



DHAGPO KAGYU LING

Centre d'études et de méditation bouddhiques

Le 27 septembre 2020

Mes pensées sur le fait de... vivre la pandémie

<https://www.dhagpo.org/fr/actualites/1985-mes-pensees-2>

Chers amis du Dharma,

Ces réflexions, tout comme les messages précédents que j'ai partagés avec vous au cours des derniers mois, sont simplement mes propres pensées, plutôt que des enseignements du Dharma qui devraient être canonisés d'une quelconque manière. C'est un de mes souhaits que de ne pas diluer ce que les êtres nobles accomplis ont déjà partagé avec nous sous la forme du Dharma du Bouddha.

J'espère que vous comprendrez cela.

Comme à un grand nombre d'entre vous, la pandémie m'a laissé beaucoup de temps pour réfléchir. J'ai couché par écrit certains de mes concepts et je les ai partagés avec vous en utilisant diverses plateformes numériques—comme une simple façon de penser à voix haute, avec l'espoir que cela puisse vous apporter du réconfort d'une manière ou d'une autre.

Un jour, quelqu'un m'a dit : « J'ai beaucoup écouté ce qui a été dit et en fait je n'en ai pas compris un mot, mais pour une raison ou une autre le simple fait d'écouter m'a énormément remonté le moral ! »

Je ne me souviens même plus qui m'a dit cela ni à qui cette personne faisait référence, mais j'espère que, de la même manière, mes pensées vous auront remonté le moral d'une façon ou d'une autre.

J'essaierai de continuer à écrire tant que des pensées me viendront. Vos questions sont vraiment une merveilleuse source d'inspiration. Elles déclenchent mes pensées enfantines sous des formes que je souhaite explorer davantage et verbaliser.

J'aimerais aussi profiter de cette occasion pour changer le titre de cette collection de pensées personnelles. Elle s'intitulait jusqu'à présent « Méditations pour notre époque », titre qui m'est venu spontanément au début de la pandémie. Cependant, après avoir pris le temps d'y réfléchir, il m'est apparu clairement que ce que j'écris et partage est principalement constitué de mes propres pensées. C'est donc ainsi que j'aimerais nommer cette collection dès maintenant : « Mes pensées ».

Pour revenir au sujet de ce message – vivre la pandémie –, il me semble que cette pandémie virale actuelle n'est pas la seule. En fait, nous vivons avec diverses pandémies, mentales comme physiques.

p.1/3



DHAGPO KAGYU LING

Centre d'études et de méditation bouddhiques

Nous pouvons leur survivre, d'une certaine manière. Nous pouvons trouver des traitements, dans une certaine mesure. Cependant, quoi que nous fassions, tant que la vie semble exister, des défis comme ceux-ci sembleront toujours l'accompagner.

D'un point de vue bouddhique, quand j'essaie de prier pour la fin de cette maladie relative à un virus en particulier, j'essaie de penser de la façon suivante : puissions-nous non seulement trouver un moyen d'y mettre un terme, mais aussi parvenir à lui donner un sens.

Je considère cette pandémie comme une opportunité qui ne ressemble à aucune autre calamité, dans la mesure où elle n'est pas provoquée par l'homme, comme une guerre, par exemple, où nous n'avons pas le temps de penser ni de réfléchir, parce que nous sommes trop préoccupés par le simple fait de survivre.

En revanche, même si la crise actuelle est effectivement alarmante et, dans de nombreux cas, mortelle, elle offre néanmoins pour la plupart d'entre nous du temps pour réfléchir et acquérir une certaine compréhension, si possible.

Je prie donc pour que nous puissions donner du sens à cette situation.

J'aimerais, dans ce contexte, dire quelque chose à propos du virus lui-même. Les scientifiques et les écoles spirituelles ont leurs propres façons de définir les êtres vivants ou les êtres sensibles. D'après l'approche bouddhique, il existe une distinction entre un être vivant et un être sensible. Dans le cas de ce virus, la frontière est mince entre le considérer comme un être sensible ou non.

Quoi qu'il en soit, le virus montre certaines similitudes avec les êtres sensibles, en ce qui concerne sa façon de survivre et de se développer. Ainsi, même si je n'en suis pas certain, ce virus pourrait avoir une nature sensible – une conscience comme la nôtre – et il se peut qu'il essaie simplement de trouver un moyen de vivre dans cet univers, tout comme nous. Nous pourrions donc avoir une pensée pour ces êtres.

Je ne veux pas dire que nous devrions devenir exagérément pieux ou religieux et aller jusqu'à céder au virus et jeter par-dessus bord toute précaution et prudence. Je suggère simplement que nous pourrions avoir une pensée pour ces êtres, pour cette forme de vie dont nous ne savons toujours pas grand-chose, mis à part sa représentation hérissée avec laquelle nous nous sommes tous familiarisés.

Même si ce virus semble primitif et complètement différent de nous à bien des égards, nous pouvons au moins reconnaître une partie de nous-mêmes en lui, à titre de comparaison.

Tout comme nous, il essaie de trouver un hôte pour vivre et se reproduire. Nous aussi nous essayons de trouver des hôtes pour nous héberger, en fonction de ce que nous pensons être la bonne manière de vivre. Ce virus pourrait faire la même chose.



DHAGPO KAGYU LING

Centre d'études et de méditation bouddhiques

Cela peut être une chose à laquelle réfléchir.

Cependant, pour une raison quelconque, la façon de vivre de ce virus n'est pas encore en harmonie avec la nôtre. Tout comme cette Terre en forme de globule essaie de nous éjecter de temps en temps, nous essayons de faire de même avec le virus.

Et je pense que cet instinct ou cette réaction d'éjection ne sont pas uniquement malveillants. Cette réaction d'éjection peut être considérée comme un message qui implique que notre façon de vivre, ou celle du virus, n'est pas nécessairement en harmonie avec la Terre – ou avec nous.

À un moment donné, ce virus têtu réalisera et comprendra ce message et il trouvera un moyen de vivre avec nous.

Peut-être suis-je trop naïf, mais c'est ce que je ressens.

Je n'en fais pas un point d'honneur. C'est juste une réflexion. Et d'après mes réflexions, ce que nous espérons en termes de vie après cette pandémie – revenir à la normalité de notre façon de vivre d'avant – peut se réaliser ou non.

Il est possible que la découverte d'un vaccin et le fait de résister à ce virus nous permettent de survivre et de dépasser ce défi.

Cependant, si nous pouvons en quelque sorte tirer des leçons de la variété d'expériences que cette pandémie nous a apportées – depuis les expériences de fin de vie jusqu'aux nuisances quotidiennes – alors nous aurons vécu la pandémie au lieu de simplement lui survivre.