

## Souhait spontané

À défaut d'une réalisation de vacuité<sup>1</sup>,  
Au moins s'exiger la compréhension de la Vue.

À défaut de cette compréhension,  
Au moins s'adonner aux trois applications<sup>2</sup>.

À défaut d'une pratique concluante,  
Au moins faire usage des trois entraînements<sup>3</sup>.

À défaut d'un bon usage de ces trois,  
Au moins clarifier son aspiration et son objet (l'Éveil).

À défaut d'une aspiration déterminée,  
Au moins envisager les méfaits de la soif.

À défaut de vouloir raisonner,  
Au moins constater nos insatisfactions (doukha).

À défaut d'en comprendre la cause,  
Au moins ne pas s'y complaire.

À défaut de pouvoir s'aider soi-même,  
Au moins ne pas se refuser d'aider autrui.

À défaut de pouvoir aider l'autre,  
Au moins essayer de le comprendre.

Ne cherchant plus de faute en l'autre,  
Nous restons l'ami de tous les êtres.

Par la compréhension et l'empathie,  
Nous restons en accord avec notre nature ultime<sup>4</sup>.

Sincère en notre âme et conscience,  
Nous exauçons le souhait spontané<sup>5</sup>  
Qui sommeillait en notre cœur intime.

*Lama Shérab Namdreul, décembre 2018*



<sup>1</sup> Selon certaines classifications, il est dénombré 20 vacuités. Cf. Soleil de Sagesse (Éd. Yogi Ling)

<sup>2</sup> Vue, méditation et conduite

<sup>3</sup> Écoute, analyse et méditation (expérimentation)

<sup>4</sup> Bodhicitta : Nature primordialement éveillée de notre esprit avec laquelle nous devons nous recontacter en générant les dix paramitās.

<sup>5</sup> Pranidhāna (8<sup>e</sup> paramita). Amener à son excellence (paramitā) le souhait (tib. Meun Lam) inhérent à notre Bodhicitta œuvre spontanément (tib. Meun Lam Lhun Gyi Droup)