

## Le Dalai-Lama parle de lui et du Végétarisme – Nantes 2008



**Matthieu Ricard** : « Pourriez-vous nous donner votre point de vue sur la nécessité d'être végétarien. »

**Dalai-Lama** : « Je pense que c'est extrêmement important. On trouve bien sûr mention de cela dans de nombreux textes bouddhistes, pour donner un exemple, les textes sur les différentes étapes de la méditation de Kamalashila qui principalement est dédié à la méditation mais qui aussi souligne l'importance d'adopter un régime végétarien. Cela semble une évidence en raison du concept fondamental de la compassion, de la non-violence. Et cette non-violence, qui consiste bien sûr à ne pas causer la souffrance des autres, ce n'est pas seulement la non-violence à l'encontre des êtres humains, mais aussi de tous les êtres vivants : tous les animaux, même les plus petits insectes, de respecter toutes les formes de vie, c'est aussi une non-violence qui doit s'étendre à toutes les formes de vie, même non animale. Par exemple durant les retraites monastiques d'été, l'un des vœux est de ne pas sans discrimination couper des fleurs, des feuilles, de l'herbe, et respecter toute forme de vie, respecter l'environnement, ne pas couper sans nécessité des arbres, des fleurs, de l'herbe, aussi tous les animaux, les tous petits insectes qui s'y trouvent qui seront broyés et tués. Et particulièrement à notre époque, quand on voit l'industrie qui s'est construite sur le régime carné, et les immenses souffrances que cela entraîne. Le spectacle, quand on a l'occasion de le voir, de ces grands abattoirs, c'est si mauvais. Toutes ces usines de poulets en batterie, où les poulets souffrent tellement. Et aussi cette pêche industrielle, où on ne compte plus les poissons par leur nombre individuel, mais par tonnes, sans aucune considération pour leur vie, leur désir de rester en vie. Un total mépris de la souffrance qui évidemment est totalement incompatible avec l'idéal de la non-violence et de la compassion. Et même en Inde, maintenant je le vois bien, il y a quelques années lorsque je voyageais au travers des routes du Penjab, il était très rare de voir des poulets à vendre, ou des usines de poulets élevés en batterie, et maintenant il y en a tellement ! Et tous ces volatiles qui sont complètement parqués, serrés les uns contre les autres, qui souffrent terriblement de la chaleur torride l'été, qui souffrent aussi du froid continental l'hiver, tant de souffrance ! Et donc il est clair que manger de la viande, c'est finalement de vivre soi-même de la souffrance des autres. Moi-même, en 1965, je suis devenu végétarien, et je le suis resté entièrement pendant vingt mois, à la suite de quoi je suis tombé malade, de l'hépatite. Ma peau est devenue toute jaune, mes ongles sont devenus tous jaunes, mes yeux sont devenus tous jaunes, et là vraiment ! J'étais devenu un Bouddha vivant ! (Rire), pas seulement par la méditation, mais à cause de la maladie. Et c'est à ce moment là que des médecins, aussi bien des médecins tibétains que des médecins allopathiques m'ont conseillé de revenir à mon régime précédent. Mais ceci dit, je m'efforce de manger le moins de viande possible. Typiquement, à Dharamsala, s'il y a de la viande disponible, j'en mangerai peut-être une fois par semaine et le reste du temps, je suis végétarien. Et également en Inde depuis 15-20 ans, il n'y a pas de viande dans les cuisines de tous les grands monastères même si certains moines en mangent individuellement, mais les cuisines elles-mêmes de toutes les grandes institutions monastiques, maintenant, sont végétariennes. Quand j'étais jeune, d'ailleurs, vers l'âge de 13-14 ans, lors des grandes fêtes à Lhassa, avec tous les grands dignitaires etc, où il y avait beaucoup de banquets, j'ai très tôt demandé à ce que ces fêtes deviennent végétariennes. De même, bien sûr, c'est à tout un chacun de décider, individuellement, comment nous souhaitons vivre, si nous souhaitons ou non être végétariens. Mais ce que je demande, à tous, c'est que lorsqu'il y a des réunions dans les centres du Dharma, que la congrégation se réunit, qu'il y a des enseignements, ou autre, des rassemblements, des fêtes, il est essentiel d'éviter qu'il y ait de la viande et que tout le monde soit végétarien. Donc, je pense qu'en général, cela correspond tout à fait à l'idéal du Bouddhisme et c'est quelque chose d'essentiel, encore une fois, de ne pas survivre au prix de la souffrance des autres. »

**A faire circuler pour le bien des êtres. Dieu Phuong**

**Amitabha Terre Pure**

<http://www.amitabha-terre-pure.net>