

DAVID MICHIE

Celle qui parlait avec les chats

et autres histoires qui font du bien



Par l'auteur du best-seller
Le Chat du dalaï-lama

LE D U C . S
P R A T I Q U E



8 histoires inspirantes à laisser infuser dans votre cœur

Une femme découvre que, depuis des années, ses chats n'attendaient qu'une seule chose : qu'elle les écoute enfin vraiment pour échanger en conscience avec eux. Un homme s'aperçoit, au terme d'un jeu de piste spirituel, que ce qui est caché est plus près de lui qu'il ne le croit. Un père reçoit une greffe de cœur qui va transformer sa vie, à l'image de son généreux donneur...

Et si la réalité était bien plus que ce qu'on voit avec les yeux ? Et si la puissance de la méditation était là, à portée de main, présente à chaque instant ? Tous les personnages en font l'expérience et lèvent le voile sur ce qui n'est visible qu'avec le cœur... Plongez sans plus tarder dans ces histoires imprégnées de philosophie bouddhiste et vibrez à l'unisson avec ces héros du quotidien.

**« Je suis sûre qu'une fois embarqué
dans l'une de ces histoires courtes,
vous ne voudrez pas la quitter avant
de l'avoir terminée. »**

Le chat du dalai-lama



ISBN : 979-10-285-1554-6



17 euros
Prix TTC France

L E D U C . S
P R A T I Q U E

Rayon :
Développement personnel

DAVID MICHIE

Celle qui parlait avec les chats

et autres histoires qui font du bien

Roman

Traduction de Marion McGuinness

L E D U C . S
P R A T I Q U E

DU MÊME AUTEUR, AUX ÉDITIONS LEDUC.S

Le Chat du dalaï-lama, tome I, 2017.

Le Chat du dalaï-lama et l'Art de ronronner, tome II, 2018.

Le Chat du dalaï-lama et le Pouvoir du miaou, tome III, 2018.

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez chaque mois :

- des conseils inédits pour vous sentir bien ;
- des interviews et des vidéos exclusives ;
- des avant-premières, des bonus et des jeux !

Rendez-vous sur la page :

<https://tinyurl.com/newsletterleduc>

Découvrez aussi notre catalogue complet en ligne sur
notre site: **www.editionsleduc.com**

Enfin, retrouvez toute notre actualité sur notre blog et sur les
réseaux sociaux.



Titre original anglais : *The Astral Traveler's Handbook & Other Tales*

© Mozaic Reputation Management Pty Ltd 2018

Présente édition :

Traduction : Marion McGuinness

Correction : Marie-Laure Deveau

Maquette : Patrick Leleux PAO

Design de couverture : Antartik

Illustration de couverture : © Paul Hanaoka

La présente édition est publiée par :

© 2019 Leduc.s Éditions

10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Bufferon

75015 Paris – France

ISBN : 979-10-285-1554-6

Sommaire

Avant-propos par le chat du dalaï-lama	5
Le conte du vieux paysan édenté	13
Le club de lecture de la rue Sera	34
Le guide du voyageur astral.	60
Celle qui parlait avec les chats.	93
Réveil à la morgue	114
À votre bon cœur	141
Juste bien.	178
L'île aux bijoux.	206
Les quatre incommensurables.	231
Postface par le chat du dalaï-lama	232



Avant-propos par le chat du dalaï-lama

L'idée me vint par un magnifique matin dans l'Himalaya. Je me tenais là, dans mon coin préféré, sur le rebord de la fenêtre du premier étage de la salle de réunion du dalaï-lama. C'est là que j'aime passer mes journées à me prélasser au soleil, à surveiller la cour en contrebas, tout en écoutant tous les événements fascinants qui se déroulent entre ces murs.

Ce matin-là, l'homme qui rendait visite à Sa Sainteté était l'un des réalisateurs les plus influents d'Hollywood. Étant un chat d'une grande discrétion, cher lecteur, j'ai bien peur de ne pouvoir vous dévoiler son nom. Mais je suis disposée à vous donner quelques petits indices.

Si vous avez déjà ressenti de la compassion excitée par une créature extraterrestre, si vous avez déjà été émerveillé par un parc à thème rempli de dinosaures, ou fasciné par des aventures impliquant des civilisations anciennes, il est tout à fait possible que vous puissiez deviner l'identité de cette personne. Vous savez, le type avec la barbe et les lunettes. Oui, *lui* !

Pendant quelque temps, je naviguais dans ce délicieux état entre sommeil et éveil, rêvant et ronronnant doucement tandis que la conversation dans la salle portait jusqu'à moi. Les deux hommes discutaient alors du pouvoir du langage pour nous transporter dans des endroits où nous ne pourrions jamais aller autrement, le visiteur remarquant que certains mots et phrases étaient particulièrement évocateurs.

C'est à cet instant que je l'entendis dire : « Les quatre mots les plus magiques de notre langue. »

Aussitôt, je ressentis des picotements dans mes moustaches. Nous, les bouddhistes tibétains, sommes amateurs de mots magiques, et le célèbre réalisateur s'apprêtait manifestement à révéler une incantation spéciale. Quatre mots qui, dans l'esprit de celui qui l'écoutait, allaient changer tout ce qui suivrait.

Mais, la seconde d'après, je devinais précisément ce qu'il allait dire. Les quatre mots me vinrent à l'esprit, sans même avoir à y réfléchir. C'est parce que je les entendais jour et nuit, chantés avec beaucoup de dévotion par les moines et les visiteurs occidentaux : *Om mani padme hum.*

Le mantra était une évocation de l'amour et de la compassion. Lorsqu'ils sont répétés, avec une compréhension et une conviction de plus en plus profondes, ces quatre mots pouvaient très certainement avoir un effet magique, même si celui-ci n'était pas immédiat.

Tandis que je humais l'odeur du pin de l'Himalaya, flottant sur une brise immaculée venue des montagnes aux sommets glacés, je pensais à la chance que j'avais de savoir de telles choses, et d'être un chat d'une sagesse si profonde.

Le silence au cœur de la conversation dans la salle de réunion sembla durer éternellement. Au moment précis de révéler l'invocation d'un pouvoir magique, le réalisateur savait manifestement faire durer le suspense. Même si je savais exactement ce qu'il s'apprêtait à révéler, je voulais quand même qu'il le fasse !

Et, à cet instant-là, il sortit une réponse absolument inattendue. Quatre mots que, franchement, je n'aurais jamais devinés.

« Il était une fois », dit-il.

Levant la tête, je me retournai pour le regarder en face. Cet homme avait-il perdu la raison ?!

« Il était une fois ? » répéta Sa Sainteté.

Ce ne fut que lorsque le dalaï-lama les prononça, de sa voix douce et mélodieuse, que je compris. Ah ! Quatre mots *en français*. Je supposais que c'était différent.

« Il y a des équivalents dans beaucoup d'autres langues », poursuivit le visiteur, à mon grand mécontentement. « Les Allemands ont "*Es war einmal*", et les Anglais "*Once upon a time*". On trouve cette expression dans de nombreuses cultures qui remontent loin dans le temps, comme le chinois et même le sanskrit. »

Oh vraiment ? C'était la première fois que j'en entendais parler.

« Et pourquoi ces mots sont-ils magiques ? » demanda Sa Sainteté.

Exactement ce que je me demandais. Pourquoi en effet ?

« Parce que nous les apprenons dans l'enfance au début des contes magiques. Nous les associons à l'ouverture de notre imagination à des possibilités illimitées. En tant

qu'adultes, ces quatre mots nous donnent la permission de suspendre notre jugement, d'oublier les conventions ordinaires. De redevenir un enfant. »

Sa Sainteté se redressait sur sa chaise. Et je dois dire, cher lecteur, que moi aussi, je me redressai sur le rebord de la fenêtre et je me retournai, tellement intriguée par ce que disait le réalisateur.

« Quand nous avons notre âme d'enfant, nous devenons plus ouverts », observa le dalaï-lama.

Son visiteur hochait la tête.

« Nous apprenons de différentes manières.

— Cerveau droit, confirma l'autre. Le niveau de la créativité et de l'intuition.

— Dans le bouddhisme tibétain... » Sa Sainteté se pencha en avant sur son siège.

« Il est considéré comme le plus important.

— C'est aussi, se risqua le visiteur, la raison pour laquelle j'aime demander : "Pourquoi cela s'arrête-t-il ?"

— S'arrête ? demanda le dalaï-lama.

— Quand nous grandissons, il n'y a plus de contes merveilleux. Plus d'histoires commençant par "Il était une fois". Pourtant, il me semble bien qu'en tant qu'adultes, nous en avons plus que jamais besoin ! »

J'aimais tellement ce que le visiteur disait que je sautai par terre, quittant le rebord de fenêtre, et traversai un tapis indien finement tissé et décoré, pour m'approcher de l'endroit où il était assis.

Il semblait que le dalaï-lama l'appréciait aussi. Il souriait, d'accord avec lui. « Les maîtres spirituels de toutes les traditions utilisent les histoires pour transmettre des idées. Une sagesse plus profonde. Les histoires réussissent là où

le débat et la logique échouent. Elles peuvent toucher l'esprit, et aussi – il leva sa main droite sur sa poitrine – le cœur. »

« Le pouvoir des paraboles », confirma son invité.

Sa Sainteté s'aventura plus loin.

« Et le moment de la journée où nous disons de telles histoires est également important. Elles peuvent avoir une influence immense si nous les écoutons juste avant d'aller dormir. En concentrant notre esprit sur des choses positives, nous pouvons transformer le sommeil, qui est une activité neutre, en quelque chose de très utile.

— Faire de nécessité vertu ? proposa le réalisateur.

— Exactement ! » exulta-t-il.

Lorsqu'il parle, le dalaï-lama n'utilise souvent que quelques mots pour faire passer un sens qui peut être compris à différents niveaux. J'avais appris grâce à d'autres conversations entendues auparavant que le « quelque chose de très utile » dont il parlait, et par lequel les gens pouvaient transformer leur sommeil, était un sujet important et fascinant.

L'expression de Sa Sainteté changea, des lignes se dessinant sur son front. « De nos jours, avant que les gens ne s'endorment, il y a bien trop de ça. » Il imita une personne en train de tapoter sur un appareil mobile.

« Une grande agitation. Et je suis bien d'accord, nous avons grand besoin d'histoires du soir. » Il fit un geste de connivence à son visiteur. « Surtout pour les adultes ! » ajouta-t-il.

Les deux hommes rirent.

Je choisis ce moment pour grimper sur les genoux du visiteur, le prenant par surprise.

« Comme elle est charmante ! » Il admira mon visage gris cendré, mes grands yeux bleus et ma fourrure luxuriante couleur crème – nos signes distinctifs à nous, les chats himalayens.

« Je ne savais pas que vous aviez un chat ? » Le réalisateur n'était pas le premier invité à faire une telle observation. Et comme je l'ai déjà dit, pourquoi le dalaï-lama n'aurait-il *pas* de chat – si tant est qu'« avoir un chat » fût une description exacte de notre relation.

Je tournais un peu sur moi-même, perchée sur ses genoux, pour trouver exactement où me nicher. À cet instant, Sa Sainteté dit : « Comme vous pouvez le voir, elle n'est pas une créature de fiction. »

Le visiteur jeta un coup d'œil dans la direction d'où je venais, prenant conscience que je devais être assise tout près depuis le début. Tandis que je m'installais sur ses genoux, il me dit : « Je suis sûr qu'elle doit entendre beaucoup d'histoires enchanteresses, assise sur le rebord de la fenêtre.

— Oh oui, convint le dalaï-lama. Elle aurait bien des histoires merveilleuses à partager. »



Les jours suivants, alors que je m'endormais sur le rebord de fenêtre ou que Mme Trinci, la chef cuisinière, me dorlotait dans la cuisine, je me rappelais parfois cette conversation : il était une fois. Transformer le sommeil en quelque chose d'utile.

Et c'était vrai, pensais-je – j'avais en effet entendu de nombreuses histoires fascinantes. Certaines parlaient de

yogis mystiques et de moines dans l'Himalaya. D'autres de femmes d'âge moyen ou de jeunes hommes en quête de réponses en Occident. Les plus précieuses de ces histoires, comme les fables d'antan, livraient une vision transformatrice, une sagesse porteuse d'un message de vie, qui touchaient non seulement l'esprit, mais aussi le cœur.

Mais par où commencer ?

S'il y avait bien une chose que j'avais apprise auprès de Sa Sainteté, cher lecteur, c'était cette vérité simple : si vous avez besoin d'aide pour quelque chose, quoi que ce soit, la première étape est de demander. Qu'il s'agisse d'une portion délicieuse du meilleur foie de poulet de Mme Trinci découpé en dés, ou de l'inspiration des Bouddhas au moment de nous lancer dans un nouveau projet créatif, nous sommes entourés d'êtres dont le seul désir est de nous voir heureux et comblés et, surtout, de nous aider à offrir bonheur et accomplissement aux autres. Parfois, ces êtres peuvent être visibles. Parfois, ils sont invisibles. Dans mon propre cas, le fait d'être dans la même pièce que le dalaï-lama me suffit pour être touchée par son inspiration bienveillante.

Alors que cette question des histoires du soir me trottait dans la tête plusieurs semaines encore après la visite du réalisateur hollywoodien, il se passa une chose curieuse. Quand j'étais perchée au bout du lit de Sa Sainteté, et que celui-ci prenait un texte à lire avant d'éteindre, il baissait les yeux vers moi et, parfois, tendait la main pour me rassurer d'une caresse. À cet instant-là, et sans aucun effort de ma part, le souvenir d'un visiteur venu partager une histoire particulière me revenait à l'esprit et remplissait

mon imagination tandis que je m'endormais. Une histoire qui trouverait parfaitement sa place dans un recueil de contes pour adultes.

La raison pour laquelle ces histoires surgissaient à ce moment de la journée, ou la question de savoir si elles étaient ou non des produits de l'inspiration du Bouddha – ce sera à vous d'en décider. Bientôt, vous connaîtrez aussi bien les gens et leurs histoires que moi, cher lecteur, car ce sont ces histoires-là que vous tenez maintenant entre vos mains.

Donc, si vous me permettez une suggestion, au lieu d'aller au lit avec votre téléphone portable ce soir, pourquoi ne pas laisser cette source d'agitation dans une autre pièce et emporter ce livre avec vous ? Avec, peut-être, un chocolat chaud ou un thé au citron pour vous réchauffer la gorge ? Invitez vos boules de poils à se joindre à vous pour qu'elles puissent en profiter aussi, et laissez-vous beaucoup de temps – je suis sûre qu'une fois embarqué dans l'une de ces histoires courtes, au fil des pages suivantes, vous ne voudrez pas la quitter avant de l'avoir terminée.

Quand vous l'aurez lue en entier, et sans laisser complètement l'univers de chaque histoire derrière vous, dites bonne nuit à vos proches, éteignez la lumière, et laissez votre imagination demeurer dans le lieu et le temps évoqués par le conte.

Il ne me reste plus, cher lecteur, qu'à vous offrir la bénédiction bouddhiste tibétaine suivante : puissiez-vous avoir un bon sommeil, faire des rêves prometteurs et goûter la vraie nature de la réalité.

Om mani padme hum !

Le conte du vieux paysan édenté

Il était une fois un vieux paysan appelé Yonten, qui vivait seul dans une vallée reculée du Ladakh, au nord de l'Inde. Personne ne savait grand-chose de Yonten. Il n'était lié à aucune des douzaines de familles propriétaires des petites exploitations dans la vallée de Nala. Il n'était pas non plus attaché au monastère au sommet de la montagne. Yonten se tenait à l'écart, vivant dans sa cabane à deux pièces, s'occupant de son petit troupeau de yaks et de chèvres, et cultivant de l'orge et des pommes de terre, comme c'était la coutume dans cette partie du monde.

Yonten était rarement aperçu par les habitants ou les moines, et jamais invité à se joindre à eux pour un repas ou un événement collectif. Ce n'était pas seulement à cause de son autosuffisance bien connue ; c'était aussi parce que son visage n'était pas le genre qu'on voudrait voir à sa table.

Vieil homme – mais quel âge exactement, personne ne le savait –, il avait depuis longtemps perdu toutes les dents de sa bouche, donnant à son visage un air affaissé. Ses yeux

étaient chassieux. Des poils sortaient de ses oreilles en une profusion inesthétique. Les familles et les moines locaux gardaient leurs distances, se contentant principalement de communiquer d'un signe de la main de loin, généralement en direction du grand rocher incliné sur le flanc de la montagne, sous lequel Yonten était souvent assis pour surveiller son bétail à l'abri des éléments.

La seule chose que tout le monde savait à propos de Yonten, c'était que chaque fois qu'ils le voyaient, de jour comme de nuit, et peu importe ce qu'il faisait alors, il tournait toujours son moulin à prières en récitant le mantra de Chenrezig, le Bouddha de la Compassion : *Om mani padme hum. Om mani padme hum.*

Yonten, comme beaucoup de ceux qui vivaient dans les montagnes reculées, était illettré. Il ne savait rien du Bouddha de la Compassion, hormis ce qu'il se souvenait d'avoir appris aux pieds de son gourou, Lama Palden. Et il ne se souvenait pas de grand-chose.

Il savait que Chenrezig était l'incarnation de la compassion de tous les Bouddhas. Que sa couleur blanche rayonnante symbolisait la pureté et la puissance. Que, par conséquent, répéter son mantra purifiait l'esprit et permettait d'amasser des vertus infinies, éveillant ainsi chez le prier sa propre nature de Bouddha. Plus particulièrement, il se souvenait que Lama Palden lui avait dit que s'il récitait suffisamment le mantra de Chenrezig, le mérite créé suffirait à ce qu'il puisse percevoir la Terre Pure de Chenrezig juste pour lui-même.

Lama Palden avait été le dernier abbé du monastère de Nala. Il était mort trente ans auparavant, et après son décès le monastère avait commencé à décliner peu à peu,

le nombre de ses membres diminuant jusqu'à ce qu'il ne reste plus que neuf moines, parmi lesquels aucun ne se sentait qualifié pour enseigner.

Lama Palden avait été une telle source d'inspiration en tant qu'enseignant, et Yonten était si dévoué en tant qu'étudiant que, trente ans après sa mort, Yonten faisait toujours exactement ce que son lama lui avait appris : réciter le mantra du Bouddha de la Compassion en toutes circonstances.

Au cours des trois décennies qui suivirent la disparition de Lama Palden, une poignée de lamas se rendirent au monastère de Nala pour offrir bénédictions et enseignements aux moines et à la population locale. Yonten était toujours présent à ces occasions, assis au fond du petit gompa.

Tous les deux ans environ, lorsqu'un grand lama se rendait au monastère important le plus proche, Hemis, à une journée entière de marche de là, les moines conduisaient un petit groupe d'habitants le long des montagnes. Ils passaient la nuit à Hemis, et assistaient aux enseignements et aux cérémonies le lendemain.

Les capacités d'hébergement à Hemis étaient limitées, ce qui signifiait qu'il en était de même pour la taille du groupe qui pouvait s'y rendre. Les visites à Hemis étaient des événements festifs, et comme les moines du monastère local étaient issus de familles de la vallée et dépendaient d'elles, leurs proches étaient toujours sélectionnés pour les accompagner.

Visite après visite, apprenant qu'un voyage à Hemis se préparait, Yonten se présentait à la porte du monastère et demandait, avec la plus grande humilité, d'être autorisé à

rejoindre le groupe. À plusieurs reprises, ce fut le dalaï-lama lui-même qui rendit visite à Hemis. Comme beaucoup de bouddhistes tibétains, Yonten considérait Sa Sainteté comme une émanation de Chenrezig, le Bouddha dont il récitait si constamment le mantra. Il croyait que la chance de simplement apercevoir cet être saint en personne représentait l'expérience la plus précieuse à laquelle il pouvait aspirer.

Bien avant ces visites, lorsqu'il se rendait aux portes du monastère, demandant à se joindre au groupe visitant Hemis, Yonten se prosternait toujours trois fois longuement devant la personne qu'il suppliait.

Yonten implorait Kalsang, le seul moine connu pour avoir lu tous les livres du monastère de Nala : « Si vous me permettez de me joindre à vous pour cette visite, je pourrais me rendre en Terre Pure en Chenrezig heureux. »

Kalsang disait à Yonten que sa demande serait prise en considération – de même que les nombreuses autres demandes reçues de ses voisins de la vallée.

Yonten conjurait Dawa, le seul moine, croyait-on, qui avait atteint un niveau de méditation accomplie au monastère de Nala : « Si vous me permettez de me joindre à vous pour cette visite, je pourrais me rendre en Terre Pure en Chenrezig heureux. »

Dawa répondait à Yonten que sa demande serait prise en considération, de même que les nombreuses autres demandes reçues de ses voisins de la vallée.

Mais Yonten n'était jamais choisi.

Les rares fois où il était question de Yonten au monastère, les moines imitaient sa supplique, toujours formulée avec précisément les mêmes mots : « Si vous me permet-

tez de me rejoindre à vous pour cette visite, je pourrais me rendre en Terre Pure en Chenrezig heureux. »

Kalsang secouait la tête et disait : « Pauvre vieux Yonten. C'est très sophistiqué de dire ça. Il ne sait même pas lire ! »

Dawa disait en soupirant : « Étrange homme édenté. Je ne pense pas qu'il connaisse quoi que ce soit à la méditation ! »



Une année en particulier, on apprit que le dalaï-lama allait bientôt passer par Hemis pour rendre visite à un lama gravement malade, et qui était aussi un de ses amis proches. Bien qu'aucune cérémonie d'enseignement ou de bénédiction n'ait été prévue, cette visite était néanmoins l'occasion d'apercevoir Sa Sainteté sur son trajet.

Comme par le passé, Yonten se présenta à la porte du monastère de Nala, se prosterna trois fois longuement devant Kalsang et Dawa, individuellement, et les supplia de le laisser se rejoindre au groupe.

Comme d'habitude, les deux moines lui dirent que sa demande serait prise en considération, *et cetera, et cetera, et cetera.*

Comme d'habitude, ils n'avaient pas la moindre intention de le laisser venir.

Mais un événement soudain bouleversa les choses. La femme d'un des pèlerins, enceinte, accoucha plus tôt que prévu. Cela signifiait que son mari, son père et son beau-père décidèrent tous de rester à la maison. Tout comme sa mère et sa sœur. Bien que les moines aient rapidement

attribué quatre des cinq nouvelles places disponibles, il leur restait encore une place à pourvoir.

Ils n'éprouvaient aucun enthousiasme à inviter Yonten, et à devoir supporter son visage affaissé, ses yeux chassieux et sa manie de serrer bruyamment ses gencives de manière imprévisible, une habitude aussi déplaisante pour l'oreille que son visage l'était pour les yeux.

Mais le fait est qu'il fallait un dos supplémentaire pour aider à transporter la nourriture que le groupe allait manger pendant son expédition, et rapporter les textes et autres objets que les moines faisaient habituellement venir de Hemis par coursier. Yonten était peut-être vieux, mais il était aussi robuste, avec l'endurance d'une chèvre des montagnes.

Il était également vrai que les moines locaux n'étaient pas insensibles au point de ne pas se rendre compte de l'importance de la visite pour le vieil homme. S'estimant être les incarnations mêmes de la munificence, ils le convoquèrent au monastère, lui dirent qu'il pouvait rejoindre le groupe et l'observèrent pleurer des larmes de joie silencieuse.

Après lui avoir laissé le temps de se calmer, Kalsang lui demanda :

« Avez-vous déjà vu une photo de Sa Sainteté ?

— Une fois, je pense. Quand j'étais enfant », répondit-il. Avant d'ajouter, après une pause : « C'était peut-être le treizième dalaï-lama. »

Kalsang avait fouillé dans un tiroir et sorti une photo de Sa Sainteté au format portrait. « Vous pouvez garder ceci en cadeau », dit-il.

Prenant la photo à deux mains, Yonten fixa l'image avec la plus profonde dévotion. « Aujourd'hui, j'ai reçu les bénédictions du Bouddha », dit-il.



Deux jours plus tard, avant le lever du soleil, Yonten se présenta au monastère et fut chargé comme un cheval de bât. Le sac en toile qu'il portait sur le dos était alourdi par tant de bols en métal et de Thermos de thé au beurre qu'il faillit tomber en arrière. C'était déjà incroyable qu'il réussisse à rester debout, sans parler de bouger. Mais il ne se plaignait pas, et s'il se demandait pourquoi plusieurs des moines les plus jeunes et les plus robustes étaient beaucoup moins chargés, c'était une pensée qu'il gardait pour lui. Le long des montagnes, sa silhouette était celle d'une tortue qui marchait debout, capable de faire tourner un moulin à prières tant bien que mal, tout en continuant à murmurer des mantras partout sur son chemin.

Le groupe d'une vingtaine de personnes se mit en route à un rythme soutenu, indispensable pour parvenir à Hemis avant la tombée de la nuit. Il y eut des arrêts occasionnels près des sources de montagne où ils pouvaient boire de l'eau douce. La seule pause plus longue eut lieu au milieu de la journée, quand ils firent étape pour déjeuner.

Soulagé de son sac à dos, Yonten s'assit en marge du groupe, grignotant le repas frugal qu'il avait apporté pour le voyage – une pomme de terre bouillie, du fromage et du piment. Pour se désaltérer, il se contenta de l'eau d'un ruisseau voisin.

Les moines et les villageois, pendant ce temps, se régalaient des aliments qu'il avait aidé à porter sur son dos. La cuisine du monastère et les familles locales s'étaient donné beaucoup de mal pour s'assurer qu'il y avait suffisamment

de délicieux mets pour nourrir les pèlerins pendant leur long voyage. Étendus sur l'herbe, à l'ombre d'un arbre, ils s'allongeaient à côté d'assiettes remplies de morceaux appétissants, et prenaient de longues gorgées de thé au beurre.

Pendant ce temps, l'un des habitants demanda au Vénérable Kalsang si le nirvana, l'état de libération, était à la manière du samsara un lieu physique. Cette question pressa le moine de donner l'explication suivante :

« Le samsara et le nirvana ne sont pas des lieux physiques. Ce sont des états d'esprit. Nous pouvons penser que nous vivons dans le samsara, parce que nous éprouvons de l'insatisfaction. Mais le mécontentement ne vient pas de la dureté de la vie dans les montagnes ou de la résistance aux tempêtes hivernales ; il vient de notre esprit, lorsque nous percevons ces choses comme des causes de souffrance. Une autre personne peut traverser les mêmes expériences que nous, mais pour elle, ce sont des sources de plaisir. »

« Prenez ce thé au beurre. » Il leva sa tasse. « Pour nous, c'est une boisson agréable et rafraîchissante. Pour les Occidentaux, c'est un liquide infect et dégoûtant. Pour un fantôme affamé, ce serait du pus. Pour un être issu du monde des devas, du nectar. Qu'est-ce que cela signifie ?

— Que les Occidentaux sont comme des fantômes affamés ? » proposa l'un d'eux.

Ils rirent tous de bon cœur avant que Kalsang ne secoue la tête. « Ce que cela signifie, c'est que tout dépend de l'esprit. Le samsara ou le nirvana dépend de l'esprit. Qu'un être soit considéré comme ordinaire ou comme un Bouddha nous en dit plus sur l'esprit de celui qui perçoit que sur ce qui est perçu. »

Tandis que les voyageurs discutaient de ce sujet entre eux, Yonten, qui avait écouté de loin, acquiesça d'un signe de tête, souriant devant la vérité de ce que Kalsang avait dit et la clarté avec laquelle il l'avait exprimée.

Ce ne fut que lorsqu'un jeune garçon, Tashi, regarda vers lui, puis suggéra aux pèlerins de partager un peu de leur copieux repas et de leur thé au beurre avec leur compagnon de route qu'ils acceptèrent, posant quelques-uns de leurs restes sur une assiette, que Tashi apporta au vieil homme.

Yonten avala la nourriture et le thé offerts avec un enthousiasme bruyant, ses manières à table exactement aussi effrayantes que ses compagnons de voyage les avaient imaginées.

Lorsqu'ils arrivèrent finalement à Hemis ce soir-là, Dawa montra à Yonten ses quartiers : le coin d'un hangar de stockage à l'arrière du lavoir du monastère. La chambre n'avait ni porte ni fenêtre.

Dawa donna à Yonten deux peaux de yak en guise de matelas.

Ce ne fut qu'au milieu de la journée suivante que le convoi de voitures, parmi lesquelles celle de Sa Sainteté, s'approcha du monastère de Hemis. Une vague d'excitation se fit sentir tandis qu'un nuage de poussière apparaissait d'abord au loin, suivi de l'arrivée de plusieurs véhicules à quatre roues motrices. Les moines de Hemis se précipitèrent en bord de route, tout comme les gens des montagnes et des vallées voisines, et tous portaient des foulards blancs, ou katags, comme c'était la coutume pour rencontrer d'éminents lamas.

Le groupe de la vallée de Nala faisait partie de la foule. Toujours en marge, et pas du genre à jouer des coudes,

Yonten ne parvint pas à trouver de place juste au bord de la route. Il dut ainsi se contenter du deuxième rang, faisant de son mieux pour apercevoir le dalaï-lama entre les têtes de ses concitoyens.

Le dalaï-lama, souhaitant se montrer disponible pour le plus grand nombre, était assis seul au milieu de la banquette arrière de l'un des véhicules, les deux fenêtres baissées. En arrivant à proximité du groupe de fidèles, son véhicule ralentit son allure, roulant au pas, Sa Sainteté salua de la main et porta ses mains à son cœur, paume contre paume, regardant d'un côté puis de l'autre, affichant son sourire béat bien connu.

Comme toujours, partout où allait le dalaï-lama, les gens qui affluaient pour le voir furent émus au point d'en perdre leurs mots. C'était comme si Sa Sainteté était capable non seulement de voir leur propre nature de Bouddha, mais aussi d'être en retour le reflet de l'amour et de la compassion qu'ils ressentaient dans leur cœur. Comme toujours, tous savaient qu'une chose spéciale venait de se passer, qu'ils avaient rencontré non seulement un être saint, mais un être saint qui leur avait révélé leur propre grandeur.

Après le passage de son convoi régnait une atmosphère d'euphorie et d'émerveillement, de légèreté et de bien-être. Moines et villageois se tournaient les uns vers les autres, remplis de rires et de joie.

Personne ne prêta beaucoup d'attention à Yonten, sauf Tashi, qui le vit se tenir debout tout seul, les yeux humides, un sourire ravi sur le visage. « Il est incroyable, tu ne trouves pas ? » s'exclama Tashi, d'une voix aiguë.

Yonten secoua la tête de gauche à droite, comme s'il avait du mal à croire ce qu'il venait de voir. « Je n'avais

jamais pris conscience que le dalaï-lama avait quatre bras », dit-il.

Tashi trouva étrange cette réponse. Sa Sainteté avait deux bras, il l'avait vu par lui-même. Et voir, c'est croire.

Peut-être le vieil homme devenait-il sénile ?

Comme il était trop tard pour rentrer chez eux, les pèlerins de Nala se trouvèrent contraints de passer une autre nuit au monastère de Hemis. Sur le chemin du retour, Tashi marchait à côté de Kalsang, quand il raconta ce que Yonten lui avait dit. Kalsang lui lança un regard très étrange.

« Tu es sûr qu'il a dit ça ? demanda-t-il.

— Bien sûr.

— Tu n'inventes rien ?

— Pourquoi le ferais-je ? »

Kalsang lui serra l'épaule et s'éloigna du chemin de quelques pas, et de là il balaya du regard l'ensemble du groupe, avant de repérer Yonten et de se diriger vers lui.

Comme Kalsang le savait bien, Chenrezig, le Bouddha de la Compassion, avait quatre bras symbolisant l'amour, la compassion, la joie et l'équanimité. Si Yonten avait vu le dalaï-lama, considéré comme une manifestation vivante de Chenrezig, dans sa forme la plus pure, cela voulait dire qu'il avait atteint lui-même l'accomplissement suprême. Certainement plus accompli que n'importe lequel des moines du monastère de Nala – et probablement plus que n'importe lequel de ceux de Hemis également !

« Alors, Yonten, dit-il en s'approchant du vieil homme, c'était bien de voir Sa Sainteté ? »

Yonten secouait toujours la tête.

« Je n'avais jamais pris conscience que le dalaï-lama avait quatre bras, répéta-t-il.

— Tu les as vus toi-même ?

— Comme tout le monde, non ?

— Nous avons tous vu Sa Sainteté », répondit Kalsang, alors qu'il commençait à comprendre à quel point ses frères moines et lui-même avaient mal jugé le vieux paysan édenté. Et qu'il commençait à regretter, très profondément, la manière dont ils le traitaient.

Se souvenant alors comment ils l'avaient chargé comme une mule à l'aller, Kalsang dit :

« Je suis désolé qu'on t'ait fait porter tant de choses sur le dos sur le trajet jusqu'ici, avant-hier.

— Ne m'offriez-vous pas le don de la purification ? » demanda Yonten. Kalsang resta silencieux tandis qu'ils avançaient sur le chemin du retour vers Hemis. Lorsqu'il reprit la parole, il dit : « Je regrette aussi que nous n'ayons pas partagé davantage de notre pique-nique et de notre thé au beurre. »

« Oh ! » Yonten parut surpris. « Je me souviens qu'on m'a présenté les mets et nectars les plus délicieux. Bien plus que ce que je ne pourrais en avaler. »

Ils atteignirent enfin le hangar de stockage, à l'arrière du lavoir du monastère, où Yonten avait dormi la nuit précédente. Kalsang prit conscience de l'austérité rebu-tante autour d'eux – sans même une fenêtre ou une porte, et de cette impression de bannissement, loin de l'endroit où tous les autres demeuraient.

« Et je suis désolé qu'ils t'aient fait dormir ici la nuit dernière. Je veillerai à ce que tu sois installé ailleurs.

— Mais c'est un endroit merveilleux ! s'enthousiasma Yonten. Je pensais que vous m'aviez réservé la meilleure place ! C'est mon manoir céleste. Maintenant, je peux me rendre en Terre Pure en Chenrezig heureux. »

Yonten était si catégorique que Kalsang n'insista pas. « Je viendrai te chercher quand notre dîner sera servi. »



De retour auprès des moines de Nala, Kalsang leur raconta tout ce que Yonten avait dit, avant de conclure :

« Je pense que le vieil homme était sincère dans son discours. Ce qui veut dire qu'il perçoit la nature la plus pure de tout ce qui l'entoure.

— Mais comment un paysan illettré peut-il faire ça ? demanda un des hommes. Que sait-il du dharma ?

— Il n'est même pas moine, objecta un autre. Il n'a prononcé ni vœux ni préceptes.

— Que comprend-il de la méditation ? demanda un autre. Est-il au moins conscient de la manière dont on entraîne son esprit ? »

Après de longues discussions, les neuf moines décidèrent qu'ils devaient tous aller voir Yonten avant le dîner. Cela leur donnerait à tous l'occasion de l'interroger eux-mêmes et d'écouter attentivement ses réponses.

Au crépuscule, les moines de Nala se dirigèrent vers le hangar situé à l'arrière du monastère. Le soleil se couchait et il n'y avait aucun nuage de sorte que, d'un horizon à l'autre, le ciel était une étendue d'un éclat et d'une clarté infinis, la pureté de la lumière de la montagne laissant tout apparaître avec une intemporalité immaculée.

Nous espérons que cet extrait
vous a plu !



Celle qui parlait avec les chats
Et autres histoires qui font du bien
David Michie



J'achète ce livre

Pour être tenu au courant de nos parutions, inscrivez-vous
à la lettre des éditions Leduc.s et recevez des **bonus**,
invitations et autres **surprises** !

Je m'inscris

Merci de votre confiance, à bientôt !

LE D U C . S
P R A T I Q U E