

Mes très chers et précieux, mes plus chers bienfaiteurs, étudiants, personnel de l'organisation de la FPMT, amis et vous tous, qui exaucez pleinement les souhaits,

Suite à mon AVC, vous ne pouvez imaginer toutes les poujas qui ont été faites au Tibet, en Inde et partout dans le monde, c'est vraiment incroyable le nombre de poujas qui ont été faites, ainsi que les centaines et les milliers et les millions de mantras de Padmasambhava et de Om Mani Padme Hum qui ont été psalmodiés au Tibet et dans de nombreux autres endroits par des personnes, seules, en groupes, dans les centres, dans les projets et les services. Et aussi particulièrement, tant de libérations d'animaux au Tibet et en d'autres lieux, ce qui bien évidemment est une très bonne chose, puisque cela permet à des animaux de ne pas souffrir et de ne pas être tués.

Lorsque j'étais à l'hôpital, j'ai vu une émission concernant des animaux vendus pour être tués en Indonésie et dans d'autres pays (où ils sont exportés vivants). Je ne sais pas depuis combien de temps ça dure, mais ça doit faire longtemps déjà.

A la télé, j'ai vu des chèvres attendre en file indienne, entre des clôtures en bois. On ne nous a pas montré comment elles étaient tuées, mais on a pu voir une vache sur une plateforme, attachée par la tête, que l'on tirait pour la conduire à la mort. La vache ne voulait pas bouger et l'homme la tirait. J'ai pensé que je n'avais pas le pouvoir de stopper tous ces meurtres, mais ce que je peux faire, c'est essayer d'inspirer les gens à devenir végétariens et donc, depuis, quel que soit l'enseignement que je donne, même s'il s'agit de tantra, j'essaie d'aborder le sujet du végétarisme avec les gens, comment éviter de manger de la viande, ou en manger moins, afin que le nombre d'animaux tués diminue. J'essaie ainsi.

Je voudrais juste citer cette personne au Vietnam, qui est devenue végétarienne car elle avait entendu que j'étais malade ; et cette étudiante de l'Amitabha Buddhist Center à Singapour qui a pris les préceptes mahayana pour la vie après avoir entendu que j'étais malade ; et ce prisonnier aux États-Unis qui a lui aussi cessé de manger de la viande. Ils sont vraiment, vraiment exceptionnels !

Je suis vraiment très gêné, car même les abbés des grands monastères et les hauts fonctionnaires du gouvernement tibétain n'ont pas autant de poujas qui leur sont dédiées lorsqu'ils sont malades ou qu'il meurent, et moi, qui ne suis rien, qui n'ai aucune instruction, ni dans cette vie ni dans les vies passées, qui ne suis qu'une vieille vache qui ne peut même plus bien brouter l'herbe, qui ai des difficultés à faire le bien des autres, et partout dans le monde, des individus et aussi des centres ont fait tant de poujas, et chaque moine du monastère de Nalanda a récité 1 000 fois le long mantra de Namgyalma, c'est vraiment extraordinaire ; ça les aide tant, c'est vraiment incroyable, vraiment incroyablement puissant ; grâce à ça, ils auront tant de pouvoir pour aider les autres, c'est une chose si rare qui a été faite.

Vraiment, je n'ai pas suffisamment de mots pour vous remercier tous, même ceux qui n'ont fait que quelques prières, avec un cœur positif, aussi les mains jointes à

mon cœur, je vous remercie vraiment. Et maintenant, je vais essayer d'être bénéfique, avec deux ou trois mots de Dharma que je connais, comme un imitateur, un magnétophone, je vais essayer de cette façon, autant que possible, d'aider les autres.

En ce qui me concerne, cette expérience s'est apparentée à l'apprentissage du Lamrim, qui est le cœur du Dharma, le cœur du Kangyour et du Tengyour. Comprendre réellement que **le karma est certain** – qu'une fois que la vertu a été créée, dédiée à l'éveil, qu'on l'a associée à la vacuité et qu'on ne la détruit pas par hérésie ou colère ou qu'une fois que la non-vertu a été créée sans être purifiée ensuite, alors c'est absolument certain, on devra faire l'expérience du résultat.

De plus, **le karma s'accroît** – même si ce qui a été créé est infime, le résultat va en s'amplifiant. Prenons un exemple tiré de l'histoire de la vie du Roi Ashoka : alors qu'il était enfant, il jouait dans le sable et a offert une poignée de sable au Bouddha mais en visualisant qu'il offrait de l'or, et il a vraiment reçu les mérites pour avoir réellement offert de l'or dans le bol à aumônes du Bouddha. Dans sa vie suivante, il est né en tant que roi du Dharma, il était très riche et a pu construire dix millions de stoupas en une journée. Ce sont donc d'extraordinaires, de stupéfiants, d'inouïs, d'incroyables mérites qu'il a pu accumuler. Et c'est pareil pour le karma négatif.

Cela signifie qu'il est très important d'abandonner autant que possible même les plus petits karmas négatifs, et de pratiquer autant que possible même les plus petits karmas positifs. De vraiment faire des efforts dans ce sens.

Donc, **si la cause a été créée, on fera l'expérience du résultat de ce karma** ; le résultat ne sera jamais perdu, peu importe le nombre de milliards d'années passées depuis sa création, on devra faire l'expérience du résultat. Par exemple, et l'on peut observer ça dans nos vies, une personne peut être très belle, très saine, et soudain, tout son corps se transforme complètement, tombe très malade. Il se peut qu'elle s'interroge sur ce qui lui arrive, se demandant pourquoi elle doit faire l'expérience de la souffrance alors qu'elle n'a rien fait de mal dans sa vie. Eh bien, ceci est le résultat d'un karma négatif créé soit dans cette vie, soit il y a des milliards et des milliards d'ères cosmiques auparavant. On ne doit pas tout relier uniquement à cette vie-ci, c'est stupide. Nous avons créé tant de karma négatif depuis des renaissances sans commencement, que nous n'avons pas encore fini de faire l'expérience des résultats.

Puis, **le karma qui a été créé ne se perd jamais** – et peu importe que ce karma soit infime, le résultat n'est jamais perdu. Ceci a vraiment été un sérieux enseignement pour moi.

S'il vous plaît, vous tous, vous si chers qui exaucez pleinement les souhaits, mes plus précieux amis, s'il vous plaît, réjouissez-vous de ces mérites incroyables, inouïs, qui ont été créés, s'il vous plaît, réjouissez-vous de toutes les poujas qui ont été faites par chacun individuellement ou en groupe, et réjouissez-vous aussi pour tous ceux

qui ont dédié leur vie à la FPMT, tous les directeurs et tout le personnel qui ont sacrifié leur vie depuis de nombreuses années, qui ont sacrifié leur temps le plus précieux, ainsi que pour tous ceux qui ont fait des pratiques, ne serait-ce qu'une bonne prière, pour l'organisation ; tout le monde a pris sur soi tant de peine ; en travaillant ou en faisant des pratiques, en pensant au maître, exauçant ainsi les conseils de Sa Sainteté le Dalaï Lama, les souhaits de tous les bouddhas et bodhisattvas, et les réjouissant grâce aux bienfaits que l'on apporte aux êtres par le biais des enseignements du Bouddha, en étudiant et aussi en pratiquant. Tout ça, ce sont de réelles activités de bodhisattva et de réelles pratiques de yoga du maître.

Au nom de tous les bouddhas et bodhisattvas, de Sa Sainteté le Dalaï Lama, de Lama Yéshé, de chaque être vivant et de ma négligeable personne – merci du fond du cœur, les mains jointes – même ma main droite qui a souffert de l'AVC et qui ne tient pas bien en place – mais cependant toutes les deux jointes, de mes dix doigts, merci, merci à tous, à chaque jour, à chaque heure, à chaque minute et à chaque seconde, merci beaucoup.

S'il vous plaît, réjouissez-vous avec bodhicitta, réjouissez-vous du bonheur du Dharma avec bodhicitta.

Lama Zopa

Colophon : lettre de Lama Zopa Rinpoché pour le Rapport annuel 2011 de la FPMT, traduite par le Service de traduction francophone de la FPMT, avril 2012.