

# LES 3 VÉHICULES DU BOUDDHISME

## **Le Theravada ( petit véhicule ou voie des anciens )**

Le Theravada se trouve, principalement, au Sri-Lanka, au Myanmar, en Thaïlande, en Laos et au Cambodge.

Les bouddhistes du Theravada ont comme objectif d'atteindre le Nirvana ( Extinction du désir humain, entraînant la fin du cycle des réincarnations ), cette quête est vue comme une démarche individuelle, qui demande un long travail sur soi et de gros efforts. Ils s'efforcent de suivre le modèle des *arhat* (Des sages) qui ont atteint le Nirvana.



## **Le Mahayana ( grand véhicule )**

Le Mahayana se trouve, principalement, en Chine, en Corée, au Japon et au Vietnam.

Beaucoup de personnes connaissent ce véhicule sous le nom "Zen". Ils suivent le modèle des "bodhisattvas", des êtres "de pure compassion", à la bonté infinie, qui renoncent à leur propre délivrance pour se consacrer à celle de tous. Les bouddhistes Mahayana, ont aussi comme objectif d'atteindre le Nirvana. Ils promettent à tout le monde le Nirvana, religieux et laïques. Les Mahayananiens sont très ouverts et ils acceptent toutes sortes d'évolutions.

**"Celui qui est le maître de lui même est plus grand que celui qui est le maître du monde."**

## **Le Vajrayana ( Véhicule de diamant )**

Le Vajrayana se trouve, principalement, au Tibet, au Népal, au Bhoutan, en Mongolie et dans le nord de l'Inde.

Le bouddhisme Vajrayana est réputé pur et tranchant comme le diamant. Selon quelques personnes, il est la voie la plus rapide pour atteindre le nirvana. On le nomme aussi "bouddhisme Tibétain", parce qu'il est rempli de culture tibétaine, ou "bouddhisme tantrique", car il se réfère aux tantras. Les tantras sont des textes mystérieux, qui nécessitent les explications de maîtres spirituels, appelés lamas.

# LA RÉINCARNATION CHEZ LES BOUDDHISTES



## Définition de la réincarnation

- Incarnation dans un nouveau corps (d'une âme qui avait été unie à un autre corps).

## Introduction:

Pour pouvoir se réincarner et atteindre un haut degré de spiritualité, il serait idéal de renoncer à tous les désirs de ce monde et d'atteindre l'"éveil". Pour pouvoir atteindre l'éveil, il serait question de vivre le moment présent le plus souvent possible, au début on peut commencer avec diverses pratiques telles que la méditation, la pleine conscience, le yoga, la prière, la contemplation, les retraites spirituelles, la lecture, etc... Il est dit que l'âme est éternelle, même après la mort notre âme continue à vivre. Si l'individu en question a atteint ce haut degré de spiritualité, il serait capable d'influencer sur son propre destin en transmettant son esprit ou âme dans une vie après la mort. L'âme va se mettre dans un "autre" corps ( Plante, animale, autre humain, etc...).

Mais attention! On n'est pas obligé d'atteindre l'éveil pour se réincarner!

**“Si le problème a une solution il ne sert à rien de s'inquiéter. Mais s'il n'y a pas de solution, s'inquiéter ne changera rien.”**

- Siddhartha Gautama (Bouddha)

## Réincarnations au Tibet

Les personnes qui ont atteint la réalisation et qui ont maîtrisé la loi du Karma peuvent choisir de renaître pour aider les autres sous une autre forme. Lorsqu'un maître ayant atteint cette réalisation meurt, il ou elle laisse parfois des indications très précises sur le lieu de sa renaissance. Quand un enfant est découvert, c'est ce maître qui établit sa légitimité. Le but véritable de cette tradition est d'assurer que la mémoire de la sagesse de ces maîtres ne se perd pas.

## Enterrement dans le ciel ou Sky burrial ( en anglais )

L'enterrement dans le ciel est la méthode la plus typique pour un ( bouddhiste ) Tibétain. L'enterrement dans le ciel est une cérémonie où les corps sont offerts aux éléments de la nature et aux animaux, plus précisément, les rapaces.

Comment préparer un enterrement dans le ciel? Pour préparer cette cérémonie, il faut laisser les morts, intacts, pendant trois jours, pendant que les moines récitent et chantent des prières autour du mort. Le corps est, après, nettoyé, mis en position fœtale et emballé dans un tissu blanc. Les moines commencent l'enterrement dans le ciel avec des chants et des encens de genévrier brûlant autour du corps pour attirer les rapaces. Après, le corps est déballé et est coupé en morceaux par un rogyapas ("briseur de corps") pendant que des rapaces volent au-dessus de la cérémonie. Une fois terminé, le rogyapas recule, permettant aux oiseaux ou rapaces de se précipiter et de couvrir le corps.

Cette cérémonie sacrée est le moyen le plus courant d'être envoyé dans la vie suivante dans la culture tibétaine.



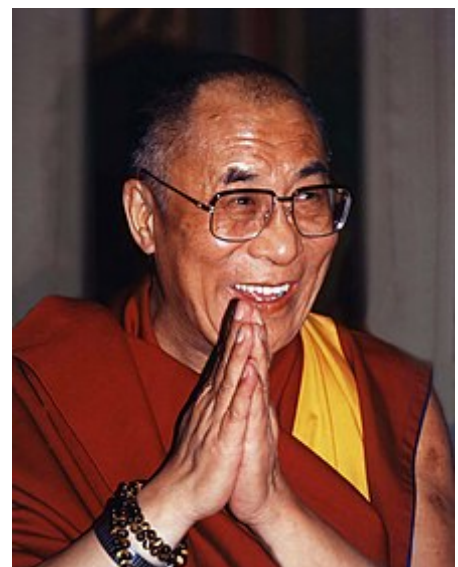
- Image d'une cérémonie de l'enterrement dans le ciel ( Tibet )

## Peut-on se réincarner en Bouddha? Le Dalaï-lama (Tulku)

Il n'est pas possible de se réincarner dans un Bouddha, mais il est possible de se réincarner dans une personne attend d'un très haut degré de spiritualité et de "sagesse". Par exemple, un Dalaï-lama (qui veut dire Océan de Sagesse) est considéré comme le plus haut chef spirituel du bouddhisme tibétain. Il est dit que les Dalaï-lamas de haute spiritualité possèdent les trois "corps" (ou dimensions) d'un bouddha:

1. L'esprit éveillé, libre de tout obstacle de toute impureté (Le Dharmakaya).
2. Le corps de la joie et de la lumière (Le Sambhogakaya).
3. Le corps tangible (physique) d'un bouddha dans le monde humain (Le Nirmanakaya).

Le Dalaï-lama réuni c'est trois corps, la raison pour laquelle il est le chef spirituel chez les tibétains.



- Lhamo Thondup (le 14ème Dalaï-lama du Tibet).

## Réincarnations au Japon

Les Bouddhistes Japonais utilisent la nature comme guide de la réincarnation. Ils utilisent plus précisément les saisons, par exemple: les symboles pour le printemps, sont les fleurs de cerisier, pour l'automne, les feuilles d'érables, etc... Pourquoi? Parce que rien ne vit éternellement, la nature montre ça tout les jours (dans le cycle de la vie). Le printemps représente la naissance, l'été représente la vie, l'automne représente la préparation de la mort et l'hiver représente la mort. Chez les bouddhistes japonais, se cycle serait: Enfance → beauté → apogée → disparition de la beauté, et après: renaissance → apogée → mort → passage à un état latent. La nature représente le passage du temps. Dans le temps il y a le vide, les bouddhistes japonais n'essaient pas de remplir ce vide, le but est d'être conscient de ce vide.

Cette impermanence des choses et la conscience de celle-ci, sont ce qui a amenés les Japonais à développer avec le temps les notions d'un monde flottant et du *iki* ( le bon goût, la simplicité et la sophistication). Prototype du *iki* :

« Vivre uniquement dans le moment présent, se laisser absorber par la beauté de la lune, de la neige, les cerisiers en fleurs ou les feuilles d'érables, chanter, boire, être heureux en se laissant aller sans effort, affronter l'adversité avec une suprême indifférence, se refuser au découragement et comme le jonc, se rendre à la force du courant, cela est le monde éphémère et flottant. »

Le bouddhiste japonais, le *zenista*, est censé ne pas manger de viande ni de poisson, mais si parfois il en mange ce sera après avoir adressé des remerciements à l'animal. Il récite des sustras ("règles") mais il est convaincu qu'en s'asseyant simplement en silence il peut arriver à atteindre l'illumination.



**“En ultime analyse, toute chose n'est connue que parce que l'on veut croire la connaître.”**

- Koan zen

## Réincarnations en Thaïlande

Les bouddhistes Thaïlandais croient plutôt dans la réincarnation sous forme animale. Par exemple, dans une histoire de Pla boo Thong: L'âme d'une mère souffrante se réincarne dans le corps d'un poisson pour prendre soin de sa fille. Un autre exemple: Un Thaïlandais a épousé un serpent parce qu'il croyait que c'était la réincarnation de sa femme décédée. Ils croient aussi que un aniamle qui est "déformé", est un esprit d'une personne réincarnée; beaucoup de thaïlandais pensent que les animaux déformés portent bonheur.



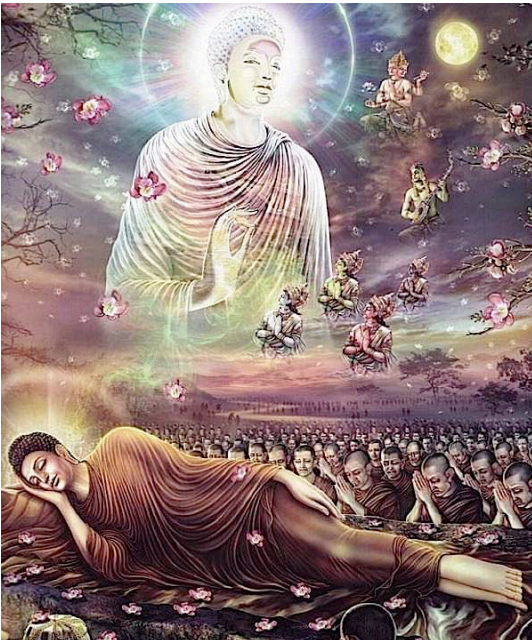
- Une creature mythique de Thaïlande



- Thaïlande: Temple Bouddhist

## Qu'est ce que le Nirvana?

Dans chaque véhicule du bouddhisme on parle du NIRVANA, mais personnellement, la première fois que j'ai entendu ce "mot", je ne savais pas de quoi on parlait.



- Jour du Nirvana du Bouddha :  
célébrations du jour du Parinirvana

NIRVANA:

- N = Non attachement
- I = Impermanence
- R = Mode de vie juste
- V = Valeurs
- A = Abstinence de cupidité, de haine et d'envie
- N = Nourrir la pleine conscience
- A = Attribut de sympathie et de gentillesse.

Le Nirvana est une façon d'être, cette façon d'être est la solution à une vie sans souffrance, au bonheur et au bien-être. Beaucoup de personnes connaissent le nirvana sous le nom de l'éveil.

**“Tout bonheur en ce monde vient de l'ouverture aux autres, toute souffrance vient de l'enfermement en soi même.”**

- Siddhartha Gautama (Bouddha)

## **Êtes-vous guidé pour aller de l'autre côté?**

L'idéal pour un bouddhiste est de mourir avant son maître. De cette façon, son maître pourra le guider vers l'autre côté pendant que le bouddhiste est sur son lit de mort. Je vais vous écrire un extrait d'une histoire pour que vous puissiez mieux comprendre :

“... La mort de Samten ne fut pas aisée. Le son de sa respiration laborieuse nous poursuivait partout, ainsi que l'odeur provenant de la détérioration de son corps. Hormis le bruit de cette respiration, un silence absolu régnait dans le monastère. Toute l'attention était focalisée sur Samten. Pourtant, bien qu'il y eût tant de souffrance dans cette mort qui n'en finissait pas, nous pouvions tous sentir qu'au plus profond de lui, Samten était habité par la paix et la confiance intérieures. Au début, je ne pouvais m'expliquer d'où celles-ci provenaient mais, par la suite, je réalisai que c'étaient sa foi, son entraînement spirituel et la présence de notre maître qui les lui donnaient. Et malgré ma tristesse, je savais que si **notre maître était là, tout irait pour le mieux car il serait capable de guider samten vers la libération. Par la suite, j'appris que le rêve de tout pratiquant est de mourir avant son maître et de connaître la chance exceptionnelle d'être guidé par lui au moment de la mort. En guidant paisiblement Samten durant sa mort**, Jamyang Khyentsé l'introduisait aux différentes étapes du processus qu'il traversait, l'une après l'autre. La précision de sa connaissance, son assurance et sa paix me stupéfiaient. Sa présence ferme et tranquille aurait rassuré la personne la plus angoissée...”

- *Le livre tibétain de la vie et de la mort* - Sogyal Rinpoché

En conclusion, oui, les bouddhistes croient et sont guidés pour aller de l'autre côté par leur maître.



## Sources:

- <https://dictionnaire.lerobert.com/google-dictionnaire-fr?param=r%C3%A9incarnation>
- Death and Reincarnation in Tibetan Buddhism = In-between bodies - Tanya Zivkovic
- Le livre tibétain de la vie et de la mort - Sogyal Rinpoché
- La beauté et la mort au Japon - José Pazó
- Explication approfondie des 3 véhicules
- Superstitions Regarding Animals: Mutation and Reincarnation in a Thai context - Sinnoo Parinyaporn
- NIRVANA: Where the mind leads the way - Dr. Pooja Wadhawan & Dr. Hemlata Krishnani