptation ni rejet nécessite de la force. La bienveillance ici n'est pas une réponse simple et anémiée à ce qui se passe. En anglais, le mot *kin*<sup>1</sup> signifie famille. Il est lié à la notion de *rigden*, « détenteur de la famille des êtres éveillés ».

Pouvons-nous garder la famille humaine dans notre cœur ? A cause de la diversité de notre culture – et c'est de plus en plus vrai dans Shambhala – et parce que les cultures se mélangent à un rythme accéléré pour former une culture mondialisée, il est très facile de percevoir les dissemblances entre les gens. De bien des façons, la notion de bienveillance coupe court à cela. La bienveillance est une des qualités innées que possède tout être humain. C'est le

---

<sup>1</sup> NdT : L'anglais *kindness*, habituellement traduit par *bienveillance*, a pour racine *kin* qui signifie effectivement 'famille', 'parenté', dans un sens plus ou moins large selon le contexte.

fondement même de Shambhala, dont le royaume était situé, dit-on, à l'extrême ouest de l'Orient et à l'extrême est de l'Occident – et j'imagine à l'extrême nord du Sud et à l'extrême sud du Nord. [Rires] Géographiquement, il s'agit d'un carrefour. Il y a dans cette légende quelque chose qui a inspiré la culture des Tibétains, des Indiens et même des Européens dans leur manière de vivre. Cela se poursuit même à notre époque d'accélération technologique. Même si tout se passe plus vite, nous sommes toujours confrontés aux mêmes questions lorsque nous nous asseyons pour méditer. Ce sont là des principes fondamentaux.

Mon vœu le plus cher est que nous formions une société qui adopte des valeurs telles que la bienveillance. Quel genre de société peut faire cela ? Une société forte. Il n'est pas facile d'être bienveillant. En même temps, quel genre de société est bienveillante ? Une société avancée, une société intelligente. Rien qu'en remarquant l'autre, on interagit avec une autre culture. Notre esprit se mélange aux opinions de l'autre, à ses idées et à sa vision de l'existence. Si on a l'esprit ouvert, cet échange peut nous enrichir plutôt que de nous donner l'impression d'être menacés.

Sur le plan émotionnel, je pense que nous pouvons tous ressentir la bonté fondamentale. On peut la comprendre également sur le plan philosophique, en comprenant ce qu'est la bonté fondamentale du point de vue de la nature humaine. Mais sans la bienveillance, qui est un de nos thèmes les plus importants, il ne peut pas y avoir de société éveillée. Ce sera un défi, mais en même temps une opportunité. Les sociétés qui seront capables d'engendrer la bienveillance seront celles qui survivront. Sinon, ces sociétés se déchireront.

Nous avons les outils nécessaires. Nous faisons naître la bienveillance quand nous méditons. Nous pouvons aussi le faire simplement à l'occasion d'une conversation. Nous pouvons commencer simplement par la façon de traiter notre foyer et par nos rapports avec les autres. Nous pouvons commencer par la façon de nous habiller et par notre rythme quotidien. Nous pouvons le faire.

Le Jour Shambhala est un moment important où nous réévaluons notre manière de vivre. Quels sont les principes qui guident notre vie ? Avons-nous des principes ? Ou est-ce que nous nous laissons emporter si vite que nous pouvons à peine reprendre notre souffle et que nous n'avons pas le temps de réfléchir aux choses importantes qui nous affectent au plus profond de nous-mêmes ? Une rencontre profonde comme celle d'aujourd'hui est fondée sur une grande sagesse. C'est en même temps très palpable. Nous le savons bien. Continuez donc à stimuler votre curiosité, à réveiller votre bonne humeur, pour que nous puissions sourire un peu. Il faut parfois du courage et de la détente pour sourire au milieu du chaos, parce que nous avons tendance à penser : « Je peux être plus sérieux que toi. Je peux te battre à ce petit jeu. » [SMR rit ; rires] En voyant quelqu'un sourire, on se dit parfois : « Oh, voilà qu'il est frivole ! Tu es bien naïf. Tu ne réalises pas ce qui se passe. » Mais quand je regarde les déités de nos pratiques vajrayana, je vois la plupart d'entre elles sourire – ou alors elles ont un air terrifiant ! [Rires] Il y a là un secret cosmique. Nous savons tous que c'est une grosse blague et qu'elle est à nos dépens. Quelquefois nous pouvons en rire, et d'autres fois, nous en sommes incapables. Mais aujourd'hui, nous pouvons le faire. [Rires]

Il y a quelques années, lors de mon allocution du Jour Shambhala, j'avais parlé du fait que nous étions à la croisée des chemins, et j'ai donné beaucoup de causeries publiques sur ce sujet par la suite. Quelqu'un m'a dit récemment : « Je ne vous avais pas vraiment cru. Mais je vous crois maintenant. » [SMR rit ; rires] Il se passe vraiment quelque chose, et nous voilà donc à un stade très intéressant. Quel que soit votre niveau de pratique, rappelez-vous ce fameux slogan : « Tout le dharma converge en un même point. » Il y a de la sagesse à tous les niveaux. Il est important que nous ayons confiance en qui nous sommes et en ce que nous

faisons. Je vous encourage vraiment à apprécier votre existence, en tant que personne. C'est ce qu'on appelle la « dignité », et cela affecte notre énergie vitale – et même notre façon de nous déplacer dans l'espace. Le temps est venu de réaliser que nous sommes quelqu'un, que nous sommes là et que nous devons incarner tout cela.

En ce jour beau jour où nous entrons dans une nouvelle année, j'ai le sentiment que beaucoup des choses auxquelles nous avons travaillé pendant des années se réalisent de plus en plus. Beaucoup d'entre vous – et en particulier ceux qui jouent un rôle de leader dans Shambhala – travaillent très dur. J'apprécie énormément tout ce travail. Tout ceci a nécessité beaucoup d'efforts et nous a permis d'arriver là où nous en sommes. J'ai le sentiment que nous avons maintenant une occasion remarquable de voir plus loin et d'avancer. Je manquerais à mes devoirs si je n'ajoutais pas : « Pratiquez s'il vous plaît. » Prenez un instant pour réfléchir à votre chemin et aussi à la manière dont vous pouvez être utile, même au niveau le plus simple, et engagez-vous en conséquence.

Je vous envoie à tous toute mon affection et mes bénédictions. Puissiez-vous passer un excellent Jour Shambhala, une excellente semaine Shambhala et de même pour le reste de l'année. Continuez à vous soutenir mutuellement sur ce chemin. Je suis très content que vous soyez restés réveillés ou que vous vous soyez levés très tôt selon les différents fuseaux horaires pour être avec nous pour célébrer ce Nouvel An. Alors, Joyeux Jour Shambhala. Nous allons conclure par un salut.

**La Sakyong Wangmo :** Joyeux Jour Shambhala et Heureux Losar à vous tous ici et partout dans le monde. *Tashi Delek*. Chaque année, nous commençons le nouvel an en faisant s'élever notre lungta ensemble – personnellement et en tant que communauté – pour nous relier à notre bonté fondamentale et à notre voie sacrée du guerrier. Le Jour Shambhala est donc un moment très important pour nous puisque quelles que soient les circonstances – aussi bien personnelles que sociales – nous pouvons faire s'élever notre énergie et commencer l'année en prenant un nouveau départ, en affirmant notre courage alors que nous avançons dans notre vie. De cette façon, aujourd'hui est un jour de bravoure puisque nous renouvelons notre engagement envers la voie sacrée du guerrier, ce qui demande à la fois de la douceur et de la fermeté. Je vous invite tous à ressentir votre force, à embrasser votre famille et vos amis, à contempler notre bonne fortune et à communiquer au monde notre force et notre compassion. C'est donc aujourd'hui vraiment un bon jour pour invoquer notre lungta. Je vous souhaite à tous une très Heureuse Nouvelle Année, un Heureux Losar et un Joyeux Jour Shambhala, et je vous adresse tous mes vœux de bonne santé, de prospérité et de bonheur. Et aussi beaucoup de joie à vous tous !

Faisons s'élever notre lungta et disons haut et fort : « Joyeux Jour Shambhala et Heureux Losar ! » Faisons-le tous ensemble. Joyeux Jour Shambhala et Heureux Losar ! [Tout le monde le dit à haute voix.] *Tugje che*, merci.

Les Traductions Manjushri, France, mars 2017

<https://manjushri.shambhala.fr>