

1. EN INTRODUCTION= Le Président rappelle que deux conférences restent au programme avant la clôture de la saison universitaires : l'une porte sur LES BRETONNES RESISTANTES et l'autre traitera de LA MÉMOIRE. La sortie du 15/06 au jardin des Pépin à Cesson Sévigné a également été abordée : les personnes intéressées (elles sont actuellement 13 pour 25 places possibles) doivent se faire connaître au plus vite. Ce jour, 100 personnes assistent à une sorte de première : un moine bouddhiste nous accorde un temps de conférence et de débat : Mr PUNTHOK a découvert le bouddhisme en s'occupant de l'accueil des moines bouddhistes dans le cadre d'une association caritative.
2. PRESENTATION GENERALE= Le bouddhisme est composé de trois courants dont la transformation intérieure ET l'écoute des autres / C'est un terme occidental qui se réfère au Buddha (-2500 ans) / il évoque un état de béatitude, de réalisation spirituel et d'éveil en Inde ET ses enseignements ont donné trois écoles. Jigme PUNTHOK est moine depuis 24 ans, il a auparavant travaillé à Paris, dit avoir eu à l'époque le souci au niveau professionnel dans la grande entreprise publique où il exerçait. Il nous révèle également qu'il intervenait au sein d'une association relative aux réfugiés tibétains et se définit comme réservé par rapport à toute religion en ces temps. En Inde, il a rencontré à DHAM EL SALLA des gens qui l'ont beaucoup touché et au final il a étudié le bouddhisme. Une fois rentré en France, il est devenu moine et a appris les textes et s'est initié aux pratiques spirituelles. Il réside au centre du DARMA à PLOURAY avec 25 autres moines ou moniales. Les activités s'apparentent à celles d'un monastère / c'est un lieu accueillant des laïcs hommes et femmes ET souvent la méditation nécessite des retraites en solitaire.
3. LE BOUDDHISME EN GENERAL = au Tibet, les pratiquants sont appelés NOPKA soit ceux qui se tournent vers l'intérieur et contrairement à toute religion un dieu créateur n'existe pas. Le bouddhisme serait plutôt une philosophie mais à la limite ce terme est un peu restrictif, on parlerait plutôt d'UN CHEMIN DE TRANSFORMATION INTERIEURE car il transcende tous les courants spirituels. Le but est donc de répondre à deux exigences : ESSAYER D'ETRE HEUREUX et SOUFFRIR LE MOINS POSSIBLE ; ces 2 aspirations sont basiques. Le bouddhisme suggère un enseignement de méthodes pour que l'on soit le plus heureux possible. Le Buddha Père Roi au Nord de L'Inde est le socle de tout / son fils prince avait tout pour lui : beauté, richesse, un environnement affectif idéal...mais à 29 ans, il ne veut plus de cette situation idéale car dit-il elle ne durera pas, un jour il faudra faire l'expérience de la vieillesse, de la maladie et de la mort donc, dit-il, il faut sortir de tout cela. Il finit par renoncer à tous ses privilèges. En réalité, LE BONHEUR ne s'inscrit pas dans la durée, on va forcément un moment ou à un autre connaître la frustration. Le BONHEUR est fragile car on peut vivre un certain inconfort au travail, les pertes d'êtres chers vont forcément survenir. Le Buddha, voilà 25 siècles, a fait une analyse stricte ; il s'est consacré à la quête spirituelle et à l'époque en Inde on cherche des réponses dans l'absolu. Il va quitter son palais pour six ans d'austérité et atteint L'EVEIL et réalise LA SAGESSE. On atteint le SANGHIE qui signifie que l'on a purifié notre esprit et développé nos qualités. Selon Le Bouddha, on peut s'épanouir pour ne plus souffrir malgré la maladie. Le potentiel, nous l'avons tous en nous. Le développement de l'amour, de la compassion illimitée. Le Bouddhisme est vraiment à part / il respecte ce qui est exploration intérieure / il cherche les causes de la souffrance et on va donc agir sur ces causes et la souffrance va disparaître. Aujourd'hui, via les médias, la souffrance imprègne nos existences et donc cette « voie intérieure » est une excellente alternative.

4. PAR RAPPORT A LA SOUFFRANCE= 3 éléments expliquent la souffrance : la création divine d'une part, le facteur loterie ou hasard ET le fait que nous sommes directement causes de nos souffrances (la pomme s'explique par la graine, le pépin), donc le résultat est identique à la cause. Nous avons semé une graine cause de souffrance pour autrui puis on a récolté le fruit de cette graine et inversement si on sème une graine de bonheur on récoltera donc un fruit positif, c'est ce qu'on peut appeler la loi de la causalité. En fait, nos actes ont besoin de causes premières ou secondaires. Le Bouddhisme intègre le fait qu'on a connu une multitude de vies. EXEMPLE= Une guerre déclenchée par Poutine : celui-ci semble heureux, paisible mais on peut s'interroger sur la causalité. A-t-elle fonctionné ? La justice humaine n'est passée mais un jour il faudra inévitablement payer la facture. Dans la tradition chrétienne, il existe un résultat à nos actes : si nous sommes vertueux, la perspective du paradis s'ouvre à nous et inversement si nous avons mené des actions peu vertueuses notre sort sera tout autre. Trois destinations sont donc possibles : le paradis, l'enfer ou le purgatoire. Pour les bouddhistes, les trois combinaisons sont possibles car on se place dans l'hypothèse de plusieurs existences. En réalité, le bonheur ne dépend pas de l'extérieur, il ne dépend que de nous. A cela, le Bouddhisme répond : la cause de nos souffrances, ce sont nos actes négatifs du fait de L'ESPRIT / DU CORPS / DE LA PAROLE. PAR L'ESPRIT : nous montrons trop de haine, de colère ou d'orgueil. PAR LE CORPS : on tue des humains ou des animaux, on vole, nous sombrons dans une sexualité erronée source de souffrance. PAR LES PAROLES : nous pouvons tromper, mentir, manipuler, proférer des paroles qui sèment la discorde. En fait, nos actes négatifs sont source de perturbation et de poison pour notre esprit. Si nous parvenons à éliminer ces causes et si nous développons l'amour, la compassion, alors tous nos actes seront bienfaiteurs. Le Bouddhisme nous fait éradiquer ces tourments de l'esprit et nous aide à optimiser nos vertus.
5. TROIS POINTS A RETENIR : NE PAS NUIRE AUX AUTRES / ETRE BENEFIQUE AUX AUTRES via l'entraide, la générosité / CONTROLER SON ESPRIT. Le problème des religions, quelles qu'elles soient, c'est qu'elles sont prisonnières de dogmes et ainsi la spiritualité peut disparaître. En clair, peut-on tuer par amour et viser le paradis ? « la croyance doit être fondée sur la raison. Dans le bouddhisme, le prosélytisme est banni. On se transforme en se remettant en question, car on voit plus aisément le mal chez l'autre. Le Bouddhisme a une approche pragmatique, on part de son expérience et on se demande alors comment modifier les choses ? Dans nos sociétés, l'égotisme recherche la satisfaction à court terme, on s'imagine que la possession est forcément synonyme de bonheur. Le problème est que la frustration guette rapidement. Si la planète part à sa perte, la cause est probablement spirituelle. La richesse, c'est finalement SE CONTENTER mais dans les faits on souffre beaucoup alors qu'on ne manque de rien au niveau santé, éducation etc... Le problème est dans notre esprit, on manque de sagesse. EXEMPLE : on ne respecte pas la nature, nos esprits sont pollués, plutôt impurs et les religions ont globalement un peu fait faillite. Néanmoins, nous nous devons de ne pas être pessimistes, il faut relativiser les choses.
6. L'AMOUR ET LA COMPASSION s'inscrivent dans le cheminement du bouddhiste. Il faut CONTROLER SON ESPRIT par le biais de la méditation pour éliminer toute forme de perturbations comme la colère, la jalousie. MEDITER suppose une prise de distance, au lieu d'agir, d'intervenir face à la haine par exemple. Ainsi, il est possible d'accéder à LA LIBERTE car on dresse notre esprit qui lui seul décide. Selon les pays, les méthodes de méditation sont différentes mais la finalité reste la même. Si on ne parvient pas à se défaire des diverses perturbations, on risque de les retrouver dans des vies prochaines. En fait, à travers nos cinq sens, nous n'avons qu'un bonheur durable, non authentique. LE SLOGAN APPROPRIE est « Ma

religion c'est l'amour et mon temple c'est le cœur ». Le Bouddhisme signifie le respect des autres / la tolérance et l'amour...c'est à la fois simple et compliqué.

7. COMMENTAIRES APPORTES PAR MR PUNTOK
8. A. LA TENUE DU MOINE= Le bouddhisme a d'abord mis l'accent sur LE RENONCEMENT donc le moine a un bras nu / une tenue bordeaux haut jaune en référence aux vœux de chasteté et à l'éthique dans la société. Le bonnet ou le chapeau nous renvoient à des écoles tibétaines créées au 13^{ème} siècle. Le vêtement rappelle le vœu, l'engagement indique qu'on a renoncé à la vie mondaine.
9. B. LA DELINQUANCE DANS LES PAYS BOUDDHISTES= sans doute moins forte qu'ailleurs. L'imprégnation culturelle de ce courant fait que les meurtres et délits divers sont globalement moins nombreux.
10. C. LE BOUDDHISME A-T-IL UNE INFLUENCE SUR LA NOURRITURE ? Tout repose sur des choix / aucune obligation / dans la pratique beaucoup de végétariens dans ces pays. Même un laïc bouddhiste ne consomme pas d'alcool : l'alcool intoxique et donc on ne pourra pas maîtriser son esprit. La plupart des pratiquants sont végétaliens. Toute forme de fanatisme est également bannie : le DAIL LAMA malade, souffrant d'une hépatite, on lui a conseillé de manger et donc la rigidité ne s'impose pas d'elle-même. En réalité, si on aime les animaux, on ne peut pas les tuer et encore moins les consommer.
11. D. ADORE-T-ON UNE IDOLE ? On respecte, on vénère plutôt un être qui a réalisé la purification de l'esprit et a obtenu une sagesse et est devenu un être éveillé et non un créateur comme dans les différentes religions. Il n'existe aucune nécessité de prier pour obtenir une récompense ou pour le pardon des péchés. En fait, on réalise une épreuve pour se transformer, s'améliorer. LA PRIERE, on va l'offrir à celui ou à celle qui en a besoin. Par rapport aux MOULINS A PRIERES , aux RELIQUAIRES : ce sont des supports sacrés pour devenir quelqu'un d'autre intérieurement. Les prières ne passent donc pas par un Dieu créateur. A noter que Saint François D'Assise tout comme le curé d'Ars ont eux aussi opéré une transformation intérieure. Au final, les supports sacrés sont de simples outils pour accéder au sacré
12. E. LE FONCTIONNEMENT De LA COMMUNAUTE= Les moines ne travaillent pas / ils ne sont pas pris en charge par la communauté / ils doivent donc s'assumer et subvenir à leurs besoins et donc ils doivent en quelque sorte être aidés par leur famille ou avoir une fortune personnelle. Mr Punthok a continué son travail antérieur. Le centre de Plouray vit grâce à la boutique, les dons, les séminaires ou les retraites pour couvrir les frais. Les fonds collectés vont à l'entretien ; le moine finance son habitation, en somme « on vit avec très peu mais on ne manque de rien ». Tout n'est pas parfait cependant : dans certains pays, des dérives ont été constatées (F.des moines circulant en grosses voitures en Thaïlande !)
13. F. L'ORGANISATION DU CENTRE= Le centre est reconnu congrégation religieuse par décision du Conseil des Ministres. D'autres ont un statut d'associations culturelles ou cultuelles. Plouray fonctionne presque comme TIMADEUC, cela signifie qu'il y a donc un supérieur élu, un chapitre ET les statuts sont approuvés par le bureau des cultes du ministère de l'intérieur depuis 2004. Concernant la fiscalité, elle s'apparente à celle des congrégations.
14. G. LA PLACE DE LA FEMME= Pas de différence Homme-Femme / on invite des lamas hommes ou femmes pour enseigner les pratiques bouddhistes. Pendant longtemps, on a relevé une dominante masculine mais au fil du temps un rééquilibrage a été réalisé.
15. H. ET APRES LA MORT= pour les religions « classiques », quelque chose continue car trois destinations sont possibles. Les bouddhistes ne se soucient pas trop de l'après. La mort est perçue comme une des méditations majeures pour conscientiser la brièveté de l'existence.

16. I. LE RENONCEMENT A LA SEXUALITE= Le bouddhisme n'a jamais dit que la sexualité devait être abandonnée ; celle-ci peut mener à une forme d'épanouissement. Néanmoins, si une sexualité existe, cela peut supposer famille et enfants et donc on sera moins disposé pour un véritable cheminement spirituel. En renonçant à la sexualité, on peut être plus utile aux autres, plus disponible et donc effectuer des actes plus généreux. Autrefois, les moines rentraient très jeunes (7-8 ans) et devenus adolescents ils faisaient leur choix. 50% choisissaient une vie de couple et si un conjoint décédait, il revenait parfois volontiers au monastère. Il s'avère que la sexualité peut être source autant d'épanouissement que de souffrance.
17. J. REMARQUES GENERALES TOUS AZIMUTS= Les bouddhistes croient à la réincarnation. Mr Puntok nous confie que dans la réincarnation tout est possible ; ainsi dans une autre vie, on peut devenir cheval ou autre. Y'a rien après la mort ? pas si sûr et on évite d'ailleurs les réponses toutes faites. En réalité, les graines qu'on sème s'épanouissent dans une autre vie. AUTRE OBSERVATION : on peut être bouddhiste sans être moine ET l'étude des textes, la pratique sont illimitées. Devenir moine n'exige pas nécessairement beaucoup de temps. Le DALAI LAMA teste les motivations et donne son ressenti et sa réponse. Durant six mois, un an on sera novice puis on effectuera un essai, une période probatoire ET ultime étape les vœux définitifs.

Compte-rendu : Michel Lambert, secrétaire UTL Guichen