

Guéshé Thoubten Soepa

**Message du Bouddha :  
l'arbre précieux de la guérison**

Méthodes pour créer le bonheur  
et les causes de bonheur  
en protégeant la vie  
des êtres vivants

*Recueil basé sur des extraits des  
Écritures bouddhiques authentiques  
commenté  
par le moine Guéshé Thoubten Soepa  
dans le vœu d'être utile*

Paru en anglais sous le titre de *Message of Buddha*  
Traduction française : Pauline M. Silbermann , 2010

## L'auteur

En 1993, au terme de vingt-et-une années d'études de la philosophie bouddhique, le moine tibétain Thoubten Soepa a obtenu le titre de Guéshé Lharampa, la plus haute distinction en la matière. Après avoir enseigné la philosophie bouddhique au Monastère de Séra, en Inde, Guéshé Soepa a été invité en Europe et aux États-Unis où il enseigne inlassablement la philosophie et la méditation. Guéshé-la est bien connu pour son amour des êtres, pour ses plaidoyers pour le droit des animaux et pour ses positions défendant un régime alimentaire végétarien. Guéshé Soepa est affilié à la Fondation pour la Préservation de la Tradition du Mahayana (FPMT).

Selon les enseignements du Bouddha, l'acte qui consiste à priver les êtres vivants de leur vie constitue le pire des actes. L'auteur, personnellement encouragé par Sa Sainteté le Dalaï-Lama, analyse et expose à partir de différents points de vue basés sur les soutras, la pratique extrêmement bénéfique qui consiste à abandonner l'acte de tuer et à protéger la vie.

Placé dans le contexte actuel de la mondialisation des problèmes liés à l'environnement, au réchauffement de la planète, à la raréfaction des ressources en eau, à l'augmentation de la démographie, cet ouvrage, tout en apportant un nouvel éclairage sur la nécessité et les avantages de préserver la vie des animaux et d'abandonner leur exploitation en renonçant à la consommation de leur chair, nous ouvre de nouvelles perspectives sur le bonheur de suivre une éthique de vie végétarienne.

## **Hommage au Gourou Shakyamouni**

M'en remettant au Maître véritablement apparu,  
au Conquérant qui dans sa profonde méditation  
Eût la connaissance directe  
du mode d'existence ultime,  
Mit un terme aux deux obscurcissements,  
Fit tourner la roue du Dharma  
conformément à la réalité :  
Comment oserais-je esquisser  
Tes qualités incommensurables,  
Tes qualités incomparables  
Sagesse, Amour, Puissance ...  
Mais si quatre versets devraient y suffire,  
voici ce qu'il en serait :  
Possesseur des moyens habiles,  
Qui sût conduire au stade d'Arhat  
même des êtres emplis de haine comme Angulimala,  
Dominés par l'attachement au désir comme Nanda  
et ignorants comme Lamtchung.

## **Louange à Sa Sainteté le Dalai-Lama**

Louange aussi à Sa Sainteté, Tenzin Gyatso,  
Qui, tel un second Bouddha  
au vingtième siècle de notre ère,  
accomplit de grands actes d'amour et de paix<sup>1</sup>  
Afin que perdurent Tes enseignements  
pour tous les êtres

Et que poussent les racines de la vertu<sup>2</sup> dans le monde, Seigneur Protecteur de la vie.

---

<sup>1</sup> C'est-à-dire l'amour, la compassion et la non-violence.

<sup>2</sup> L'amour, la compassion et la non-violence sont les racines même de la vertu.

Puisse ce texte, tel un nuage d'offrandes,  
Réjouir les bouddhas et les bodhisattvas  
et tous ceux dont la nature est compatissante !

Puisse-t-il perpétuer les vœux de bonne santé et de longévité pour Sa Sainteté le Quatorzième

Dalaï-Lama, Tenzin Gyatso,  
afin que ses activités salutaires  
perdurent des milliers de cycles cosmiques à venir !  
Puissent tous les maîtres du Hinayana,  
Mahayana et Vajrayana,  
Jouir d'une longue vie.  
Puissent tous leurs vœux se réaliser !

Puissent les maîtres et les saints des religions  
enseignant la foi en un dieu créateur  
et puissent les maîtres et les saints des religions  
enseignant la loi du karma,  
vivre dans l'harmonie mutuelle !

Puissent tous les adeptes de toutes les croyances  
vivre dans le respect et l'estime mutuels  
à une époque où une telle entente  
est d'une importance vitale pour le monde !

Puissent les pratiques  
de la non-violence, de la compassion et de l'amour,  
augmenter, se multiplier et se répandre sans obstacle !

Notre thème ici concerne l'utilité ou les avantages à effectuer des actes qui consistent à 1) protéger ou conserver la vie des autres êtres vivants, 2) leur sauver la vie ou les remettre en liberté<sup>1</sup>, et 3) s'appliquer à la conduite éthique de renoncer à tuer. C'est dans l'intérêt général et pour le bien de tous, le mien comme celui des autres, que je vais présenter ici certains énoncés clairs et sans équivoque du Bouddha, rapportés dans les soutras (*Kangyur*). Mais tout d'abord, la formule générale de la prise de refuge, commune à tous les bouddhistes.

En sanscrit<sup>2</sup> :

Buddham aranam<sup>3</sup> gaccami<sup>4</sup>  
Dhammam aranam gaccami  
Sangam aranam gaccami.

En tibétain :

Sanggye la kyab su chio  
Chö la kyab su chio  
Gendün la kyab su chio.

En français :

Je prends refuge dans le Bouddha  
Je prends refuge dans le Sangha  
Je prends refuge dans le Dharma.

En ce qui concerne la conduite éthique consistant à renoncer à l'acte de tuer, il est dit que de tous les actes éthiques, c'est celui qui apporte les plus grands bienfaits. La conduite éthique de renoncer à tuer est la cause principale d'une renaissance humaine ou divine, et celle de protéger la vie rend possible une renaissance dans les sphères d'existence plus élevées. De plus, il est dit que le résultat de l'acte contraire, c'est-à-dire tuer, se manifeste dans une renaissance en tant qu'être infernal, esprit affamé ou animal.

Voici ce qui est dit dans le *Soutra sur l'application de la pleine conscience (Soutra saddharma-smrtyupasthana)* :

La racine de (le plus important pour ...) tous les êtres vivants, c'est la vie. Protéger cette vie revient à faire don de bonheur, et parmi toutes les sortes de dons, celui-ci est le plus grand. Voici ce qu'il en est : sauver sa propre vie ou celle d'autrui par compassion est un « don de vie<sup>5</sup> ».

Tout simplement, cela signifie que pour n'importe quel être vivant, le plus important pour lui est sa propre vie.

Protéger n'importe quel être vivant craignant pour sa vie ou le sauver d'un danger de mort, sauver la vie, c'est faire don d' « absence de peur ». Empêcher un être vivant d'être tué, lui

---

<sup>1</sup> Dans ce contexte il s'agit ici principalement d'acheter des animaux destinés à être abattus, afin de les remettre en liberté. De plus, cet acte de libération ou de remise en liberté s'étend aussi aux êtres vivants (animaux, êtres humains) qui, quoique non destinés à être tués, sont maintenus dans des cages ou autres lieux confinés, ou encore, qui sont détenus en tant qu'esclaves ou dans des conditions d'esclavage ou privés de liberté.

<sup>2</sup> Littéralement en tibétain : « dans la langue de l'Inde ».

<sup>3</sup> Le grand érudit tibétain, Sakya Pandita, explique *sharanam* comme quelque chose ayant un pouvoir de protection, permettant ainsi de surmonter la peur.

<sup>4</sup> En ce sens que l'on se fie à l'objet de refuge, on "va" ou "passe" de la peur ou de la crainte à l'absence de peur.

<sup>5</sup> Littéralement : « Développer séparément les facteurs mentaux revient à donner la vie ». Autrement dit, par la pratique des différents facteurs mentaux positifs tels la bonté, l'amour, la compassion, etc., on fait don d' « absence de peur », ce qui est un grand bienfait.

rendre sa liberté, c'est la meilleure de toutes les pratiques du don. C'est l'explication de ce soutra.

De plus, il est dit dans le *Soutra sur l'application de la pleine conscience* :

Pour une renaissance dans les sphères supérieures, la meilleure des disciplines éthiques est celle de donner la vie.

La signification du passage de ce soutra est la suivante : la raison pour laquelle la pratique éthique consistant à renoncer à tuer est la meilleure cause d'une naissance en tant qu'être humain ou divin dans une existence future, est que l'abandon de l'acte de tuer fait place à la pratique de donner la vie, de protéger la vie ou de sauver la vie. Concernant les avantages et l'utilité des actes salutaires d'abandonner de l'acte de tuer et de sauver la vie ou de la protéger, voici ce qui est dit dans d'autres soutras, par exemple dans la deuxième partie du *Soutra des dix roues de Kshitigarbha* :

Quand l'acte de tuer a été abandonné, c'est comme si tous les êtres du samsara recevaient le don de l'absence de peur.

Quant aux effets bénéfiques, voici ce qu'il en est :

Dès cette vie, loués soient ceux  
qui ont abandonné l'acte de tuer.  
Leur apparence, leurs sens et leur esprit  
deviennent clairs.  
Ils jouissent d'une longue vie.  
Même les dieux les protègent,  
et après leur mort ils renaîtront  
dans les formes de vies heureuses et favorisées  
des mondes plus élevés,  
dans les mondes des dieux.

Dans le *Soutra des dix roues de Kshitigarbha*, il est dit :

Fils de noble famille ! de même, quand, au cours de sa vie, un Bodhisattva Mahasattva renonce complètement à l'acte de tuer, ceci revient à faire don de l'absence de peur à tous les êtres humains.

En ce qui concerne l'effet bénéfique, voici ce qui est dit :

On est aimé des hommes et des dieux et de tous les êtres dans cette vie même et tous s'en trouvent fort aise. Il n'y a ni peur ni crainte, le corps et l'esprit sont détendus, la vie sera longue (...). Où que l'on reprenne naissance, on sera exempt de maladie, on jouira d'une longue vie, on aura une forme attrayante et un visage agréable, on jouira de bien-être et de félicité et l'on abandonnera complètement l'acte de tuer.

En résumé, l'extrait de ce soutra signifie que l'abandon de l'acte de tuer est l'un des actes positifs les plus importants pour une naissance future dans le monde humain ou dans l'un des mondes divins. Même dans cette vie, on jouira d'une bonne longévité et d'une vie exempte de maladie et de la crainte d'être tué. Même les dieux sont ravis et vous viennent en aide, et les saints, êtres de compassion, se réjouissent. Comme l'effet est conforme à sa cause, il en adviendra que dans les vies futures, on éprouvera de la joie à éviter l'acte de tuer et que les sens seront plus clairs, etc.

Si l'on pousse les explications un peu plus loin, on va dire que la pratique éthique qui consiste à abandonner l'acte de tuer est une pratique parfaitement pure qui exige que l'on

abandonne aussi bien l'acte de tuer par soi-même que celui d'inciter d'autres à le faire – par exemple par des moyens financiers ou par diverses rémunérations ou récompenses. Et encore faut-il abandonner l'achat, la consommation et le commerce de la chair d'animaux qui ont été tués.

Une réflexion analytique des Écritures ainsi que des arguments logiques viennent étoffer la nécessité de renoncer à tout ce commerce. Car il est clair que le nombre de marchands de viande augmente avec celui des mangeurs de viande qui mange la chair provenant d'animaux qui ont été tués. Et puisque la viande s'achète, il y a beaucoup de marchands de mets carnés. C'est pour cela que, si l'on y réfléchit, on peut comprendre qu'il y a un lien clair et évident entre les mangeurs de viande et les abattoirs, les pêcheurs, les bouchers, charcutiers et poissonniers qui tuent chèvres, moutons, bovins, volailles et autres bêtes innocentes contre leur gré. Pour cette raison, la consommation, l'achat, la vente ou toute forme de commerce de chair animale provenant d'animaux qui ont été tués dans ce but sont des actes en contradiction avec la pratique qui consiste à protéger la vie. Quant aux activités visant à protéger la vie, elles sont exactement le contraire de celles qui sont liées, de près ou de loin, à l'acte de tuer.

Si l'on éprouve de la joie à observer la discipline de l'abandon de l'acte de tuer, alors il faut aussi abandonner la consommation et l'achat, etc. de toute chair animale provenant d'un animal tué. Une argumentation logique permet de comprendre cela.

Dans le sixième chapitre du *Soutra de Lankavatara*, le Bouddha dit :

Mahamati, quelqu'un qui ne mange pas de viande ne tuera pas d'être vivant pour manger sa chair. Mahamati, des êtres vivants innocents sont tués pour leur valeur marchande. Il est très rare de tuer pour d'autres raisons.

Le sens de ce soutra est le suivant : la plupart du temps, c'est l'argent et la viande qui constituent la motivation pour tuer des animaux innocents. Parfois aussi des animaux sont tués pour leur peau, pour en faire du cuir ou des fourrures. Il est rare que ce soit pour d'autres raisons.

Le goût de manger de la viande provient d'une part, de mauvaises habitudes, et d'autre part les hommes mangent de la viande par égocentrisme. Qu'est-ce que l'égocentrisme ? L'égocentrisme signifie que les sortes de souffrances que les autres peuvent éprouver ne nous viennent pas à l'esprit parce que l'on se considère soi-même comme étant beaucoup plus important. Un exemple : « Puissé-je être heureux ! » Pour pouvoir être heureux, je n'accorde pas d'importance aux animaux, aux êtres humains ni aux êtres vivants qui souffrent. Je n'y pense pas. Ne pas éprouver d'affection bienveillante ni de compassion : c'est le sens de l'égocentrisme. L'égocentrisme est le contraire de l'esprit d'éveil. Afin de pouvoir abandonner la consommation de viande, pensez et repensez avec force détails aux souffrances des animaux au moment où ils sont abattus. Par la force de la compassion et à mesure que grandit la compréhension que les autres êtres vivants, tout comme soi-même, ne veulent pas souffrir, on devient capable d'abandonner la consommation de viande.

Toujours dans le *Soutra de Lankavatara*, il est dit que :

De plus, Mahamati, ceux qui tuent, tuent et vendent l'animal mort parce qu'ils veulent en tirer un bénéfice. Les sots qui mangent de la viande achètent la viande avec de l'argent. Ceux qui tuent veulent faire du profit, alors ils ont de multiples façons de tuer les êtres vivants qui volent dans le ciel, qui vivent dans l'eau ou qui marchent sur la terre : ils ont des crochets en fer, des lames et des filets, et ainsi ils aspirent au profit. Mahamati, parce qu'il n'y a pas de « viande qui n'ait

été commandée, qui ne soit sans aspiration ni perception<sup>6</sup> », il ne faut pas manger de viande.

Le plus important ici est qu'entre ceux qui tuent les animaux par appât du gain, ceux qui les vendent par appât du gain, et ceux qui éprouvent un besoin de manger de la viande, il existe un lien ou une complicité. C'est pourquoi ces actes sont tous les trois négatifs. Il est dit aussi que puisque cette viande n'est pas pure sous trois aspects, il ne faut pas la manger. Il faut bien comprendre à ce stade que pour faire de l'exercice de la discipline de l'abandon de l'acte de tuer un acte pur, il faut abandonner tout commerce ayant un rapport avec la viande, vendre, acheter, manger, etc. C'est ce qu'il ressort d'une analyse logique basée sur les Écritures bouddhiques.

On peut lire aussi dans le dixième chapitre du *Dhammapada* :

Ils tremblent tous devant la violence,  
Tous ont peur de la mort,  
Si l'on se met à la place de l'autre,  
On ne tue pas,  
On ne cause pas la mort.

Ils tremblent tous devant la violence,  
Tous tiennent à leur vie,  
Si l'on se met à la place de l'autre,  
On ne tue pas,  
On ne cause pas la mort.

Et puis dans un tantra du *Kangyur* :

Ceux qui se gardent de faire du mal aux autres  
en quelque façon  
Sont des *bhikshus*,  
Des shramanas et des brahmanes.

Aucune arme  
qui ne causerait d'effroi.  
Et pour rester en vie,  
ils prennent tous le large.

Prenant ton propre corps en exemple –  
Ne fais pas de mal aux autres !

C'est-à-dire qu'un véritable pratiquant du dharma est celui qui, ayant compris la situation décrite ici, abandonne l'acte de faire du mal aux autres. Et il est dit aussi qu'en dédiant le mérite ou le potentiel positif de l'abandon de l'acte de tuer, on peut récolter les effets positifs de ses souhaits.

Dans le *Soutra sur l'application de la pleine conscience* on peut lire :

En ce qui concerne les racines de la vertu (racine du potentiel positif) de l'abandon de l'acte de tuer, celles-ci sont inconcevables. Quels que soient les aspects que l'on dédie sincèrement, complètement et immédiatement, de quelque manière que ce soit et pour quelle cause que ce soit – exactement de la même

---

<sup>6</sup> La viande est normalement impure sous trois aspects : la viande qui n'est pas exempte de 1) l'incitation à tuer, 2) l'aspiration (à trouver une telle viande pour obtenir un profit), et 3) la perception qui est la conscience qu'il s'agit d'une viande destinée à être mangée et que l'animal a été tué dans ce but.



manière et dans la même mesure, on en récoltera les fruits. (...) Pour illustrer ce propos : de même qu'un joaillier habile crée des bijoux selon son bon plaisir, de même le mérite de l'abandon de l'acte de tuer, une fois dédié, s'accomplit selon ses propres souhaits.

En d'autres termes, ce soutra signifie que les effets ou résultats de la pratique de l'abandon de l'acte de tuer et de celle de sauver la vie se réalisent exactement selon les souhaits ou vœux que l'on formule en dédiant les potentiels positifs ou mérites.

Quant au bénéfice de sauver la vie, voici ce que l'on peut lire dans le *Soutra de Karma-vibhanga* :

Il existe à ce sujet des actes qui prolongent la vie. Quels sont-ils ? L'abandon de l'acte de tuer, l'éloge de l'abandon de l'acte de tuer, l'incitation à abandonner l'acte de tuer. Ensuite, sauver la vie de ceux qui sont destinés à être tués ou qui sont menacés de l'être comme les êtres humains, les bovins, les chèvres, les moutons, les poissons, les cochons, les volailles, le gibier, etc., protéger les êtres qui vivent dans la peur et la crainte. Générer la compassion envers les êtres qui sont sans protecteurs et générer l'affection bienveillante pour les enfants et les vieillards, les malades, leur donner de la nourriture, des médicaments, etc., générer la compassion ou l'affection bienveillante pour les mendiants, détourner les guerres, etc. Le sens de ce soutra est assez clair. Ce dont il s'agit, c'est de sauver la vie de ceux qui sont en danger de mort – humains ou animaux. Actuellement il est de toute première importance d'abandonner l'acte extrêmement néfaste qui consiste à tuer un enfant ou fœtus en l'arrachant au ventre de sa mère. Dans les Écritures du Vinaya, il est dit que pour un Bikshu<sup>7</sup>, tuer un être humain ou « un être destiné à naître comme être humain » constitue une transgression majeure<sup>8</sup> des règles monastiques. « Un être né comme être humain » désigne un enfant en gestation dans le ventre de sa mère au tout début de la grossesse<sup>9</sup>. En tuant ce fœtus, on accumule le karma négatif de tuer un être humain. Tuer un enfant dans le ventre de sa mère étant l'un des actes les plus nuisibles qui soient, les religions s'accordent probablement sur ce point. En fait, arracher un enfant au ventre de sa mère revient à tuer son propre fils ou sa propre fille. Au contraire, protéger la vie de l'enfant dans le ventre de sa mère est un acte bénéfique, positif. Entre l'enfant dans le ventre de sa mère et sa mère existe un lien karmique tissé dans une vie antérieure. Ne pas tuer cet enfant revient à pratiquer la discipline de l'abandon de tuer un être humain. Les effets de cet acte sont, entre autres, la cause d'une renaissance plus élevée comme être humain ou divin, une bonne longévité et la possibilité, dans une vie future, de trouver de bons parents. En outre, comme les effets des actes positifs se manifestent en accord avec les explications données dans les soutras et que d'après les soutras, ce sont là certains effets des actes bénéfiques tels qu'ils se manifesteront, la pratique de la compassion pourra s'exercer véritablement dans ce contexte. En outre, sauver la vie des êtres humains ou des animaux et libérer des êtres humains ou des animaux de la captivité est une merveilleuse et excellente pratique de la compassion. De nombreux oiseaux innocents, comme les perroquets, éprouvent

---

<sup>7</sup> Un Bikshu est un moine qui a reçu la pleine ordination.

<sup>8</sup> Cela implique que les vœux sont rompus.

<sup>9</sup> Se réfère à l'embryon humain. On emploie l'expression « être né comme être humain » jusqu'à la 6<sup>ème</sup> ou 7<sup>ème</sup> semaine. Ensuite l'embryon est désigné comme « être humain ».

une souffrance incommensurable à rester en cage. Les mettre en liberté est une véritable mise en pratique de la compassion. Quant au bénéfice de cette pratique : on rapporte que des pouvoirs surnaturels ont été atteints dans cette vie. Dans les commentaires de l'*Abhidhamakosha* sont rapportés des récits selon lesquels les effets bénéfiques de sauver les animaux de la castration ou stérilisation se sont manifestés au cours de la même vie.

Dans un soutra, Bouddha dit :

« Tel est l'acte, tel est le résultat. »

Ces pratiques directes et efficaces rendent claire l'existence de la loi de cause à effet, mettant ainsi en évidence les effets bénéfiques de la compassion. D'autre part, parmi les quatre sortes de dons énoncés dans les obligations (*samayās*) rattachées au Bouddha Ratnasambhava, le don de protection de la vie ou don de l'absence de peur en fait partie. Et c'est aussi la pratique de la conduite éthique de l'abandon de l'acte de tuer.

De façon générale, la raison pour laquelle l'acte de tuer vient en premier sur la liste des dix actes négatifs, est que c'est l'acte qui est le plus négatif. Et la raison pour laquelle la vue fautive vient en dernier est qu'elle est la racine ou source des actes négatifs. Que faut-il comprendre par « vue fautive » ? La vue fautive consiste à considérer le bonheur et la souffrance comme n'ayant pas de cause.

Dans la *Précieuse Guirlande* (Ratnavali)<sup>10</sup> on peut lire :

La vue selon laquelle les actes, qu'ils soient bénéfiques ou qu'ils soient néfastes, n'ont pas de conséquence, est une vue fautive. Les actes opposés aux dix actes négatifs sont des actes bénéfiques, comme de sauver la vie et de mettre des animaux en liberté (le contraire de tuer), de partager la vue selon laquelle les actes salutaires sont autant de causes de bonheur et les actes négatifs ou non salutaires autant de causes de souffrances (le contraire de la vue fautive). En conséquence de cette vue, l'abandon des actes négatifs qui sont les causes de la souffrance et la conduite d'actes positifs ou salutaires qui sont les causes de bonheur, surviennent. Il s'ensuit que, puisqu'à chacun des dix actes négatifs correspond un acte vertueux et salutaire qui lui est opposé, la conduite de ces actes salutaires est la cause de bonheur et de bien-être.

Mon vœu est que tous les points que j'ai rapportés dans cet ouvrage servent de base à d'autres investigations, ouvrent des discussions, débats et dialogues, donnent lieu à des échanges de points de vue et soulèvent d'autres questions – qu'il s'ensuive une prise de conscience.

Les soutras que j'ai mentionnés sont extraits du *Kangyur*, ce sont les propres pensées du Bouddha. Mais cela ne signifie pas pour autant qu'il ne faille pas les examiner. La conviction la plus forte est celle qui se base sur l'examen et l'analyse.

SARVA MANGALAM

---

<sup>10</sup> De Nagarjuna.

Aussi infime que soit le mérite gagné ici avec effort,  
Puisse t-il se changer rapidement  
en causes de libération  
Pour tous les êtres doués de sensibilité  
des six sphères d'existence  
Qui ont tous été mes parents,  
Afin de pouvoir les sauver et les protéger  
De la peur et de la crainte d'être tué !  
Force du bénéfice de la sagesse, de la compassion  
et du pouvoir  
Seigneur aux trois serments<sup>11</sup>, toi,  
dénommé à juste raison  
Unité des Seigneurs  
des trois familles de bouddhas<sup>12</sup>,  
Divinité aux confins du Tibet<sup>13</sup>,  
Ô Insurpassable Tenzin Gyatso,  
Je t'en prie,  
demeure encore pour des milliards de cycles cosmiques.  
Puisse la force de la pratique,  
Puisse la force des méthodes principales  
de la cessation de la souffrance  
Qui sont la bonté aimante, la compassion,  
la générosité, la patience et  
La sagesse – antidote de l'ignorance –  
Devenir victorieuses !  
Puissent la paix et la félicité se multiplier !

---

<sup>11</sup> Les voeux de pratimoksha, de bodhisattva et de tantra.

<sup>12</sup> Manjushri, Avalokiteshvara, Vajrapani.

<sup>13</sup> Littéralement: « Divinité destinée au Tibet », Avalokiteshvara.

Puisse Sa Sainteté le Dalai-Lama jouir d'une longue vie  
et parachever son œuvre pour la paix dans le monde,  
la liberté de croyance et de pratique de toutes les religions !

Puissent toutes les religions être pratiquées  
dans la liberté et l'harmonie grandissantes !

Puissent les difficultés entre le Tibet et la Chine  
se régler dans la paix !

Puisse l'enseignement du bouddhisme  
apporter ses bienfaits à tout l'univers !

Puissent l'amour et la compassion continuer à se développer !

Puissent tous les maîtres et les saints du Hinayana,  
Mahayana et Vajrayana bénéficier d'une longue vie  
et recueillir le fruit de leurs efforts !

Puisse Lama Zopa Rinpoché,  
directeur spirituel de la Fondation pour la Préservation de la Tradition du Mahayana,  
vivre longtemps et voir ses vœux se réaliser,  
en particulier le projet Maitreya !

Puissent tous les êtres sensibles être libérés  
de la souffrance d'être tué !

## Références aux Écritures

Soutra de l'Arya Lankavatara Q775 ngu 165a7-ngu 172b

Soutra de l'Arya Angulimala (sor phreng gi mdo) : Q879 tsu 133b2-tsu 214b8

Soutra de l'Arya Lankavatara (lang kar gshegs pa'i mdo) : Q775 ngu 310b-313a8

Vinaya-Vastu Q 1030 khe 260a4-nge 47b6

Édition de Pékin du Kangyur tibétain

Karma vibhanga (las rnam par 'byed pa) : Q1005 Za 287b-288b

Soutra du Saddharma-smrtyupasthana (dam pa'i chos dran pa nyer bzhag gi mdo) :

Q953 hu 101b-102b

Soutra du Dasacakra-kshitigarbha ('das pa chen o las sa'i snying po'i 'khor lo bcu pa) :

Q905 wu 216a-217b

Dhammapada : dixième chapitre