

# 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 XVIe Gyalwa karmapa de répandre l'enseignement du Bouddha en Occident.*

LETTRE DE  
DHAGPO  
KUNDREUL  
LING

N° 47 - ÉTÉ 2020

[www.dhagpo-kundreul.org](http://www.dhagpo-kundreul.org)

Chers amis lecteurs,  
Nous vous prions de bien vouloir nous excuser de la parution tardive de ce numéro du printemps du Karmé Guendune. Compte tenu du contexte actuel, nous avons pensé qu'il serait souhaitable de prendre le temps de vous présenter un numéro un peu différent, plus en lien avec l'actualité de chacun d'entre nous.

Nous vous souhaitons une excellente lecture.

Avec nos meilleurs souhaits,  
*L'équipe du Karmé Guendune*

## GENDUN RINCHEN S'ADRESSE AUX LECTEURS DU KARMÉ GUENDUNE

**T**rès chers pratiquants, membres et amis de la communauté de Dhagpo Kundreul Ling,

Je suis très heureux de pouvoir partager avec vous ces quelques mots et recueils de pensées et de souhaits. Cet écrit est une réponse à l'invitation de participer à la rédaction du premier bulletin Karmé Guendune de cette année 2020. Je suis honoré de pouvoir contribuer à ce bulletin qui nous est cher et m'adresser à vous directement.

Je souhaite aujourd'hui partager avec vous des pensées et méditations écrites tout à la fois durant le confinement et à la suite de celui-ci. Nous avons vécu une période de grande souffrance qui nous a obligée à être soigneusement conscient des phénomènes environnants. C'est une période qui nous a certainement beaucoup appris. Ce temps nous a permis de nous relier davantage à nous-même, à notre conscience et à notre Esprit, qui est notre attention bienveillante innée. Nous avons vécu

© Annie Dard



© Annie Dard

un processus exigeant qui nous a laissé le temps de nous recentrer sur ce qui était fondamentalement important pour nous-même et pour les autres. Nous avons cherché divers remèdes, de multiples solutions aux difficultés et problèmes que nous vivons et rencontrons. Nous avons exploré et prêté attention à ce qui peut-être bénéfique et à ce qui ne l'est pas. En cela, nous avons drastiquement et étonnamment non seulement changé d'habitudes et de comportements, mais aussi de conscience, de pensées et d'état d'esprit; qui résulte en lui-même au changement de nos actions.

Soudainement, notre environnement et notre quotidien se sont métamorphosés. Nous avons tous individuellement observé, vu et vécu d'importants troubles et souffrances dans le monde, dans notre entourage et en nous-même. Nous nous sommes rapidement, sans préparation particulière, retrouvés face à face avec d'intenses peurs, anxiétés et angoisses, ainsi qu'avec nos émotions et nos frustrations. Nous avons tous cherché divers moyens pour alléger notre mal-être, et différentes méthodes pour annihiler les constantes perturbations que nous vivons. Il est tout à fait normal et naturel d'être épris de peurs ; c'est aussi une grande source et force de changement. Dans un tout autre contexte, il y a plusieurs années de cela, Karmapa m'avait instruit qu'il est bon de toujours garder un peu de peur vivante en soi pour ne pas perdre la véritable direction, qu'il est important de veiller à garder le cap ou le nord pour ainsi dire, le nord étant ici la mort et la fin inéluctable du 'soi'. (Ce

que je retranscris ici est bien entendu ma propre compréhension de l'enseignement de Karmapa. Aussi, je peux me tromper ; ceci est simplement mon vécu). Ainsi, le changement qui n'a cessé de nous tourmenter au cours de ces derniers temps n'est autre qu'une actualisation saisissable de l'impermanence. Celle-ci nous a guidée droit au but pour nous révéler la souffrance, la maladie, la mort. Nous avons vécu une confrontation directe et brutale avec le cycle de l'existence. Nous avons pu observer de près ou de loin la maladie ainsi que la mort. Nous avons nous-même vécu un deuil au sein de la communauté monastique de Kundreul Ling (des suites d'un cancer de longue date). À cette occasion, la communauté s'est rassemblée en pratique et souhaits autour du souvenir de l'activité d'un pratiquant qui nous était cher. Nous nous sommes réunis autour de l'appréciation que nous lui portions et de la valeur de son engagement et de sa grande confiance en le Dharma. Pour certains, ce fut un précieux exemple des bienfaits de l'entraînement à la méditation par l'observation du départ paisible, serein et confiant d'un pratiquant. Selon ses souhaits, il fut dignement accompagné à travers la mort par le Bouddha, le Dharma et le Sangha.

Ce temps de confinement nous a aussi offert un temps pour soi, un temps et une opportunité de mieux comprendre les phénomènes et la manifestation en dépendance. Ce temps fut une invitation forcée à apprendre à prendre soin de soi en arrêtant tout comportement qui nuit aux autres ou à soi-même. Il



s'agit ici d'abandonner et transformer les attitudes et habitudes qui se heurtent en nous et sont la cause d'un mal-être qui nous handicape, qui réduit nos capacités et possibilités et finit par excessivement nous contraindre. Nombre d'entre nous ont eu la chance d'utiliser le confort de nos lieux de vie pour débiter une retraite, une semi retraite, ou des cycles de pratiques quotidiens ou réguliers. Pour ma part, j'ai personnellement fait de mon mieux pour veiller à maintenir un rythme de semi retraite tout en soutenant les personnes m'entourant durant ce confinement. Je me suis appliqué à essayer de comprendre leurs difficultés autant que d'accueillir les miennes. Je pense qu'initialement, nous nous sommes en premier lieu majoritairement recentrés sur notre bien-être personnel ; nous avons ainsi protégé et veillé sur notre santé. Ainsi, nous avons pris soin de notre corps par une nourriture saine, agréablement et richement cuisinée. Il est devenu essentiel pour nous tous de nous reposer, de chercher et trouver des formes de confort autour de nous et en nous. Ce faisant, l'action de revenir à nous a laissé place à une certaine détente qui apparaissait ou réapparaissait. De cette façon très simple, nous avons ancré un réconfort et un apaisement en nous-même. De façon imposée, notre rythme acharné du quotidien fut abruptement ralenti ou même à l'arrêt. Par ce biais, nous avons aussi délaissé un certain nombre de nos désirs et leurs attaches. Nous avons été forcés de travailler avec nos diverses et abondantes émotions.

Je me souviens avoir pris un temps pendant le confinement pour méditer sur notre notion du temps en lien avec le mental et les émotions. Je me souviens être 'revenu' vers la nature dans mon esprit et m'être concentré sur la lente et progressive croissance d'un arbre ou d'une plante. J'essayais de m'entraîner à prendre comme référence et notion du temps la croissance d'un arbre en commençant par la graine. Je me suis alors rendu compte que même dans un espace temps totalement à l'arrêt (ce que fut le confinement en de nombreux lieux) notre rapport au temps était si précipité, si bafoué, qu'en tant qu'être humain aujourd'hui nous avons totalement perdu le rythme naturel des choses. Nous ne suivons pas un rythme naturel comme peut l'être la simple action de se lever à l'aube avec le soleil et se coucher au crépuscule. Cette observation me donnait soudainement l'impression d'avancer physiquement à un rythme effréné à contre sens des aiguilles d'une montre. En concentrant mon attention sur un arbre, une plante, une fleur, il m'est apparu un sens nouveau de la patience qui m'a, par la suite, apporté davantage de patience envers les autres et moi-même. Ici, le simple fait d'observer la lente croissance d'un arbre ou la flâneuse attitude d'une fleur m'a amené à conscientiser le rapport au temps, à la croissance et à l'évolution.

Par ailleurs, ce rythme si ralenti nous a peut-être permis de reconnaître et apprécier autrement les choses simples autour de nous. Nous avons peut-être appris à apprécier ou réapprécier les excellentes conditions de vie que nous avons en Europe. En suivant cette onde



© archives L'ÉLÉ

de pensées, nous avons peut-être cherché à remanier, repenser la façon dont nous nous développons. De la reconnaissance de ces bonnes conditions naît une légère gratitude et un instant naturel de générosité et de compassion pour les autres. Ainsi, une simple observation et analyse nous procure une grande joie qui vient raviver et enrichir notre potentiel altruiste. Pendant un certain temps, nous avons vraisemblablement surmonté le poids de notre ego et du comportement ou de l'emprise égotique. Nous avons médité sur le sens de l'existence, la préciosité comme la fragilité de l'existence humaine. Au cours de cette période, nous nous sommes aussi sentis reliés à la masse "d'autres" avec laquelle nous semblions tant partager tout à coup. Par le vécu d'une expérience commune presque universelle nous avons pu nous rendre compte du lien d'interdépendance qui nous relie, nous lie les uns aux autres et nous unit. Nous avons peut-être acquis une nouvelle expérience des douze liens interdépendants. Nous nous sommes peut-être recentrés sur notre capacité d'écoute altruiste de savoir tout naturellement faire ce qui est utile et bon pour nous même. En cela nous avons souhaité démasquer, dévoiler et abandonner ce qui ne nous est pas utile, ce qui est à la source de notre confusion, nos troubles, nos maux et malheurs habituellement constants. Nous avons rapproché notre attention de nous-même et



de notre potentiel de guérison et sagesse ou sagesse médicinale. Peut-être avons-nous été inspirés par les personnes qui nous ont entouré et nous entourent encore actuellement. Nous avons peut-être trouvé un soutien nouveau, un point d'appui, un refuge même dans les qualités de l'autre, des autres. En cela, nous nous sommes rapprochés des personnes qui prennent soin de nous, les personnes qui nous sont chères et tendres. Peut-être avons nous même été un point de repère pour notre famille, nos mères, nos pères, nos enfants, nos frères et sœurs, nos conjoints et amis.

Toutes ces figures de soignantes et soignants que nous avons rencontrés de loin ou de près se rapprochent de très près de la figure du Bouddha. Ainsi en cette période, nous avons tous été témoins ou avons emprunté le même chemin que le Bouddha. Comme il le fut pour d'innombrables êtres, nous avons à sa manière, approché cet amour et compassion si forts. Nous avons incarné des facettes bienveillantes du Bouddha, des aspects de ses qualités. Nous avons peut-être également compris le Bouddha autrement, différemment, plus profondément, soudainement plus proche de nous. Nous avons écouté ses paroles plus attentivement ; nous nous sommes remémorés ses enseignements plus vivement. Nous avons réalisé que d'écouter et suivre le Bouddha est déjà un grand pas, un avancement majeur de notre propre devenir de Bouddha. Nous avons aussi observé nos similitudes et ressemblances avec le Bouddha, avec cet être qui a rencontré la souffrance sur sa voie, qui l'a vue de très près comme nous pouvons la voir aujourd'hui. Nous sommes tous des Bouddhas en formation, en

apprentissage, nous sommes tous telles de précieuses larves en évolution, en transformation. En cela nous ne pouvons que nous réjouir de prendre conscience de notre potentiel éveillé.

De même, nous avons observé le potentiel de nos maîtres réalisés, leur accompagnement fut tel une source physique et tangible de refuge pour nous. Nous avons peut-être été intensément touchés par la figure paternelle et spirituelle de Karmapa et de Jigmé Rinpoché. Nous nous sommes sentis entendus et guidés par ces êtres bienveillants, pleins de bonté. Nous nous sommes sentis protégés par leur activité, leur conduite exemplaire, leurs enseignements. Qui plus est, cela a peut-être fait naître une nouvelle source d'inspiration et de courage, une forte motivation accompagnatrice dans notre quotidien durant ces longues semaines et mois. Nous nous sommes sentis comme aisément portés, subitement élevés par leur exemple, et tout à la fois reconnaissant de leur bienveillance, conseils et noblesse de cœur. Cette activité éveillée dont nous avons été témoin, que nous avons ressentie et peut être tout naturellement suivie, n'est autre que le cheminement du Bouddha.

C'est le résultat d'un accueil sans frontières ni limites, d'une profonde écoute et assimilation, d'une mise en pratique de sa compréhension, et enfin, d'une intégration pleine et véritable des enseignements donnés et transmis par le Bouddha et les maîtres du passé. Le Dharma nous offre un chemin de libération unique, naturel, graduel et progressif qui est à la portée de tous. Toutes les clés nécessaires sont en nos mains

dès le commencement. L'enseignement est inné. Dans nos propres moments d'écoute, d'étude, et de pratique des enseignements, nous nous sommes sentis et nous sentons encore maintenant tout naturellement attirés au plus proche des autres et de leur qualités.

Ainsi nous rejoignons le courant des êtres nobles et sages comme Karmapa. Nous rejoignons aussi les nonnes et les moines, les retraits, les pratiquants laïcs et tous les êtres sensibles sous une même lumineuse ombrelle, un même bon augure. Il me semble ainsi que nous nous mettons sous la protection de la bénédiction ou d'une transmission de mérite. Alors par notre pratique, nous remplissons notre cœur de tous les êtres. Grâce au trésor des enseignements que nous avons reçus, entendus, lus, nous avons appris à tourner notre esprit dans le bon sens, dans un sens mesuré et juste qui nous oriente tout progressivement et naturellement de la meilleure façon qui soit vers une direction bénéfique. Ces notions et valeurs que nous partageons universellement nous rapprochent et nous rassemblent non pas simplement entre nous mais envers notre propre richesse de cœur qui nous est commune et si présente.

C'est de cette façon que je comprends et vis le Sangha, la communauté. Je ne pense pas que ce soit plus compliqué que cela. Nous sommes tous naturellement interdépendants et liés karmiquement ; tous les êtres furent un jour notre mère dans des vies passées. Quand je regarde plus en détail la situation durant le confinement, je vois nos maîtres continuer leur activité, les pratiquants augmenter leur temps de pratique, les retraits, nonnes et moines dédier leur temps aux pratiques de souhaits ; je vois les aspirations des bouddhistes proches des centres à s'entraider ; je vois des proches et familles prendre soin les uns des autres ; je vois des personnes bien intentionnées et généreuses qui sont désintéressées de leur propre

personne, des personnes sacrifiant aussi leur confort pour aider les autres. Tout cela est immensément réjouissant et d'une grande force dont nous pouvons tous nous imprégner.

À Dhagpo, à Kundreul Ling, tout comme ailleurs dans d'autres centres français, les pratiques, accumulations de prières et rituels ont pu être maintenus. Les pratiques furent partagées, transmises et rendues accessibles à un grand nombre de personnes en ligne. De cette façon, les centres ont joué un rôle très important de diffusion pour de nombreuses personnes ; ils furent un repère pour de nombreux pratiquants et non pratiquants. Ils furent un créateur de liens pour de nombreuses personnes face à une solitude nouvelle. Ce fut un lien qui rattacha et ancrâ de nombreuses personnes à une activité qui leur est utile et bénéfique. D'autre part, dans diverses régions de notre mandala, des pratiques plus extensives purent avoir lieu. Nous avons cette année commémoré les six années du départ ou parinirvana du défunt détenteur de notre lignée, Shamar Rinpoché. La communauté du Dhagpo Kagyu Mandala Germany, répartie et présente dans toute l'Allemagne, les centres Bodhi Path Européens et Américains ainsi que nos lieux en France purent suivre en ligne les trois jours de rituels commémoratifs qui prirent place au centre de Möhra. Le rassemblement des nonnes et pratiquants à cette occasion fut une grande source d'inspiration pour moi et nombre d'entre nous. C'est un moment unique et si précieux, où la bénédiction et sagesse d'un être comme Rinpoché transparaît sans limites en chacun d'entre nous qui nous relient à sa compassion. Nous réfléchissons en outre sur sa vie et son activité, tout ce que Rinpoche a réussi à accomplir en une seule vie et le grand nombre d'êtres qu'il a rencontré et aidé. Beaucoup d'entre nous en Europe ont eu la chance d'être témoin de ses pas de géant. Pussions nous continuer à garder Rinpoché au plus près de nous dans notre Esprit et notre cœur. Alors que nous réfléchissons sur notre

histoire, sur nos liens humains, nos centres et notre si belle communauté, nous ne pouvons que chérir et honorer sa mémoire tout comme sa présence rayonnante qui continue d'accompagner beaucoup d'entre nous. Il fut la source d'un commencement. Penser à Rinpoché aujourd'hui ravive aussi une certaine responsabilité, une responsabilité commune qui rassemble tout ceux reliés à l'activité de Kundreul Ling. L'effet est tel un rappel qui nous encourage à persévérer dans nos



efforts et à toujours veiller à préserver l'authenticité, la pureté et la préciosité de notre communauté actuelle. Sur une autre échelle, il s'agit de protéger la richesse de notre lignée. Puissent l'ensemble de nos pensées et souhaits être authentiques et nos actions toujours véritables. Puissions nous consacrer notre temps à des activités pures et bénéfiques et continuellement suivre l'exemple de Shamar Rinpoché.

La communauté est la fondation, les racines d'un lieu de pratique et d'activité. C'est la vie des résidents et bénévoles qui anime la pratique tout comme le centre. La Ferme du Bost, le monastère, l'ermitage, le monastère de Laussedat, nos proches amis de Croizet ainsi que le grand temple sont des manifestations et exemples vivants du dévouement d'un si grand nombre de personnes différentes.

Nous avons en un seul lieu un grand potentiel, une rare et immense richesse. Je ne parle pas ici d'une richesse matérielle mais bien d'une richesse humaine, le résultat d'un certain karma tout comme d'un certain mérite. Bon nombre de personnes ont croisé la route, le chemin de Kundreul Ling. Nombreux sont ceux qui ont dédiés leur temps à construire

Kudreul Ling du sol auvergnat jusqu'aux biches d'or perchées sur le toit du grand temple. Le rayonnement dont jouit Kundreul Ling aujourd'hui en France, en Europe et dans le monde entier est le fruit d'une grande collaboration et générosité humaine. Depuis 1984, une réelle histoire de famille est née ; elle se perpétue depuis lors. Les différentes générations ont construit les murs avant de transmettre pioches et pelles aux générations suivantes, aux nouveaux venus, afin d'entrer en retraite traditionnelle.

J'utilise le verbe transmettre parce qu'il s'agit ici d'une véritable transmission de la valeur et du lieu. Au fil des années, cette transmission a permis de rapprocher un grand nombre d'individus de milieux et d'horizons différents. Ces nombreux bénévoles ont œuvré et vécu tous ensemble en un même lieu. Ils ont porté une grande attention et un soin tout particulier à la construction et confection de ces lieux. A l'époque des grandes constructions, certaines personnes de passage ont contribué aux travaux, d'autres restèrent un temps. Certaines et certains de cette époque reviennent au jour d'aujourd'hui sur le lieu. Certains autres inspirés, courageux, un poil obstinés, se résolurent à faire de Kundreul Ling leur maison, leur chez eux pour le restant de leur vie. Dans les moments privilégiés où il nous est possible de profiter de ce lieu, nous pensons et ho-

norons les nombreuses personnes qui ont œuvré par générosité de cœur au développement d'un tel centre et au rayonnement de la communauté que nous apprécions tous aujourd'hui. Nous nous rappelons, nous imaginons et visualisons les extensives consécractions et rituels initiaux, les femmes et les hommes qui construisirent les très nombreux murs du monastère, les jeunes étudiants et pratiquants qui s'engagèrent et s'adonnèrent avec discipline à la méditation des années durant, les irréductibles retraitants engagés pour le bien de tous les êtres, les bienfaiteurs, les groupes d'artistes qui œuvrèrent à la peinture des mandalas et dorure des milliers de statues. Nous pensons bien sûr aux enseignants qui vinrent dispenser leur savoir, partager leur apprentissage et compréhension de la philosophie et de la méditation ; enfin, nous pensons

à tous les visiteurs qui furent profondément émerveillés et comme transformés en pénétrant les lourdes portes bordeaux du grand temple.

Je souhaitais partager avec vous une courte méditation sur les émotions. En tournant mon attention sur les émotions, il me vint à l'esprit une certaine image qui traduit mes pensées et analyses. Je

vais m'efforcer de retranscrire le sens de cette évocation. Dans cette image visuelle et sonore, les émotions me sont apparues comme les étincelles crépitantes qui s'échappent ou s'envolent sans cesse d'un jeune feu de cheminée. Ces fougueuses étincelles représentent ici les émotions. Celles-ci surgissent des flammes de façon totalement spontanée, le feu et les flammes n'ont aucun contrôle sur ces étincelles ; elles surgissent, jaillissent sans mesure dans toutes les directions. Elles sont vives et sauvages ; elles sont sans but ni objectif, ni direction précise. Une fois qu'une étincelle est puissamment propulsée du feu, elle disparaît immédiatement en un bref éclair pourpre. Une fois détachée du foyer du feu, elle cesse instantanément d'être. Son élan dans l'air environnant présage sa disparition. Quand nous regardons fixement un feu de cheminée, nous nous concentrons sur le foyer de flammes, la façon dont celui-ci grandit en s'élargissant, prenant de plus en plus d'espace en largeur et en hauteur, consommant de plus en plus rapidement les bûches de bois. Nous portons notre attention sur l'intensité de sa chaleur. Dans notre concentration aiguë, les étincelles viennent nous distraire tout comme nos émotions ébranlent notre concentration. Nous voulons et cherchons à être aussi paisible qu'une vigoureuse flamme, aussi stable et établi qu'est le feu sur son robuste morceau de bois. Quand nous méditons, nous voulons tout comme lui



nous élever et croître progressivement. C'est tout bonnement dans la nature d'un feu de brûler, d'une flamme de s'élever et de produire plus de chaleur. Il me semblait alors que c'est dans notre nature d'être tel un feu, de se développer progressivement et d'étendre le rayonnement de nos qualités tout comme le feu étend sa chaleur. Tout comme la flamme, nous entrons en méditation ; nous pouvons nous concentrer en un point comme la



© archives KSTL

pointe d'une flamme. Celle-ci est telle une flèche de fer qui flotte comme un drapeau à prières dans le vent. De la sorte, quand nous méditons, nous sommes telle une scintillante flèche déterminée, qui ondule sous le mouvement de la nature des phénomènes autour de nous. Tout comme le feu, nous apparaissions avec l'air et la chaleur pour respirer et vivre ; nous grandissons jusqu'à ce que nous quittions les restes de notre corps tout comme le feu abandonne son socle, les cendres du bois. Il s'évapore alors avant de se dissoudre dans l'air pour disparaître. Dans cette image ou visualisation, les constantes oscillations représentent nos émotions continuelles. Le bruit des craquements des étincelles s'apparente aux désirs mondains qui nous distraient constamment. Un feu étincelant de toutes parts est enclin à l'agitation et à la torpeur ; il est presque agressif et violent envers l'extérieur. Peut-être que comme un feu agité, suivre nos désirs mène à l'agressivité et à la violence. Une bougie placée devant un autel ne donne pas d'étincelle, elle ne connaît presque aucune agitation. Elle reste droite et paisible. Ainsi, du fait de nos émotions, nous nous éparpillons sans cesse, dépourvus de but, dans des lueurs incontrôlées qui disparaissent en un instant. Cette image peut éventuellement éclaircir la vision ou relation que nous avons avec nos émotions et l'exercice auquel nous nous adonnons sans répit. En toute simplicité et lâcher prise, il s'agirait ici de laisser les émotions s'agiter librement, naturellement, et disparaître dans l'instant. Chercher à les saisir ou à les attraper nous brûlera avant de laisser un vide dans le creux de notre main. Il n'y a en conséquence rien à faire ou à saisir.

Je souhaite que nous trouvions prochainement de nouvelles occasions pour nous rencontrer et réunir à Kundreul Ling une fois que nous serons assurés et confiants que les plus âgés comme les plus jeunes d'entre nous n'encourent ou ne s'exposent à aucun risque affectant leur santé et bien être. Il me paraît essentiel de se réunir et de pratiquer ensemble aussi régulièrement que nous le pouvons.

Nous avons un grand besoin des autres. Ceci peut s'exprimer sous la forme d'un soutien mutuel, pour mirer les reflets de nos propres tendances et qualités, pour nous encourager, ou encore défier nos habitudes. Cet ensemble d'apprentissages nous apporte progressivement la capacité de nous mettre au service des autres tel que le font les Bodhisattvas. C'est l'activité la plus noble à laquelle nous pouvons nous dédier et que nous pouvons nous engager à suivre. C'est l'actualisation du savoir inné dont nous sommes porteurs. Il est bon d'avoir confiance que où que nous soyons, seuls ou entourés, nous avons été et serons toujours unis par la pratique. C'est aussi beau et simple que cela, comme l'a enseigné et rappelé Karmapa dans ses conseils et méditations des derniers mois.

Ce temps si singulier nous aura peut-être permis de réaliser, de nous révéler à nous même notre potentiel de souffrance tout comme notre potentiel de souhaits, d'amour et de compassion.

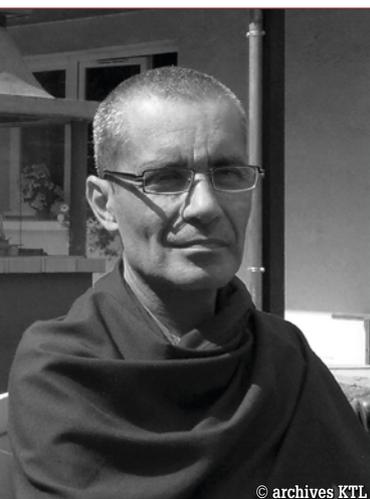
Je tiens à m'excuser si certaines de mes paroles ou formulations sont apparues comme superflues, imprécises ou même dogmatiques. Je me suis consciencieusement efforcé et appliqué à ouvrir et élargir mes propos afin de m'adresser à la plus grande variété des lecteurs actuels du Karmé Guendune.

Puissions nous tous demeurer en excellente santé, rester auprès de ceux qui nous sont chers, veiller sur eux et les accompagner dans leur traversée samsarique. Puissions nous continuer à suivre un véritable et authentique chemin et ne point faillir. Puissions nous ainsi que tous les êtres jouir d'une longue vie afin de parachever et réaliser les précieuses qualités de l'Éveil. Puissions nous toujours emprunter les chemins de la sagesse.

Que tout soit sous le sceau des meilleurs auspices.  
De tout cœur,

*Gendun Rinchen*

## LAMA ZANGPO TARCHINE NOUS A QUITTÉS



© archives KTL

Lama Zangpo s'est éteint paisiblement le 21 avril à l'âge de 59 ans dans sa chambre de l'Unité de soins palliatifs de l'Hôpital de Cébazat. Malgré la patience et le courage dont il a constamment fait preuve, le cancer des os découvert en juin 2018 a fini par l'emporter.

Il a pu partir paisiblement soutenu par les soins attentifs de l'équipe médicale et les pensées affectueuses

de tous ceux qui étaient en lien avec lui ainsi que par les souhaits de nos maîtres.

Né à Clermont-Ferrand, il devint disciple de Guendune Rinpoché en 1996 puis accomplit 2 retraites traditionnelles de 3 ans. Devenu moine, il rejoignit ensuite le monastère du Bost où il s'appliqua à gérer l'hôtellerie des maîtres, des moines et des invités. Il se consacra en particulier à la pratique de Tchenrézi qu'il menait régulièrement dans le temple.

Apprécié pour sa discrétion et sa bienveillance, il joua un rôle important dans la restauration de la ferme, l'accueil et l'accompagnement des visiteurs et stagiaires-pratiquants. Son engagement exemplaire fut une grande source d'inspiration et de confiance pour nombre de pratiquants.

## JOURNÉES DE PRATIQUE AUTOUR DU NOUVEL AN TIBÉTAIN

SOUS LE SIGNE DU RAT DE MÉTAL

Du 16 au 22 février, dans le grand temple du Bost, les traditionnelles journées de pratique des protecteurs de l'enseignement se déroulèrent dans une atmosphère pleine d'enthousiasme. Le 24 février, de nombreux pratiquants, amis de Kundreul Ling, s'y réunirent pour célébrer le premier jour de la nouvelle année tibétaine placé sous le signe du rat de métal. Après le rituel des protecteurs de l'enseignement (Mahakala) qui avait débuté dès l'aube, la traditionnelle offrande symbolique de l'univers fut accomplie.

## CONNAISSANCE VALIDE ET RAISONNEMENT LOGIQUE

DONGSUNG SHABDRUNG RINPOCHÉ  
CONTINUE SON ENSEIGNEMENT

Du 20 au 24 octobre dernier, Rinpoché a continué ses explications sur la connaissance valide (Tséma en tibétain) et ses méthodes qu'il avait commencées en 2017 et poursuivies en 2018. Il considère que cet enseignement nous est très utile dans notre monde actuel où les nouvelles formes de médias qui suscitent tant notre intérêt véhiculent, selon lui, de nombreuses inexactitudes et informations erronées. De même, dans le domaine spirituel, de nombreux pièges nous guettent pouvant nous conduire à une mauvaise compréhension des choses.

Il s'avère donc important d'examiner par nous-mêmes la connaissance en ayant recours à des raisonnements fiables pour nous assurer de ce qui est vrai. Les méthodes proposées dans le traité sur lequel est basé cet enseignement nous permettront alors de différencier un raisonnement bien fondé d'un raisonnement incorrect. Elles nous aideront, d'après Rinpoché, à parvenir à l'omniscience d'un bouddha, d'où l'intérêt de les étudier et de les maîtriser.

## CONNAISSANCE ORDINAIRE ET CONNAISSANCE ÉVEILLÉE

KHENPO TENDZIN EXPLIQUE UN TRAITÉ ÉCRIT  
PAR LE 3<sup>E</sup> KARMAPA

Du 3 au 31 janvier dernier, moines, moniales et pratiquants laïques se sont retrouvés pour poursuivre et terminer l'étude du Traité qui différencie la connaissance ordinaire de la connaissance primordiale connu sous le nom de Namshé Yeshé en tibétain. Cet ouvrage essentiel de notre tradition fut composé par le troisième Karmapa Rangjung Dordjé qui vécut de 1284 à 1339. Cette retraite d'études nous permet d'apprécier la profonde connaissance de Khenpo Tendzin Yeshé de l'Institut d'études de Kalimpong (Inde) qui nous avait accordé une interview lors de son premier séjour en janvier 2019 et que vous pourrez lire dans le numéro 45 du Karmé Guendune du printemps 2019.

## 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 à la communauté de Kundreul Ling, en téléphonant à l'accueil du Bost (04 73 52 24 34). Nous inscrirons 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.*