



Gyalwa Karmapa à Kundreul Ling

Patience, persévérance et compassion

« 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^e Gyalwa karmapa de répandre l'enseignement du Bouddha en Occident.



© JC LABOURIER POUR KTL

Cet été, lors de son séjour en Europe, le Gyalwa Karmapa a honoré de sa visite la Fédération Française des Centres Bouddhistes Karma Kagyu.

Il a notamment donné enseignements et initiations à Dhagpo Kagyu Ling en Dordogne, puis il a passé quelques jours à Kundreul Ling.

Le 17 août, il conférait à un très large public (plus de 600 participants) l'initiation de Dordjé Sempa* dans le grand temple. Les jours suivants, il s'est rendu dans les centres de retraite de trois ans. Le nouveau programme de fondation, qui a débuté il y a un an, inclut des plages d'études quotidiennes plus approfondies et semble être fort apprécié par les pratiquants. Il est également allé à la rencontre des retraitants de longue durée (douze ans et plus), au Bost et à Laussédats.

En septembre 2008, le Gyalwa Karmapa avait accordé au Karmé Guendune un

entretien dont vous avez pu lire la première partie. Il avait suscité un très grand intérêt, mais nous n'avions pas eu assez d'espace pour l'imprimer dans son intégralité. Nous vous proposons d'en découvrir la suite dans ce nouveau numéro en souhaitant qu'il rencontre tout autant votre attention.

Karmé Guendune: *L'établissement d'une communauté monastique bouddhiste en France peut sembler étrange. Une telle communauté basée sur une tradition vieille de 2500 ans a-t-elle un bienfait dans notre société actuelle de plus en plus matérialiste ?*

Gyalwa Karmapa: De mon point de vue, il y a réellement un grand bienfait. Mais ▷

Lettre de
Dhagpo
Kundreul Ling

N° 26 - Automne 2009

www.dhagpo-kundreul.org

Séjour estival de Mipham Rinpoché



Du 12 août au 8 septembre, nous avons eu la joie de retrouver, comme chaque été depuis quelques années, Mipham Rinpoché accompagné de son épouse Detchen Wangmo. Nous nous sommes réjouis de sa participation à la pratique de Tchenrézi et au rituel quotidien de Mahakala. Pendant son séjour, de nombreuses personnes ont pu recevoir sa bénédiction. Chaque soir, des pratiquants venus parfois de très loin ont pu apprécier ses conseils bienveillants, toujours stimulant à approfondir le dharma. La présence d'un maître aussi accompli, qui transcendent les difficultés physiques tout en rayonnant de bonté, d'attention et de sagesse fut pour tous ceux qui l'approchèrent une profonde source d'inspiration.

Se préparer à une retraite de trois ans

Les hommes et les femmes intéressés par la pratique intensive dans le cadre privilégié des centres de retraite de trois ans auront la possibilité de se familiariser avec le programme du cycle de retraite de fondation qui débutera en 2012. Du 20 au 26 juin 2010, ils sont invités par les maîtres de retraite du Bost et de Laussedat à participer à une semaine de préparation à ce type de retraite. Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter l'AHET, Le Bost, 63 640 BIOLLET ou ahet@dhagpo-kagyuu.org

▷ pour que ce bienfait puisse vraiment prendre place, grandir et se réaliser, cela prend beaucoup de temps. Le Bouddhisme peut sembler un peu étrange, car il est encore tout nouveau en occident. Si vous regardez l'histoire du Tibet, il a fallu environ sept cents ans pour vraiment établir quelque chose de concret. En France, nous en sommes au début et il faut nécessairement du temps pour qu'il prenne bien racine. Mais cette tradition, ce mode de vie va très certainement apporter un encouragement et une inspiration à la société. C'est à chacun de voir. Le bienfait cependant est toujours présent.

KG: *Comment ce monastère peut-il continuer son développement et être bénéfique aux autres ?*

Gyalwa Karmapa: Un de ces aspects est probablement l'engagement. Une fois que nous avons commencé quelque chose, nous devons faire en sorte d'aller jusqu'au bout. C'est important. Autrement, on commencera beaucoup de choses, mais si l'on ne peut rien accomplir, cela n'aidera ni nous-mêmes, ni la communauté, personne. Pour cette raison, quelque soit l'engagement que nous avons pris au début, nous devons nous assurer que nous irons jusqu'au bout. Cela dit, avant de s'engager à quoi que ce soit, nous devons vérifier et être très prudent. Puis, une fois qu'on a développé de la confiance, alors il faut aller jusqu'au bout.

KG: *Environ 70 personnes sont en ce moment en retraite pour trois ans à Kundreul Ling. Quel est le bienfait de se couper ainsi du monde, alors que, ces dernières années, les moyens techniques qui permettent de communiquer avec nos proches ont pris tant de place dans notre vie ?*

Gyalwa Karmapa: Traditionnellement, une telle retraite se fait à la fin d'un processus. D'abord, on écoute; ensuite, on contemple et on réfléchit et enfin on médite en retraite. De nos jours, c'est un peu différent, car les individus n'ont pas le temps de suivre tout ce processus. Je pense que c'est la raison pour laquelle les gens entrent tout de suite en retraite. A ce moment-là, il est important d'avoir un environnement clos. La retraite est comme une expérience, une pratique et un entraînement à la persévérance. C'est une mise à l'épreuve de notre courage, de notre inspiration, de notre force, de notre motivation et de notre dévotion, etc. Il est donc vraiment conseillé d'avoir ces conditions de retraite et d'être éloigné des événements du monde pendant cette période.

Le but principal est d'acquiescer une forme de stabilité qui sera plus tard le fruit de cette retraite. Quand on sortira, on sera

même plus fort, plus sage, capable de bien gérer le reste et de communiquer dans le monde.

KG: *Que diriez-vous à ceux qui ont un proche en retraite et pour qui c'est difficile ?*

Gyalwa Karmapa: En général, je ne conseillerais pas à tout le monde d'aller en retraite. Ce n'est pas un « must ». Il y a un bienfait, c'est certain; mais ce n'est pas souhaitable pour tout le monde, parce chaque individu est différent. La situation et les modes de vie de chacun sont différents et pour cette raison, cela ne convient peut-être pas à tout le monde. Mais, pour ceux qui choisissent d'aller en retraite, ils doivent s'assurer qu'ils sont prêts et n'ont pas de problèmes avec leur famille, d'obligations envers elle, ou la société, ou leur travail, ou la communauté, etc. Dans certains cas, si l'on a déjà pris d'importantes responsabilités dans la société, on ne devrait pas les abandonner pour commencer quelque chose de nouveau. Avant d'entrer en retraite, on doit avoir parfaitement réuni toutes les conditions. Autrement cela n'a de sens pour personne. Mais dès qu'on entre en retraite, on va jusqu'au bout !

KG: *Il y a 15 ans, nous avons commencé la construction du grand temple, ici, au milieu de nulle part. Les habitants des environs ont commencé à l'accepter; mais certains visiteurs se demandent si c'est vraiment utile. Pourriez-vous dire quelques mots à ce propos ?*

Gyalwa Karmapa: Cela dépend vraiment d'eux. Évidemment tout le monde ne sera pas capable de tout voir ou de tout juger juste comme ça. Mais c'est vraiment à eux d'examiner et de voir avec le temps si c'est vraiment bénéfique.

KG: *Traditionnellement, dans l'histoire du Bouddhisme, il y a toujours eu une importante interaction entre les monastères et les laïcs qui vivent autour. Quelle forme une telle interaction peut-elle prendre pour un monastère établi depuis peu en occident ?*

Gyalwa Karmapa: D'une certaine manière, ils se soutiennent mutuellement. En principe, il doit y avoir un lien fort afin de permettre un développement général pour le bienfait de tous. Pour cela aussi, il faut voir avec le temps ce qui est véritablement bénéfique. Les choses peuvent changer à certains moments.

KG: *Comment peut-on avoir une vie pleine de sens ?*

Gyalwa Karmapa: Du point de vue bouddhiste, je pense que la meilleure manière de mener sa vie, c'est avec une grande vigilance, avec attention ou simplement avec compassion. □

Retraites individuelles dans le monastère du Bost

Une nouvelle expérience

Depuis le mois de janvier, on peut effectuer des retraites individuelles dans le monastère du Bost.

Les hommes désireux d'accomplir une retraite individuelle disposent désormais de deux lieux :

l'ermitage et le monastère du Bost.

Une partie du monastère, exposée au sud et faisant face au grand temple et à la chaîne des Puys, est depuis le mois de janvier ouverte aux pratiquants laïques. Quatre chambres et un petit réfectoire sont mis à leur disposition.

Les retraitants s'y retrouvent pour partager leurs repas, préparés à la cuisine du monastère.

Ceux qui souhaitent expérimenter ce type de retraite et satisfont aux conditions requises sont invités à contacter l'accueil de l'ermitage au 04 73 52 24 60 ou ermitage@dhagpo-kagyuu.org et à mentionner leur souhait d'être dans le monastère. Il est aussi possible d'effectuer, durant toute l'année désormais, des retraites individuelles à l'ermitage situé près du grand temple, ainsi qu'au monastère de Laussédât (pour les femmes exclusivement).

Karmé Guendune: Jean-Paul, lorsque vous avez su que vous seriez en retraite au monastère, quelle a été votre réaction ?

Jean-Paul: Ma première pensée a été : bien que l'ermitage soit fermé à cette période de l'année, j'ai la chance de pouvoir faire cette retraite au monastère !

Ensuite, est venue l'interrogation suivante : c'est comment une retraite dans le monastère ?

À dire vrai, je me faisais une image un peu austère de l'endroit, mais j'étais également curieux de découvrir ce qu'il y avait derrière ces murs...

KG: Qu'appréciez-vous le plus dans une retraite effectuée au monastère ?

Jean-Paul: Cette première retraite au monastère a eu lieu en janvier 2009. La neige m'avait décidé à me rendre au Bost par le train. Dans le train qui me ramenait à Bordeaux à l'issue de cette retraite, j'avais du mal à cacher les larmes qui apparaissaient. J'avais conscience d'avoir vécu un moment intense dans cet endroit, et cela pour plusieurs raisons : tout d'abord pour la présence exceptionnelle que j'ai pu expérimenter durant ces quelques jours. En effet, rien à l'extérieur



ne vient perturber la concentration, la présence durant les temps de méditation. Durant les intersessions de pratique, aucune sollicitation, aucune occasion (autres que celles que l'on peut se créer) de se "distraire", de perdre cette qualité de présence à soi-même. Un travail en profondeur avait vraiment eu lieu.

Ensuite, c'était la chaleur de l'accueil. Les lamas et drouplas * présents ont tous fait preuve d'une très grande attention et bienveillance durant mon séjour.

Enfin, l'endroit est un lieu de pratique particulièrement béni par les nombreux maîtres qui l'habitent, malgré leur absence physique.

Dans ce train du retour, je n'avais qu'une envie, revenir dès que possible ! C'est ce que j'ai fait en mai, avec les mêmes appréciations.

KG: Qu'appréciez-vous le plus dans une retraite effectuée à l'ermitage ?

Jean-Paul: L'ermitage est un espace lumineux où tout est conçu pour faciliter une pratique intensive. On y fait des rencontres, notamment dans le réfectoire, à l'occasion des repas et des intersessions. La présence des autres retraitants oblige à un travail intérieur, nous sommes plus présents à ce qui s'élève et, en ce sens, ces rencontres sont précieuses. Je m'y rends trois fois par an. La dernière retraite a eu lieu en septembre 2008. Le Gyalwa Karmapa était alors présent au Bost, et tous les retraitants de l'ermitage ont eu le sentiment de vivre un moment exceptionnel !

KG: Avez-vous d'autres projets de retraite à Kundreul Ling ?

Jean-Paul: Je projette d'y revenir en septembre prochain, avec l'espoir qu'un jour les conditions seront réunies pour pouvoir y faire une retraite d'un mois. □

Retraites de groupe à Kundreul Ling

Pour ces retraites, l'hébergement et la restauration sont possibles à l'ermitage Pendé Ling.

Pour tous détails et renseignements complémentaires concernant ces retraites, veuillez contacter l'ermitage Pendé Ling au 04 73 52 24 60 ou ermitage@dhagpo-kagyuu.org



Du samedi 3 au lundi 5 octobre :

Retraite de Sangyé Menla, guidée par Lama Trlné

Du lundi 19 au vendredi 23 octobre :

Retraite de méditation, guidée par Lama Shérab Kunzang

Du samedi 31 oct. au samedi 16 nov. :

Retraite de Nyoung-né, guidée par Lama Kunkyab

Du lundi 14 au vendredi 18 décembre :

Retraite de Tchenrézi, guidée par Lama Guétso

Du lundi 1^{er} au vendredi 5 février :

Retraite de Tara verte, guidée par Lama Rabsel

Du samedi 13 au dimanche 14 mars :

Retraite de Sangyé Menla, guidée par Lama Trlné

Du mardi 16 au samedi 20 mars :

Retraite de Tchenrézi, pratique des 6 syllabes, guidée par Droupla Kyenrab

Du lundi 22 au vendredi 26 mars :

Retraite de prosternations et développement de l'esprit d'éveil, guidée par Droupla Ingrid

Du lundi 5 au vendredi 9 avril :

Retraite de méditation, guidée par Droupla Heiko

Du samedi 24 au vendredi 30 avril :

Retraite de Tara blanche, guidée par Tréhor Lama. Cette retraite est

ouverte aux personnes ayant déjà

reçu l'initiation de Tara blanche.

Du dimanche 2 au samedi 8 mai :

Retraite de Lodjong, guidée par Lama Tsony

Dordjé Sempa : Expression de l'éveil et, plus particulièrement, de son pouvoir de purification.

Droupla : Personne ayant effectué au moins une retraite traditionnelle de trois ans.

KTT : Groupes locaux de pratiquants reliés à Dhagpo Kagyu Ling au sein d'une même association.

Régulièrement, des lamas et des drouplas rendent visite à ces groupes pour y enseigner.

Sangyé Menla : Bouddha de la médecine. Pratique de purification et support efficace dont l'activité est d'aider ceux qui souffrent.

Tchenrézi : Expression de la compassion éveillée des bouddhas.

Nyoung-né : Pratique de Tchenrézi à mille bras avec vœux partiels de jeûne et de silence.

Tara verte : Appelée « la Libératrice », personnification de l'activité spontanée des bouddhas. Elle protège de la peur, écarte les obstacles pour soi et pour autrui.

Tara blanche : Aspect de longue vie de l'activité de Tara,

Lodjong : Pratique de « l'entraînement de l'esprit », fondée sur le développement de l'esprit d'éveil : la bienveillance et la compréhension de la nature fondamentalement bienveillante de tous les êtres.

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 (0473522434). 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.

Rénovation de la ferme

Remue-ménage

Depuis quelques mois, à la ferme, lieu de résidence des stagiaires pratiquants, un vent de fraîcheur et de renouveau s'est installé.

Un week end par mois, quelques amis de Kundreul Ling installés dans le voisinage ainsi que des pratiquants du KTT de Clermont- Ferrand ont entrepris sa rénovation à l'initiative de Droupla Zangpo.*

Le Karmé Guendune a rencontré Laurent qui partage avec nous l'expérience de ces quelques journées et nous en donne la saveur.



LE BÂTIMENT DE LA FERME DU BOST

Karmé Guendune : Laurent, quelles sont les raisons qui vous ont poussé à venir participer bénévolement à la restauration de la ferme ?

Laurent : J'ai reçu la proposition de Kundreul Ling comme une grande chance de pouvoir m'impliquer dans les activités liées au monastère et de participer aux travaux de rénovation et de ré-aménagement de la ferme.

KG : Qui participe à ce projet et comment se passent ces week-ends ?

Laurent : Nous sommes environ une douzaine de participants, pour la plupart venant du KTT de Clermont-Ferrand. Nous apprenons ainsi à mieux nous connaître en travaillant ensemble un week-end par mois afin de remettre en état les chambres et l'espace de vie. Le but étant de donner la possibilité à d'autres personnes de venir un jour pratiquer ici.

KG : Que pensez-vous de cette initiative ?

Vous apporte t'elle quelque chose sur le plan spirituel ?

Laurent : Cette initiative, dont le but est de faire quelque chose pour les autres, me donne beaucoup d'enthousiasme. C'est aussi l'occasion de communiquer autrement avec les résidents des monastères que nous rencontrons de ce fait dans un autre contexte que lors des pratiques, rituels et enseignements. De plus il y a un sentiment d'interdépendance entre tous, laïques et membres de la congrégation.

KG : La rénovation de la ferme terminée, pensez-vous continuer votre investissement à Kundreul Ling ?

Laurent : Oui, bien sûr, s'il y a une demande.

KG : Dans quel domaine ?

Laurent : Par exemple, pour une aide lors de la venue de grands maîtres ou des actions ponctuelles et bien définies par les résidents de Kundreul Ling. □