

# KARMÉ GUENDUNE



« Karmé Guendune »

*(sangha du Karmapa) est le bulletin de l'ermitage monastique et des centres de retraite de Dhagpo Kundreul Ling, en Auvergne. Cette communauté fut créée par Guendune Rinpoché, selon les souhaits du XVI<sup>e</sup> Gyalwa karmapa de répandre l'enseignement du Bouddha en Occident.*

LETTRE DE  
DHAGPO  
KUNDREUL  
LING

N° 45 - PRINTEMPS 2019

www.dhagpo-kundreul.org



© Annie Dard

## CONNAISSANCE ORDINAIRE ET CONNAISSANCE ÉVEILLÉE KHENPO TENDZIN YESHÉ EXPLIQUE UN TRAITÉ ÉCRIT PAR LE 3<sup>E</sup> KARMAPA RANGJUNG DORJE

Du 5 au 22 janvier dernier, une quarantaine de moines, de moniales et de pratiquants laïcs se sont réunis dans le temple de Laussedat pour commencer l'étude du traité *Qui différencie la connaissance ordinaire de la connaissance primordiale*, connu sous le nom de *Namshé Yeshé* en tibétain. Cet ouvrage, parmi les plus importants de notre tradition, a été composé par le 3<sup>ème</sup> Karmapa Rangjung Dorje qui vécut de 1284 à 1339.

Ce texte a pour but d'exposer clairement ce qui distingue la connaissance confuse, de la connaissance authentique qui conduit à l'éveil parfait d'un Bouddha. La connaissance confuse fait référence à l'esprit humain lorsqu'il est dominé par l'ignorance et les émotions perturbatrices, autrement dit, pris dans une relation dualiste à l'égard des objets qui ne permet pas de connaître leur véritable nature ; à la différence de la connaissance primordiale, qui perçoit les phénomènes de manière non voilée, dans leur véritable essence.

Deux groupes s'étaient constitués après les sessions d'enseignements du matin et de l'après midi pour s'assurer de leur bonne compréhension des explications données et préparer les questions qui

étaient présentées à la session suivante. Cela a permis d'approfondir des notions essentielles appartenant au grand véhicule.

Cette nouvelle expérience a laissé chaque participant enthousiaste et enrichi de nouvelles compréhensions, mais aussi dans l'attente de pouvoir poursuivre, dès l'an prochain, l'étude de la deuxième partie de ce texte qui a éveillé un profond intérêt. Cette retraite a été l'occasion de faire également la connaissance de Khenpo Tendzin Yeshé dont l'érudition, la simplicité et l'habileté à enseigner à un public occidental ont été très appréciées. Le Karmé Guendune l'a rencontré à l'issue de cette retraite d'études et nous vous livrons ci-dessous le contenu de l'interview qu'ils nous a accordée.

**KARMÉ GUENDUNE : KHENPO TENDZIN, POURRIEZ-VOUS NOUS PARLER DE VOTRE VIE, DEPUIS VOTRE NAISSANCE AU TIBET JUSQU'À VOTRE ARRIVÉE EN INDE OÙ VOUS RÉSIDEZ ACTUELLEMENT ?**

**KHENPO TENDZIN :** Je suis né dans le Kham, au Tibet oriental, dans un village situé près de la petite ville de Garzé. Nous étions huit enfants et nous vivions avec nos parents

et nos deux grands-mères. J'y ai vécu jusqu'à l'âge de 14 ans, avant de partir, accompagné de mon père, rejoindre mon frère aîné qui vivait à Lhasa. C'était en 1990. Mon père qui avait une grande foi en Shamar Rinpoché me demanda si je désirais le rencontrer. Comme tel était mon souhait, il paya un guide qui devait accompagner une douzaine de réfugiés désirant se rendre au Népal. Il nous fallut six mois pour arriver à pied clandestinement à Kathmandou, en pleine saison des pluies. Je décidai alors d'aller en bus avec deux moines tibétains jusqu'à Rumtek où je demeurais.

**KG : COMMENT S'EST PASSÉ VOTRE SÉJOUR À RUMTEK ? VOUS Y AVEZ ÉTUDIÉ ?**

**KHENPO TENDZIN :** J'allai d'abord à l'école, puis je devins moine ainsi que quatorze de mes camarades avec lesquels j'étudiais la grammaire et l'anglais pendant un an et demi jusqu'à ce qu'éclatèrent les troubles qui ébranlèrent le monastère. Nous étions en 1993 et, à la mi-juillet, je m'installai pendant six à sept mois dans la maison de Shamar Rinpoché. Je me rendis ensuite à Delhi. Fin 1994, j'entendis parler par mon frère de l'Institut (Shedra) de Penor Rinpoché, dans le sud de l'Inde, Il y connaissait un moine originaire de notre village. Après avoir parlé avec lui, ils convinrent que je m'y rendrais pour y poursuivre mes études.

**KG : COMMENT SE DÉROULENT LES ÉTUDES DANS UN TEL INSTITUT D'ÉTUDES TRADITIONNELLES ?**

**KHENPO TENDZIN :** De 1995 à 2006, je suivis sans interruption les cours et la formation propres à l'Institut (Shedra) jusqu'aux examens finaux. Puis, je continuai encore pendant trois ans à étudier jusqu'à l'obtention de mon doctorat. En 2010, je reçus mon diplôme de Khenpo des mains de Lama Karma Kutchen, directeur du shedra de Pelyul après le décès de Penor Rinpoché.

Plus tard, je fus envoyé dans d'autres monastères nyingmapas dans la région de l'Himachal pour y enseigner la grammaire pendant un an. Puis, je partis au Népal pour enseigner deux années dans un shedra.

**KG : AVEZ-VOUS EU L'OCCASION DE RENCONTRER SHAMAR RINPOCHÉ ? C'ÉTAIT AUSSI VOTRE OBJECTIF EN VOUS RENDANT EN INDE.**

**KHENPO TENDZIN :** Je me rendis à Bodhgaya où je pus assister aux enseignements de Bérou Khyentsé Rinpoché et là je rencontrai Shamar Rinpoché à deux reprises qui

m'enjoignis d'aller à Kalimpong. En 2017, je fus invité par Khenpo Gyaltzen Zangpo à aller m'installer à l'Institut d'études Diwakar de Kalimpong pour être au service de son activité.

**KG : QU'ENSEIGNEZ-VOUS À KALIMPONG ?**

**KHENPO TENDZIN :** J'y enseigne les thèmes qui me sont demandés tels que la grammaire, la connaissance valide (tsema), et toutes sortes d'autres sujets. La plupart du temps, il s'agit de textes de l'école Nyingmapa, d'auteurs tels que Mipham Rinpoché ou Longtchenpa.

**KG : HABITUÉ À L'INDE ET AU NÉPAL, EST-CE SI DIFFÉRENT POUR VOUS D'ENSEIGNER EN EUROPE ?**

**KHENPO TENDZIN :** C'est mon premier séjour en Europe, mais ce n'est pas si différent que cela, pour moi, d'enseigner à des Européens en tant qu'individus. Pour ce qui est de l'enseignement du Bouddha, c'est autre chose. Sur le fond, le sens à transmettre est le même, mais il faut expliquer davantage pour que les gens comprennent. Certains lamas qui participent ont, eux, reçu de nombreux enseignements dans le passé. Pour les autres, il faut employer des termes plus ordinaires, plus communs. J'ai apprécié le fait qu'il y ait eu de nombreuses questions posées. En Inde, il n'y en a pas vraiment. Ici, on a pu partager des connaissances, réfléchir sur le sens des sujets traités et ainsi approfondir par des questions-réponses. J'étais très heureux de cette expérience-là. Certains monastiques ont beaucoup d'expérience, de connaissances. Pour ma part, je n'ai jamais accompli de retraite traditionnelle de trois ans. Tout ce que je peux partager, c'est seulement à travers la connaissance des textes.

**KG : AVEZ-VOUS EU DES EXPÉRIENCES SIMILAIRES DANS D'AUTRES PAYS AVANT CE SÉJOUR EN EUROPE ?**

**KHENPO TENDZIN :** L'année dernière, je me suis rendu dans des centres bouddhistes à Taiwan. Certains ont reçu quelques très bons enseignements philosophiques. D'autres, reçoivent des initiations et ne font que des rituels. A mon sens, ils n'approfondissent pas la connaissance. Il leur faudrait établir une véritable connaissance basée sur les textes pour pouvoir apporter un bienfait à autrui. Dans d'autres centres, en Inde, des initiations sont données qui apportent des bénédictions. Les enseignements me semblent très importants, car ils permettent d'acquérir une compréhension authentique.



© Annie Dard

## CONNAISSANCE VALIDE ET RAISONNEMENT LOGIQUE

### DONGSUNG SHABDRUNG RINPOCHÉ EST DE RETOUR POUR LA SUITE DE L'ENSEIGNEMENT

C'est son quatrième séjour dans notre communauté et le deuxième grand texte qu'il vient nous expliquer. En effet, après nous avoir présenté en 2014 et 2015 Les trois niveaux de vœux, ouvrage de référence composé par Sakya Pandita qui traite des vœux de libération individuelle, de bodhisattva et du vajrayana, il a repris en octobre dernier l'enseignement sur la Connaissance valide (Tséma en tibétain) et ses méthodes qu'il avait commencé en 2017. Pour Rinpoché, cet enseignement nous est très utile dans le monde d'aujourd'hui où les nouvelles formes de médias, qui nous séduisent tant, véhiculent de nombreux mensonges et de fausses informations auxquelles, à force d'être répétées, nous finissons par croire. Dans le domaine spirituel, selon lui, les pièges dans lesquels nous pouvons tomber sont également très nombreux. Il est donc très important d'examiner par nous mêmes la connaissance par des raisonnements fiables pour s'assurer de ce qui est vrai, authentique. Par ailleurs, ces méthodes nous seront très utiles dans la vie quotidienne afin de pouvoir examiner correctement les choix auxquels nous sommes confrontés. Nous pratiquons le raisonnement et la logique tous les jours à notre façon. Mais, réfléchissons-nous correctement ou non ? Les méthodes proposées dans le cadre de ce traité nous permettront de discerner un bon raisonnement d'un mauvais.



Dongsung Shabdrung Rinpoché

L'objectif de notre pratique spirituelle étant de parvenir à la libération et à l'omniscience, ce qu'il nous faut examiner en premier lieu d'après Rinpoché, sera de vérifier s'il y a vraiment une libération et un état d'omniscience. Les méthodes propres à la connaissance valide nous aideront à établir cela. D'où l'intérêt de les étudier et de les maîtriser.

L'enseignement proposé par Rinpoché a donné lieu à de nombreuses interrogations et approfondissements apportés lors d'échanges sous formes de questions et réponses particulièrement stimulants.

## JOURNÉES DE PRATIQUE AUTOUR DU NOUVEL AN TIBÉTAIN

### SOUS LE SIGNE DU COCHON DE TERRE



© Annie Dard

Du 28 janvier au 3 février, les journées de pratique des protecteurs du dharma qui précèdent le rituel de purification par la fumée eurent lieu dans le grand temple du Bost dans un climat de pratique enthousiaste. Le mardi 5 février, de nombreux amis de Kundreul

Ling s'y retrouvèrent pour y célébrer le premier jour de l'année du cochon de terre (lossar). Après le rituel des protecteurs du dharma (Mahakala) qui avait débuté dès l'aube, la traditionnelle offrande symbolique de l'univers fut accomplie.

## SORTIE DE RETRAITE DE TROIS ANS

Le 15 août prochain, le cycle actuel de retraite de trois ans, trois mois et trois jours arrivera à son terme pour les pratiquants qui s'y étaient engagés depuis mai 2016. À 9h30, ils sortiront de leurs centres de retraite respectifs, au Bost pour les hommes et à Laussedat pour les femmes. Ils

accompliront la traditionnelle offrande du mandala devant les stoupas de chaque lieu. Puis, pratiquants hommes et femmes réunis se rendront dans le grand temple du Bost. À 11h, débutera une cérémonie d'offrandes et de prières à laquelle tout le monde est bienvenu.

## PROGRAMME DES STAGES & DES RETRAITES DE GROUPE

### INFORMATIONS

Il est nécessaire de se pré-inscrire deux semaines au minimum avant le début d'un stage. Les stages se déroulent dans les temples du Bost, de Laussedat ou à l'ermitage. Vous pouvez prendre contact avec l'accueil concerné par téléphone ou par email. L'inscription proprement dite et le règlement s'effectuent la veille ou le premier jour du stage.

Vous pouvez vous procurer les textes nécessaires à la boutique Soujata de Kundreul Ling, Le Bost : 07 69 48 04 15.

### HÉBERGEMENT ET REPAS

La réservation pour l'hébergement et les repas s'effectue auprès de l'accueil concerné lors de votre préinscription aux enseignements.

*Vous trouverez plus de détails en téléchargeant le programme sur notre site.*

**Du 11 au 15 MAI** - À Laussedat

#### **Tara verte – approfondissement niveau 2**

Lama Teudroun

La méditation de Tara protège de la peur, écarte les obstacles pour soi et pour autrui et permet de réaliser l'éveil.

*Ouvert aux personnes ayant pris refuge et reçu les instructions*

**Du 22 au 26 MAI** - À Laussedat

#### **Atelier de réflexion : Comment la culpabilité influence notre compréhension du Dharma ?**

Lama Tcheudreun

Nous appréhendons le Dharma à travers le filtre de nos tendances, dont celle de la culpabilité. Nous explorerons quels sont les biais d'interprétations issus de nos tendances et nous les comparerons avec les notions apportées par le Bouddha.

*Ouvert à tous*

**Du 22 au 26 MAI** - Au temple du Bost

#### **L'entraînement de l'esprit – Lodjong - approfondissement**

Lama Kyenrab

*Lodjong* signifie « entraînement de l'esprit ».

Il donne les moyens de dissiper la saisie égocentrique et de développer une bienveillance authentique en faisant de toute situation une occasion de progresser sur le chemin.

*Retraite ouverte aux personnes déjà familiarisées avec cette pratique*

**Du 8 au 10 JUIN** - Au grand temple du Bost

#### **Les quatre sceaux du Dharma**

Khenpo Ngedön

Les quatre sceaux se résument en quatre phrases : « Tous les phénomènes composés sont impermanents, tous les phénomènes contaminés sont souffrance, tous les phénomènes sont dénués d'existence propre et le nirvana est paix. »

Dans ces quatre points, on retrouve la totalité de l'enseignement du Bouddha.

*Ouvert à tous*

**Du 29 JUIN au 5 JUILLET** - Au grand temple du Bost

#### **Soutra du diamant, Soutra de la sagesse du moment de la mort**

Khenpo Chödruk Tenphel Rinpoché

*Le Soutra du diamant* (suite de l'enseignement)

Ce texte de référence traite de la connaissance supérieure, de la vacuité universelle de tous les phénomènes connaissables, indissociable de la grande compassion.

- *Le Soutra de la sagesse* du moment de la mort.

Le Bouddha explique les points essentiels à cultiver tout au long de la vie : l'absence d'existence propre des phénomènes, la compassion, l'absence d'attachement et le fait de ne pas chercher le bouddha à l'extérieur de soi.

*Enseignements ouverts à tous*

**Du 7 au 13 JUILLET** - À Laussedat

#### **Action et Méditation**

Lama Dordjé Drölma, lama Meunlam Kunzang, droupas Gaamo et Kunzang

Ce stage comprend une participation à l'activité du centre, des enseignements, des échanges et des méditations en groupe. L'objectif est de permettre d'intégrer peu à peu la méditation dans la vie quotidienne.

*Ouvert à tous*

**Du 12 au 18 JUILLET** - Au Bost

#### **Action et Méditation**

Lama Kyenrab, lama Guetso, droupa Birgit

Le déroulement de ce stage est identique au précédent.

*Ouvert à tous*

**Du 20 au 23 JUILLET** - Au grand temple du Bost

#### **La méditation**

Lama Nyigyam

Nous avons tendance à suivre nos pensées et nos émotions plutôt qu'à nous relier à l'état naturel de notre esprit qui est calme et clair. Par la pratique régulière de la méditation, nous pouvons révéler les qualités de présence, d'ouverture et de discernement inhérentes à l'esprit.

*Enseignements ouverts à tous*

**Du 30 au 31 JUILLET** - Au grand temple du Bost

#### **Les souhaits du mahamudra**

Beru Khyentsé Rinpoché

*Les Souhaits du mahamudra*, composés par le III<sup>e</sup> Karmapa, exposent, sous forme de prières d'aspirations, le chemin vers l'éveil. Le texte traite de la vue qui donne la direction de l'éveil, de la méditation et de l'activité qui en découle.

*Enseignements ouverts à tous*

**Du 5 au 8 SEPTEMBRE** - Au grand temple du Bost

#### **La voie vers l'éveil**

Thinley Rinpoché

*L'Introduction à la conduite des bodhisattvas* décrit le développement de la bienveillance et de l'esprit d'éveil, qualités permettant l'accomplissement de notre propre bienfait et de celui des autres.

*Enseignements ouverts à tous*

## SOUHAITS ET PRIÈRES

*Si vous ou l'un de vos proches traversez une période difficile (décès, maladie ou autres), vous pouvez demander un soutien spirituel de la communauté de Kundreul Ling, en téléphonant à l'accueil du Bost (04 73 52 24 34). Nous inscrivons les noms donnés sur la liste des intentions de prières et de souhaits qui est transmise quotidiennement à tous les centres de retraite et aux ermitages monastiques.*