

CONFERENCE ARTHAKUSALIN

Bonjour, je suis Arthakusalin, du centre de Gent en Belgique et je vais parler un peu de *vīrya*, travailler pour le bien de tous, et de l'appréciation esthétique. Je réfléchis parfois à quel point il est facile pour nous tous, d'être submergés par les critères mondains : avoir un boulot décent, voyager vers des destinations exotiques, passer un temps merveilleux toute la journée et toute la nuit, avoir plein, plein, plein d'amis, être capable de se développer personnellement, trouver quelqu'un avec qui on peut réaliser ses souhaits les plus chers, à qui l'on peut confier ses peurs les plus profondes, être heureux tout simplement.

En d'autres termes, chercher les conditions de réalisation (de soi), dans les choses conditionnées. Donc il est vraiment important de montrer un chemin de vie différent.

Il y a quelque temps, j'étais allongé sur mon lit au beau milieu de la journée, en train de réfléchir. A un moment ma fille aînée me cherchait, elle a déboulé dans ma chambre et a dit : « Ah ! Enfin, te voilà ! Mais bon sang qu'est-ce que tu fais là ? » Et je lui est répondu : « Je travaille. »

Depuis ce jour là, c'est une des blagues avec laquelle je dois vivre, entendre mes enfants quand je monte me coucher le soir dire : « Ah, tu vas travailler ! »

Mais c'est bien qu'ils aient des indicateurs qui montrent un style de vie dans lequel il peut y avoir du calme, de la réflexion, de la contemplation, de la joie, du contentement, de l'appréciation, de l'amitié spirituelle etc... qui sont plus importants que d'investir dans différentes choses qui, finalement, ne sont pas nourrissantes.

Quand j'avais 20 ans, je ne voulais pas travailler. Tout ce que je voulais, réellement c'était de rêver, de flâner, avoir du temps pour trouver du sens, écrire de la poésie. Je n'arrivais pas à trouver de contexte approprié dans lequel je pouvais vivre cela. Donc je suis entré en conflit avec le monde. Dans mes tripes, je me disais qu'il y avait quelque chose qui clochait sérieusement, mais pas de contexte autour de moi pour m'aider à clarifier, ou pour me donner un sens de direction.

Après des années de lutte, j'ai choisi de travailler dans le social, et ce n'était pas si mal. Mais il manquait quelque chose. Dans mon boulot j'étais à la recherche, en quête d'une vision, une vision qui aiderait à soulager la souffrance des êtres avec lesquels je travaillais, une vision dans laquelle chacun agirait dans l'intérêt de chacun et de tous.

Quelle désillusion, quelle frustration ! Quelle perte d'énergie !

Quand j'ai parlé de ça à Bhante il a fait référence à « the divine discontent » <le divin mal-être>: ressentir un engouement, une passion pour *kalyana*, le beau, le bon, le ravissant, sans avoir les moyens ni les chemins d'amener ça dans notre vie.

Il est crucial dans nos vies de canaliser l'énergie à la poursuite du bien, *vīrya*, de canaliser et d'incarner *vīrya*, par exemple dans les institutions de Triratna.

Depuis que je travaille à plein temps pour le centre, c'est comme si j'étais enfin en train de faire ce pour quoi je suis né. Vivre le processus d'incarner de plus en plus pleinement des qualités véritables et universelles d'être pleinement humain, d'une manière unique, des qualités comme la clarté, la compassion, la joie, le *metta*, l'espace, l'appréciation.

Mon boulot en tant qu'être humain c'est de laisser l'univers s'introduire dans mon plus petit esprit du 'moi, moi et moi'. Mon boulot en tant qu'être humain est de laisser la Réalité s'introduire dans mon plus esprit du 'moi, moi et moi'. C'est un peu comme marcher dans une mine, cette conscience de 'Je', 'moi' et 'mien', que ça soit une mine de charbon ou un mine de cuivre, vous marchez dans la mine et ensuite, petit à petit, il y a

une lumière qui brille dans la mine, les couloirs deviennent plus larges, plus vastes. On peut entendre les oiseaux chanter, on peut marcher debout et libre : la nature, l'univers, la Réalité sont là.

Il en est de même quand on travaille réellement pour le bien des autres, quand on travaille pour le bien de tous, inclus vous-même. L'esprit sombre de l'univers du « je » s'ouvre alors. C'est tellement important qu'on peut sentir des pieds à la tête pour ainsi dire que nos énergies à la poursuite du bien, *virya*, sont stimulées au maximum possible, si bien que nous pouvons, en tant qu'être humain prendre notre juste place dans la lignée des guerriers du Dharma. Des personnes qui donnent l'exemple et incarnent *metta*, la sagesse, *karuna*, la générosité, des attitudes au service.

Il est essentiel de trouver un contexte pour des activités qui ont du sens. Des activités dans lesquelles on peut être pleinement humain, être pleinement humain et se transcender dans notre humanité. Et être pleinement humain signifie être au service du bien de tous les êtres vivants. Et le plus grand cadeau, le plus grand bien, l'activité qui a le plus de sens, c'est le don du Dharma. C'est d'une beauté ineffable : voir un autre être humain « pris » par le Dharma et le Dharma qui se déploie en lui. Et le Dharma en lui-même est *kalyana* au début, *kalyana* au milieu, *kalyana* à la fin. Bon et beau encore et encore.

Quand on travaille pour le bien des êtres vivants, quand on est engagé dans des activités qui ont du sens, et des activités qui ont du sens ce n'est pas limité à une activité en particulier, mais mettons l'accent ici sur l'activité qu'on peut faire qui a le plus de sens : s'engager dans le Dharma. Donc, quand nous faisons cela, quand nous écoutons cette voix, la voix de la libération et de l'accomplissement, la voix du Dharma.

C'est très naturel de se réjouir, d'apprécier, d'être plein de reconnaissance. Et c'est une merveilleuse bénédiction de vivre ça dans l'amitié, par exemple : quelle activité pleine de sens que de cultiver des amitiés dans le Dharma !

Quand vous rencontrez un ami et que vous entendez la voix du Dharma dans la voix de votre ami, comme c'est merveilleux de soutenir cette voix : pas de rabaisser cette voix, mais au contraire, faire tout ce qui est possible pour laisser cette voix s'exprimer, même si cela signifie que vos souhaits, vos attentes, vos espoirs ne seront pas exaucés parce qu'ils viennent du monde de l'égo, même si cela signifie qu'encore pas mal de perfectionnement est nécessaire. Mais les vrais amis vont chérir ce qui a le plus de valeur en vous, ce qui a le plus de valeur en nous tous ; un véritable ami aidera à déployer ce qui est le plus précieux. Et cela c'est de la plus grande beauté : être enraciné dans le Dharma, avoir la perspective des 3 Joyaux.

Quelques vers de Bhante :

« Pardonne-moi si j'ai taché
Avec mon désir ta beauté,
Ou troublé ta sereine lumière
Claire par ma fureur de feu.
Pardonne-moi, soyons amis.

Donc la plus grande beauté : être enraciné dans le Dharma, avoir la perspective des 3 Joyaux ; devenir un, ou, pour citer Bhante de nouveau :

« Devenir l'union centrale et essentielle de nos cœurs »

Donc quelques suggestions pour la pratique :

- Pratiquez de façon régulière la prise de conscience des amis, les gens qui ont de la valeur pour vous, les gens que vous aimez, les gens que vous chérissez, les gens avec qui vous sentez une connexion dans le Dharma et que vous voulez aider à croître dans le Dharma, soyez attentifs à eux, pleinement conscients d'eux. Mais aussi les amis qui sont plus loin sur le chemin, qui sont plus développés, envers qui vous avez de la gratitude, avec qui vous avez envie de vous entraîner pour le bénéfice de tous. Et pleine conscience de votre maître, Sangharakshita, et du Bouddha, bien sûr. Donc de façon régulière, pratiquez la prise de conscience de vos amis. C'était le conseil du Bouddha de faire cela régulièrement.
- Une autre pratique à faire régulièrement est la « *buddhanusati* » : réfléchir, contempler les qualités du Buddha. Et cette pratique va ouvrir en vous l'appréciation et l'amour pour le Dharma et pour toutes ces belles qualités qu'a un Bouddha. Vous pouvez trouver des réflexions guidées sur www.freebuddhistaudio.com
- Une autre suggestion : écoutez ce qui est réellement dans votre intérêt et dans l'intérêt des autres, donnez aux autres, faites quelque chose pour les autres, vous en bénéficierez vous même.
- Et une dernière suggestion, mais non des moindres peut-être : prenez plaisir à regarder pousser l'herbe.

Merci beaucoup et passez une très bonne semaine de retraite internationale.

Au revoir.

Arthakusalin