

# Les cinq agrégats

**Bhikkhu Bodhi**

Enseignement par vidéoconférence 04/12/2022

<https://www.youtube.com/watch?v=YtEXdwxyObk&t=1698s>

[Version en français](#)

[Version en anglais](#)

Le sujet que je voudrais aborder aujourd'hui est celui des cinq agrégats et des trois caractéristiques, ce qui nous emmène au cœur même de l'enseignement du Bouddha. C'est un petit peu philosophique, mais nous aux États-Unis, nous avons une image stéréotypée des Français comme étant des personnes philosophes, très différent des Américains qui sont plutôt préoccupés de questions commerciales.

Dans son premier discours, dans son explication de la première Noble Vérité, la vérité de dukkha, insatisfaction, le Bouddha a dit en bref que les cinq agrégats sujets à l'attachement sont dukkha. Je crois que vous êtes tous familiers avec le terme pāli dukkha que nous traduisons en français par 'souffrance'. Cela implique que les cinq agrégats ne sont pas seulement un type supplémentaire de dukkha, mais un résumé de la signification de dukkha dans sa totalité. Tous les types de dukkha reposent sur les cinq agrégats et découlent des cinq agrégats.

Ce sont les cinq agrégats qui naissent, qui vieillissent, qui tombent malades, qui périssent à la mort et c'est la séquence des cinq agrégats qui se poursuit de vie en vie et qui constitue ainsi le saṃsāra, la ronde des naissances. Dans son premier discours, le Bouddha a également dit que la Noble Vérité de dukkha doit être comprise et, pour comprendre dukkha, il est essentiel de comprendre les cinq agrégats. Donc, on peut dire d'une certaine manière que la clé pour comprendre Dhamma du Bouddha est la compréhension des cinq agrégats.

Le Bouddha dit que les cinq agrégats doivent être parfaitement compris et en comprenant les cinq agrégats on peut mettre fin à l'avidité à la haine et à l'illusion, les trois racines de la souffrance.

Quels sont ces cinq agrégats ? En pāli on utilise les expressions *upādhanakhandā* et *pañcūpādānakkhandhas* qui signifie les cinq agrégats d'attachement. Le mot khandha que nous traduisons par agrégat signifie en réalité un tas, une masse ou une collection, et ainsi les cinq agrégats sont la collection des facteurs qui composent notre expérience.

Le premier agrégat celui de la forme matérielle *rūpa* et constitue l'aspect physique de notre expérience. Le deuxième agrégat, *vedanā*, est traduit en anglais par 'feeling' et en français par sensation ou ressenti. Le mot utilisé en anglais 'feeling' ne signifie pas émotion, *vedanā*, renvoie à la tonalité ressentie de l'expérience qui est soit agréable, soit désagréable, soit neutre.

Le troisième agrégat est la perception, le mot pāli est *saññā*. C'est le facteur par lequel nous identifions les choses par leurs marques et caractéristiques distinctives. *Saññā* inclut les perceptions sensorielles comme la vue, l'ouïe, l'odorat, le goût et le toucher. *Saññā* signifie également les idées à travers lesquelles nous mettons des étiquettes sur les choses, nous les mettons en catégories et les organisons de manière à constituer notre expérience.

Le quatrième agrégat est *saṅkhāra*, un mot très difficile à traduire, je le traduis par formation volitive ou activité volitionnelle. Ces *saṅkhāras* incluent divers facteurs qui impliquent la volition, le choix, l'intention et les facteurs responsables de l'action que cette action soit corporelle, verbale ou mentale. En d'autres termes le facteur par lequel nous créons le karma.

Enfin le cinquième agrégat, *viññāṇa* traduit par la conscience, correspond à la conscience qui est suscitée par l'une des six facultés sensorielles qui inclut l'œil, l'oreille, le nez, la langue, le corps, et l'esprit. Ce qu'il faut retenir, c'est que, dans l'expérience, ces cinq agrégats se produisent toujours ensemble. Ce n'est pas comme si parfois nous avons une sensation, parfois une perception, parfois une volition, parfois un acte de conscience, mais lorsque l'un de ces éléments se produit, les autres sont toujours présents eux aussi.

Pour donner un exemple de la manière dont les cinq agrégats agissent ensemble, supposons que mon téléphone sonne. J'attends un coup de téléphone d'un ami qui vient juste d'arriver, disons en Amérique. Il y a l'oreille qui entend le son, l'oreille appartient à l'agrégat de la forme matérielle. Basé sur l'oreille, il y a la conscience qui est consciente du son. Puis il y a la perception qui fait que j'identifie ce son comme la sonnerie de mon téléphone. Puisque j'attends cet appel de mon ami, je ressens une sensation agréable quand j'entends le téléphone sonner. Quand j'entends la sonnerie du téléphone, j'ai l'intention de décrocher. Ceci montre la manière avec laquelle les cinq agrégats se produisent ensemble au sein même d'une seule et unique expérience.

Étudier les cinq agrégats est d'une importance capitale pour au moins quatre raisons. Premièrement, comme je l'ai dit plus tôt, les cinq agrégats sont la signification ultime de la première Noble Vérité, la vérité de la souffrance et puisque les quatre Nobles Vérités tournent toutes autour de la souffrance, comprendre les cinq agrégats est essentiel pour comprendre les quatre Nobles Vérités dans leur ensemble. Deuxièmement, les cinq agrégats constituent la sphère objective de l'attachement et c'est l'attachement qui contribue à l'origine causale de toute souffrance. Et c'est la raison pour laquelle ils sont appelés *upādhānakkhandā*, les cinq agrégats d'attachement, car tout ce à quoi nous nous attachons fait partie d'une manière ou d'une autre des cinq agrégats. Et cela nous amène à la troisième raison et que l'attachement aux cinq agrégats doit être supprimé, éliminé pour atteindre la libération. La quatrième raison est que le type de sagesse nécessaire pour supprimer l'attachement est une vision pénétrante de la véritable nature des cinq agrégats. Il existe plusieurs suttas qui expliquent en détail le contenu de chaque agrégat, et j'ai présenté ceci sous la forme d'un [tableau](#) afin que nous puissions examiner la manière dont les agrégats sont analysés dans les discours du Bouddha.

Nous avons l'agrégat de la forme matérielle, *rūpa*, qui est expliqué dans le sutta comme étant dérivée des quatre éléments primaires désignés comme la terre, l'eau, le feu et l'air. On peut rattacher ces quatre éléments à quatre qualités : la qualité de solidité pour la terre, de fluidité pour l'eau, de mouvement pour l'air, d'énergie ou de chaleur pour le feu. La condition de cette forme matérielle, le premier agrégat, est l'aliment ou le nutriment qui conditionne l'existence même de cette forme matérielle, car on peut dire que ce corps continue de grandir et de survivre grâce à la nourriture.

Le deuxième agrégat, la sensation ou ressenti, *vedanā*, et les suttas analysent les sensations en six types de sensations qui se distinguent en fonction du sens par lequel la sensation survient. Les sensations proviennent des yeux, des oreilles, du nez, de la langue, du corps et, à l'intérieur, de l'esprit. La condition du deuxième agrégat est appelée contact, en pāli *phassa*. Le contact désigne la rencontre de l'esprit avec un objet par le biais des facultés sensorielles. Quel que soit l'objet avec lequel l'esprit entre en contact par l'intermédiaire de la faculté sensorielle c'est cela qu'on appelle le contact. Chaque fois que l'esprit rencontre un

objet par l'intermédiaire d'un sens, il y a contact, et à travers ce contact, une sensation se manifeste. Ces sensations peuvent être agréables, désagréables ou neutres.

Le troisième agrégat, celui de la perception, se décompose en six classes de perception : la perception des formes, la perception des sons, la perception des odeurs, la perception gustative, la perception tactile et la perception des phénomènes mentaux, comme les idées, les images, etc..

L'agrégat des formations volitives ou formations volitionnelles (*saṅkhāras*) similairement à la perception a six classes de volition qui, elles aussi, renvoient aux formes, aux sons, aux odeurs, aux goûts, aux objets tactiles et aux phénomènes mentaux. C'est la raison pour laquelle on peut dire que les sensations, les perceptions et les formations volitives se produisent toutes en ayant pour condition le contact précisément qui est, comme nous l'avons vu tout à l'heure, la rencontre de l'esprit et de l'objet à travers une faculté sensorielle.

Enfin, le cinquième agrégat la conscience se divise également en six types de conscience et ces six types de conscience se produisent à travers les facultés sensorielles que sont à nouveau la vue, l'audition, l'odorat, le goût, le toucher et l'esprit, donc nous avons la conscience de l'œil, la conscience de l'oreille, la conscience du nez, la conscience de la langue, la conscience du corps et la conscience de l'esprit.

Souvent la question qu'on se pose est quelle est la différence entre *saññā* et *viññāṇa* c'est-à-dire entre la perception et la conscience ? C'est ma propre compréhension de la différence entre les deux : je considère la conscience comme la pure prise de conscience qui surgit à travers une faculté sensorielle et ouvre la contrepartie objective de cette faculté sensorielle. Par exemple Conscience visuelle qui surgit à partir de l'œil ouvre tout le champ des formes visibles. La conscience auditive est basée sur la faculté sensorielle de l'audition et elle ouvre sur la totalité du champ des objets audibles etc..

La différence maintenant entre la conscience et la perception est que la perception se focalise sur un objet particulier pour l'identifier. La conscience visuelle ouvre le champ des formes et la perception me permet d'identifier cet objet, c'est une tasse, une tasse à thé. La conscience auditive ouvre le champ des sons, mais c'est la perception qui me permet d'identifier que c'est le chant d'un oiseau ou le bruit d'une voiture qui passe. C'est la manière dont je comprends la différence entre la conscience et la perception.

La conscience a pour condition ce qu'on appelle le nom et la forme. Il s'agit d'une ancienne expression indienne où 'forme' désigne le corps physique et 'nom' désigne les trois autres agrégats mentaux : les sensations, les perceptions et les volitions. Lorsque la conscience apparaît, elle apparaît toujours en dépendance du corps physique et en association avec les sensations, les perceptions et les formations volitives. J'ai dit précédemment que les cinq agrégats sont communément appelés *pañcūpādānakkhandhas*, ce qui signifie « les cinq agrégats soumis à l'attachement », et cette expression est utilisée parce que les cinq agrégats constituent la sphère objective de l'attachement (*upādāna*). C'est un point très important, car le but de l'enseignement du Bouddha est d'éliminer l'attachement. Chaque fois que nous nous attachons à quelque chose, ce à quoi nous nous attachons tombe dans le domaine de ces cinq agrégats.

Selon ma compréhension, l'attachement aux cinq agrégats se manifeste de deux manières fondamentales : appropriation et identification. Appropriation signifie prendre quelque chose comme étant mien, comme étant ma propriété, ma possession. L'identification signifie que l'on considère quelque chose comme étant moi, le moi, l'ego, comme étant ce que je suis vraiment, mon identité essentielle. Ainsi, lorsque l'on saisit quelque chose et que l'on en prend possession, il s'agit d'appropriation, ou lorsque l'on s'identifie à cette chose, il s'agit d'identification. Lorsque nous nous accrochons aux cinq agrégats, nous les utilisons pour construire nos idées sur ce qu'est notre moi sur la base des cinq agrégats, ou nous nous évaluons par rapport aux autres comme étant meilleurs ou pires qu'eux.

Dans les suttas il est dit que nous pensons généralement à chacun des agrégats de cette façon '*etaṃ mama, esohamasmi, eso me attā*' qui veut dire 'ceci est à moi, je suis cela, ceci est mon soi'. La notion 'ceci est à moi' représente la fonction de l'avidité ou de la soif. La notion 'je suis', représente māna, la vanité. On pense 'je suis meilleur, je suis égal, je suis pire'. Et la notion 'ceci est mon soi' représente une conception philosophique sur la nature du soi. Les suttas mentionnent souvent vingt conceptions erronées du soi, en pāli sakkāya diṭṭhi. La manière dont nous obtenons les vingt types de *sakkāya diṭṭhi*, les 20 types de points de vue sur le soi, consiste à prendre l'un des cinq agrégats, à choisir un agrégat quelconque, et à considérer cet agrégat de quatre manières différentes.

La première façon consiste à penser simplement 'ceci est moi-même, cet agrégat est moi-même. Je suis le corps, je suis les sensations, je suis la perception, etc.' La deuxième manière est de concevoir le soi comme séparé de l'agrégat, mais comme possédant l'agrégat par exemple 'je suis le propriétaire de ce corps, je suis le propriétaire de ces sensations, je suis le propriétaire de ces perceptions, etc.'. Je pense que ces deux premières manières de considérer les agrégats, de se positionner par rapport à eux, sont les plus communes, celles dont nous faisons l'expérience la plupart du temps se considérer comme étant possesseur, propriétaire d'un des agrégats. Les deux autres façons d'envisager les agrégats par rapport au soi semblent être plus philosophiques et peut-être étroitement liées aux idées philosophiques qui étaient répandues en Inde à l'époque du Bouddha. La troisième façon consiste à considérer l'agrégat comme contenu dans le soi. Nous considérons le soi comme une grande réalité universelle et les cinq agrégats sont contenus dans le soi. Enfin, la quatrième manière consiste à concevoir le soi comme étant contenu dans les cinq agrégats. On retrouve ces deux types de points de vue dans les anciens textes indiens appelés les Upanishads. Les Upanishads disent que le soi est plus grand que le plus grand et que tous les tous l'univers est contenu dans le soi. D'autres Upanishads affirment que le soi, le vrai soi, est plus petit que le plus petit, qu'il est comme un minuscule joyau contenu dans le cœur. Ce sont là quelques-uns des types de points de vue que nous construisons autour de la notion du soi.

Ainsi, tant que nous ne sommes pas encore des personnes éveillées, nous penchons pour l'une ou l'autre de ces conceptions du soi. La personne qui a acquis une profonde compréhension de la vérité du dhamma brise l'illusion du soi et abandonne toutes ces vues spéculatives sur le soi. On dit que l'élimination des opinions sur le soi est la première étape sur le chemin irréversible vers la Libération, qui est l'étape ou le stade connu sous le nom d'entrée dans le courant. L'esprit humain fabrique trois illusions sur les cinq agrégats qui maintiennent notre attachement à eux. Ces croyances sont les suivantes : la première est de croire que les cinq agrégats sont permanents, la deuxième est de croire qu'ils sont une source de bonheur authentique et durable et enfin de croire qu'il constitue un soi. Par conséquent

la sagesse nécessaire pour briser ces illusions est la compréhension des cinq agrégats en tant que permanents, insatisfaisants (*dukkha*) et non soi (*anattā*). Ensemble, on les appelle les trois caractéristiques de l'existence. Les trois caractéristiques sont étroitement interconnectées et la formule la plus courante que l'on trouve dans les suttas s'appuie sur leur relation interne. On voit dans le deuxième sermon du Bouddha à Bénarès la manière dont il utilise l'impermanence, la première caractéristique pour révéler la seconde caractéristique à savoir la souffrance, *dukkha*, puis ces deux premières caractéristiques, *annica* et *dukkha* pour révéler à leur tour la caractéristique du non-soi *anattā*. On part de l'impermanence, de l'impermanence on arrive à *dukkha* ou souffrance, puis de la souffrance on arrive à *anattā* ou non-soi. Cela fait de la vision pénétrante du non soi le point culminant de la méditation sur les trois caractéristiques.

Il faut noter que, dans les suttas, les cinq agrégats sont considérés comme *anattā*, non-soi et cela inclut l'agrégat de la conscience. Je sais que certains érudits postulent une sorte de conscience subtile qui se situerait au dehors des 5 agrégats et qu'ils prennent parfois cette conscience pour un véritable soi ou même l'identifie avec le *nibbāna*. Je n'ai jamais trouvé aucun fondement à cette idée dans le canon pāli et il me semble qu'il s'agit plutôt d'une idée tirée du védānta et qui a été insérée dans le Bouddha Dharma, dans l'enseignement du Bouddha. Les suttas eux-mêmes disent toujours que toute conscience, grossière ou subtile, doit être considérée comme n'étant pas mienne, n'étant pas moi, n'étant pas moi-même, et je ne connais aucune exception à cette déclaration. Comme je l'ai dit tout à l'heure, nous constatons que ces trois caractéristiques sont présentées dans un ordre particulier, allant de *anicca* à *dukkha*, puis d'*anicca* et *dukkha* ensemble à *anattā*. Je pense que cette séquence est très importante. Le but ultime de la vision pénétrante est précisément de supprimer l'identification aux cinq agrégats comme étant moi ou mien ou comme étant un soi et donc d'éliminer *sakkāya diṭṭhi*. Il y a peut-être des personnes qui ont des facultés particulièrement aiguës et qui peuvent voir directement dans la vérité du non soi et ainsi atteindre la voie, mais la plupart des gens doivent approcher la vérité du non soi indirectement à travers les deux autres caractéristiques que sont l'impermanence, *anicca* et l'insatisfaction, *dukkha*. La plus évidente des trois caractéristiques, celle qui nous est la plus directement accessible, est l'impermanence. L'impermanence devient donc le point de départ des trois caractéristiques.

La plus fondamentale des trois caractéristiques est celle de l'impermanence. Ainsi, lorsque notre pleine conscience et notre concentration deviennent suffisamment fortes, nous dirigeons notre attention vers les cinq agrégats, l'un après l'autre, et observons comment chacun d'entre eux est sujet à apparaître et disparaître d'un moment à l'autre. Par exemple, on peut faire l'expérience des formations corporelles, des phénomènes corporels qui apparaissent et disparaissent d'instant en instant. De même, on pourrait observer comment les sensations, les idées et les actes de volition apparaissent et disparaissent, et on pourrait même dire que la conscience n'est en réalité qu'une succession ou un flux d'actes de conscience individuels, chacun apparaissant et disparaissant.

Et quand nous percevons l'impermanence dans les agrégats, nous voyons également comment ces agrégats sont liés à la souffrance, à l'insatisfaction. Nous voulons que les choses durent, nous voulons rester jeunes pour toujours, rester en bonne santé pour toujours, vivre pour toujours, mais tout ce que nous observons dans notre expérience périt et disparaît. Les cinq agrégats sont alors considérés comme permanents et, d'une certaine manière, liés au *dukkha*, à la souffrance. Et parce qu'ils sont permanents et liés à la souffrance, ils ne

peuvent être identifiés à un soi. La notion de soi implique un certain degré de permanence et une source de plaisir ou de bonheur. Les agrégats s'avèrent donc être anattā, et dénués de soi.

Dans ma propre pratique, j'ai découvert l'importance d'adopter une simple habitude de **réflexion**, même sans avoir une compréhension profonde de la réalité de l'anattā. Pendant la méditation, il s'agit de faire une simple réflexion qui mène à anattā, réfléchir que ce corps n'est pas le mien, n'est pas moi, n'est pas mon soi, puis passer aux sensations, aux perceptions, aux activités volitives, à la conscience elle-même, et réfléchir que chacun de ces agrégats n'est pas mien, n'est pas moi, n'est pas mon soi. Ce n'est pas une véritable compréhension de la réalité d'anattā, c'est une sorte de réflexion intellectuelle, mais cela prépare le terrain pour une véritable compréhension. Lorsque vous réfléchissez régulièrement de cette manière, cela a un impact bénéfique sur votre vie quotidienne.

Par exemple, si vous perdez vos biens, comme vous avez réfléchi au fait que 'ceux-ci ne m'appartiennent pas', si quelque chose se casse ou même est volé, vous pouvez simplement lâcher prise. Vous avez une voiture, quelqu'un vous vole votre voiture, vous pensez 'elle n'a jamais été mienne'. Si mon corps tombe malade et que je suis alité, je ne m'inquiète pas outre mesure en pensant 'je suis malade', mais je réalise que 'ce corps n'est pas mien, ce n'est pas moi'. Si quelqu'un me critique, me fait remarquer que mes idées sont erronées, bien sûr, cela me contrarie un peu, mais ensuite je réfléchis 'ce n'est pas mien, ce n'est pas moi' et je retrouve alors mon équanimité. Si vous pratiquez régulièrement cette technique, vous constaterez au fil des jours, des mois, voire des années, qu'elle vous aide à maintenir une paix et une équanimité bien plus grandes dans votre vie quotidienne. Vous constaterez que cela vous libère beaucoup plus de la souffrance qui découle du fait de toujours vous accrocher à ces notions du moi et du mien. Mais lorsque l'on parvient à une compréhension vraiment profonde des cinq agrégats, cela apporte, selon les suttas, *nibidā virāga vimutti*, le désenchantement, la dépassion et la libération.

On pourrait donc dire que c'est la compréhension de la nature dénué de soi des cinq agrégats qui est la clé du but ultime du Dhamma, l'atteinte de la libération.

## Questions

***Tous les êtres possèdent-ils les cinq agrégats ? Par exemple, les bactéries possèdent-elles les cinq agrégats ?***

Je ne sais pas vraiment en ce qui concerne les bactéries, mais dans la cosmologie bouddhiste, il existe certains domaines d'existence dans lesquels des êtres existent sans forme corporelle, mais où les agrégats mentaux existent. Ce sujet n'est pas abordé explicitement dans les enseignements du Bouddha, mais je suppose que les bactéries, voire les virus, en possèdent. Je pense qu'ils ont une certaine forme d'activité mentale, une certaine capacité à ressentir, car nous avons pu voir comment le virus Covid voulait survivre et, pour cela, il a modifié son code génétique afin de se propager.

***Certains non-bouddhistes affirment que la croissance démographique, avec actuellement 7 ou 8 milliards d'individus sur cette planète, prouve que la re-naissance n'existe pas. Quelle serait votre réponse ?***



C'est une question qui n'est pas explicitement abordée dans les textes, mais je pense qu'il existe d'autres royaumes parallèles au nôtre et que, par conséquent, lorsque la population humaine augmente dans notre monde, cela signifie qu'il y a une diminution correspondante de la population dans certains autres royaumes.

***Comment quelqu'un peut-il dire qu'il a fait l'expérience du nibbāna si la conscience est détruite dans l'expérience ?***

Dans l'expérience du nibbāna vécue par une personne encore en vie, les cinq agrégats sont présents dans cette expérience ; ce n'est pas le cas que les cinq agrégats cessent avec l'expérience du nibbāna. Mais bien sûr, dans l'expérience du nibbāna, il n'y a pas d'attachement aux cinq agrégats, mais les agrégats sont présents et font l'expérience du nibbāna. Les cinq agrégats cessent complètement avec le décès de la personne libérée, ce qu'on appelle le nibbāna sans résidu.

***Dans certaines lignées Theravāda, on dit que le nibbāna est aussi conscience. Dans le cas du paranibbana je ne comprends pas comment cela peut avoir lieu.***

Je ne trouve dans les textes et les suttas aucune affirmation selon laquelle le nibbāna serait une forme de conscience en soi. Bien sûr, la personne qui atteint le nibbāna, qui est comme un arahant vivant, a une conscience, mais le nibbāna en soi n'est pas une conscience.

***Le Bouddha décrit quatre façons de s'attacher aux agrégats : à travers les plaisirs sensuels, à travers les habitudes et les pratiques, à travers les opinions et les points de vue, et à travers les doctrines du soi. Vous décrivez les deux façons de s'attacher : l'appropriation et l'identification. J'aimerais savoir si les quatre formes que j'ai décrites sont liées à ces deux formes, et comment.***

Ce serait un peu compliqué à expliquer en si peu de temps, mais d'après ce que j'ai compris, l'attachement par ce que j'appelle l'appropriation et l'identification est plus fondamental, plus basique que les quatre types d'attachement énumérés ailleurs dans les suttas. Je considère ces notions 'ceci est à moi', 'ceci est moi', 'ceci 'est moi-même' comme l'expression de l'attachement aux cinq agrégats. Plusieurs suttas, dont les suttas 44 et 109 du Majjhima Nikāya, expliquent l'attachement aux cinq agrégats comme étant le désir ou l'envie et l'attachement aux cinq agrégats. C'est cela l'attachement aux agrégats.

***Ma question porte sur les quatre éléments primaires, le feu, l'eau, etc., et leur nature véritable, qui est la dureté, la chaleur, le mouvement, etc. Ma question concerne la distinction entre nāma et rūpa, car il me semble que la chaleur, la pression ou la dureté sont des qualités de l'esprit, donc nos qualités de nāma, et les textes disent que nous devons les séparer clairement.***

C'est un peu comme la grande question qui se pose dans la philosophie occidentale, en particulier britannique, concernant la distinction entre les qualités primaires et les qualités secondaires. Il est vrai que des choses comme la dureté, la pression, la chaleur sont des qualités que nous expérimentons, elles semblent donc relever du nāma, mais il doit y avoir une base dans rūpa, certains processus matériels qui se déroulent et qui génèrent ces



impressions en nous. Mais nous ne pouvons accéder à ces processus matériels que par notre propre expérience, nous désignons donc ces processus de la manière dont nous les percevons.

***Je fais simplement référence à ce que vous avez dit, car, dans l'Abhidhamma, il est dit que la dureté, la chaleur, etc., sont des réalités ultimes, ce qui semble indiquer que nous avons un accès direct à la matière elle-même. D'après ce que je comprends, vous semblez dire qu'il existe un processus de déduction de quelque chose qui est caché et qui serait une sorte de réalité ultime à laquelle nous n'avons pas accès.***

C'est un peu un dilemme, mais la façon dont j'essaierais de sortir de ce dilemme, ce sont les propriétés désignées dans l'Abhidhamma, les commentaires, qui indiquent la manière dont les propriétés matérielles de la matière entrent dans notre expérience. Je dirais également que je me méfie quelque peu de cette notion de réalité ultime utilisée dans l'Abhidhamma. Dans le sutta, l'expression paramattha, qui est traduite par 'réalité ultime', est davantage utilisée dans le sens du bien ultime, du but ultime qui est le nibbāna.

***Vous avez dit que l'attachement aux agrégats se fait par l'identification et l'appropriation. L'identification et l'appropriation appartiennent-elles au Sankara ou à une autre réalité comme l'esprit, par exemple ?***

Je dirais que, dans le schéma des cinq agrégats, nous les situerions comme des activités dans le saṅkhārā khandha. Elles seraient en quelque sorte des manifestations des facteurs mentaux du désir et de la formulation de points de vue, et seraient donc des activités volitionnelles.

Je terminerai par le partage des mérites comme nous le faisons habituellement, je réciterai donc quelques versets en pāli pour partager les mérites avec les devas, les divinités, les nagas et les autres êtres.

Agrégat	Contents	Conditions	Simile (SN 22.95)
Forme matérielle (rūpa)	Quatre grands éléments et la forme qui en découle	Nutriments	Une boule d'écume
Sensation / ressenti (vedanā)	Six catégories de sensations : nées du contact par les yeux, les oreilles, le nez, la langue, le corps et l'esprit.	Contact	Une bulle d'eau
Perception (saññā)	Six catégories de perception des formes, des sons, des odeurs, des goûts, des objets tactiles et des phénomènes mentaux	Contact	Un mirage
Formations volitives (saṅkhāra)	Six catégories de volitions : concernant les formes, les sons, les odeurs, les goûts, les objets tactiles et les phénomènes mentaux	Contact	Tronc d'un bananier
Conscience (viññāṇa)	Six catégories de conscience : conscience visuelle, conscience auditive, conscience olfactive, conscience gustative, conscience du corps, conscience mentale	Nom et forme	un tour de magie

SN 22.95 : <http://www.canonpali.org/tipitaka/suttapitaka/samyutta/sn22-095.html>

The topic that I will speak about are the five aggregates and the three characteristics and this is a topic that takes us to the very heart, the very core of the Buddha's teaching. It is somewhat of a philosophical topic but here in America we have a kind of, maybe stereotyped, picture of the French people as being philosophical people, very different from the Americans who think only about commercial matters.

In his first discourse when he's explaining the first Noble Truth, the truth of dukkha, the Buddha says in brief that these five aggregates subject to clinging are dukkha. Probably everybody knows the pāli word dukkha we usually translate as suffering. This statement of the Buddha implies that the five aggregates are not just one additional type of dukkha but a summary of the entire meaning of dukkha. So all types of dukkha are based on the five aggregates and arise from the five aggregates.

It is the five aggregates that are born, the five aggregates that grow old, that fall sick, the five aggregates that perish at death and it's the sequence of the five aggregates that continue from life to life and thereby constitutes saṃsāra, the round of rebirths. In the first discourse, the Buddha also said that the Noble Truth of dukkha is to be fully understood and to understand dukkha therefore means to understand the five aggregates. So from one angle, we could say that the key to understanding the Buddha's Dharma is to understand the five aggregates.

The Buddha says that the five aggregates are the things that must be fully understood and that is by understanding the five aggregates that we'll reach the destruction of greed, hatred and delusion, the three roots of suffering.

So what are these five aggregates? In pāli we use the expressions *upādhanakhandā* and *pañcūpādānakkhandhas*, the five aggregates that are the basis or objects of clinging. The word khandha which we I translate into English as aggregate, actually means a heap or a collection. So the five aggregates are the collections of the factors that comprise our experience.

The first of the five aggregates is we call this in pāli *rūpa* which means material form and that is the physical or bodily side of experience. The second aggregate in pāli is *vedanā* which in English we translate as feeling. Here this deals with the English word they the word feeling is a translation for vedanā doesn't mean emotion the way feeling often does in English but rather it means the felt tone of experience, the quality of experience is being either pleasant, painful or neutral.

The next aggregate is perception or in pāli *saññā* word is saññā because this is the factor by which we identify things through their distinctive marks and features. So saññā includes direct sense perception, perception of colours, sounds, odours, tastes, and textures. Saññā also includes the ideas through which we label things, categorize them and organize them into some kind of meaningful experience.

The fourth aggregate is called *saṅkhāra* in pāli. It's a word very difficult to translate but I've been rendering it as volitional formations or volitional activities. These saṅkhāras include all of the mental factors that involve some kind of volition, choice or intention and this is the

factor responsible for action, whether it could be bodily action, verbal action, mental action and it's the factor through which we create karma.

The fifth aggregate in pāli is *viññāṇa* which I commonly translate into English as consciousness and this we can understand, as I call this the basic awareness that arises through any of the six sense faculties. Consciousness arising through the eye, through the ear, the nose, the tongue, the body and the mind faculty or thought. What is important to understand is that in experience these five aggregates always occur blended together. It's not the case that sometimes we have a feeling, sometimes a perception, sometimes a volition, sometimes consciousness but when one of these occurs the others are always present too.

To give a simple example of how these aggregates occur together. Suppose first my telephone rings and I've been expecting a telephone call from a friend who has just arrived, say in America. There is the ear hearing the sound, the ear belongs to the aggregate of material form. Based on the ear, there is the consciousness which is aware of the sound, then there is the perception that identifies that sound as a telephone call and since I'm expecting the call from a friend, there's a pleasant feeling as I hear the telephone ring. Then when I hear the telephone ring, I have the intention of answering the phone so this shows how the five aggregates are occurring all together, even on the occasion of one experience.

Investigating the five aggregates from the standpoint of the Buddha's teaching is important for at least four reasons. First of all, as I said earlier, the five aggregates are the ultimate meaning of the first Noble Truth The Noble Truth of dukkha or suffering, and since all four truths revolve around dukkha or suffering, understanding the five aggregates is necessary to understand the four Noble Truths as a whole. That's the first reason, the second reason is that these five aggregates are the objective sphere of clinging and it is clinging that contributes to the causal origination of suffering. This is why they are called *upādhānakhanda* that is aggregates that are subject to clinging and so whatever we cling to falls within the range of the five aggregates. The five aggregates are the objects of clinging and that leads to the third reason that the clinging to the five aggregates must be removed, must be eliminated in order to attain the goal of the Dhamma, to attain liberation. The fourth reason for investigating the five aggregates is because the wisdom needed to remove clinging is clear insight into the nature of the five aggregates. There are several suttas which explain in detail the content of each aggregate and I've laid this out in the form of a [table](#) so we could take a look at this the way the aggregates are analysed according to the Buddha's discourses again.

We have the aggregate of material form and this is explained as in the sutta as the four primary elements and the form derives from the four primary elements designated as earth water, fire and air. The earth element represents the property of hardness or solidity, the water element the property of the liquid quality of things, the fire element the element of energy or heat and the air element the property of motion. Then there are types of matter that are dependent upon the primary elements. The condition, the sort of supporting condition for the aggregate of material form is said to be nutriment or food because we can say that this body continues to grow and to survive in dependence upon food.

The second aggregate is feeling and the suttas analyse feelings into six types of feeling, which are distinguished on the basis of the sense faculty through which feeling arises. Feelings arise through the eye, ear, nose, tongue, body and internally through the mind faculty. The

condition for feeling is said to be something called contact, in pāli the word is *phassa*, and contact means the coming together of the mind with an object through the sense faculty. Whenever the mind meets an object through a sense faculty with that meeting, there occurs contact and through that contact feeling arises. These feelings can be pleasant, painful or neutral.

Then we have the aggregate of perception, the third aggregate, and this is distinguished into six types of perception depending upon the object so we have perception of visible forms perception of sounds, perception of odours, perception of taste, perception of tactile objects and then the internal perception, perception of mental phenomena like ideas, images, thoughts and so on.

So we have perception and then similarly we have volitional formations the *saṅkhāras* and here too we have six classes of volition, which are also distinguished on the basis of the objects. We can see that feeling, perception and volitional formations all arise through contact, the contact of consciousness with its object through a sense faculty.

The fifth aggregate is the aggregate of consciousness and this is distinguished into six types of consciousness but here we should note that what distinguishes the types of consciousness is the sense faculty through which consciousness arises and so we have eye consciousness, ear consciousness, nose consciousness, tongue, body and mind consciousness.

The question arises and it's a difficult question, what is the distinction between perception and consciousness, between *saññā* and *viññāṇa* This is my own understanding of the difference between them that consciousness I take to be simply the bare awareness that arises through a sense faculty and opens up the entire objective counterpart of that sense faculty. Eye consciousness arising based on the eye that opens up the entire field of visible forms. Ear consciousness arises based on the ear faculty and opens up the entire field of sounds.

In contrast perception is distinguished on the basis of the objects and so perception, as I understand it, is what focuses on the particular object and identifies it. Eye consciousness opens up the field of forms and perception is what enables me to identify this object, this is a cup, a teacup. Ear consciousness opens up the whole field of sounds but it's perception that enables me to distinguish that this is the singing of a bird, that's the sound of an automobile driving by. That's my understanding of the distinction of perception and consciousness.

Consciousness you could say has its condition what is called name and form. This is a old Indian expression and here form signifies the physical body and name is the term that designates the other three mental aggregates feeling, perception and volitions. When consciousness arises, it always arises in dependence upon the physical body and associated with feeling, perception and volitions. I said earlier that the five aggregates are commonly called the *pañcūpādānakkhandhas* which means the five aggregates subject to clinging and this expression is used because the five aggregates are the objective sphere of clinging. This is a very important point because the aim of the Buddha's teaching is to eliminate clinging. Whenever we cling to anything, what we are clinging to falls within the domain of these five aggregates.

In my understanding clinging to the five aggregates occurs in two main ways, two primary ways. I call these in English, I use the words 'appropriation' and 'identification'. Appropriation means taking something to be mine, to be my property, my possessions. Identification means taking something to be I, the I, the ego, to be what I truly am, my essential identity. So when either grasp something and takes possession of it that's appropriation or one identifies with it, that's identification. When we cling to the five aggregates we use them to build up our ideas about what is myself on the basis of the five aggregates or one rates oneself in relation to others as being better than others or worse than others.

In the suttas, the Buddha's discourses, it is said that we usually think of each of the five aggregates thus and we have the pāli expression '*etaṃ mama, esohamasmi, eso me attā*' which means we cling to the aggregate with the thought 'this is mine, this I am, this is myself'. We could say that the notion, the idea, 'this is mine' represents the function of craving. The idea 'this I am' represents māna or conceit, one thinks 'I am better, I am equal, I am worse'. The thought 'this is myself' represents a philosophical view about the nature of the self. The suttas often mention twenty views about the self and in pāli these are called the twenty kinds of *sakkāya diṭṭhi*. The way we get the twenty kinds of *sakkāya diṭṭhi*, the twenty kinds of views about the self, is that we take any of the five aggregates, choose any one aggregate and we could view that aggregate in any of four ways.

The first way is we think simply 'this is myself, this aggregate is myself. I am the body, I am feeling, I am perception and so on'. The second way of thinking about the aggregate is one imagines the self to be separate from the aggregate but to be the thing that owns or possesses the aggregate. 'I am the owner of the body, I am the owner of my feelings, the owner of my ideas and so on'. I think these first two ways are the ways we usually think about ourselves; either we identify with the body or with one of the mental aggregates or we imagine that we are somehow separate from them but we own them and possess them. The other two ways of viewing the aggregates in relation to the self seem to be more philosophical and maybe closely related to the philosophical ideas being spread in India in the time of the Buddha. The third way is that one views the aggregate as contained within the self so we view the self as being some great vast universal reality and the five aggregates are contained within the self. Finally, the fourth way is conceiving the self to be contained within the five aggregates. We could see both of these kinds of views found within the ancient Indian texts, called the Upanishads. So, for example, the Upanishads say that the self is greater than the greatest, that the whole universe is contained within the self. Then some other Upanishads say that the self, the real self is smaller than the smallest that it is like a tiny little jewel contained within the heart. Those are some of the kinds of views that we create, construct around the notion of the self.

As long as we're unenlightened people, then we are inclined to adopt one or another of those views about the self. The person who has gained deep insight into the truth of the dhamma breaks through the illusion of self and gives up all of these speculative views about the self. The elimination of views about a self is said to be the first step on the irreversible path to liberation that is the step or stage known as stream entry. The human mind constructs three delusions about the five aggregates that sustain our clinging to them. These are the beliefs that the five aggregates are first permanent, second that they are a source of true, stable of happiness and third that the five aggregates constitute a self. The wisdom needed to break through these delusions is the insight into the five aggregates as being impermanent,

suffering or dukkha and as being *anattā*, non-self. Together, these are called the three characteristics of existence. The three characteristics are closely interconnected and the most common formula found in the suttas builds upon their internal relationship. We see this formula in the Buddha's second discourse in Benares which uses the characteristic of impermanence to reveal the characteristic of dukkha or suffering, and then both impermanence and dukkha together to reveal the characteristic of *anattā* or non-self. One begins from impermanence, from impermanence when one comes to dukkha or suffering and then from suffering one comes to *anattā* or non-self. This makes insight into non-self the high point or the peak in the meditation on the three characteristics.

We should note that according to the suttas all the five aggregates are classified as *anattā* or non-self and that includes the aggregate of consciousness. I know that some scholars posit a subtle kind of consciousness which they say lies outside the range of the five aggregates and they take this consciousness to be a true self or even identify it with *nibbanā*. I haven't found any basis for this idea in the pāli Canon and it seems to me to be an idea taken from the Indian philosophy of Vedānta and inserted into the Buddha Dharma. The suttas themselves always say that all consciousness coarse and subtle should be seen as not mine, not I, not myself and I don't know of any exceptions made to this statement. As I said just before we find that the three characteristics are laid out in a particular sequence from *anicca* to dukkha and then from *anicca* and dukkha together to *anattā*. I think that this particular sequence is quite important. The ultimate aim of insight is to remove the identification with the five aggregates as a self, as being I or mine, that is to eliminate *sakkāya diṭṭhi*. There may be a few people with very sharp faculties who can see into the truth of *anattā* directly and thereby attain the path but most people have to approach the truth of non-self indirectly through the two marks of impermanence and dukkha. The clearest of the three marks, the one that's most directly accessible to us is impermanence and so impermanence becomes the starting point of the three characteristics.

The most basic, the most fundamental of the three characteristics is that of impermanence and so when our mindfulness and concentration become strong enough, we then direct our attention to the five aggregates, taking each one in turn and see how each of these aggregates is subject to arising and passing away from one moment to the next. So one can experience the bodily formations, the bodily phenomena always arising and passing away by example. Then one could see how feelings, ideas, acts of volition arise and pass away and one could even say how consciousness is really just a sequence or a stream of individual acts of consciousness each one arising and passing away.

When we say impermanence in the five aggregates then we also say that these aggregates are bound up with suffering or with dissatisfaction satisfaction. We want things to last, we want to remain young forever, to remain healthy forever, to live forever but everything in our experience perishes and passes away. The five aggregates then are seen to be impermanent and in some way bound up with dukkha or suffering and because they are impermanent and bound up with suffering they cannot be identified with a self. The notion of self implies some degree of permanence and a source of delight or happiness and so the aggregates then turn out to be *anattā*, not a self.

I found in my own practice that a useful practice to adopt even without deep insight into the reality of *anattā* is, when sitting in meditation, to do a simple reflection that leads to



anattā is to reflect that this body is not mine, not I, not myself then I would move to feelings, to perceptions, to volitional activities, even to consciousness and reflect that each one of these is not mine, not I, not myself. That's not real insight into the reality of anattā, it's a kind of intellectual reflection but it prepares the way for real insight. When you do this reflexion regularly it has some beneficial impact on one's everyday life.

For example if you lose your possessions, since you've been reflecting 'these are not mine', if something breaks or even gets stolen you can just let go of it. You have a car somebody steals your car you think 'it was never mine to begin with'. If my body gets sick and I am in bed ill I don't get overly concerned thinking 'I'm sick' but I realize 'this body is not mine, not I'. If somebody criticizes, me points out that my ideas are mistaken, of course I get a little upset but then I reflect 'it's not mine, not I' and then I return to equanimity. So if you do this as a regular practice you'll find as you do it over days and months, even years that it helps you to maintain much greater peace and equanimity in your everyday life. You'll find that it brings much greater freedom from the suffering that comes from always grasping at these notions of I and mine. But then when one reaches the really deep insight into the five aggregates, that is what brings, according to the suttas, *nibidā virāga vimutti*, the disenchantment, dispassion and liberation.

So we could say that it's insight into the non-self nature of the five aggregates that is the key to the ultimate goal of the Dhamma, the attainment of liberation.

## Questions

***Do all beings have the five aggregates, for example, do bacteria possess the five aggregates?***

I don't really know with regard to the bacteria but in the Buddhist cosmology there are some realms of existence in which there is no bodily form but the mental aggregates exist without bodily forms. This is not dealt with explicitly in the Buddha's teaching but my supposition would be that things like bacteria even viruses have some. My guess would be that they have some kind of mental activity, some capacity to experience because we could see how the covid virus wanted to survive and so to survive and to spread it changed its genetic code.

***Some non-buddhists say the fact that the human population is growing, we are currently 7 billion or eight billion on this planet is a proof that rebirth doesn't exist. What would be your answer?***

This is a question that we don't find explicitly dealt with in the texts but my guess would be that there are other realms of existence running parallel to our own and so when there's an increase in the human population, here in our world, it means that there's a corresponding reduction in the population of beings in some other realms of existence.

***How could one say he has experienced nibbāna as without viññāṇa as the five aggregates should be destroyed in the experience of nibbāna?***

Within the experience of nibbāna by a person who's still alive, the five aggregates are present within that experience it's not the case that the five aggregates cease with the experience of nibbāna. But, of course, within the experience of nibbāna, there's no clinging to the five aggregates but the aggregates are present experiencing nibbāna. The five aggregates completely cease with the passing away of the liberated person that is called the nibbāna without a residue remaining.

***In some Theravāda lineage, there is the idea that nibbāna is awareness I don't understand how it can be in the case of the parinibbana.***

I don't find in the texts and the suttas any statements to the effect that nibbāna is a kind of awareness itself. Of course the person who attains nibbāna who is like the living arahant has consciousness and awareness but nibbāna itself is not a consciousness or awareness.

***The Buddha describes four ways of clinging to the aggregates through sensual pleasures, through habits and practice through opinions and views and through doctrines of the self and you describe the two ways of uh clinging appropriation and identification and I would like to know if all these four forms that I described relate to these two forms and how.***

That would be a bit complicated to explain you know in the short time that we have but I take in my understanding the clinging by way of what I call appropriation and identification is more fundamental more basic than the four types of clinging that are enumerated elsewhere in the suttas. I take these notions: 'this is mine', 'this I am', 'this is myself' to be the expression of the clinging to the five aggregates. There are several suttas including Majjhima Nikāya sutta number 44 and 109 which explain the clinging in regard to the five aggregates as the desire or the craving and attachment in regard to the five aggregates. That is the clinging to the aggregates.

***My question is about the four primary elements, fire, water ect. and their true nature being hardness, heat, motion ect. and my question is about the distinction between nāma and rūpa because to me it seems that heat or pressure or hardness are qualities of the mind so the qualities of nāma and the texts say that we should separate them clearly.***

It's a bit like the great question in Western philosophy, particularly the British, the distinction between primary qualities and secondary qualities. It's true that things like hardness, pressure, heat are qualities that we experience so they seem to fall on the side of nāma but there must be like a basis in rūpa certain material processes going on that generate those impressions in us. But we can only gain access to those material processes through our own experience so we designate those processes in the way we experience them.

***Just relating to what you said because in the Abhidhamma it is said that hardness heat ect. are ultimate realities and so it seems to say that we have direct access to the matter itself and from what I understand and you seem to say that there is a process of inference of something which is hidden and which would be a kind of ultimate reality which we don't have access to.***

It is a bit of a dilemma but the way I would try to escape out of this dilemma those properties designated in the Abhidhamma, the commentaries those indicate the way in which the material properties of matter enter into our experience. I'll also say I'm a bit distrustful of this notion of ultimate reality used in the Abhidhamma. In the sutta the expression paramattha, which is what is rendered as Ultimate Reality is used more in the sense of the ultimate good, the ultimate goal, which is nibbāna.

***You said that the attachment, the clinging to the aggregates is made through identification and appropriation. Do identification and appropriation belong to the saṅkhārā or to another reality like mind, for example?***

I say probably in the scheme of the five aggregates, we would locate them as activities in the saṅkhārā khandha. They would be sort of manifestations of the mental factors of craving and of views formulation of views and so those would be kinds of volitional activities.

I will end with the sharing of the merits the way we usually do so I will recite some verses in pāli to share the merits with the devas, the deities, the nagas, and other beings.

Aggregate	Contents	Conditions	Simile (SN 22.95)
Material form (rūpa)	Four great elements and form derived from them		A lump of foam
Feeling (vedanā)	Six classes of feeling: born of contact through eye, ear, nose, tongue, body and mind.	Contact	A water bubble
Perception (saññā)	Six classes of perception of forms, sounds, smells, tastes, tactile objects and mental phenomena	Contact	A mirage
Volitional formations (saṅkhāra)	Six classes of volition: regarding forms, sounds, smells, tastes, tactile objects and mental phenomena	Contact	A banana-tree trunk
Consciousness (viññāṇa)	Six classes of consciousness: eye-consciousness, ear-c, nose-c, tongue-c, body-c, mind-c	Name and form	A magical illusion

SN 22.95:

<https://suttacentral.net/sn22.95/en/bodhi?lang=en&reference=none&highlight=false>