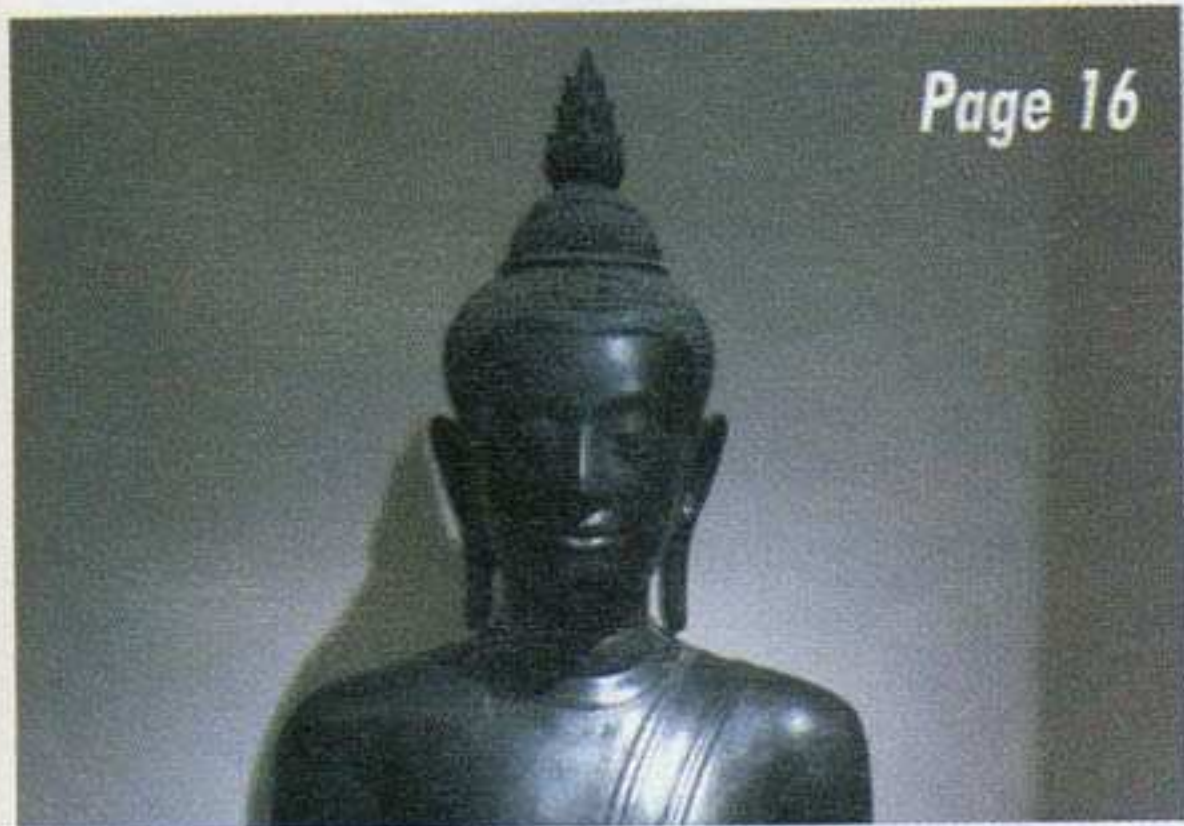


Le Sage guérisseur de Bali



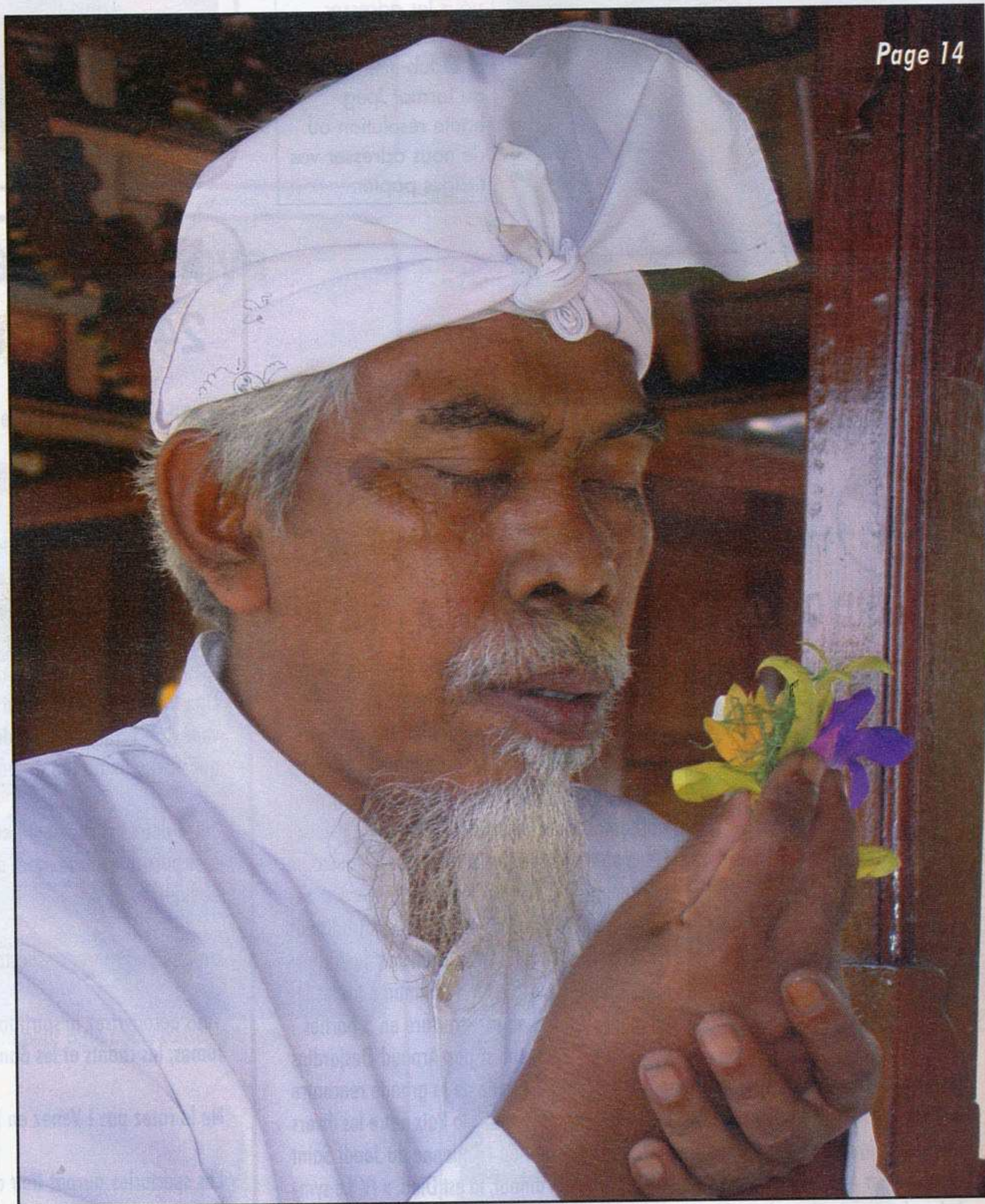
Page 10

■ **Manguy, vestige de l'art cachemiri au Ladakh**



Page 16

■ **Réaliser son être par la méditation**



Page 14

L 13928 - 150 - F: 3,80 €



LA VIE SPIRITUELLE DE KHANDRO THINLAY CHODON



Khandro Thinlay Chodon est née à Lahoul, bourgade connue dans les textes du Dharma comme le « pays des Daikinis », dans une famille de yogis, des pratiquants tibétains renommés pour leur pratique pure et approfondie. Elle a été formée aux pratiques du bouddhisme Vajrayana depuis sa plus tendre enfance et a grandi dans un environnement où la spiritualité faisait partie intégrante de la vie quotidienne.

Grâce à la générosité d'un parrain australien, Laurie Seaman, ainsi qu'à l'encouragement de ses parents, Khandro La a suivi un premier cycle scolaire dans le pensionnat catholique de Kullu. Elle y a notamment appris l'anglais. Khandro La a ensuite achevé une formation en psychologie à l'université de Chandigarh (Penjab) et un master en psychologie « Est/Ouest » de la « California Institute of Integral Studies, San Francisco, Etats-Unis ».

Sa famille détient la lignée des enseignements de la tradition Drukpa. Son arrière grand-père, Togden Shakya Shri était un Maître réalisé aussi bien pour le Dzogchen (« Grande Perfection ») que le Mahamudra (réalisation de la vacuité) et était largement reconnu pour conjuguer habilement ces deux points de vue. Son père, lui, était un Maître profondément respecté, et le responsable du regain d'intérêt pour la lignée Drukpa au Lahoul, à Manali, au Zhanskar, où il a construit plusieurs centres de retraites spirituelles. Il a également été un des premiers Maîtres à enseigner aux occidentaux. Sa mère, Sangyum Urgyen Chodon, a semé en premier la graine de la

passion durable que la jeune Khandro La aura pour les enseignements bouddhistes et ses pratiques dans la vie quotidienne.

Enfant, Khandro La a été formée par Gegen Khyentse Rinpoche, un Maître des six Yogas de Naropa et Mhamudra. Elle a reçu de sa part toutes les initiations et enseignements de sa lignée Drukpa. Khandro La a aussi eu la chance d'étudier avec Dilgo Khyentse Rinpoche, le plus grand Maître bouddhiste de notre époque. Elle a pratiqué lors de retraites solitaires dans les montagnes du Népal, à Tato Pani Bhakang sous la direction de Sengdrak Rinpoche, un maître connu pour son humilité et ses pratiques ascétiques.

En 1998, Khandro La a épousé Sa Sainteté le 9^{ème} Shabdrung Ngawang Jigme. Khandro La l'a assisté dans le cadre de ses fonctions en tant que chef de la lignée Drukpa du Bhoutan. Elle s'est investie dans la construction des monastères Shabdrung Rinpoche à Bodhgaya, Kalimpong et à Manali. Son mari est malheureusement décédé le 4 avril 2003. Depuis cet événement tragique, Khandro La a tenté de faire naître et perdurer son projet « Khachodling » : la mise en place d'une pratique spirituelle qui permet aux peuples d'Asie et d'Occident de partager leurs connaissances pour monter une communauté en s'engageant dans l'approfondissement de la conscience d'une vie qui prend soin de tous et de la planète sur laquelle nous vivons.

Khachodling s'est concrétisé dans de nombreux projets humanitaires : dans la construction d'ermitages pour les femmes, de soins ophtalmologiques pour les populations

nomades des régions himalayennes notamment.

« Le mot « Khachodling » porte une profonde signification spirituelle à mes yeux. En termes simples c'est le lieu où le cœur de la sagesse, connu comme étant le principe féminin dans le bouddhisme, est entretenu et respecté. Des actions pleines de compassion coulent sans cesse de cette source. Littéralement traduit du tibétain il s'agit de « la terre des bienheureuses Dakinis ».

Cette vision de Khachodling, le travail de toute ma vie, est une offrande à la sagesse de mes Grands Maîtres.

Je ne suis pas sûre de savoir d'où cela vient et où l'on va. Mais je sais que, Khachodling et moi-même, avons toujours été bénis par mes Précieux Maîtres et que ces bénédictions continueront toujours »

Un des autres objectifs de Khandro La est de soutenir la formation des femmes dans la pratique spirituelle. Son défunt mari l'y avait encouragé. Khandro La continue aujourd'hui ce travail et s'engage à aider tant les nonnes que les laïques à approfondir leur pratique, aussi bien lors de retraites que dans la vie quotidienne.

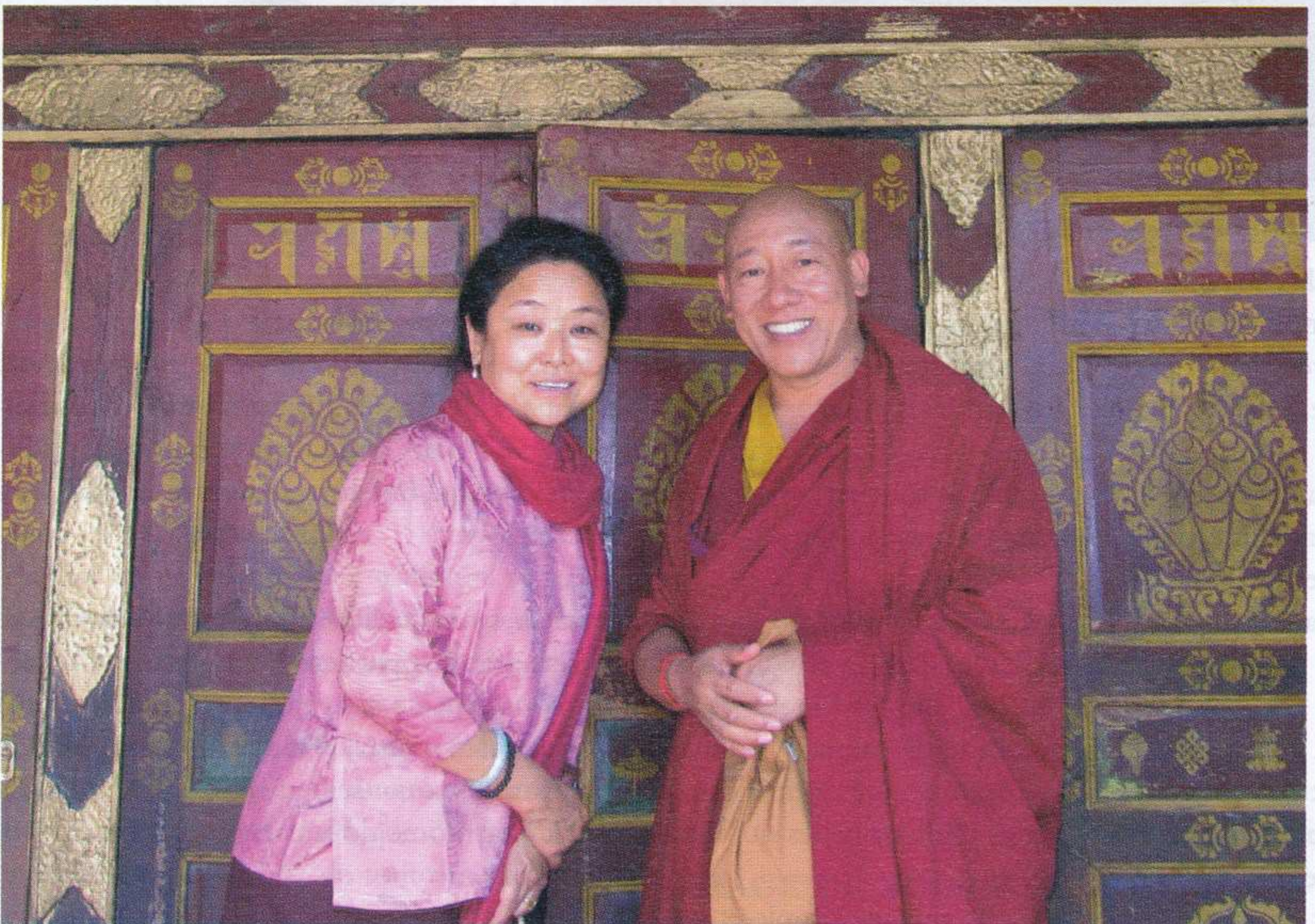
Elle a commencé à voyager et à enseigner à l'étranger, en particulier en Australie et

étudiants occidentaux.

En tant qu'enseignante laïque et femme, Khandro La apporte une perspective nouvelle et pertinente à ses entretiens et enseignements. Elle vise à apporter les vérités de la sagesse ancestrale à notre vie dans ce monde moderne et les enraciner dans chacune de nos intentions et actions.

« Depuis six ans, j'enseigne aux occidentaux et j'essaie de trouver la meilleure façon de le faire. Asiatiques ou occidentaux nous avons tous en nous la même nature de Bouddha mais nos conditionnements, nos façons de vivre, de penser, l'environnement dans lequel nous avons grandi sont différents. Je pense que la meilleure façon de recevoir des enseignements est de prendre son temps, nous sommes conditionnés par de nombreuses émotions négatives depuis tant de vies qu'il nous est difficile de changer.

Les occidentaux sont habitués aux divertissements intellectuels, il y en a tant à leur disposition. Le dharma devient un produit comme un autre, quelque chose qui semble accessible dans un livre. Laisser le Dharma à ce niveau intellectuel n'est d'aucun bénéfice pour la transformation de l'esprit, je pense donc que les enseignements doivent être donnés sous une forme simple de façon à les mettre en pratique pour qu'ils trouvent le chemin de notre



Nouvelle-Zélande. Beaucoup la voit maintenant comme leur Maître et guide. D'autres la considèrent simplement comme une vision inspirante pour un monde meilleur et la rejoignent pour participer à ses projets humanitaires.

Grace à son éducation occidentale et sa connaissance des pratiques bouddhistes, Khandro est devenu un pont pour les occidentaux en recherche d'une compréhension spirituelle de l'enseignement bouddhiste. Ainsi, Gegen Khyentse et Sa Sainteté Shabdrung Rinpoche lui ont toujours confié la traduction de leurs enseignements pour leurs

cœur. Ainsi dans nos actions, le Dharma fera partie de notre quotidien. Des enseignements de très haut niveau sont dispensés en occident sans que les fondations du Dharma ne soient bâties solidement, c'est pour cette raison que je pense qu'on doit avant toute chose cultiver les bases de la dévotion. »

Pour suivre les enseignements de Khandro La ou en savoir plus sur Khachodling : <http://www.khachodling.org/>

Françoise Bottereau Gardey & Mélissa Rivet

Photos © Françoise Bottereau Gardey! ■