

ENSEIGNEMENT • TIBET • GELUG • ÉTAPES DU CHEMIN

DI-00070

LAMDRÉ

ལམ་རིམ་ — « les étapes du chemin »

Le lamdré (lam rim) désigne les enseignements tibétains présentant le chemin de l'éveil comme une progression d'étapes. Popularisé par Tsongkhapa, il organise doctrine, motivation et méditation en un parcours gradué.

NATURE	Enseignement
ÉCOLE	Gelug · Kadampa
NOM	Étapes du chemin
MAÎTRE	Tsongkhapa · Atīśa
TRAITS	graduel · structuré
SOURCES	Bodhipathapradīpa
TEXTES	Lam rim chen mo
RÔLE	synthèse du chemin

LE CHEMIN PAR ÉTAPES

Le lamdré présente l'éveil comme un chemin gradué, de la motivation initiale à la réalisation finale, en étapes claires.

Hérité d'Atīśa et développé par Tsongkhapa, il structure la pratique des Gelug et bien au-delà.

Il fait de la doctrine un itinéraire vivant.

ORIGINE ET TRANSMISSION

Le lamdré, ou lam rim, « étapes du chemin », est un genre d'enseignement tibétain qui présente l'ensemble du chemin bouddhique comme une progression graduée. Il remonte à la synthèse d'Atīśa, dont la *Lumière du chemin de l'éveil* organise les pratiques selon les capacités des disciples.

À partir du XIV^e siècle, Tsongkhapa développa amplement cette approche : son *Grand livre des étapes du chemin* (Lam rim chen mo) en devint la somme classique.

Le lamdré devint un cadre d'enseignement majeur dans les Gelug et, au-delà, dans le bouddhisme tibétain, en structurant la manière d'exposer la doctrine.

Sa transmission repose sur les maîtres, les monastères et de nombreux manuels et commentaires, adaptés à des publics variés.

UN ENSEIGNEMENT GRADUÉ

Le lamdré ordonne la matière bouddhique en une progression : motivation, renoncement, esprit d'éveil, vue de la vacuité. Cette pédagogie graduée rend le chemin accessible et cohérent.

LAMDRÉ

LES ENSEIGNEMENTS

L'ESPRIT D'ÉVEIL

Au cœur du lamdré se trouve la bodhicitta, l'esprit d'éveil : le désir de réaliser l'éveil pour le bien de tous les êtres. Cet altruisme fonde la voie des grands véhicules.

LE RENONCEMENT

Avant l'altruisme universel, le lamdré souligne le renoncement : reconnaître le caractère insatisfaisant des renaissances et vouloir s'en libérer. Le renoncement et l'esprit d'éveil se complètent.

ATĪŚA

Maître indien venu au Tibet, sa synthèse du chemin inspira le lamdré et la réforme du bouddhisme tibétain.

TSONGKHAPA

Fondateur des Gelug, son grand traité du lam rim en fit l'enseignement structurant de l'école.

LES TROIS CAPACITÉS

Le lamdré distingue les disciples de moindre, moyenne et grande capacité, à qui sont proposés des objectifs croissants. Cette adaptation respecte le point de départ de chacun.

LA VUE DE LA VACUITÉ

L'aboutissement du lamdré est la compréhension de la vacuité, unie à la compassion, qui libère de la souffrance. Doctrine et pratique s'y rejoignent.

UNE SYNTHÈSE VIVANTE

Le lamdré n'est pas un simple catalogue : il ordonne la pratique du débutant jusqu'au saint. Il unit l'étude, la méditation et l'éthique.

L'ESPRIT D'ÉVEIL ET LE RENONCEMENT

Au cœur du lamdré se trouve la bodhicitta : le désir de réaliser l'éveil pour le bien de tous les êtres. Avant elle, l'enseignement souligne le renoncement : reconnaître le caractère insatisfaisant des renaissances et vouloir s'en libérer.

LES TROIS CAPACITÉS

Le lamdré distingue les disciples de moindre, moyenne et grande capacité, à qui sont proposés des objectifs croissants, du bonheur présent à l'éveil universel. Cette adaptation respecte le point de départ de chacun et conduit progressivement à la vue de la vacuité unie à la compassion.

L'ESPRIT D'ÉVEIL ET LE RENONCEMENT

Au cœur du lamdré se trouve la bodhicitta : le désir de réaliser l'éveil pour le bien de tous les êtres. Avant elle, l'enseignement souligne le renoncement : reconnaître le caractère insatisfaisant des renaissances et vouloir s'en libérer. Le lamdré distingue les disciples de moindre, moyenne et grande capacité, à qui sont proposés des objectifs croissants, du bonheur présent à l'éveil universel. Cette adaptation respecte le point de départ de chacun et conduit progressivement à la vue de la vacuité unie à la compassion. L'aboutissement du lamdré est la compréhension de la vacuité, unie à la compassion, qui libère de la souffrance et des extrêmes. Doctrine et pratique s'y rejoignent : le chemin gradué n'est pas un simple catalogue, mais un itinéraire vivant, de la motivation à la réalisation.

LES ÉTAPES DU CHEMIN

Le lamdré, « étapes du chemin », présente l'éveil comme une progression graduée, d'Atīśa à Tsongkhapa. Il organise le chemin selon trois capacités : moindre, moyenne et grande, adaptées à la motivation du pratiquant. Le renoncement, l'esprit d'éveil et la vue de la vacuité en forment les étapes majeures. La méditation analytique et la contemplation des étapes transforment peu à peu le pratiquant. L'aboutissement est la compréhension de la vacuité, unie à la compassion qui libère. Le lamdré unit ainsi doctrine et itinéraire vivant, du débutant au saint. Il structure l'enseignement des Gelug et, au-delà, du bouddhisme tibétain. Le lamdré organise le chemin de l'éveil en étapes graduées, d'Atīśa à Tsongkhapa. Renoncement, esprit d'éveil et vue de la vacuité en forment les degrés majeurs. Il structure l'enseignement des Gelug et, plus largement, du bouddhisme tibétain.

LAMDRÉ

LES PRATIQUES ET LES RITES

LES PRATIQUES

Méditation analytique, contemplation des étapes, dévotion et étude composent la pratique du lamdré. La progression se vérifie par l'expérience plutôt que par le savoir seul.

LES RITES

Les offrandes, les récitations et les bénédictions accompagnent l'étude du chemin. Les initiations tantriques marquent son approfondissement.

Les fêtes des monastères Gelug et les cérémonies rassemblent les communautés. Les retraites et les enseignements publics structurent la transmission.

La dévotion au maître et aux bouddhas soutient la progression.

DÉVOTION, RETRAITES ET PÈLERINAGES

La dévotion structure la piété : refuge, offrandes et invocations accompagnent la voie. Les pèlerinages vers les grands monastères Gelug unissent marche et prière.

Les retraites et les sessions d'étude composent la pratique intensive.

REPÈRES CHRONOLOGIQUES

XI^e s. — Atīśa.

XIV^e s. — Tsongkhapa.

XV^e–XX^e s. — diffusion.

Aujourd'hui — enseignement majeur.

LAMDRÉ

LES GRANDS TEXTES • LE GRAND VOYAGE

LES GRANDS TEXTES

Le lamdré s'appuie sur la *Lumière du chemin de l'éveil* d'Atīśa et sur le *Lam rim chen mo* de Tsongkhapa, augmentés de nombreux commentaires et manuels.

Ces textes organisent l'ensemble de la doctrine et de la pratique.

REPÈRES

Lamdré — Étapes.

Atīśa — Maître.

Tsongkhapa — Maître.

Gelug — École.

Bodhicitta — Esprit d'éveil.

NOTIONS CLÉS

Renoncement — Motivation.

Bodhicitta — Altruisme.

Vacuité — Vue.

Capacités — Étapes.

Méditation — Pratique.

LE GRAND VOYAGE

Le lamdré s'est diffusé avec les Gelug dans tout le monde tibétain, puis en Occident, où il structure de nombreux enseignements. Il demeure l'un des cadres les plus utilisés pour présenter le bouddhisme tibétain.

FIGURES ET TRANSMISSIONS

Fondation. Atīśa.

Synthèse. Tsongkhapa.

Modernes. Les maîtres Gelug contemporains.

LANGUES ET ÉCRITURES

Le lamdré s'exprime en tibétain classique et ses textes sont traduits dans de nombreuses langues, ce qui a favorisé sa diffusion mondiale.

LAMDRÉ

RELATIONS · VOCABULAIRE · À RETENIR

RELATIONS AVEC LES AUTRES TRADITIONS

Avec le Kadampa. Le lamdré hérite de la tradition d'Atīśa et de ses disciples.

Avec les Gelug. Il en est l'enseignement structurant.

Avec les autres écoles. Des présentations graduées analogues existent chez les Nyingma, Sakya et Kagyu.

VOCABULAIRE À CONNAÎTRE

Lamdré — Étapes.

Bodhicitta — Esprit d'éveil.

Renoncement — Motivation.

Vacuité — Vue.

Atīśa — Maître.

Tsongkhapa — Maître.

Gelug — École.

Lam rim — Étapes.

À RETENIR

Le lamdré, « étapes du chemin », présente l'éveil comme un parcours gradué, d'Atīśa à Tsongkhapa. Il unit renoncement, esprit d'éveil et vue de la vacuité, et structure l'enseignement des Gelug.

MOTS ASSOCIÉS

lamdré · lam rim · Atīśa · Tsongkhapa · Gelug · bodhicitta · renoncement · vacuité

RENOIS DANS LE DICTIONNAIRE

Voir aussi : ATĪŚA · KADAMPA · GELUG · TSONGKHAPA · BODHICITTA.

Aliénor & Alain Delaporte-Digard