



## La vie a-t-elle un sens ?

Le point de vue de la science interne bouddhiste, Unité dans la Dualité

*Lene Handberg*

13 août 2013

---

Lorsque nous nous interrogeons sur le sens ou le but de la vie, nous supposons en quelque sorte que quelqu'un ou quelque chose d'extérieur, un être divin, au-delà de notre existence, serait porteur d'un sens ou d'un but. Mais pour la science interne bouddhiste, c'est la vie elle-même qui est porteuse de sens et nous, en tant qu'êtres humains, avons la possibilité de le développer davantage.

Si nous adoptons le point de vue de la science interne bouddhiste, à la question de savoir s'il y a un sens ou un but dans ce à quoi nous participons tous dans la vie ou l'existence, la réponse serait la même que ci-dessus : la science bouddhiste n'implique aucun créateur Dieu ou Déesse en dehors de la nature de l'existence elle-même. La vie semble tout simplement ne pas pouvoir cesser d'exister ni de se développer. Dans le bouddhisme, il y a un dicton qui dit que « l'existence n'a ni commencement ni fin » et le Dr Tarab Tulku Rinpoché, grand érudit tibétain du siècle dernier, à l'origine de l'Unité dans la Dualité, a déclaré « Si nous connaissions le début du commencement, nous saurions tout. ».

Du point de vue de la science interne bouddhiste, qui sous-tend les idées et les pratiques bouddhistes - exprimées de manière moderne dans le matériel éducatif et les pratiques de l'Unité dans la Dualité -, la vie ou l'existence est considérée comme participant à un processus circulaire continu : quand un univers s'effondre, les empreintes

des actions du corps, de la parole et de l'esprit de toutes les entités de vies antérieures survivent dans le "champ d'énergie/potentiel" de l'univers et deviennent la base du déploiement suivant. Cela signifie que l'univers suivant est vu comme se construisant sur le développement antérieur des espèces et de leur diversité en termes de corps et de moyens de perception et d'actions correspondants.

Dans ces vues orientales anciennes, les empreintes de toutes les entités antérieures ne peuvent éviter de se déployer à nouveau. Pourquoi cela ? On dit que c'est parce qu'à la base, toutes les espèces relèvent d'une "nature d'entité", qu'il s'agit d'entités auto-organisatrices basées sur de nombreux types et niveaux, de sorte que lorsqu'une entité s'est manifestée antérieurement sous forme, elle a de fortes empreintes de "désir" de retrouver l'existence sous forme et donc de l'éviter.

La base de chacune de ces entités auto-organisatrices est dite être un premier principe autoréférentiel d'un univers, qui, lorsqu'il est formé pour la première fois, génère une force d'attraction pour ce qui est nécessaire à la continuation de l'entité et rejette ce qui serait destructeur pour elle. La base de ce déploiement d'entités est de "ne pas se voir comme une partie du tout", de la nature d'unité. Cela signifie que l'existence de l'entité porte en elle une direction développementale innée qui la pousse à être séparée, s'opposant à l'unité dont elle est



issue, même si l'unité reste la source alimentaire de son existence continue. Ainsi, les entités individuelles sont dites retomber dans l'unité lors du processus de mort, à partir duquel elles retournent naturellement à l'existence sous forme individuelle.

En référence à cette idée, nous ne pouvons pas dire que la vie a un sens ou une raison d'être imposé de l'extérieur, mais peut-être pourrions-nous dire que la vie a un sens et une raison d'être innés qui la poussent à l'autosuffisance grâce à des forces qui ne veulent pas lâcher notre continuation. Dès lors que nous commençons à exister, notre entité tout entière veut continuer à exister. Cela semble être une force innée profonde en toute existence. Une idée soutenue par le grand physicien Stephen Hawking et aussi par la biologie moderne.

Ce qui a été dit signifie qu'après la mort de toute entité, après notre propre mort aussi, nous nous déploierons de nouveau et nous développerons davantage. Ces forces existentielles assurent ainsi une participation continue à un processus de développement, uniquement interrompu par l'effondrement fréquent de l'existence de l'entité individuelle et les effondrements moins fréquents de l'univers entier - nous pourrions même dire que toutes les espèces sont comme des mini-univers elles-mêmes participant toutes ensemble à l'univers au sens large.

Toute cette idée est très intéressante : lorsque la vie est mise en marche pour la première fois, il est très difficile de l'arrêter. C'est ce qui est également représenté dans la "roue de l'existence" tenue par Yama, qui illustre "l'impermanence". On la trouve à l'entrée de tous les temples bouddhistes. L'impermanence renvoie au fait que tout ce qui existe n'est pas seulement l'existence d'une entité mais repose sur de nombreux composants qui s'unissent et interagissent à chaque instant, par exemple sous forme d'oxygène, de nourriture, d'eau, etc., et dans le cas des humains et des animaux nous

avons également besoin d'amour et de soins. Cela signifie que nous sommes tous dépendants de nombreuses interrelations avec d'autres entités pour la continuation de l'entité unique, nous.

Sur cette base, rien ne peut être considéré comme existant de manière fixe, solide ou indépendante. Tout ce qui existe est interrelié dans un tout interdépendant. Nous sommes tous ensemble et de manière interreliée et interdépendante. Idée intéressante, surtout en ces temps où tant de gens assurent extrêmement égoïstement leur propre avenir au nom d'autres personnes et au nom de l'extermination d'autres espèces !

Vu de cette perspective, le sens de la vie et de l'existence n'est rien d'autre que la vie et l'existence en tant que telles, assurant leur continuation et la poursuite de leur développement, tout cela en accord avec nos empreintes individuelles et les empreintes des humains, animaux, insectes et plantes, etc., tous ensemble. Vu de ce point de vue, nous participons tous à la création de notre propre avenir, mais dans une grande interdépendance avec toutes les autres espèces.

Cependant, chaque espèce individuellement - surtout les humains avec leur cortex et leur esprit conceptuel (langage) si développés - peut choisir une raison d'être et donner un sens à sa vie et à son existence. Ici, les anciennes traditions spirituelles, comme le bouddhisme, nous ont offert la possibilité de suivre un chemin, qui ne vient pas tout seul, mais nécessite un véritable travail de transformation, qui pourrait lentement mais sûrement ouvrir les capacités plus profondes de l'individu, en éveillant une conscience plus profonde de notre existence. Sur cette base, l'individu pourrait faire de nombreux choix différents pour décider de sa destination future, de ses actions (karma) et de ses empreintes.

Les êtres, comme les humains, peuvent choisir une raison d'être et une raison d'exister, que nous en soyons conscients ou non. Ces choix peuvent être plus constructifs ou plus destructeurs et égoïstes. Ce dernier type de choix est souvent marqué par le fait de "ne pas se considérer comme une partie du tout" et de "ne pas reconnaître la nature profondément interdépendante" de chacun d'entre nous. Les personnes fonctionnant sur cette base pourraient ne pas se soucier beaucoup des autres, s'enrichir à leurs dépens ou en tuant d'autres espèces, comme on le voit aujourd'hui où de nombreuses espèces, pas seulement des entités mais des espèces, sont éradiquées chaque jour.

Mais nous avons la possibilité de choisir et de donner un autre sens, un autre but à la vie, par exemple, celui de soutenir la survie de la diversité des entités vivantes, de réaliser que nous sommes tous liés et interdépendants et en tirer le meilleur parti tous ensemble.

Sur la base de ces idées de la science interne bouddhiste, adopter un état d'esprit plus ouvert et plus compréhensif, afin de donner un sens plus constructif à notre vie et de faire des choix plus judicieux.

Dans le cadre de l'enseignement Unité dans la Dualité, nous étudions et mettons en pratique cette connaissance profonde et plus particulièrement la vision traditionnelle des interrelations entre :

- Corps et Esprit
- Sujet (*corps et esprit*) et Objet (*expérience et existence de référence*)
- Énergie (champ potentiel) et Matière

Et ce afin de :

- nous développer
- apprendre à améliorer notre condition intérieure
- prendre en charge notre existence, c'est-à-dire les changements de notre réalité (notre expérience de l'existence)
- diminuer les peurs, la solitude, l'aliénation et l'état dépressif
- nous reconnecter avec des ressources profondes intérieures et nous donner du pouvoir
- réaliser la nature interconnectée à des niveaux plus profonds et subtils et embrasser les autres et la nature
- utiliser les capacités internes qui ouvrent le corps et l'esprit en relation avec les autres dans des relations normales et professionnelles
- atteindre une condition éthique interne supérieure pour des actions altruistes authentiques dans et avec l'environnement

---

**Tarab Tulku XI** (1934-2004) : Guéshé Lharampa, Docteur en philosophie, 11<sup>ème</sup> incarnation de la lignée Tarab, a vécu et enseigné en Occident pendant plus de 30 ans. Sur la base de sa vaste connaissance et de sa profonde réalisation, il a développé l'enseignement Unité dans la Dualité, incluant la science interne de l'esprit et de la réalité, l'art de la relation, le développement personnel et spirituel ainsi que les moyens psychothérapeutiques Unité dans la Dualité.

**Lene Handberg** : S.T.R. (Semrig Thablam Rabjam) / grade supérieur d'Unité dans la Dualité. Assistante de feu Tarab Tulku XI, elle reçut de Rinpoché le lignage de l'enseignement et de la recherche Unité dans la Dualité. Elle est présidente de Tarab Ling et de Tarab Institute Denmark et directrice de l'enseignement de Tarab Institute International.