

DAVID MICHIE

L'Oracle du chat du Dalaï-Lama

Illustrations de YOULIE

31 cartes
pour éveiller
votre cœur
et votre esprit



LEDUC ↗

DAVID MICHIE

L'Oracle du chat du Dalaiï-Lama

Illustrations de YOULIE

31 cartes pour éveiller
votre cœur et votre esprit



LEDUC ↗

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !
Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc

Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison. Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité. Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Traduction : Marion McGuinness
Correction : Agnès de Livron Duhamel
Couverture et maquette : Le Petit Atelier

© 2025 Leduc Éditions
76, boulevard Pasteur
75015 Paris – France
ISBN : 979-10-285-2927-7

Sommaire

Introduction	5
Les cartes et leur sagesse	7
Moment présent	8
Bienveillance	10
Colère	12
Repos	14
Compassion.....	16
Pleine conscience	18
Envie	20
Purification	22
Dénì	24
Précieux trésors	26
Réalisation	28
Gratitude	30
Oisiveté	32
Amour	34
Agitation	36
Humilité	38
Lâcher-prise	40
Jeu	42
Impermanence	44
Équanimité	46

Célébration	48
Bodhicitta	50
Peur	52
Sans boue, pas de lotus	54
Curiosité	56
Attachement	58
Contentement	60
Offrande	62
Refuge	64
Sagesse	66
Inspiration	68
Du même auteur chez Leduc	70



Bienvenue, cher lecteur !



Bienvenue dans *L'Oracle du chat du Dalai-Lama* ! Le bouddhisme tibétain est un trésor de révélations qui enrichissent la vie – j'en ai partagé beaucoup avec vous au fil de mes livres. Et je sais pertinemment qu'à certains moments, il vous est arrivé de vous interroger : « Je me demande ce que le chat de Sa Sainteté aurait à dire à ce sujet... Que me conseillerait La Plus Belle Créature Qui Ait Jamais Existé, si seulement j'avais la chance inouïe de lui offrir mes genoux ? »

Eh bien, cher lecteur, ne vous posez plus de questions ! J'ai conçu ce jeu de cartes pour que vous puissiez y piocher la réponse qui vous convient en toute circonstance. Élaborées au milieu des senteurs de pin de l'Himalaya flottant par les fenêtres et des mantras chantés par les moines du temple-monastère tout proche, ces cartes sont un cadeau de mon cœur vers le vôtre.

Comment utiliser les cartes

Rangez-les dans un lieu propre et sacré de votre foyer, que vous réserverez à cette sagesse particulière.

Si vous le souhaitez, vous pouvez les utiliser pour une brique de sagesse quotidienne : retournez simplement la carte au-dessus de la pile et lisez-la. Vous pouvez aussi être spontané, mélanger les cartes et consulter celle qui vous inspirera le plus.

Plus que de savoir *quand* vous
recourrez aux cartes, c'est *com-
ment* vous le ferez qui importe.
Je vous recommande de prendre
quelques minutes pour vous.
Asseyez-vous tranquillement, le
jeu à côté de vous, les yeux fer-
més, et respirez profondément
plusieurs fois pour apaiser votre
esprit.

Réitez cette motivation spéciale :
Vers le Bouddha, le Dharma et le Sangha, je me tourne pour trouver refuge jusqu'à atteindre l'illumination.

Par la pratique du don, de l'offrande et ainsi de suite, puissé-je atteindre la bouddhéité pour le plus grand bien de tous les êtres.

Ensuite, choisissez une carte et considérez sa signification.

Avant de reprendre le cours de votre journée, refermez ce temps de réflexion avec ces quelques lignes :

Puissent tous les êtres trouver le bonheur et les vraies causes du bonheur. Puissent tous les êtres se libérer de la souffrance et des vraies causes de la souffrance. Puissent tous les êtres ne jamais être séparés du bonheur qui ne connaît pas la souffrance.

Que tous les êtres demeurent en équanimité, l'esprit libre du désir, de la haine et de l'ignorance.

Si vous suivez ces instructions à la lettre, cher lecteur, vos méditations seront la cause d'un bonheur à venir incommensurable.

Les cartes et leur sagesse





Moment présent

Moment présent



C'est la vue que je préfère au monde : les montagnes de l'Himalaya, recouvertes de neige, qui se dévoilent par la fenêtre de la résidence que je partage avec le Dalaï-Lama. À force d'observer Sa Sainteté, j'ai appris à habiter le moment présent. « Laissez filer vos pensées, dit-il, et la nature couler à travers vos sens. »

Je prends un instant pour me concentrer uniquement sur l'ouïe : le vent bruyant dans les arbres ; des bribes de conversation montant de la cour. L'odorat : le parfum frais du pin de l'Himalaya et les effluves suaves des rhododendrons. Le toucher : la brise légère qui me chatouille les moustaches. La vue : existe-t-il paysage plus magnifique que les couleurs mouvantes des sommets montagneux ? En vérité, cher lecteur, de telles expériences sont magiques quand on y plonge sans réserve.

Souvenez-vous !

Laissez filer vos pensées. Laissez la nature couler à travers vos sens. Plongez et découvrez la magie d'habiter pleinement le présent, ici et maintenant.



Bienveillance