



Nourrissons les racines

Essais d'éthique bouddhiste

Bhikkhu Bodhi



Ce livret est une traduction de Nourishing the Roots : Essays on Buddhist Ethics, *Wheel Publications No. 259-260, publié pour la première fois en 1978* par le Buddhist Publication Society Kandy Sri Lanka

Version en anglais : <https://www.bps.lk/library-search-select.php?id=wh259>

**Nourrissons les
racines**

Nourrissons les racines	1
L'esprit et la variété des êtres sensibles.....	9
Le mérite et la croissance spirituelle	14
Le chemin de la compréhension	21

Nourrissons les racines

La formation spirituelle enseignée par le Bouddha est un double processus d'auto-transformation et d'auto-transcendance qui mène à l'émancipation complète de la souffrance. Le processus de transformation de soi consiste à éliminer les dispositions mentales malsaines et à les remplacer par des dispositions pures conduisant au bénéfice de soi-même et des autres. Le processus de transcendance de soi se concentre sur l'abandon des notions égocentriques en voyant avec une vision claire et directe la nature sans essence des processus corporels et mentaux que nous considérons normalement comme "moi " et "mien". Lorsque ce double processus est mené à son terme, la souffrance cesse, car avec l'éveil de la sagesse, la racine fondamentale de la souffrance, le désir alimenté par une ignorance aveuglante, disparaît pour ne plus jamais réapparaître.

Comme les tendances malsaines et l'attachement égoïste proviennent de graines enfouies dans les couches les plus profondes de l'esprit, pour éradiquer ces sources d'affliction et favoriser la croissance de la vision libératrice de la réalité, le Bouddha présente son enseignement sous la forme d'un entraînement graduel. La discipline bouddhiste exige une pratique et une réalisation graduelles. Elle ne se manifeste pas d'un seul coup, mais comme un arbre ou tout autre organisme vivant, elle se développe organiquement, comme une série d'étapes, chaque étape s'appuyant sur la précédente comme un socle indispensable et donnant naissance à la suivante comme sa conséquence naturelle. Cette formation bouddhiste graduelle se divise en trois catégories: l'apprentissage de la vertu (*sīla*), de la concentration (*samādhi*) et de la sagesse (*paññā*). Si nous poursuivons la comparaison de la discipline bouddhiste avec un arbre, la foi (*saddhā*) serait la graine, car elle fournit l'impulsion initiale par laquelle l'entraînement est entrepris, et c'est aussi la foi qui nourrit l'entraînement à chaque phase de son développement. La vertu serait les racines, car elle fournit une assise à nos efforts spirituels, tout comme les racines donnent une assise à l'arbre. La concentration serait le tronc, symbole de force, de non-vacillation et de stabilité. Et la sagesse serait les branches, qui produisent les fleurs de l'éveil et les fruits de la délivrance.

La vitalité de la vie spirituelle, tout comme celle d'un arbre, dépend de racines saines. Un arbre dont les racines sont faibles et peu profondes ne pourra pas s'épanouir, et grandira rabougri, flétri et stérile. De même, une vie spirituelle dépourvue de racines solides n'aura qu'une croissance rabougrie, incapable de produire des fruits. Pour tenter de gravir les échelons supérieurs du chemin, il est crucial de cultiver et de nourrir les racines saines du chemin dès le départ. Sinon, le résultat sera la frustration, la désillusion et peut-être même le danger. Les racines de la voie sont les constituants de *sīla*, les facteurs de la vertu morale. Elles sont la base de la méditation, le fondement de toute sagesse et de tout accomplissement supérieur.

Dire que la vertu (sīla) est une condition préalable au succès ne signifie pas, contrairement à une idée répandue dans les milieux bouddhistes traditionalistes, qu'il est impossible de commencer à méditer avant d'avoir atteint la perfection en matière de vertu. Une telle exigence rendrait presque impossible le début de la méditation, puisque ce sont la pleine conscience, la concentration et la sagesse du processus méditatif qui entraînent la purification progressive de la vertu. En d'autres termes, affirmer que la vertu est le fondement de la pratique revient à dire que notre capacité à méditer dépend de la pureté de notre sīla. Si les racines de notre vertu sont faibles, notre méditation le sera également. Si nos actions sont constamment en contradiction avec les principes fondamentaux de la bonne conduite, nos tentatives de contrôle de l'esprit dans la discipline de la méditation seront vouées à l'échec, car les sources de notre conduite seront les mêmes états d'esprit souillés que la méditation est censée éliminer.

Ce n'est que lorsque nous fondons notre pratique sur les principes irréprochables de l'action juste que l'effort intérieur de la méditation peut prospérer et mener au succès. Avec de véritables principes de conduite comme fondation, les racines de la vertu donneront naissance au tronc de la concentration, l'esprit concentré fera jaillir les branches de la sagesse, et les branches de la sagesse produiront les fleurs et les fruits de l'éveil, aboutissant à la libération totale de la servitude. Ainsi, tout comme un jardinier expérimenté fait pousser un jeune arbre en se concentrant d'abord sur les racines, un chercheur sincère de l'éveil devrait commencer sa pratique en se concentrant sur les racines de sa pratique, c'est-à-dire sur sa sīla ou sa vertu morale.

Le terme pāli "sīla" avait à l'origine un sens plus large, il désignait simplement "conduite", la manière d'agir. Dans le contexte de la formation spirituelle bouddhiste, il est toutefois employé pour dénoter un type particulier de conduite : une bonne conduite. Par extension, ce terme désigne aussi le genre de caractère qu'une telle conduite reflète, soit un bon caractère. Ainsi, sīla désigne à la fois la conduite morale, un ensemble de comportements guidés par des principes moraux, et une vertu morale, une qualité intérieure que l'observation régulière de ces principes est censée développer.

Ces deux nuances sont essentielles pour saisir l'importance de sīla dans l'éventail des disciplines bouddhistes. Dans un premier sens, sīla consiste à respecter, par son corps et sa parole, les préceptes fondamentaux qui régissent la vie morale. Il s'agit d'une discipline morale qui commence par la maîtrise des impulsions immorales cherchant à s'exprimer par le corps et la parole, et qui évolue vers un comportement habituel conforme aux principes d'une conduite juste. Cependant, la portée de sīla ne se limite pas au seul contrôle extérieur du comportement. En effet, ce terme revêt une signification plus profonde et plus psychologique. Dans ce contexte, sīla est la pureté morale, la purification intérieure du caractère découlant d'une vie modelée de manière constante sur des principes moraux. Cette facette de sīla met l'accent sur le côté subjectif qui motive l'action. Il ne s'intéresse pas à l'acte en soi, mais à la rectitude d'esprit qui le sous-tend et qui engendre une bonne conduite.

À l'examen, sīla se révèle donc être une qualité à deux dimensions : elle comprend une dimension externe représentée par la purification de la conduite

et une dimension interne représentée par la purification du caractère. Toutefois, dans l'enseignement du Bouddha, ces deux dimensions de l'expérience, l'intérieure et l'extérieure, ne sont pas dissociées et confinées dans des sphères distinctes et autonomes. Elles sont plutôt considérées comme les deux facettes d'un même tout, les pôles complémentaires d'un champ unifié qui se reflètent l'un l'autre, s'impliquent l'un l'autre et se pénètrent l'un l'autre avec leurs propres potentialités d'influence respectives. Les actions accomplies par le corps et la parole, du point de vue bouddhiste, ne sont pas considérées comme des appendices détachables d'une essence spirituelle distincte, mais comme des révélations concrètes des états d'esprit qui les sous-tendent. Ces états d'esprit, à leur tour, ne restent pas confinés dans un isolement purement mental, mais s'écoulent, selon les circonstances, de la source de conscience dont ils émergent, à travers les canaux du corps, de la parole et de la pensée, vers le monde des événements interpersonnels importants. De l'action, nous pouvons déduire l'état d'esprit, et de l'état d'esprit, nous pouvons prédire le cours probable de l'action. La relation entre les deux est aussi intégrale que celle qui existe entre une partition musicale et sa mise en scène orchestrale lors d'un concert.

En raison de cette dépendance mutuelle des deux domaines, la conduite morale et la pureté de caractère sont étroitement liées par une relation subtile et complexe. L'accomplissement de la purification de la vertu exige que les deux aspects de *sīla* soient réalisés. D'une part, le comportement du corps et de la parole doit être mis en accord avec l'idéal moral ; d'autre part, la disposition mentale doit être purifiée de ses corruptions jusqu'à ce qu'elle soit d'une pureté irréprochable. Le premier sans le second est insuffisant ; le second sans le premier est impossible. L'aspect interne est le plus important du point de vue du développement spirituel, parce que ce sont les actions corporelles et verbales qui prennent un sens éthique en premier lieu comme expression d'une disposition d'esprit qui leur correspond. Cependant, dans l'ordre de l'apprentissage spirituel, la discipline morale doit venir en premier. En effet, au début de la formation, purifier son caractère est un idéal à atteindre ; ce n'est pas une réalité avec laquelle on peut débiter.

Selon le principe bouddhiste de la conditionnalité, l'actualisation d'un état donné est impossible sans l'actualisation préalable de ses conditions appropriées. Ce principe s'applique autant aux diverses étapes de la formation qu'aux simples phénomènes de la matière et de l'esprit. Depuis des temps immémoriaux, le continuum de la conscience est corrompu par les racines malsaines de l'avidité, de la haine et de l'illusion. Ce sont elles qui ont servi de source au plus grand nombre de nos pensées, au terrain de nos habitudes, aux moteurs de nos actions et à notre orientation générale envers les autres personnes et le monde dans son ensemble. Déraciner ces souillures d'un seul coup, et atteindre le sommet de la perfection spirituelle par un simple acte de volonté est une tâche quasiment impossible. Un système de formation spirituelle réaliste doit travailler avec la matière première de la nature humaine ; il ne peut se contenter de postuler des modèles d'excellence humaine ou des exigences d'accomplissement sans montrer la méthode par laquelle ces exigences peuvent être atteintes.

Le Bouddha fonde son enseignement sur l'idée que, grâce à la bonne méthode, nous avons la capacité de nous changer et de nous transformer. Nous

ne sommes pas condamnés à être éternellement accablés par le poids des tendances accumulées, mais par nos propres efforts, nous pouvons nous en débarrasser et atteindre une condition de pureté et de liberté totales. Lorsque nous disposons des moyens appropriés dans le contexte d'une compréhension juste, nous sommes en mesure de déclencher des changements radicaux dans le fonctionnement de la conscience et façonner une nouvelle forme à partir de l'étoffe apparemment immuable de notre propre esprit.

Le premier pas sur cette voie est la purification du caractère. Le Bouddha propose une méthode efficace pour y parvenir : l'observance de l'ensemble des préceptes régissant la conduite corporelle et verbale. Sīla en tant que discipline morale, en d'autres termes, devient le moyen d'induire sīla en tant que vertu morale. Sa puissance découle de la relation mutuelle entre les sphères internes et externes de l'expérience évoquées précédemment. Les sphères intérieure et extérieure sont étroitement liées, ce qui signifie que l'une peut devenir le moyen de produire des changements profonds et durables dans l'autre. De la même manière qu'un état d'esprit se manifeste extérieurement par des actes ou des paroles, éviter ou accomplir certaines actions peut influencer l'esprit et modifier la structure de la vie mentale. Si les états d'esprit dominés par l'avidité et la haine peuvent conduire à des actes de meurtre, de vol, de mensonge, etc., l'abstention de principe de tuer, de voler et de mentir peut engendrer une disposition mentale à la bienveillance, au contentement, à l'honnêteté et à la vérité. Ainsi, bien que la pureté morale ne soit pas le point de départ de l'entraînement spirituel, il est possible d'en faire un objectif atteignable en se conformant à des normes de conduite justes.

La volition, ou cetanā, est le lien qui relie les deux dimensions de sīla, permettant de transformer les actions extérieures en pureté intérieure. C'est un facteur mental universel qui accompagne chaque occasion d'expérience, une concomitance de tout acte de conscience. Il confère à l'expérience un caractère téléologique, c'est-à-dire axé sur un objectif, grâce à sa fonction spécifique d'orienter les facteurs qui lui sont liés vers l'accomplissement d'un but particulier. Toute action (kamma), selon le Bouddha, est par nature volition, car l'acte lui-même est, du point de vue ultime, une manifestation de la volition à travers l'une des trois portes de l'action (le corps, la parole ou l'esprit) : "C'est la volition, bhikkhus, que j'appelle action. Ayant voulu, on accomplit une action au moyen du corps, de la parole ou de l'esprit".

La volonté définit une action comme relevant d'un certain type, lui attribuant ainsi une dimension morale. Cependant, étant présente dans tous les états de conscience, elle n'a pas de caractère éthique distinctif par nature. Ce n'est qu'en association avec certains autres facteurs mentaux appelés racines (mūla) qu'elle acquiert sa qualité éthique distinctive lors d'une expérience active. Il existe deux catégories de racines, qui sont déterminantes sur le plan moral : les racines malsaines (akusala) et les racines saines (kusala). Les racines malsaines sont l'avidité, la haine et l'illusion ; les racines saines sont la non-avidité, la non-haine et la non-illusion. Ces dernières, bien qu'exprimées négativement, signifient non seulement l'absence des facteurs de souillure, mais aussi la présence de qualités morales positives : la générosité, la bienveillance et la sagesse, respectivement.

Lorsque la volition est motivée par les racines malsaines de l'avidité, de la haine et de l'illusion, elle s'exprime à travers les portes du corps et de la parole sous la forme de mauvaises actions, telles que le meurtre, le vol, la promiscuité, le mensonge, la calomnie, les propos acerbes et les commérages. De cette manière, le monde intérieur de la souillure mentale assombrit le monde extérieur dans l'espace et le temps. Mais la tendance souillée du mouvement volitif, bien que forte, n'est pas irrémédiable. La volition malsaine peut être remplacée par la volition saine, et ainsi la disposition entière de la vie mentale peut être inversée à sa base. Cette réorientation de la volition est initiée par un engagement déterminé à suivre des principes de conduite justes et à s'abstenir du mal en pratiquant le bien. Ensuite, lorsque la volition tendant à se manifester sous forme d'actions mauvaises est contenue et remplacée par une volition de nature opposée, celle de se comporter de manière vertueuse en paroles et en actes, un processus de renversement aura été amorcé. S'il est maintenu, il peut produire des changements profonds dans la tonalité morale du caractère. En effet, les actes de volonté ne dépensent pas toute leur énergie dans leur exécution initiale, mais rebondissent sur le courant mental qui les a engendrés, en modifiant ce dernier pour qu'il s'oriente vers l'objectif auquel elles tendent naturellement : les volitions malsaines vers la dépravation morale, tandis que les volitions saines s'orientent vers la purification morale. En d'autres termes, chaque fois qu'une volition malsaine est remplacée par son opposé, une volition saine, la volonté de faire le bien s'accroît.

Un processus de substitution de facteurs s'effectue ensuite. Il est basé sur le principe selon lequel des qualités mentales incompatibles ne peuvent coexister au cours d'une même expérience. Les racines associées permettent de terminer la transformation par leur efficacité. Tout comme les volitions malsaines émergent invariablement en association avec des racines malsaines : l'avidité, la haine et l'illusion, les volitions saines apportent inévitablement avec elles comme corollaires les racines saines de non-avidité, de non-haine et de non-illusion. Les qualités opposées ne pouvant coexister, le remplacement de la volition malsaine par la volition saine signifie en même temps le remplacement des racines malsaines par des racines saines. Continuellement mises en jeu par l'élan de la volition, les racines saines "parfument" le courant mental avec les qualités qu'elles représentent, la générosité, la bienveillance et la sagesse. Ces dernières, en se renforçant, deviennent des tendances stables du caractère, supplantant l'inclination vers le malsain. C'est ainsi qu'un exercice répété et diversifié de volitions saines transforme le caractère, qui passe de sa susceptibilité morale initiale à un degré de pureté tel que même la tentation du mal reste à une distance sûre.

Bien que la volition ou cetanā soit l'outil principal du changement, elle est indéterminée et nécessite des instructions précises pour canaliser son énergie vers la réalisation du bien. Du point de vue bouddhiste, une simple "bonne volonté" est tout à fait inadéquate, car, malgré la noblesse de l'intention, tant que l'intelligence de l'agent est obscurcie par l'illusion, il est toujours possible que des motifs louables s'expriment dans des actions insensées, voire destructrices. Cela a été le cas assez souvent dans le passé, et cela reste l'éternel fléau de l'éthicien généraliste. Du point de vue bouddhiste, la bonté de la volonté doit s'exprimer par des actions concrètes. Elle doit être régie par des principes spécifiques de bonne conduite. Ces principes sont flexibles dans leur

application, mais possèdent une validité normative indépendante de toute culture historique ou de tout système de valeurs existant, entièrement en vertu de leur relation avec une loi universelle de rétribution morale et de leur place dans le chemin intemporel de la pratique menant à la délivrance de la souffrance et de la ronde saṃsārique.

Pour guider la volonté vers le bien, le Bouddha a prescrit avec précision et clarté les facteurs de la formation morale qu'il faut respecter pour assurer sa progression sur le chemin de l'éveil. Ces facteurs se répartissent en trois catégories qui représentent l'ensemble de la vertu dans le Noble Sentier Octuple : la parole juste, l'action juste et les moyens d'existence justes. La parole juste consiste à s'abstenir de tout discours nuisible : l'abstention de mensonge, de calomnie, de paroles dures et de bavardages futiles. Le discours de tout aspirant doit être constamment véridique, propice à l'harmonie, doux et pertinent. L'action juste met un frein aux actions corporelles malsaines en prescrivant l'abstention de la destruction de la vie, du vol et de l'inconduite sexuelle. Cette dernière signifie l'abstinence totale pour les moines, et d'adultère et les relations illicites pour les laïcs. Le comportement de l'aspirant doit toujours être empreint de compassion, d'honnêteté et de pureté. Pour gagner correctement sa vie, il doit éviter les professions qui causent du tort et des souffrances à d'autres êtres vivants, comme le commerce de la viande, la traite des êtres humains, la fabrication et la vente d'armes, de poisons et de substances intoxicantes. En évitant ces métiers nuisibles, le noble disciple gagne sa vie en exerçant une activité paisible et juste.

Les facteurs d'entraînement intégrés dans ces composantes du Noble Octuple Sentier entravent simultanément les impulsions viles, ignobles et destructrices de l'esprit humain, tout en favorisant l'accomplissement de tout ce qui est noble et pur. Bien que les règles soient exprimées négativement, en termes de types de conduite qu'elles sont censées exclure, elles ont un effet positif, car, lorsqu'elles sont adoptées comme lignes directrices pour l'action, elles stimulent la croissance d'attitudes mentales saines qui s'expriment sous forme de lignes de conduite bénéfiques. Ces règles de formation atteignent en profondeur tous les recoins de l'esprit, affaiblissent la volition malsaine et redirigent la volonté vers la réalisation du bien. Elles atteignent aussi l'agitation de la vie sociale humaine et mettent fin à la compétition, à l'exploitation, à l'accaparement, à la violence et à la guerre. Sur le plan psychologique, elles confèrent la santé mentale. Sur le plan social, elles favorisent la paix. Sur le plan spirituel, elles servent de base indispensable à tout progrès supérieur sur la voie de l'émancipation. Ces règles de formation anéantissent tous les états mentaux enracinés dans l'avidité, la haine et l'illusion, et favorisent les actions enracinées dans la non-avidité, la non-haine et la non-illusion, et mènent à une existence empreinte de bonté, d'amour et de sagesse.

Du point de vue bouddhiste, ces règles de conduite ne sont pas des accessoires superflus d'une bonne volonté, mais des lignes directrices nécessaires à une action juste. Elles constituent un élément crucial de la formation et, lorsqu'elles sont mises en pratique par la force de la volition, elles deviennent un moyen fondamental de purification. En particulier dans le contexte de la pratique de la méditation, les préceptes d'entraînement empêchent l'émergence d'actions malsaines et destructrices pour atteindre

l'objectif de la discipline méditative. En respectant attentivement les règles de conduite, nous pouvons être assurés d'éviter au moins les formes les plus crasses de l'avidité, de la haine et de l'illusion, et que nous n'aurons pas à faire face à l'obstacle de la culpabilité, de l'anxiété et de l'agitation associées aux écarts moraux répétés.

Si l'on reprend notre comparaison de la discipline bouddhiste à un arbre, où les vertus représentent les racines, alors les principes de bonne conduite correspondent au sol dans lequel les racines poussent. De la même manière que le sol fournit les nutriments nécessaires à la croissance et à l'épanouissement de l'arbre, les préceptes offrent les éléments vitaux de pureté et de vertu indispensables à la progression de la vie spirituelle. Les préceptes représentent la manière naturelle dont se comporte un arahant, un être parfaitement éveillé. Pour lui, sa conduite est l'expression spontanée de sa pureté innée. De par sa nature même, tous ses actes sont irréprochables, sans tache. Il ne peut suivre aucune ligne de conduite motivée par le désir, la malveillance, l'illusion ou la peur ; il ne le fait pas parce qu'il doit se plier à des règles, mais parce que c'est la loi même de son être.

L'homme du monde, cependant, n'est pas à l'abri d'une conduite immorale. Au contraire, parce que les racines malsaines restent fermement ancrées dans la composition de son esprit, il est constamment sujet à la tentation de la transgression morale. Il peut tuer, voler, commettre l'adultère, mentir, boire des boissons intoxicantes, etc. En l'absence d'un code moral solide qui interdit de telles actions, il succombera souvent à ces penchants. D'où la nécessité de lui fournir un ensemble de principes éthiques fondés sur les piliers de la sagesse et de la compassion. Avec ces principes, il pourra réguler ses actions et se conformer au comportement naturel et spontané de l'être libéré.

Selon la philosophie bouddhiste, un précepte n'est pas simplement une règle imposée de l'extérieur, mais plutôt une manifestation tangible d'une attitude d'esprit qui correspond à ce précepte. C'est un principe qui se matérialise sous la forme d'une action concrète, révélant un rayon de la lumière de la pureté intérieure. Les préceptes rendent visible l'état invisible de la purification. Ils nous le rendent accessible en le réfractant à travers l'expression du corps et de la parole. Ces règles de conduite spécifiques, que nous pouvons utiliser comme guides d'action, peuvent être appliquées dans toutes situations. En harmonisant notre conduite avec les préceptes, nous pouvons nourrir la racine de nos efforts spirituels, notre vertu. Une fois la vertu établie, les étapes suivantes du chemin se déroulent naturellement, grâce à la loi de la vie spirituelle, et s'achèvent au sommet dans la perfection de la connaissance et l'azur serein de la délivrance. Comme le dit le Maître :

"Pour celui qui n'a pas de remords, il n'est pas nécessaire d'exercer une volition délibérée : "Que l'allégresse naisse en moi." C'est la loi naturelle, bhikkhus, que l'allégresse naisse chez celui qui n'a pas de remords.

"Pour celui qui est allègre, il n'est pas nécessaire d'exercer une volition délibérée : "Que le ravissement naisse en moi." C'est la loi naturelle, bhikkhus, que le ravissement naisse chez celui qui est allègre.

"Pour celui qui est empli de ravissement, il n'est pas nécessaire d'exercer une volonté délibérée : "Que mon corps devienne tranquille." C'est la loi naturelle, bhikkhus, que pour quelqu'un empli de ravissement, le corps devienne tranquille.

"Pour celui qui est tranquille dans son corps, il n'est pas nécessaire d'exercer une volition délibérée : "Que j'expérimente la félicité." C'est la loi naturelle, bhikkhus, que celui qui est tranquille dans son corps éprouve la félicité.

"Pour celui qui est dans la félicité, il n'est pas nécessaire d'exercer une volition délibérée : "Que mon esprit se concentre." C'est la loi naturelle, bhikkhus, que pour quelqu'un qui est dans la félicité, l'esprit se concentre.

"Pour celui qui est concentré, il n'est pas nécessaire d'exercer une volition délibérée : "Puissé-je connaître et voir les choses telles qu'elles sont réellement." C'est la loi naturelle, bhikkhus, que celui qui est concentré connaît et voit les choses telles qu'elles sont réellement.

"Pour celui qui connaît et voit les choses telles qu'elles sont réellement, il n'est pas nécessaire d'exercer une volition délibérée : "Que je devienne désenchanté et dépassionné. " C'est la loi naturelle, bhikkhus, qui veut que celui qui connaît et voit les choses telles qu'elles sont réellement devienne désenchanté et dépassionné.

"Pour celui qui est devenu désenchanté et dépassionné, il n'est pas nécessaire d'exercer une volition délibérée : "Puissé-je réaliser la connaissance et la vision de la délivrance." C'est la loi naturelle, bhikkhus, que celui qui est désenchanté et dépassionné réalise la connaissance et la vision de la délivrance...

"Ainsi, bhikkhus, une étape se fond dans l'étape suivante, une étape s'accomplit dans l'étape suivante, pour passer de l'ici à l'au-delà."

Anāguttara Nikāya 10:2

L'esprit et la variété des êtres sensibles

Lorsque nous observons les êtres vivants, nous sommes rapidement frappés par l'immense diversité de leurs formes. La nature regorge d'une multitude d'êtres vivants, qui impressionnent autant par la variété de leurs différences spécifiques que par leur nombre. Devant nos yeux s'étend une myriade d'êtres vivants, des insectes aux reptiles, des poissons aux oiseaux, des animaux domestiques aux animaux sauvages, qui façonnent la terre, les mers et les cieux en une métropole complexe et palpitante, imprégnée du souffle de la vie sensible. Cependant, les royaumes invisibles à nos yeux, tels que ceux décrits par la cosmologie spirituelle, le folklore et les récits des sages, ne sont pas moins peuplés ni moins variés dans leur composition. Selon ces témoignages, des dieux, des brahmas, des anges, des démons, des fées, des fantômes et des lutins peuplent les quartiers de ce monde invisible.

Le monde humain, lui aussi, est loin d'être homogène. La famille humaine se compose de nombreux groupes distincts, allant des personnes à la peau noire, blanche, brune, jaune ou rouge, qui se subdivisent encore en fonction de leur richesse et de leurs capacités, en personnes vivant longtemps et en personnes ayant une espérance de vie courte, en personnes en bonne santé et en personnes malades, en personnes réussissant et en personnes échouant, en personnes douées et en personnes démunies. Certains sont intelligents, d'autres sont stupides; certains sont nobles, d'autres sont ignobles; certains sont spirituellement évolués, d'autres sont spirituellement démunis. Les êtres humains vont des personnes souffrant de déficience mentale, qui ont de la difficulté à satisfaire leurs besoins physiques les plus élémentaires, à des individus de grande sagesse et aux saints qui peuvent comprendre les secrets les plus profonds de l'univers et élever la perspective morale de leurs frères et sœurs moins évolués à des hauteurs insoupçonnées dans le courant de pensée commun.

Pour celui qui cherche à comprendre les raisons profondes cachées derrière les apparences superficielles des phénomènes, il est naturel de se demander pourquoi la vie se manifeste sous des formes si diverses. Cette réflexion a engendré une myriade d'écoles de pensée, tant religieuses que philosophiques, chacune proposant ses propres hypothèses comme solution au mystère de la complexité kaléidoscopique de la nature. Dans l'histoire intellectuelle de l'humanité, les deux positions dominantes auxquelles ces écoles se rattachent sont le théisme et le matérialisme. Elles s'opposent l'une à l'autre par leurs principes antithétiques et ont revêtu diverses formes depuis l'antiquité jusqu'à aujourd'hui. Le théisme attribue la diversité de la vie sensible, y compris les inégalités manifestes dans le monde humain, à la volonté de Dieu. Selon le théisme, c'est Dieu, l'auteur omnipotent et omniscient de l'univers, qui crée par sa volonté la variété des formes naturelles, qui attribue aux êtres leur part

respective de bonheur et de souffrance, et qui divise les gens en deux catégories : les personnes élevées et les personnes viles, les chanceux et les miséreux.

Le matérialisme rejette l'idée d'une intervention extraterrestre pour expliquer la diversité des facultés et des capacités des êtres vivants. Il cherche à la remplacer par un système d'explication basée uniquement sur des principes naturalistes, qui relèvent de l'ordre matériel. Le matérialiste affirme que toute la diversité des formes vivantes et tous les modes d'expression de la vie peuvent être réduits, en fin de compte, aux péripéties de la matière soumises à des lois physiques, chimiques et biologiques. La conscience elle-même n'est perçue que comme une structure secondaire érigée sur une base matérielle dépourvue de toute profondeur intrinsèque.

Nous ne nous attarderons pas sur l'analyse approfondie de ces deux écoles de pensée contradictoires. Il suffit de noter que, de manière différente, les deux théories mettent en péril le postulat d'une évolution spirituelle progressive des êtres. Elles écartent, implicitement ou explicitement, la condition nécessaire à cette évolution : une volonté intérieurement autonome, capable de s'épanouir dans la diversité des êtres sensibles, et qui puise dans cette diversité même les ressources pour se transformer, selon des lois régissant des possibilités d'action librement choisies.

Le théisme rejette cette condition en postulant l'existence d'une divinité omnipotente qui, d'en haut, régit l'ensemble de la nature. Toute la nature suit son cours en obéissant au commandement divin, donc la volonté individuelle, qui fait partie de l'ordre naturel, doit être soumise à la même supervision divine. L'autonomie de la volonté individuelle et son influence directe sur la sphère des êtres sensibles sont écartées, tout comme l'idée d'une véritable évolution spirituelle à long terme, qui dépend pourtant de ces facteurs.

Le matérialisme exclut aussi l'idée que les êtres vivants évoluent progressivement sur le plan spirituel. Il s'y oppose plus directement en niant le postulat de départ d'une telle idée, c'est-à-dire celui la liberté de la volonté. Cette dernière se voit usurper son autonomie sous l'influence irrépessible de facteurs déterminants. La conscience devient un simple sous-produit des processus matériels. Le flux de vie individuel ne laisse aucun impact sur un courant continu d'expériences qui perdure au-delà de la tombe. De même, l'action consciente et l'évolution dans la sphère biotique sont soumises aux mêmes forces cosmiques aveugles, brutales et insensibles dans leur fonctionnement.

Le bouddhisme propose une explication pour la diversité des êtres sensibles, comblant l'écart entre la volition et la diversité et offrant une perspective de développement spirituel à long terme. Selon le bouddhisme, l'explication de la diversité des êtres sensibles, de leurs caractéristiques, de leurs capacités et de leurs fortunes repose sur leur kamma, c'est-à-dire leur action volitive. Les êtres sont, selon l'enseignement du Bouddha, "les héritiers de leurs actions". Ils surgissent de leur réservoir d'actions emmagasinées, comme d'une matrice à partir de laquelle ils sont modelés, héritant des résultats correspondant à leurs actions, même à travers l'abîme entre les vies. À travers la succession des périodes de vie, le kamma exerce une influence sur le courant évolutif de

l'individu. Les actes de volonté, une fois accomplis, convergent dans le courant mental en mouvement dont ils sont issus et, demeurant sous la forme de potentiels psychiques, continuent de diriger l'avenir de l'évolution de ce courant particulier d'expérience appelé "l'être individuel". De la même manière que le kamma émerge du courant de conscience, ce dernier jaillit à nouveau du kamma germinatif, qui sert ainsi à relier en une seule chaîne la série de vies séparées. La force kammique entraîne le courant de conscience vers de nouveaux modes d'existence en harmonie avec sa nature. Elle détermine la forme de vie spécifique dans laquelle le courant de conscience se manifestera, l'ensemble des aptitudes qui seront les siennes, ainsi qu'une part significative du bonheur et de la souffrance que cet être rencontrera au cours de sa vie.

Selon l'explication bouddhiste, ce n'est ni Dieu ni le hasard qui sous-tendent la diversité des êtres conscients, mais plutôt la différenciation de l'action volitive, fonctionnant à travers la succession des vies. Cela explique la variété des êtres sensibles, ainsi que la division entre les êtres supérieurs et inférieurs, heureux et malheureux, doués et dépourvus. Comme le déclare le Bouddha : "Les êtres sont les propriétaires de leurs actions, les héritiers de leurs actions. Leur action est la source dont ils jaillissent, leur parent et leur refuge. Ce sont les actes qui divisent les êtres en supérieurs et inférieurs."

Comme le déterminant effectif du destin est le kamma, et que le kamma est essentiellement volition, cela signifie que le facteur opérant dans la formation du devenir se situe dans la volonté de l'individu. Dans la perspective bouddhiste, la volonté n'est pas un produit accidentel de la machinerie de la nature, contraint à son cours par la conspiration des forces cosmiques. Elle est plutôt, au sens le plus profond, l'artisan de l'ensemble du processus de l'évolution de l'être vivant. Ici, la volonté occupe la place centrale, tandis que les facteurs matériels occupent une place secondaire. Ils servent de matière malléable avec laquelle la volonté travaille pour donner une expression tangible aux tendances latentes. Selon le bouddhisme, le paysage varié de l'existence sensible n'est que l'expression extérieure des transactions intérieures de la volonté. La "grande chaîne des êtres", c'est-à-dire la hiérarchie des êtres vivants, n'est qu'une agrégation de ses modalités fonctionnelles dans le monde spatio-temporel.

La différenciation dans la sphère biologique découle d'un ensemble de transformations dans la sphère mentale préalables et concomitantes, qui permettent à l'être sensible de réaliser son propre potentiel tout au long de la série de devenirs successifs qui composent le continuum individuel. Par l'exercice de notre volonté, nous construisons donc pour nous-mêmes notre propre monde, indépendamment de la coercition des forces extrinsèques. Nous façonnons ainsi le destin qui nous attend dans le futur, qu'il s'agisse du bonheur ou de la misère, de la servitude ou de la libération.

Pour l'aspirant spirituel, cependant, comprendre les fondements théoriques de la différenciation des êtres vivants ne suffit pas. Pour nous, il est crucial de savoir comment progresser sur l'échelle de l'évolution spirituelle, afin d'atteindre des niveaux plus élevés durant notre vie terrestre, pour nous assurer une renaissance propice à la croissance spirituelle dans la vie à venir, et, finalement, pour transcender le cycle sans fin de la naissance et de la mort, et atteindre le Nibbāna, la délivrance suprême et irréversible.

La réponse à ce problème consiste d'abord à comprendre que le kamma peut être divisé, selon son caractère moral, en deux catégories : le malsain (akusala) et le sain (kusala). Le kamma malsain est une action physique, verbale ou mentale qui découle des trois racines malsaines de l'action : l'avidité (lobha), la haine (dosa) et l'illusion (moha). Toute action basée sur ces racines est spirituellement nuisible et moralement défectueuse. Elle détruit les facultés supérieures, engendrant ainsi la souffrance et une descente dans les états inférieurs de l'existence. En bref, elle entraîne un déclin sur l'échelle de l'évolution spirituelle et une immersion plus profonde dans le borbier de l'existence. Le kamma sain, en revanche, est l'action qui émane des trois racines contraires et saines : la non-avidité (alobha), la non-haine (adosa) et l'absence d'illusion (amoha). Cette action positive se traduit par des qualités telles que la générosité, la bienveillance et la sagesse. L'action saine fonctionne à l'opposé complet de son homologue sombre. Elle est spirituellement bénéfique et moralement louable. Elle stimule l'épanouissement des facultés supérieures et entraîne le bonheur dans le présent et dans le futur. Pratiquée avec assiduité, elle favorise le progrès sur l'échelle de l'évolution spirituelle, conduisant à des états d'existence plus élevés dans les vies futures, et finalement à la réalisation de la délivrance.

En définitive, la vie consiste en une succession d'expériences, soit d'action, soit de réception. L'action est une volition, et la volition implique inévitablement une décision ou un choix parmi les nombreuses possibilités qui s'offrent à la volonté de l'option qui correspond le mieux à l'objectif de l'individu. Cette sélection est même, à un niveau plus élevé, la sélection des buts eux-mêmes. Chaque action morale importante nous confronte donc à une prise de décision, à un choix. Le choix se fait parmi les options offertes à la volonté. Bien que ces dernières présentent des caractères très différents, elles peuvent être classées en deux catégories selon leur nature éthique : celles qui conduisent au progrès et celles qui entraînent un déclin.

Ainsi, le progrès ou le déclin dépendent entièrement de notre choix, et non d'un quelconque agent extérieur, spirituel ou matérialiste. Par nos décisions fugaces et momentanées, accumulées sur des périodes prolongées, nous façonnons notre destinée et sculptons dans le bloc informe de l'avenir, le destin qui nous attend dans le futur. Chaque fois qu'on doit prendre une décision, c'est comme si on montait ou descendait une échelle. L'une de ses extrémités mène à des hauteurs inconnues, tandis que l'autre conduit à des abîmes effrayants. Nos décisions successives peuvent être comparées aux marches qui nous font monter ou descendre les échelons de cette échelle. Ou encore, chaque action est comparable à un carrefour où nous nous trouvons, avec deux routes qui se séparent : l'une mène à une ville de félicité, l'autre à un marécage de misère et de désespoir. Ces voies coexistent, immuables et muettes, attendant notre choix. Seule notre décision déterminera la destination que nous atteindrons.

En résumé, c'est donc notre kamma qui détermine notre destin, car c'est le kamma qui entraîne la manifestation de tous les états d'existence (gati) ou domaines du monde sensible. Le kamma, en fin de compte, façonne le paysage varié de l'existence sensible, selon la tonalité éthique de ses racines morales associées. Selon les enseignements du Grand Maître, qui s'exprime non pas par

des théories abstraites, mais par sa propre expérience des voies menant à toutes les destinations.

“Ce ne sont pas les êtres célestes (deva), ni les humains, ni aucune autre créature appartenant à des formes d'existence heureuses, qui apparaissent par une action (kamma) née de l'avidité, de la haine et de l'illusion. Ce sont plutôt les êtres des enfers, du règne animal, du royaume des fantômes, ou toute autre forme d'existence misérable, qui font leur apparition grâce à des actions nées de l'avidité, de la haine et de l'illusion...

“Ce ne sont pas les créatures des enfers, du règne animal, du royaume des fantômes ou de toute autre forme d'existence misérable qui apparaissent par des actions nées de la non-avidité, de la non-haine, de la non-illusion. Ce sont plutôt les êtres célestes, les humains ou toute autre créature appartenant à une forme d'existence heureuse qui font leur apparition par des actions nées de la non-avidité, de la non-haine et de la non-illusion.”

Āṅguttara Nikāya 6:39

Le mérite et la croissance spirituelle

Accomplir des actes méritoires est un élément essentiel de la pratique bouddhiste. Ses différents modes constituent un condensé du bouddhisme appliqué, montrant que ce n'est pas seulement un système d'idées, mais un mode de vie complet. Selon la croyance populaire bouddhiste, le mérite est souvent considéré comme une source de bénédictions dans ce monde : santé, richesse, longévité, beauté et amis. En raison de cette croyance, l'activité méritoire est fréquemment perçue comme un investissement financier, comme une entreprise commerciale religieuse produisant un retour sous forme de satisfaction des désirs mondains. Bien qu'une telle conception contienne sans aucun doute un élément de vérité, sa popularisation a tendance à éclipser la fonction plus importante que le mérite joue dans le cadre de la pratique bouddhiste. Vu sous un angle correct, le mérite est un élément essentiel de l'harmonie et de la complétude de la vie spirituelle. Il permet de se cultiver soi-même et est indispensable au progrès spirituel.

L'accumulation d'un "stock de mérites" est une condition préalable à l'acquisition de tous les fruits de la vie religieuse bouddhiste. Ces derniers vont d'un séjour agréable ici-bas à une renaissance favorable dans une vie future, en passant par les étapes initiales du progrès méditatif jusqu'à la réalisation des états de sainteté, qui sont les fruits de la poursuite de la noble voie. Le fruit le plus élevé du mérite est identique à l'aboutissement de la vie sainte bouddhiste, c'est-à-dire l'émancipation des chaînes de l'existence *samsārique* et la réalisation du *Nibbāna*, l'état inconditionné au-delà des phénomènes conditionnés du monde. Le simple fait d'accumuler des mérites ne suffit pas pour assurer la réalisation de cet objectif. Le mérite n'est qu'une des conditions nécessaires. Il doit être équilibré par sa contrepartie, qui est la connaissance (*ñāṇa*), la confrontation directe avec les vérités fondamentales de l'existence à travers l'œil de la sagesse intuitive.

L'aspirant spirituel a besoin de deux types d'équipements pour atteindre la délivrance : l'équipement du mérite (*puññasambhāra*) et l'équipement de la connaissance (*ñāṇasambhāra*). Chacun de ces équipements contribue à l'accomplissement de la vie spirituelle. L'équipement du mérite facilite le progrès dans l'errance *samsārique* : il entraîne une renaissance favorable, la rencontre de bons amis pour guider ses pas sur le chemin, la rencontre de possibilités de développement spirituel, l'épanouissement des nobles vertus et le développement des facultés spirituelles nécessaires pour les réalisations les plus élevées. L'équipement de la connaissance apporte le facteur nécessaire pour couper les liens de l'existence *samsārique* : la pénétration de la vérité, l'éveil, la compréhension sans distorsion de la nature de la réalité.

Fonctionnant seul, aucun de ces équipements n'est suffisant pour atteindre le but. Poursuivis séparément, ils conduisent à un développement déséquilibré, unilatéral, qui s'écarte de la voie directe de la délivrance enseignée par le Bouddha. Le mérite, sans la connaissance, produit des fruits agréables et une renaissance heureuse, mais ne peut aboutir à la transcendance de l'ordre

mondain et à l'entrée dans la voie supramondaine. Et la connaissance sans les facteurs de mérite se détériore en un intellectualisme stérile ou en une simple érudition, qui s'avèrent inefficaces pour appréhender la vérité en dehors du domaine intellectuel. Cependant, en travaillant conjointement dans la vie de l'aspirant, ces outils acquièrent une puissance capable de le propulser vers les sommets de l'accomplissement. Lorsque chaque équipement complète l'autre, le polit et le perfectionne, ils subissent un processus graduel de purification mutuelle. Finalement, ils atteignent les plus hauts niveaux des deux qualités de l'Émancipé : la compréhension profonde (vijjā) et la conduite sans faille (caraṇa) qui font de l'aspirant, selon les mots du Bouddha, “le suprême parmi les dieux et les humains”.

Mais, si le mérite et la connaissance occupent ainsi des positions complémentaires, c'est le mérite qui a la priorité du point de vue de la dynamique spirituelle. La raison en est que les œuvres de mérite viennent en premier dans le processus de développement intérieur. La connaissance est la fleur qui engendre le fruit de la libération, tandis que la foi (saddhā) est la graine à partir de laquelle la fleur émerge. Le mérite, quant à lui, est à la fois la terre, l'eau et les nutriments nécessaires à chaque étape de la croissance de la plante. De plus, le mérite ouvre la voie à la connaissance, justifiant ainsi sa place dans le système de formation bouddhiste.

La raison de cette structure séquentielle particulière est étroitement liée à la conception bouddhiste de la réalisation noétique. Selon le bouddhisme, la saisie de la vérité spirituelle ne réside pas uniquement dans la réflexion mentale, mais plutôt dans l'actualisation existentielle. En d'autres termes, il s'agit de saisir de tout notre être la vérité à laquelle nous aspirons, et de nous l'approprier intérieurement d'une manière si totale et complète que notre être se transforme en un réflexe et une effusion de la vérité dans laquelle nous nous trouvons. En d'autres termes, la compréhension de la vérité dans le contexte de la vie spirituelle ne consiste pas à accumuler des bribes d'informations publiquement accessibles et subjectivement indifférentes ; c'est plutôt un processus de découverte des vérités les plus profondes sur nous-mêmes et sur le monde, et d'intégration de la compréhension qui en émerge dans l'ensemble de la vie intérieure. C'est pourquoi les termes “actualisation” et “réalisation” sont utilisés, car ils soulignent l'arrière-plan ontologique sur lequel repose le processus mental.

Pour comprendre la vérité dans sa totalité à un stade particulier du développement spirituel, il faut que la substance même de l'être intérieur soit élevée à un niveau où elle est réceptive à une nouvelle révélation de la vérité. Sagesse et caractère, bien qu'ils soient différents, désignent des termes parallèles qui, dans la plupart des cas, évoluent dans un rapport délicatement équilibré. Nous ne pouvons saisir que ce que nous sommes aptes à saisir, et notre aptitude est largement fonction de notre caractère. Ainsi, comprendre le sens profond de la vérité devient une question de valeur intérieure, de mérite. La manière de réaliser cette valeur intérieure consiste à accomplir des œuvres méritoires, non seulement sur le plan extérieur, mais aussi en étant animé des attitudes et des dispositions d'esprit appropriées. En effet, la capacité de comprendre les vérités spirituelles est toujours proportionnelle à la quantité et à la qualité des mérites accumulés. Plus le mérite est grand et subtil, plus la capacité de compréhension

est vaste et profonde. Ce principe s'applique à chaque étape de l'évolution vers la pleine réalisation, et revêt une importance particulière dans la compréhension de la vérité ultime.

Dans l'enseignement du Bouddha, la vérité ultime est le Nibbāna, l'élément inconditionné (*asaṅkhata-dhātu*), et la réalisation de la vérité ultime est la réalisation du Nibbāna. Nibbāna est la perfection de la pureté : la destruction de toutes les passions, l'éradication de l'attachement, l'abolition de toute tendance à l'affirmation d'un "soi". L'élan final vers la réalisation du Nibbāna relève de la sagesse, car elle seule possède la capacité de comprendre tous les phénomènes conditionnés dans leur nature essentielle d'impermanence, de souffrance et de non-soi, et de s'en détourner pour pénétrer dans l'inconditionné, là où se trouve la seule libération permanente de la souffrance. Pour que cette pénétration se produise, notre intérieur doit être purifié jusqu'à atteindre un niveau de pureté équivalent à la vérité qu'il doit comprendre. Cela nécessite tout d'abord de se débarrasser de tous les éléments qui entravent l'émergence d'une connaissance plus élevée. La réalisation du Nibbāna, cette pureté parfaite libérée de la passion, n'est possible que lorsqu'une pureté similaire a été établie en nous-mêmes. Seul un esprit pur peut discerner, à travers les sombres nuages de l'ignorance et de la souillure mentale, la pureté sans tache du Nibbāna, demeurant dans une solitude absolue au-delà du tumulte des phénomènes.

L'accomplissement d'une telle purification de notre être intérieur est l'œuvre du mérite. Ce dernier débarrasse l'esprit des souillures mentales les plus grossières, affaiblit l'emprise des racines malsaines et renforce la puissance productive des états sains et bénéfiques. Par sa force cumulative, il sert de base à la percée finale de la sagesse vers l'inconditionné. C'est le carburant, pour ainsi dire, de l'ascension de la sagesse du mondain au supramondain. Tout comme les premiers étages d'une fusée lunaire fournissent l'impulsion nécessaire pour que l'étage supérieur échappe à l'attraction gravitationnelle de la terre et atteigne la Lune, le mérite donne à la vie spirituelle cette poussée vers l'avant qui propulsera la sagesse au-delà de l'attraction gravitationnelle de l'ordre mondain et lui permettra de pénétrer dans la vérité transcendante.

Les commentateurs bouddhistes classiques soulignent cette fonction purgative préparatoire du mérite (*puñña*) lorsqu'ils le définissent étymologiquement comme "ce qui purge et purifie le continuum mental" (*santānaṃ punāti visodheti*). Le mérite opère sa fonction purificatrice dans un contexte plus vaste, où interviennent à la fois un agent et un objet de purification, ainsi qu'un mode opératoire grâce auquel la purification s'effectue. L'agent de purification est l'esprit lui-même, dans son rôle créatif et formateur, en tant que source et matrice de l'action. Les actes de mérite sont, comme nous l'avons déjà vu, des exemples de kamma sain, et le kamma est en fin de compte la volition. Par conséquent, au niveau fondamental de l'analyse, un acte de mérite consiste en une volition, un acte déterminant de la volonté appartenant à l'ordre du juste (*puññābhisāṅkhāra*). La volition étant un mode d'activité mentale, cela signifie que le mérite se révèle, à l'examen, être aussi un mode d'activité mentale. Il est, au cœur du modèle de comportement qui lui sert de véhicule, une application particulière de la pensée par laquelle l'esprit rassemble ses éléments pour atteindre un objectif déterminé.

Cette découverte nous met en garde contre une interprétation erronée de l'accent mis par le bouddhisme sur la pratique du mérite comme une soumission aveugle aux règles et aux rites. Selon le bouddhisme, l'instrument premier de tout acte de mérite est l'esprit. L'acte lui-même, dans sa dimension physique ou vocale, sert surtout à exprimer un état de conscience correspondant. Sans une conscience aiguë de la nature et de la signification de l'acte de mérite, le simple acte extérieur n'a pas de valeur purificatrice. Même si des règles de conduite sont respectées ou si des rituels et des dévotions sont pratiqués afin d'acquérir des mérites, le pouvoir spirituel de ces structures ne découle pas d'une quelconque sainteté intrinsèque qu'elles pourraient posséder elles-mêmes, mais plutôt de leur capacité à orienter le flux de l'activité mentale vers un but spirituel bénéfique. Elles fonctionnent comme des moyens habiles ou des dispositifs opportuns pour induire des états de conscience sains.

Cette conformité mécanique aux règles morales ou à l'accomplissement des devoirs religieux par une obéissance inconditionnelle à des règles établies, loin de servir de moyen de salut, constitue en fait un obstacle dans la perspective bouddhiste. Ce sont des exemples d'"attachement aux règles et aux rituels" (*śīlabbataparāmāsa*), le troisième des liens (*saṃyojana*) qui lient les êtres à la roue des renaissances, qu'il faut abandonner pour s'engager sur la voie de la délivrance finale. Même dans les formes d'acquisition de mérites relativement externes, comme l'application des préceptes moraux et les cérémonies, la pleine conscience et la compréhension claire sont indispensables. Elles le sont donc encore davantage pour les activités méritoires principalement internes, telles que la méditation ou l'étude du Dhamma.

L'objet du processus de purification du mérite est à nouveau l'esprit, mais ici, il n'est plus considéré sous l'angle de son immédiateté, c'est-à-dire comme une source créatrice d'action, mais plutôt sous celui de sa durée, en tant que continuum (*cittasantāna*). En effet, l'esprit n'est pas une entité stable qui persiste à travers ses activités changeantes. Il s'agit plutôt d'une séquence continue d'actes discrets de mentalisation qui s'enchaînent selon des lois précises d'interconnexion causale. Chaque acte de pensée émerge, persiste pendant un instant très bref, puis disparaît, transmettant à son successeur immédiat son stock d'impressions enregistrées. Chaque élément de la série hérite, préserve et transmet, avec ses propres modifications, l'intégralité du contenu de la série dans son ensemble, qui sous-tend ainsi chacun de ses composants. Ceci lui permet de maintenir, malgré sa structure fragmentaire, un élément d'uniformité qui confère au flux des moments de pensée séparés le caractère d'un continuum.

Selon le bouddhisme, ce courant séquentiel d'activité mentale se poursuit sans début discernable. Poussé de vie en vie par l'ignorance et le désir, il apparaît tantôt dans un mode de manifestation, tantôt dans un autre. Pendant ce voyage sans commencement, le continuum mental est imprégné d'une myriade de forces mentales profondément affligeantes et perturbatrices, appelées *kilesas*, ou "souillures mentales". Les trois racines malsaines, la rancune, la haine et l'illusion, se situent au premier rang des forces en présence. D'elles découlent les autres membres de cet ensemble, comme l'orgueil, l'attachement aux opinions, l'égoïsme, l'envie, la paresse et l'agitation. Dans les moments de passivité, les souillures sont dormantes à la base du continuum mental, sous forme de

tendances latentes (anusaya). Toutefois, lorsque des stimuli sensoriels extérieurs ou leur propre croissance subliminale leur confèrent suffisamment de puissance, elles émergent à la surface de la conscience sous forme d'obsessions (pariyutṭhāna). Ces dernières polluent l'esprit avec leur flux toxique et rebondissent sur les niveaux plus profonds de la conscience, renforçant ainsi leurs racines à la base du continuum. Si elles gagnent en puissance, les souillures peuvent atteindre un stade encore plus dangereux, celui de la transgression (vītikkama). Elles se manifestent alors par des actions corporelles ou verbales qui violent les lois fondamentales de la moralité et entraînent, en conséquence, l'affliction et la souffrance.

Lorsqu'on dit que le mérite "purge et purifie le continuum mental", on le décrit ainsi en référence à sa capacité à arrêter la vague déferlante des souillures mentales qui menace d'entraîner l'esprit vers les profondeurs dangereuses de l'action transgressive. Seule la sagesse supramondaine du Noble Sentier, peut éradiquer les souillures à l'état latent, ce qui est nécessaire pour briser les liens de l'existence et atteindre la délivrance. Cependant, la pratique des mérites peut grandement contribuer à diminuer leur emprise obsessionnelle et à établir une base solide pour que la sagesse puisse exercer son pouvoir libérateur. La sagesse ne peut opérer qu'à partir d'un esprit purifié ; l'accumulation de mérite purifie l'esprit. Le mérite fournit donc la condition nécessaire à la sagesse.

Lorsqu'on laisse l'esprit s'écouler librement, sans contrainte ni contrôle, comme une rivière tumultueuse, il fait remonter à la surface, c'est-à-dire au niveau de la conscience active, l'ensemble des polluants qu'il abrite en son fond : l'avidité, la haine, l'illusion et les souillures qui en découlent. Si on leur permet ensuite de se développer, les souillures affaibliront le potentiel pour le bien, obscurciront le rayonnement de la conscience et étoufferont la faculté de sagesse jusqu'à ce qu'elle ne soit plus qu'un simple vestige. L'accomplissement d'actes méritoires permet de contrer l'emprise des souillures, de les remplacer par leurs opposés sains et de purifier ainsi le continuum mental dans une mesure suffisante pour fournir à la sagesse l'énergie nécessaire à la destruction des souillures.

L'efficacité du mérite dans la purification du continuum mental découle de la concordance de certaines lois psychologiques. Bien que nous ne puissions que les énumérer succinctement ici, ces lois forment la base silencieuse de l'efficacité de toutes les pratiques spirituelles bouddhistes.

La première est la loi selon laquelle il ne peut y avoir qu'un seul état de conscience à la fois. Bien qu'apparemment banale, cette loi entraîne des conséquences importantes lorsqu'elle est combinée avec les autres. La seconde énonce qu'il est impossible que des états de conscience aux qualités éthiques opposées coexistent. La troisième stipule que tous les composants de la conscience, soit la sensation, la perception, la volition et les autres états inclus dans "l'agrégat des formations mentales", doivent posséder la même qualité éthique que la conscience elle-même.

Un état de conscience kammiquement actif est soit complètement sain, soit complètement malsain. Il ne peut pas être les deux en même temps, selon la deuxième loi. Par conséquent, si un état sain se produit, aucun état malsain ne

peut se produire en même temps. Un état de conscience sain et spirituellement bénéfique exclut nécessairement tout état malsain et préjudiciable, ainsi que, selon la troisième loi, tous les facteurs de conscience concomitants malsains. Ainsi, au moment où l'on accomplit un acte méritoire, la conscience et la volition qui sous-tendent cet acte excluent automatiquement une conscience et une volition malsaines, ainsi que les souillures qui y sont liées. À ce moment-là, au moins, la conscience est pure. Et la répétition régulière de telles actions méritoires empêchera, à chaque occasion, la possibilité pour les souillures de surgir au moment de leur accomplissement.

Ainsi, l'accomplissement d'actes méritoire entraîne toujours une purification momentanée, et la répétition de ces actes entraîne plusieurs occasions de purification momentanée. Toutefois, pour obtenir un résultat plus durable, un autre principe est nécessaire. Ce principe est fourni par la quatrième loi.

La quatrième loi déclare que la répétition confère de la force. De la même manière qu'un entraînement spécifique peut transformer un muscle flasque et inefficace en une machine puissante et forte, l'entraînement régulier des qualités mentales individuelles peut transformer ces soldats endormis en d'invincibles guerriers dans la quête spirituelle.

La répétition est la clé du processus de transformation de soi qui est au cœur de la vie spirituelle. C'est grâce à la répétition que les pousses délicates et fragiles des qualités pures et saines, telles que la foi, l'énergie, la pleine conscience, la concentration et la sagesse, peuvent éclore en facultés puissantes (indriya) sur le chemin de l'éveil ou en force inébranlables (bala) dans la lutte contre les souillures mentales. Par la résistance répétée à la montée du mal, ainsi que par l'application répétée de la culture du bien, le démon peut devenir un dieu et le criminel, un saint.

Si la répétition est la clé de la transformation de soi, la volition est l'instrument qui permet à la répétition de fonctionner. La volition agit comme une force vectorielle sur le continuum mental d'où elle émerge, le redirigeant vers sa propre tonalité morale. Chaque acte de volonté revient dans le courant d'activité mentale qui se précipite vers l'avant, entraînant le courant dans sa propre direction. Les volitions saines orientent le continuum vers le bien, la pureté, la sagesse et la libération ultime. Les volitions malsaines le dirigent vers le mal, la souillure, l'ignorance et la servitude inéluctable.

Chaque acte de volition modifie la vie mentale d'une manière ou d'une autre, aussi légère soit-elle. Ainsi, le caractère global d'un individu à un moment donné reflète et révèle les volitions accumulées dans le continuum.

Comme la volition est le moteur qui propulse le courant de la vie mentale dans sa propre direction, c'est elle qui doit être renforcée par la force de la répétition. La restructuration de la vie mentale ne peut se faire qu'en réformant la volonté, en la dirigeant vers des voies saines. Le moyen le plus efficace pour réorienter la volonté est la pratique du mérite.

Lorsque la volonté est orientée vers la culture du mérite, elle entrave spontanément le flot des souillures et renforce la présence de nobles qualités dans le continuum mental. Sous sa douce tutelle, les facteurs de pureté

émergeront de leur état dormant et deviendront des tendances récurrentes dans la personnalité. Une volonté consacrée à la pratique de la bonté engendrera la bienveillance et la compassion. Une volonté consacrée à l'observance des préceptes engendrera l'innocuité, l'honnêteté, la retenue, la véracité et la sobriété. Une volonté consacrée à la culture mentale engendrera le calme et la compréhension claire. La foi, la révérence, l'humilité, la sympathie, le courage et l'équanimité se développeront. La conscience gagnera en tranquillité, en vivacité, en souplesse, en agilité et en compétence. Une conscience ainsi purifiée par ces qualités progressera sans encombre à travers les échelons supérieurs de la méditation et de la sagesse jusqu'à l'accomplissement du Nibbāna, l'apogée de la quête spirituelle.

Le chemin de la compréhension

Le prince Siddhattha renonça à la vie de palais et devint un ermite dans la forêt à la recherche d'une solution au problème de la souffrance. Six ans plus tard, il émergea en tant que Bouddha, prêt à partager le chemin qu'il avait découvert pour que d'autres puissent, eux aussi, trouver la délivrance. C'est l'expérience d'être lié à l'impermanent et à l'insatisfaisant qui a motivé la quête originelle du Bouddha. C'est la certitude d'avoir trouvé ce qui ne périt pas et entièrement satisfaisant qui l'inspira dans l'accomplissement de sa mission. C'est ainsi que le Bouddha a résumé son enseignement en une seule phrase : « Je n'enseigne que la souffrance et la cessation de la souffrance ». Cependant, bien que l'enseignement du Bouddha soit simple dans sa formulation, le sens caché derrière les mots est profond et précis.

Le Bouddha considère la souffrance dans toute son ampleur et son essence plutôt que dans ses simples formes manifestes. Ce n'est pas seulement la douleur physique ou mentale qu'il entend par souffrance, mais la répétition incessante de la roue du devenir, dont les rayons sont la naissance, le vieillissement et la mort. Prenant comme point de départ de sa doctrine notre immersion dans une condition intrinsèquement inadéquate, il consacre le reste de son enseignement à montrer comment en sortir. Sa solution au problème de la souffrance puise sa force dans la stricte logique de la causalité. La souffrance n'est pas un accident, elle ne nous est pas imposée de l'extérieur, mais elle est un phénomène contingent résultant de la force des conditions. Elle dépend d'un ensemble spécifique de facteurs sur lesquels on peut agir en attaquant la structure génétique qui l'alimente. En éliminant les conditions de son apparition, on peut mettre fin à l'expérience de la souffrance dans son ensemble.

Pour atteindre l'état d'émancipation, il est crucial de rompre la chaîne de causalité à l'origine de la souffrance au bon endroit. Toute solution qui ne s'attaque pas au problème de la souffrance à sa source ne sera qu'un palliatif, et non un remède définitif. Pour que la chaîne soit brisée au bon endroit, il faut analyser avec précision les liens qui la composent. Il faut remonter la chaîne jusqu'à son facteur le plus fondamental et la couper à cet endroit précis. Ainsi, la souffrance cessera de se manifester.

D'après l'enseignement du Bouddha, le premier maillon de la chaîne des causes de la souffrance est l'ignorance (avijjā). C'est une forme de cécité fondamentale à l'égard de la véritable nature des phénomènes ; c'est un manque de compréhension des choses telles qu'elles sont réellement. Elle fonctionne comme une ombre mentale qui obscurcit notre processus de cognition normal et qui imprègne nos modes de pensée de distorsions et d'erreurs.

Parmi les diverses idées erronées engendrées par l'ignorance, la plus fondamentale consiste à percevoir les phénomènes comme étant des entités substantielles. Les phénomènes ne sont pas des entités isolées, mais des participants à un ensemble d'événements interdépendants. Ils tirent leur existence de l'ensemble du réseau de relations auquel ils appartiennent et non

d'un noyau d'identité immuable qui leur serait intrinsèque. Par conséquent, ils ne possèdent pas une essence permanente ; leur mode d'existence est insubstantiel, relationnel et interdépendant. Toutefois, sous l'influence de l'ignorance, on ne comprend pas la nature sans essence des phénomènes. Elle est voilée par une méconnaissance fondamentale, ce qui fait que les phénomènes apparaissent à la conscience sous une forme différente de leur mode d'existence réel. Les phénomènes semblent solides, autosubsistants et autonomes.

Le domaine où cette illusion est la plus tangible est celui où elle nous est la plus accessible : notre propre expérience. Cette sphère peut être divisée en deux parties : un secteur cognitif ou subjectif, composé de la conscience et de ses alliés, et un secteur cognitif ou objectif, composé des données cognitives. Bien que ces deux derniers soient étroitement liés et mutuellement dépendants, l'opération de l'ignorance les sépare conceptuellement et les réduit à une confrontation sujet-objet. D'un côté, le domaine cognitif est séparé du complexe expérientiel et considéré comme une entité distincte de l'action cognitive elle-même tandis que le secteur objectif se solidifie en un monde d'objets extérieurs qui pointent vers le sujet comme son champ d'action et de préoccupation. La conscience s'éveille à elle-même en tant qu'ego persistant s'opposant au monde en tant qu'« autre » perpétuellement distante d'elle-même. Elle commence alors une longue carrière de conquête, de contrôle et de domination pour justifier sa revendication suspecte d'un mode d'existence autosubsistant.

Cette erreur cognitive et la solidification de l'ego qui en découle sont la source des afflictions (kilesa) qui nous maintiennent dans la souffrance. Le doute latent quant à la validité de l'existence que nous nous attribuons suscite une inquiétude intérieure, une anxiété persistante qui nous pousse à renforcer notre sens de l'ego et à lui donner une assise solide sur laquelle nous appuyer. Nous avons besoin d'établir notre existence à nos propres yeux, de confirmer notre conception de la substantialité personnelle. Ce besoin entraîne l'organisation de la vie psychique autour du point focal de l'ego.

L'affirmation de soi se fait ressentir sur les plans émotionnel et intellectuel. Le pouvoir de l'ego s'exprime principalement au niveau émotionnel par le poids des racines malsaines, l'avidité, la haine et l'illusion, qui sont des déterminants du comportement. Puisque l'ego est essentiellement vide, l'illusion de l'ego engendre un sentiment persistant de manque. Nous ressentons une insatisfaction aiguë, un vide intérieur persistant qui cherche constamment à être rempli. Cela entraîne une avidité, une volonté implacable qui nous poussent à consommer tout ce dont nous sommes capables, le plaisir, la richesse, le pouvoir et la célébrité, sans jamais parvenir à mettre un terme à l'inconfort. Quand notre désir de satisfaction heurte à la frustration, nous réagissons par la haine et l'envie de détruire l'obstacle qui se dresse entre notre désir et sa satisfaction. Si les obstacles qui entravent notre satisfaction s'avèrent trop puissants pour nos méthodes agressives, nous adoptons une troisième stratégie : l'engourdissement ou l'illusion, un état d'inconscience que nous choisissons délibérément pour dissimuler notre vulnérabilité à la souffrance.

L'illusion de l'ego, sur le plan intellectuel, incite la raison à établir logiquement l'existence d'un "moi" substantiel. L'idée "je suis" émerge spontanément de l'ignorance, de la méconnaissance fondamentale de la nature sans ego des phénomènes. En acceptant cette idée à sa valeur nominale, c'est-à-dire qu'elle indique un "moi" réel, et en essayant de compléter la référence, nous développons une "vision du moi", une croyance qui confirme l'existence d'un "moi" et lui donne une identité dans le cadre de notre constitution psychophysique.

Les théories émergentes se situent invariablement aux extrêmes de deux positions métaphysiques : soit l'éternalisme, qui postule une existence éternelle du "moi" après la mort, soit l'annihilationisme, qui soutient que le "moi" s'éteint à la mort. Aucune de ces deux doctrines ne peut être établie sur des bases absolument convaincantes, car elles reposent toutes deux sur une hypothèse erronée : l'existence d'un "moi" en tant qu'entité durable et substantielle.

Parce que le point central de nos attaches cognitives et de leurs ramifications émotionnelles est l'idée d'un ego, un puissant courant d'énergie psychique est investi dans nos schémas d'interprétation. Or, la notion d'ego n'est en réalité qu'une illusion, le produit d'une erreur fondamentale. Par conséquent, cet investissement d'énergie ne peut que conduire à la déception. Nous nous accrochons aux choses, espérant qu'elles seront permanentes, satisfaisantes et solides, et elles se révèlent impermanentes, insatisfaisantes et non solides. Nous cherchons à imposer notre volonté à la marche des événements, mais nous réalisons que les événements sont régis par une loi qui leur est propre, indépendante de notre désir de contrôle.

Le résultat de notre attachement est la souffrance. Cependant, cette souffrance, découlant de l'échec de nos tentatives égocentriques de contrôle et de manipulation n'a pas que des effets négatifs. Elle recèle une immense valeur positive, un vaste potentiel, car en remettant en question nos présupposés, elle sert à éveiller notre intelligence profonde et à nous mettre en quête de libération. Elle nous oblige à découvrir la futilité ultime de notre désir de structurer le monde à travers le prisme de l'ego. Elle nous fait prendre conscience de la nécessité d'adopter une nouvelle perspective libérée des schémas compulsifs qui nous lient à la souffrance.

Étant donné que le facteur le plus fondamental de la servitude de l'ego est l'ignorance, pour atteindre cette nouvelle perspective, l'ignorance doit être éliminée. Pour ce faire, il ne suffit pas d'observer des règles de conduite, d'engendrer la foi, la dévotion et la vertu, ni même de développer un esprit calme et concentré. Tous ces éléments sont certes des conditions préalables, des aides essentielles et puissantes sur le chemin, mais ils ne suffisent pas à eux seuls. Il faut quelque chose de plus, un élément qui, seul, peut rompre définitivement le lien conditionnel qui maintient la ronde de la souffrance saṃsārique. Cet élément est la compréhension.

Le chemin de la libération est avant tout un chemin de compréhension. Son essence réside dans la connaissance et la vision des choses telles qu'elles sont réellement : "La destruction des souillures qui obscurcissent l'esprit est accessible à ceux qui savent et qui voient, pas à ceux qui ne savent pas et qui ne

voient pas.” C’est dans le domaine objectif de notre propre expérience que la compréhension doit être développée. Comme nos interprétations faussées de notre expérience nourrissent le processus de l’ego, c’est dans l’expérience elle-même qu’il faut dissiper l’illusion de l’ego. Notre propre expérience est, de toutes les choses, celle qui est “la plus proche de nous-mêmes”, car c’est à travers elle que nous saisissons et comprenons tout le reste. Et pourtant, bien que si proche, notre propre expérience est aussi enveloppée d’obscurité, ses véritables caractéristiques sont dissimulées à notre conscience par le voile de l’ignorance. L’Enseignement du Bouddha nous fournit la clé pour rectifier notre compréhension et nous aide à percevoir les choses telles qu’elles sont réellement. C’est la lumière qui dissipe les ténèbres de l’ignorance, afin que nous puissions saisir notre propre compréhension des choses “comme un homme avec des yeux pourrait voir des formes éclairées par une lampe”.

La compréhension correcte de l’expérience se fait dans le contexte de la méditation. Elle nécessite le développement de la vision pénétrante (vipassanā) sur la base d’un calme méditatif (samatha). Aucune connaissance purement intellectuelle ne peut se substituer à la nécessité d’une réalisation personnelle. Parce que notre tendance à concevoir les phénomènes de manière erronée persiste en raison d’un aveuglement quant à leur vraie nature. Seule l’élimination de cet aveuglement par la vision directe peut corriger nos schémas erronés de pensée. La méditation bouddhiste ne vise pas à dissoudre notre sens d’identité individuelle dans un absolu indifférencié ou à nous retirer dans la béatitude d’une intériorité autonome. Il s’agit plutôt d’un moyen de comprendre la nature des choses en se servant de l’entrée où cette nature nous est le plus accessible, c’est-à-dire nos propres processus corporels et mentaux. La pratique de la méditation a des effets profonds sur notre sens de l’identité. Les changements qu’elle produit ne sont pas causés par une soumission de l’intelligence à une généralisation acceptée sans esprit critique, mais par un examen détaché, sobre et exhaustif du champ expérientiel qui constitue le locus de notre sens de l’identité.

La méthode principale de la méditation est la conscience réflexive, un processus par lequel l’attention se tourne vers elle-même pour mettre en lumière les véritables caractéristiques de l’existence impliquées dans chaque expérience de pensée. Le chemin de la compréhension se divise en trois étapes, que l’on appelle “les trois pleines compréhensions”. Au cours de la première étape, la “pleine compréhension du connu” (ñātapariññā), le domaine de l’expérience est décomposé par l’analyse méditative en ses facteurs constitutifs, qui sont ensuite soigneusement définis en termes de qualités et de leurs fonctions saillantes. Les catégories employées dans ce processus sont les termes clés de l’analyse bouddhiste de la personnalité : les agrégats (khandha), les bases des sens (āyatana) et les éléments (dhātu). Cette dissection vise à dissiper l’illusion de solidité qui entoure notre expérience brute. En révélant que ce que le sens commun prend pour un bloc solide et monolithique est en réalité un assemblage de facteurs distincts, la contemplation prive le sens de l’auto-identification de son principal soutien, l’idée de l’ego en tant qu’unité simple. Les facteurs qui émergent de cette analyse sont ensuite reliés à leurs causes et à leurs conditions, ce qui révèle leur caractère aléatoire et leur manque d’autonomie.

La seconde phase de la compréhension est celle de la « connaissance issue de la contemplation » (tīraṇapariññā). À ce stade, on analyse l'expérience non plus en fonction de ses caractéristiques distinctives, mais en fonction de ses traits universels. Il y a trois marques universelles : l'impermanence (anicca), la souffrance (dukkha) et le non-soi (anattā). Dans les limites de la cognition ordinaire, les phénomènes sont perçus comme permanents, agréables et ayant un "soi". En situation de contemplation, il faut corriger et remplacer ces hypothèses par la perception que les phénomènes sont impermanents, non agréables, dépourvus d'un "soi". L'objectif du processus méditatif, à ce stade, est d'attribuer ces caractéristiques aux phénomènes matériels et mentaux, et de chercher à percevoir tous les phénomènes sous cette lumière.

Une fois que le second stade atteint sa maturité, il commence à faire place graduellement au troisième type de compréhension, la "pleine compréhension de l'abandon" (pahānapariññā). Dans ce stade, les éclairs d'intuition glanés lors du stade préalable se transforment en pénétrations complètes. L'impermanence, la souffrance et le non-soi ne sont plus simplement considérés comme les qualités des phénomènes, mais sont perçus avec une clarté totale comme leur véritable nature. Ces prises de conscience amènent l'abandon définitif des perceptions illusoire, ainsi que la destruction des émotions entachées d'égo qui les entourent.

S'engager sur le chemin de la compréhension, c'est commencer à percer les illusions qui ont emprisonné notre imagination depuis la nuit des temps. C'est dépasser nos passions et nos préjugés, et enlever le masque des fausses identités que nous avons l'habitude d'endosser, l'éventail d'identités qui constituent notre errance dans l'existence saṃsārique. Le chemin n'est pas facile, il demande beaucoup d'efforts et d'intégrité personnelle. Sa récompense réside dans la joie d'une liberté grandissante qui accompagne chaque pas courageux, ainsi que dans l'émancipation ultime qui se trouve à la fin de ce chemin.