

Bienvenue à toutes et à tous dans cet espace dédié à la méditation avec le Bouddha de Médecine Sangyé Menla

TAYATA AUM BEKHADZE BEKHADZE
MAHA BEKHADZE RADZA SAMUN GATE
SOHA (neuf fois).

Bien aimé Sangyé Menla, Maître de la médecine, Maître de la médecine, Grand Maître de la médecine, Maître et Roi de toutes les transmissions, fonds-Toi en Moi.

PRISE DE REFUGE

Je remercie tous les Bouddhas du passé, tous les Bouddhas du présent et tous les Bouddhas du futur de m'apporter leur aide, leur soutien et leur assistance tout au long de cette pratique, pour le plus grand bien de tout ce qui a été, de tout ce qui est, de tout ce qui sera.

En le Bouddha, en le Dharma, en la Sangha, je prends refuge jusqu'à l'éveil.

En le Guru, en le Yidam, en la Dakini, je prends refuge jusqu'à l'éveil.

En mon propre esprit, en mon propre esprit, en mon propre esprit, je prends refuge jusqu'à l'éveil.

TAYATA AUM BEKHADZE BEKHADZE
MAHA BEKHADZE RADZA SAMUN GATE
SOHA (neuf fois).

PRATIQUE PRELIMINAIRE

Bien aimé Sangyé Menla, tu te dresses devant moi, resplendissant de lumière, de bienveillance, de bonté, de compassion, de générosité, de sagesse, de sérénité.

Bien-aimé Sangyé Menla, je te salue par le corps, par la parole et par l'esprit, je te remercie et je te rends grâce pour les douze voeux que tu as faits afin d'aider tous les êtres sensibles à échapper à la souffrance en les aidant à devenir semblables à toi.

Je te remercie de me faire profiter de la bénédiction qu'apporte la réalisation de tes douze vœux afin que je puisse moi aussi atteindre l'éveil en cette vie, avec ce corps, dans le but ultime d'aider tous les êtres sensibles à échapper à la souffrance, et que pour cela je puisse moi aussi participer à répandre sur le monde l'ineffable lumière du Dharma.

Je te remercie donc de me donner la guérison sur tous les plans, c'est à dire

la SANTE,

la LONGEVITE,

l'ABONDANCE,

l'HARMONIE,

l'ACUITE MENTALE, INTELLIGENCE ET MEMOIRE,

la COMPREHENSION DE LA BODDHICITTA par la compréhension des quatre incommensurables,

l'amour inconditionnel,

la compassion infinie,

la joie empathique,

l'impartialité équanimité,

qui mènent à l'esprit d'éveil dans la Boddhicitta.

la COMPREHENSION DE LA BODDHICITTA par la compréhension de ses deux piliers

MANI, le joyau, symbole de la sagesse de la compassion,

PEMA, le lotus, symbole de la sagesse de la vacuité,

la COMPREHENSION DE LA BODDHICITTA par la libération des cinq Kléshas ou cinq poisons et par leur transformation en cinq sagesse, je te remercie donc de me libérer

de la colère, qu'elle soit transformée en la sagesse du discernement,

de la jalousie, qu'elle soit transformée en la sagesse de l'efficacité harmonieuse,

de l'attachement, qu'il soit transformé en la sagesse de la compassion, de l'empathie, de l'amour,

de l'orgueil, qu'il soit transformé en la sagesse de la dignité et de la confiance en soi,

de l'ignorance, qu'elle soit transformée en la sagesse de la contemplation méditative.

Afin que je puisse dans la paix et la sérénité accomplir la tâche qui m'incombe en cette vie et que je puisse par la pratique du DHARMA atteindre l'éveil en cette vie, avec ce corps, dans le but ultime d'aider tous les êtres sensibles à échapper à la souffrance et que je puisse pour cela participer à répandre sur le monde l'ineffable lumière du DHARMA.

Que je puisse étudier le DHARMA, comprendre le DHARMA, mémoriser le Dharma, pratiquer le DHARMA, transmettre le DHARMA s'il est pour moi légitime de le transmettre.

TAYATA AUM BEKHADZE BEKHADZE
MAHA BEKHADZE RADZA SAMUN GATE
SOHA (neuf fois).

GURU YOGA

Bien aimé Sangyé Menla, tu te dresses devant moi, resplendissant de lumière.

De ton front jaillit le AUM, la bénédiction de tous les Bouddhas, la lumière blanche comme le cristal de roche qui frappe mon front, pénètre mon être et l'imprègne sur tous les plans en me purifiant de tous les karmas négatifs que j'ai pu accumuler par le corps.

De ta gorge jaillit le HA, le souffle de Chenrézig, la compassion infinie, la lumière rouge comme le cristal de rubis qui frappe ma gorge, pénètre mon être et l'imprègne sur tous les plans en me purifiant de tous les karmas négatifs que j'ai pu accumuler par la parole.

De ton coeur jaillit le HOUNG, l'esprit, la lumière bleue comme le cristal de lapis-lazuli, la lumière bleue avec laquelle on ne triche pas, qui frappe mon cœur, pénètre mon être et l'imprègne sur tous les plans en me purifiant de tous les karmas négatifs que j'ai pu accumuler par l'esprit.

De ton ventre jaillit la syllabe germe de Chenrezig HRI, la compassion infinie, la lumière de la Divine Force Universelle Créatrice à l'infini pouvoir de guérison, de protection et de purification qui frappe mon ventre, pénètre mon être et m'imprègne sur tous les plans de l'énergie divine d'amour, de compassion, de purification, en me purifiant de tous les karmas négatifs que j'ai pu accumuler par le corps, par la parole et par l'esprit.

TAYATA AUM BEKHADZE BEKHADZE
MAHA BEKHADZE RADZA SAMUN GATE
SOHA (neuf fois).

Bien-aimé Sangyé Menla, devant moi ton corps se sublime en lumière bleue rayonnante qui s'expande et vient jusqu'à moi. Cette lumière bleue rayonnante se positionne au-dessus de ma tête et imprègne tout mon être sur tous les plans après avoir pénétré par l'orifice de Brahma.

Mon être sur tous les plans, physique, mental, spirituel, corps, parole et esprit, devient lumière bleue rayonnante, chacun des organes, chacune des cellules, des bactéries, des molécules, chacun des atomes, chacune des particules de matière ou d'énergie jusqu'aux plus infimes, jusqu'aux

plus infinitésimales qui me composent deviennent cette lumière bleue rayonnante à l'infini pouvoir de guérison, de protection et de purification.

Je suis maintenant semblable au Bouddha de Médecine, conformément à ses vœux, je suis un Etre Eveillé.

Je suis le Bouddha de médecine.

TAYATA AUM BEKHADZE BEKHADZE
MAHA BEKHADZE RADZA SAMUN GATE
SOHA (neuf fois).

La lumière bleue dont je suis constitué s'expande autour de l'espace que j'occupe, cette lumière rayonnante emplit cette pièce, cette maison, ce village ou ce quartier, cette ville, cette région, ce pays, la terre tout entière, notre système solaire, notre galaxie, toutes les galaxies, jusqu'aux confins de l'Univers, de l'espace et du temps, en touchant au passage tous les êtres sensibles et tous les êtres de lumière.

Depuis les confins de l'Univers, de l'espace et du temps, des galaxies, cette lumière, comme une bénédiction, c'est une bénédiction, me revient jusqu'à l'espace que j'occupe en cet instant, depuis toutes les galaxies jusqu'à notre galaxie, notre système solaire, notre planète, ce pays, cette région, cette ville, ce village ou ce quartier, cette maison, cette pièce.

Je suis un Etre de Lumière connecté avec l'Univers, tout en restant moi-même je me fusionne avec la Matrice Universelle et je demeure en cet état de grâce permanent.

Je suis en connexion fusionnelle avec l'Univers.

Je suis en connexion fusionnelle avec tous les êtres, avec la vie.

Je suis en connexion fusionnelle avec le Bouddha de Médecine Sangyé Menla.

Je suis l'Univers. Je suis la vie. Je suis Sangyé Menla.

L'éveil est connexion.

TAYATA AUM BEKHADZE BEKHADZE
MAHA BEKHADZE RADZA SAMUN GATE
SOHA (neuf fois).

DONNER DE L'ENERGIE A L'HUMANITE

Bien-aimé Sangyé Menla, depuis le début de son existence, l'Humanité a connu de multiples crises, sanitaires, sociales, sociétales, existentielles, économiques, écologiques, climatiques, guerrières, et de bien d'autres formes encore.

Nous vivons actuellement une crise particulièrement forte parce qu'elle concerne le monde entier, elle est planétaire et fait fi de toutes les frontières.

Cette crise n'est pas que sanitaire car elle révèle tous les travers de notre système basé sur l'exploitation, l'exploitation sous toutes ses formes au profit de quelques décideurs nantis et au détriment de tous les êtres et de la Terre, notre GAÏA sacrée qui souffre dans son intégralité.

Il n'est pas nécessaire de connaître la nature exacte de cette crise, ni s'il y a des responsables mal intentionnés ou des êtres opportunistes qui en profitent.

S'il y en a, je te remercie, Bien-aimé Sangyé Menla, de répandre sur eux tes bénédictions, sous la forme de la lumière bleue rayonnante à l'infini pouvoir de guérison, de protection, de purification, cette lumière bleue qui émane de Moi et qui vient de Toi, afin qu'ils trouvent en leur âme, en leur esprit, en leur cœur, la lumière de la vérité, de la sagesse, de la justice, de la compassion.

Toutes les crises qu'a connues l'Humanité ont toujours eu des conséquences directes ou indirectes, positives ou négatives, des dégâts collatéraux parfois gravissimes, toujours elles furent des leçons karmiques destinées à nous faire avancer, collectivement et individuellement, vers plus de sagesse et de justice, malheureusement souvent les enseignements en furent ignorés, une fois la crise passée.

Ne commettons pas aujourd'hui l'erreur d'ignorer ces nouveaux enseignements.

Une des conséquences communes à tous ces états critiques est la peur qui se répand et qui peut être salvatrice quand elle est le

commencement de la sagesse et de la raison, quand elle nous enseigne à abandonner les mauvais chemins et à en choisir de plus judicieux.

Quand elle devient psychose, la peur est dévastatrice, l'humain qui cède à la peur éprouve le besoin de se rassurer et pour cela il retrouve ses instincts grégaires, ce qui peut être bénéfique si pour cela il développe solidarité, entraide et partage.

Sinon le groupe devient secte avec ses symboles, ses signes de ralliement, ses réflexes idéologiques, sa pensée unique, parfois ses uniformes, trop souvent ses autodafés et ses boucs émissaires.

Lors de la grande peste moyenâgeuse de 1348, qui extermina une grande partie de la population européenne, le peuple juif et les chats furent immolés par le feu ou par l'eau, par milliers, pour exorciser la terreur inspirée par la maladie et pour conjurer le « mauvais sort ».

Bien-aimé Sangyé Menla, je te remercie de répandre tes bénédictions sur notre Humanité en détresse, sous la forme de la lumière bleue rayonnante à l'infini pouvoir de guérison, de protection, de purification qui émane de Moi et qui vient de Toi sur nous toutes et tous afin que nous ne cédions pas aux mauvais instincts si prompts à ressurgir en temps troublés, afin que nous trouvions en nous la foi et le courage de faire face, afin que nous tirions leçon de ces événements pour le plus grand bien de tout ce qui fut, de tout ce qui est, de tout ce qui sera, conformément à la légitimité du Plan Divin et des Lois Karmiques.

TAYATA AUM BEKHADZE BEKHADZE
 MAHA BEKHADZE RADZA SAMUN GATE
 SOHA (neuf fois).

Cette épreuve, si elle bien comprise et acceptée, nous amènera à changer nos paradigmes, à comprendre que l'argent ne se mange pas, que la perverse logique du « sauve qui peut général et du chacun pour soi » est une impasse, que la mondialisation est une impasse, que le consumérisme forcené est une impasse, que le culte de la croissance et du profit est une impasse.

Bien-aimé Sangyé Menla, je te remercie de répandre tes bénédictions sous la forme de la lumière bleue rayonnante à l'infini pouvoir de guérison, de protection, de purification, qui émane de Moi et qui vient de Toi, sur notre Terre sacrée, sur toutes les espèces qu'elle abrite, sur l'Humanité, afin que la crise s'estompe pour le plus grand bien de tout ce

qui est, de tout ce qui fut, de tout ce qui sera, en laissant derrière elle un monde plus juste, un monde plus sage, un monde apaisé.

TAYATA AUM BEKHADZE BEKHADZE
MAHA BEKHADZE RADZA SAMUN GATE
SOHA (neuf fois).

Tout est bien si nous ouvrons avec sincérité nos cœurs et nos âmes à l'infinie Sagesse de la Boddhicitta, la voie du cœur.

Tout est bien qui s'accomplit selon la légitimité du Plan Divin et des Lois Karmiques.

TAYATA AUM BEKHADZE BEKHADZE
MAHA BEKHADZE RADZA SAMUN GATE
SOHA (neuf fois).

REMERCIEMENTS ET DEDICACE

Bien-aimé Sangyé Menla, je te remercie pour cette merveilleuse méditation et pour ce travail de soin dont je dédie tous les bienfaits et dont je dédicace tous les mérites à tous les êtres, que cette belle énergie d'amour profite à Tout ce qui a été, à Tout ce qui est, à Tout ce qui sera, que la bénédiction et la protection de la Force Créatrice t'accompagnent tout au long de ta route et qu'elles m'aident à atteindre l'éveil, en cette vie, avec ce corps, dans le but ultime d'aider tous les êtres à échapper à la souffrance et que pour cela je puisse participer, moi aussi, à répandre sur le monde l'ineffable lumière du DHARMA.

Bien aimé Sangyé Menla, je te remercie de me laisser profiter de cette lumière bleue rayonnante à l'infini pouvoir de guérison, de protection et de purification, à chaque instant de ma vie, afin que je puisse en faire profiter tous les êtres que je croise.

TAYATA AUM BEKHADZE BEKHADZE
MAHA BEKHADZE RADZA SAMUN GATE
SOHA (neuf fois).

BENEDICTION DE LA SANGHA

Bien Aimé Sangyé Menla, je te remercie de répandre tes bénédictions sous la forme de la lumière bleue rayonnante à l'infini pouvoir de guérison, de protection, de purification, qui émane de Moi et qui vient de Toi sur tous les membres de la sangha, sur Rinpoché, sur tous les Rinpochés, que cette lumière les imprègne, les soigne, les traite et les guérisse conformément à la légitimité des Lois Karmiques et du Divin Plan, que la lumière du Dharma illumine la route qui les conduira vers l'Eveil.

TAYATA AUM BEKHADZE BEKHADZE MAHA BEKHADZE RADZA SAMOUN GATE SOHA (dix-huit fois).

Merci, l'Eveil est connexion.

*Lama Chimé Rigdzin Rinpoché
(Christophe Girardin Andreani).*