



# RÉFLEXIONS SUR LE DHAMMA

**Recueil d'essais de Bhikkhu Bodhi**

# RÉFLEXIONS SUR LE DHAMMA

# Réflexions sur le Dhamma

Recueil d'essais de Bhikkhu Bodhi

Réalisé par la Buddhist Publication Society pour célébrer son 70e anniversaire

Cet ouvrage est la traduction du livre “Dhamma Reflections- Collected Essays of Bhikkhu Bodhi”. Publié en 2015 par la Buddhist Publication Society 54 Sangharaja Mawatha, Kandy Sri Lanka. <http://www.bps.lk>

Traduction par Elisabeth Brookes

Elisabeth Brookes © 2025

La BPS est une organisation de bienfaisance agréée qui se consacre à faire connaître l'enseignement du Bouddha, dont le message est essentiel pour tous.

Fondée en 1958, la BPS a publié une grande variété de livres et de brochures couvrant un large éventail de sujets. Ses publications comprennent des traductions annotées précises des discours du Bouddha, des ouvrages de référence standard, ainsi que des exposés contemporains originaux sur la pensée et la pratique bouddhistes. Ces ouvrages présentent le bouddhisme tel qu'il est réellement : une force dynamique qui a influencé les esprits réceptifs au cours des 2500 dernières années et qui est toujours aussi pertinente aujourd'hui qu'à ses débuts.

Pour plus d'informations sur la BPS et nos publications, veuillez consulter notre site web, ou envoyer un e-mail ou une lettre à :

Secrétaire administratif  
Buddhist Publication Society  
P.O. Box 61  
54 Sangharaja Mawatha  
Kandy • Sri Lanka  
E-mail : [bps@bps.lk](mailto:bps@bps.lk)  
Site web : <http://www.bps.lk>

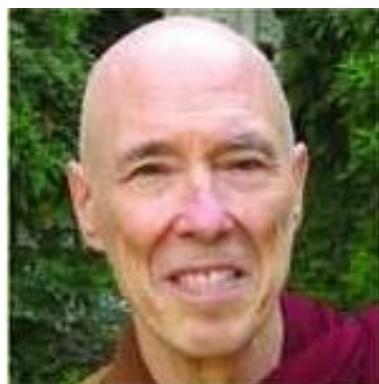
Tél. : 0094 81 223 7283 • Fax : 0094 81 222 3679

## À propos de ce livre

Cet ouvrage rassemble cinquante-trois essais de Bhikkhu Bodhi précédemment publiés par la BPS dans des bulletins d'information et d'autres publications.

Ces essais révèlent la profondeur et l'étendue de la capacité de Bhikkhu Bodhi à communiquer les enseignements intemporels du Bouddha. Ils montrent également son grand talent à guider vers l'application du Dhamma dans la vie quotidienne. Ils vont de simples articles sur la conduite vertueuse à des exposés plus complexes de la doctrine, mais tous se concentrent sur leur pertinence dans le monde d'aujourd'hui. Les essais traitent de sujets comme l'éthique sociale bouddhiste, la philosophie, l'amitié, l'étude, la renaissance, la méditation, les dangers du capitalisme effréné et l'avenir du bouddhisme.

Ce livre, publié à l'occasion du 70e anniversaire de Bhikkhu Bodhi, contient également une biographie du maître du Dhamma.



|   |    |
|---|----|
| MESSAGE DE CONGRATULATIONS .....                    | I  |
| Remerciements de la traductrice .....               | II |
| INTRODUCTION.....                                   | 1  |
| BIOGRAPHIE DE BHIKKHU BODHI.....                    | 3  |
| 1. LE GOÛT DE LA LIBERTÉ .....                      | 19 |
| 2. NOURRISSONS LES RACINES .....                    | 24 |
| 3. L'ESPRIT ET LA VARIÉTÉ DES ÊTRES SENSIBLES ..... | 31 |
| 4. LE MÉRITE ET LA CROISSANCE SPIRITUELLE .....     | 35 |
| 5. LE CHEMIN DE LA COMPRÉHENSION .....              | 41 |
| 6. LES DEUX FACETTES DU DHAMMA.....                 | 45 |
| 7. VISION ET ROUTINE.....                           | 47 |
| 8. LA PURIFICATION DE L'ESPRIT .....                | 49 |
| 9. POURQUOI ÉTUDIER LE DHAMMA ? .....               | 51 |
| 10. LE DHAMMA SANS RE-NAISSANCE ?.....              | 53 |
| 11. FAIRE LE POINT SUR SOI-MÊME .....               | 55 |
| 12. LA VOIE ÉQUILIBRÉE .....                        | 57 |
| 13. REGARD SUR LE KĀLĀMA SUTTA.....                 | 59 |
| 14. DÉCLARATION DE CONSCIENCE .....                 | 62 |
| 15. LE LIEN VITAL.....                              | 64 |
| 16. UN REMÈDE AU DÉSESPOIR .....                    | 66 |
| 17. POURQUOI Y A-T-IL DES CONFLITS ? .....          | 68 |
| 18. À LA RECHERCHE DU SENS DE NOTRE VIE .....       | 70 |
| 19. LA RECHERCHE DE LA SÉCURITÉ.....                | 72 |
| 20. AUTOTRANSFORMATION.....                         | 74 |
| 21. APAISEZ VOS QUERELLES .....                     | 76 |
| 22. LA NOBLESSE DES VÉRITÉS.....                    | 78 |
| 23. PRENDRE REFUGE DANS LE BOUDDHA .....            | 81 |
| 24. LES CINQ FACULTÉS SPIRITUELLES.....             | 84 |
| 25 LES GARDIENS DU MONDE .....                      | 86 |
| 26. TOLÉRANCE ET DIVERSITÉ .....                    | 89 |
| 27 DES OPINIONS À LA VISION .....                   | 92 |
| 28 LE MESSAGE VIVANT DU DHAMMAPADA .....            | 94 |

|   |     |
|---|-----|
| 29. S'ASSOCIER AUX SAGES.....   | 103 |
| 30. DHAMMA ET NON-DUALITÉ.....  | 106 |
| 31. VERS UN SEUIL DE COMPRÉHENSION .....                                    | 111 |
| 32. MARCHER SUR UN TERRAIN ACCIDENTÉ .....                                  | 116 |
| 33. RENCONTRE AVEC LES MESSAGERS DIVINS .....                               | 119 |
| 34. DHAMMA ET MONDIALISATION.....   | 122 |
| 35. LES OBJECTIFS DE L'ÉDUCATION BOUDDHISTE .....                           | 125 |
| 36. LE PROBLÈME DE SUBRAHMĀ.....  | 128 |
| 37. VIVRE DANS LA DIGNITÉ.....  | 131 |
| 38. MODES DE VIE ET PROGRESSION SPIRITUELLE .....                           | 134 |
| 39. MIEUX QUE CENT ANS .....  | 137 |
| 40. DEUX CHEMINS MENANT À LA CONNAISSANCE.....                              | 140 |
| 41. ANICCĀ VATA SAṄKHĀRĀ.....   | 143 |
| 42. TROUVER NOTRE VOIE DANS LE NOUVEAU MILLENAIRE.....                      | 146 |
| 43. DEUX STYLES DE MÉDITATION VIPASSĀNA.....                                | 150 |
| 44. LA RE-NAISSANCE A-T-ELLE UN SENS ? .....                                | 153 |
| 45. QUE SIGNIFIE "ÊTRE ÉVEILLÉ" ? .....                                     | 159 |
| 46. L'AMITIÉ SPIRITUELLE .....  | 163 |
| 47. TROUVER UN POINT DE DÉPART .....  | 167 |
| 48. UNE ÉTHIQUE SOCIALE BOUDDHISTE POUR LE NOUVEAU SIÈCLE .....             | 172 |
| 49. UNE PERSPECTIVE BOUDDHISTE SUR LE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE ET SOCIAL .. | 184 |
| 50. LE VISAGE CHANGEANT DU BOUDDHISME.....                                  | 193 |
| 51. LE SAṄGHA À LA CROISÉE DES CHEMINS .....                                | 199 |
| 52. PROMOUVOIR LE BOUDDHISME EN EUROPE .....                                | 207 |
| 53. LA BONTÉ, LA BEAUTÉ ET LA VÉRITÉ .....                                  | 222 |

## **MESSAGE DE CONGRATULATIONS**

La BPS tient à exprimer sa profonde gratitude à Bhikkhu Bodhi pour son travail remarquable et désintéressé pendant de nombreuses années. Bien que Bhikkhu Bodhi ne soit plus directement impliqué, la BPS continue de prospérer grâce aux efforts inlassables, à l'engagement et à la vision des rédacteurs actuels de la BPS, du personnel de la BPS, du conseil d'administration de la BPS et de nombreux bénévoles. Ces réalisations actuelles s'appuient sur les accomplissements passés. C'est grâce à la vision initiale, à la sagesse et à la détermination de son fondateur et premier rédacteur en chef, le vénérable Nyanaponika, que la BPS a vu le jour et s'est développée pendant ses 26 premières années. C'est ensuite grâce à l'érudition et au dévouement de Bhikkhu Bodhi qu'elle s'est développée pendant les 18 années suivantes. Cet esprit continue d'inspirer tous les membres actuels de la BPS. Nous vous adressons donc, Bhikkhu Bodhi, nos meilleurs voeux avec une profonde reconnaissance et des remerciements sincères.

Nous vous souhaitons un très joyeux 70e anniversaire !

Nous espérons que vous continuerez à partager votre douce bienveillance avec nous pendant de nombreuses années encore.

Buddhist Publication Society, Kandy, décembre 2014

## **Remerciements de la traductrice**

Je voudrais exprimer mes remerciements à Vénérable Bhikkhu Bodhi de m'avoir autorisée à traduire ce livre. Le but de cette traduction est de rendre ses enseignements accessibles à tous les lecteurs francophones afin de les inspirer à poursuivre le Noble Sentier.

Je tiens également à remercier chaleureusement les relectrices, Maria Elena Velazquez, et Marie-Noëlle Galliou pour leur travail, leurs efforts et leur patience.

Elisabeth Brookes

## INTRODUCTION

Cet ouvrage a été publié par la Buddhist Publication Society pour célébrer le 70e anniversaire de Vénérable Bhikkhu Bodhi. Il contient la quasi-totalité<sup>1</sup> des essais écrits par Bhikkhu Bodhi et édités par la Buddhist Publication Society. En regroupant ces cinquante-trois essais, qui ont été diffusés sur une période de trente ans, ils peuvent enfin recevoir l'attention qu'ils méritent.

Nous connaissons tous très bien l'érudition de Bhikkhu Bodhi, que ce soit par ses traductions ou ses études sur les discours du Bouddha. Cependant, nous ne sommes pas tous au courant de son talent pour nous aider à appliquer le Dhamma dans la vie quotidienne. Ces cinquante-trois essais montrent la profondeur et l'étendue de sa capacité à communiquer l'enseignement intemporel du Bouddha. Ils vont de simples discussions sur l'application du Dhamma dans notre vie quotidienne à des exposés approfondis sur la doctrine, en mettant l'accent sur sa pertinence pour notre époque.

Le premier essai de Bhikkhu Bodhi, publié par BPS dans la série Bodhi Leaves, parut en 1976 sous le titre *The Taste of Freedom (Le goût de la liberté)*. Cet essai constitue également l'introduction de ce volume, dans lequel les essais sont classés par ordre chronologique. Ensuite, Bhikkhu Bodhi publia un recueil de quatre essais intitulé *Nourishing the Roots : Essays on Buddhist Ethics (Nourrir les racines : essais sur l'éthique bouddhiste)* dans la série The Wheel Publication en 1978 (Wheel Publication n° 259/260), qui figure ensuite dans ce volume.

Les essais tirés du *Buddhist Publication Society Newsletter* viennent ensuite. Peu de temps après être devenu rédacteur en chef de la BPS en 1984, Bhikkhu Bodhi introduisit ce bulletin d'information pour accompagner les envois postaux des publications aux membres de la BPS. Il occupa ce poste pendant dix-huit ans. Ces bulletins contenaient un 'éditorial' sous la forme d'un essai sur le Dhamma, une ou deux critiques de nouveaux livres sur le Dhamma publiés par d'autres éditeurs, d'autres articles intéressants pour les membres et une étude des discours du Bouddha. Lorsque Bhikkhu Bodhi prit sa retraite en 2002, il avait rédigé quelque quarante-deux essais éditoriaux, qui constituent l'essentiel de cet hommage.

L'essai intitulé "Dhamma et non-dualité" fut initialement publié en deux parties, tout comme "Vers un seuil de compréhension" et "La renaissance a-t-elle un sens ?". L'essai "Le message vivant du Dhammapada" fut publié dans la série Bodhi Leaves en 1993. Il a été ajouté aux essais du bulletin d'information afin de respecter l'ordre chronologique des essais.

Viennent ensuite les essais tirés de *Facing the Future : Four Essays on the Social Relevance of Buddhism* (Affronter l'avenir : quatre essais sur la pertinence sociale du bouddhisme), publiés dans le numéro 438/440 de la collection Wheel Publication en 2000. L'essai suivant, "Promouvoir le Bouddhisme en Europe", fut publié à titre privé à Colombo en 2000, mais a néanmoins été inclus car il complète les essais de *Facing the Future* et fut écrit à la même époque. Le dernier article écrit par Bhikkhu Bodhi en tant que rédacteur en chef de la BPS, *The Good, the Beautiful, and the True (La Bonté, La Beauté et La Vérité)*, fut publié dans la collection Bodhi Leaves en 2001. Tout comme nous avons commencé ce volume avec le premier essai de Bhikkhu Bodhi publié dans la série Bodhi Leaves, son dernier essai dans ce volume est également tiré de cette série, offrant ainsi un "rideau final" approprié.

Bhikkhu Bodhi a également rédigé plusieurs études approfondies et perspicaces sur divers sujets, dont les

---

<sup>1</sup> Les quatre essais spécialement destinés aux membres de la BPS, tels que l'éloge funèbre de Vénérable Nyanaponika Thera, ne sont pas inclus.

Trois Refuges et la Coproduction Conditionnée, qui ont été publiées par la BPS dans la série Wheel Publications. Ces études sont trop longues pour être incluses ici, mais elles devraient être publiées ensemble dans un prochain volume de la BPS, qui comprendra aussi certaines de ses autres études publiées dans des revues académiques.<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Cette introduction et la biographie qui suit ont été rédigées par Judy Caughley et Bhikkhu Nyanatusita.

## BIOGRAPHIE DE BHIKKHU BODHI

Afin de mieux connaître Bhikkhu Bodhi et de comprendre ce qui l'a motivé à écrire ces essais, nous avons inclus une biographie composée d'éléments tirés de diverses interviews et essais.<sup>3</sup>

Bhikkhu Bodhi est né à Brooklyn, New York, le 10 décembre 1944, dans une famille juive laïque de classe moyenne. Son nom de naissance était Jeffrey Block. Il a grandi dans le quartier de Borough Park, situé à Brooklyn, qui était principalement peuplé à l'époque de personnes issues de l'immigration italienne ou juive. Il a fait ses études primaires et secondaires dans des écoles publiques près de chez lui. Après le lycée, il a étudié au Brooklyn College où il a obtenu une licence en philosophie en 1966. Dans une interview<sup>4</sup>, il raconte comment il a découvert le bouddhisme pendant ses études universitaires :

“Je me suis intéressé au bouddhisme pendant ma troisième année à l'université. En flânant dans les librairies et en regardant les titres des livres, j'ai été attiré par quelques ouvrages sur le bouddhisme que j'ai trouvés là-bas. Je pense que cet intérêt pour le bouddhisme est né d'une sorte de réaction ou de quête d'une compréhension plus profonde de l'existence humaine que celle offerte par la philosophie matérialiste de la civilisation américaine moderne. Je n'étais pas satisfait de la religion juive de mes ancêtres, et je ne voyais pas beaucoup de valeur à long terme dans le christianisme. J'ai toutefois été attiré, dès ma troisième année d'université, par les religions orientales.

“J'ai commencé à lire quelques Upanishads et la Bhagavadgita. Ensuite, j'ai trouvé dans les librairies des livres sur le bouddhisme écrits par D.T. Suzuki et Alan Watts, qui traitaient principalement du bouddhisme zen et du bouddhisme Mahayana. Lorsque je suis entré à Claremont Graduate School, mon intérêt pour le bouddhisme s'est poursuivi et j'ai ressenti un besoin de plus en plus profond de mener une vie spirituelle. En même temps, j'ai toujours eu un doute ou un scepticisme sous-jacent à l'égard de toute forme de philosophie spirituelle.

“Mais finalement, j'ai rencontré un moine bouddhiste vietnamien, Vénérable Thich Giac Duc, qui étudiait à la même école supérieure et habitait dans la même résidence universitaire que moi. Je me suis lié d'amitié avec lui, je l'ai abordé en tant que maître et c'est lui qui m'a donné mes premières instructions sur le bouddhisme et la méditation.”

Ailleurs<sup>5</sup>, il raconte la ravissante histoire de sa première “rencontre” avec un moine bouddhiste vietnamien, bien que de loin :

“Au cours de la première semaine d'août 1965, après avoir terminé mes cours d'été, je suis parti en voiture de New York pour me rendre en Californie. J'avais alors vingt ans. En septembre, j'allais commencer ma troisième année au Brooklyn College. Je voulais rendre visite à un ami qui passait l'été à San Francisco et j'ai réussi à trouver une voiture avec deux autres étudiants. Après une journée entière sur la route, nous nous sommes arrêtés à

---

<sup>3</sup> Toutes les interviews et tous les essais sont disponibles sur Internet. Sont également inclus quelques détails fournis par Bhikkhu Bodhi dans des courriels adressés à l'éditeur de ce volume.

<sup>4</sup> “Entretien avec Vénérable Bhikkhu Bodhi” par Vénérable Kantasi, réalisé au Wat Palelai, à Singapour, le 20 juin 2001.

<sup>5</sup> Publié dans *Parabola Magazine*, hiver 2009. Disponible sur [bodhimonastery.org](http://bodhimonastery.org).

Madison, dans le Wisconsin. Le lendemain matin, j'ai décidé d'aller me promener. Mes pas m'ont conduit à travers des rues tranquilles jusqu'au campus de l'Université du Wisconsin. "Alors que je m'approchais d'un centre commercial au milieu du campus, la porte d'un grand bâtiment en pierre s'ouvrit et un homme d'âge moyen aux traits asiatiques vêtu d'une robe jaune-orange en sortit. Il était immédiatement suivi par un grand Américain et les deux marchaient côté à côté en discutant. Je compris immédiatement qu'il s'agissait d'un moine bouddhiste. Je n'avais jamais vu de moine bouddhiste auparavant, et aux États-Unis à l'époque, on pouvait probablement les compter sur les doigts d'une main. J'avais commencé à m'intéresser au bouddhisme quelques mois plus tôt, et j'avais lu *Siddhartha* de Hermann Hesse. Dans ce livre, on décrit les robes safran portées par les moines bouddhistes. C'est ainsi que j'ai pu identifier l'homme que je voyais comme un bhikkhu.

"J'ai été frappé d'émerveillement et d'étonnement à la vue de cet homme serein et posé qui rayonnait une légèreté, une satisfaction intérieure et une dignité que je n'avais jamais vues auparavant chez un Occidental. Le simple fait de le regarder traverser le centre commercial m'emplit de joie et de bonheur. Trop vite, les deux hommes disparurent de ma vue et entrèrent dans un autre bâtiment."

L'histoire ne s'arrête pas là. Elle continue :

"Un peu plus d'un an plus tard, après avoir obtenu mon diplôme au Brooklyn College, j'ai déménagé en Californie où je me suis inscrit à Claremont Graduate School, à l'est de Los Angeles, pour commencer un doctorat en philosophie. Au semestre de printemps, un moine bouddhiste du Vietnam est venu étudier dans la même université et s'est installé juste en dessous de moi dans la résidence universitaire. Il n'était pas "serein et posé" comme le moine du Wisconsin, mais plutôt du genre "insouciant". Une fois que j'ai appris à le connaître, je me suis pris d'affection pour lui et j'ai fini par l'accepter comme mon premier enseignant bouddhiste.

"Un jour (je crois que c'était en novembre 1967), il me dit qu'un moine bouddhiste vietnamien éminent, Vénérable Thich Minh Chau, se trouvait aux États-Unis et qu'il allait bientôt se rendre à Los Angeles. Il m'a proposé de l'accompagner chez la famille vietnamienne qui l'hébergeait. Lorsque Vénérable Thich Minh Chau sortit de sa chambre, je fus très surpris de constater qu'il ressemblait beaucoup au moine que j'avais vu deux ans plus tôt, sur le campus de l'Université du Wisconsin. Quand l'occasion se présenta, je lui demandai : "Monsieur, s'agit-il de votre première visite en Amérique ?" Il répondit : "Non, j'étais ici il y a quelques années." Je lui demandai alors : "Par hasard, le Vénérable aurait-il pu se trouver sur le campus de l'Université du Wisconsin au début du mois d'août 1965 ?" Et il répondit : "En effet, oui. Je rendais visite à mon ami, le Professeur Richard Robinson, qui avait lancé un programme d'études bouddhistes là-bas." Alors, je lui racontai ce jour où je l'avais aperçu traverser le campus. Il rit doucement et dit : "Ce n'est donc pas la première fois que nous nous rencontrons."

En dehors du Vietnam, Thich Minh Chau est connu pour son ouvrage académique intitulé *A Comparative Study of the Pāli Majjhima Nikāya and the Chinese Madhyama Āgama* "(Étude comparative du Majjhima Nikāya pali et du Madhyama Āgama chinois). Cependant, au Vietnam, il est surtout connu pour ses traductions en vietnamien des quatre recueils des discours du Bouddha (*nikāyas*) et d'autres textes en pāli. Il a également été, pendant longtemps, directeur d'universités et d'instituts bouddhistes vietnamiens.

Dans une autre interview<sup>6</sup>, Bhikkhu Bodhi raconte comment son ami moine et maître, Thich Giac Duc, lui enseigna la méditation et l'ordonna novice (*sāmañera*) en mai 1967 :

“Il m'initia à la pleine conscience de la respiration, *ānāpānasati*. Ce qui est intéressant, c'est que, bien que le bouddhisme vietnamien soit Mahayana, en raison de la proximité avec le Cambodge, ou peut-être parce qu'il a également reçu un courant de transmission du Mahayana indien et pas seulement du Mahayana chinois venant du sud de la Chine, le bouddhisme Mahayana vietnamien a tendance à avoir une influence plus forte du bouddhisme indien classique. Les méditations qu'il m'enseigna étaient donc essentiellement la pleine conscience de la respiration, la méditation sur la bienveillance et une méditation basée sur les quatre fondements de la pleine conscience, dans laquelle chaque fondement de la pleine conscience est lié à l'une des quatre perversions ou distorsions. Contempler le corps comme étant essentiellement impur, contempler toutes les sensations comme étant de la souffrance, contempler chaque état d'esprit comme étant impermanent et contempler tous les dhammas comme étant sans "soi".

“Après être devenu ami avec lui et avoir commencé à pratiquer la méditation, mon scepticisme et mes doutes concernant le bouddhisme ou la vie spirituelle se dissipèrent. Convaincu que c'était la voie que je devais suivre, je demandai à mon ami et maître s'il pouvait m'ordonner moine. Je dois également avouer qu'il y avait une motivation pragmatique dans cette démarche. Bien que ce ne soit pas la raison principale pour laquelle je souhaitais devenir moine, c'était une époque où les États-Unis renforçaient leurs forces armées et étendaient la liste des personnes soumises à la conscription. J'ai donc pensé que le fait d'être officiellement ordonné moine pourrait constituer une protection supplémentaire, car cela me permettrait d'obtenir un document pour être exempté de l'obligation de servir dans les forces armées. ... J'avais toujours prévu d'aller en Asie après avoir été ordonné. Je ne savais pas exactement où j'irais pour être ordonné ou suivre une formation, mais mon maître vietnamien avait des contacts avec Vénérable Nārada, un moine sri-lankais célèbre. Il me conseillait toujours d'aller au Sri Lanka pour être ordonné et suivre une formation.”

Thich Minh Chau lui recommanda également de se rendre au Sri Lanka :

“Quelques années plus tard, lorsque Vénérable Thich Minh Chau revint aux États-Unis, il séjourna brièvement chez nous, dans notre maison de Claremont. Un peu plus tard, alors que je préparais mon voyage en Asie pour recevoir l'ordination de bhikkhu et étudier le Dhamma, il me donna de précieux conseils et me remit une magnifique lettre d'introduction pour les autorités bouddhistes asiatiques. J'ai conservé cette lettre, qui est toujours parmi mes affaires à Kandy. C'est lui qui m'a suggéré, lorsque je me rendrais au Sri Lanka, d'étudier avec Vénérable Nyanaponika Mahāthera. Cependant, je n'ai pas pu réaliser cet objectif pendant plusieurs années après mon arrivée sur l'île.”

Ainsi commença sa relation avec le Sri Lanka et Vénérable Nyanaponika. Mais avant son départ au Sri Lanka en 1972, Bhikkhu Bodhi a fait la connaissance d'un autre moine qui allait jouer un rôle important dans sa vie : Vénérable Piyadassi Thera, un moine sri-lankais missionnaire globe-trotter, bien connu pour ses écrits et ses conférences. Plusieurs de ses livres, dont *The Buddha's Ancient Path* (L'ancien chemin du Bouddha), ont été publiés par la BPS, dont il a été le rédacteur en chef cinghalais pendant de nombreuses années. C'est en fait un sermon qu'il a prononcé à la fin de 1957 qui a mené

---

<sup>6</sup> “Entretien avec Vénérable Bhikkhu Bodhi” par Vénérable Kandasilo, 2001.

à la création de la BPS au début de 1958. Bhikkhu Bodhi raconte l'histoire de leur première rencontre dans une *BPS Newsletter* (n° 40, 1998) : "L'histoire de cette relation commence en 1971. Je vivais dans un centre bouddhiste vietnamien à Los Angeles et j'enseignais les religions du monde dans une université de la vaste agglomération du sud de la Californie. Un jour, nous avons reçu un avis annonçant la venue à Los Angeles d'un moine bouddhiste du Sri Lanka. Nous l'invitâmes à séjourner chez nous et à donner une série de conférences sur le bouddhisme Theravāda. Ce moine bouddhiste n'était autre que Vénérable Piyadassi, qui faisait alors un deuxième tour du monde pour enseigner le Dhamma. Ses conférences étaient excellentes. Il y transmettait, avec une clarté cristalline et un humour doux, l'essence des enseignements du Bouddha qu'il connaissait si bien. À la fin de la semaine, alors que nous nous disions au revoir à l'aéroport de Los Angeles, Vénérable Piyadassi me suggéra de venir un jour au Sri Lanka pour passer du temps dans un monastère bouddhiste.

"Cette idée résonna dans mon esprit, et l'année suivante, lorsque j'ai décidé de me rendre en Asie pour entrer dans le Saṅgha, j'écrivis à Vénérable Piyadassi pour lui rappeler son invitation. En réponse, il me donna le nom et l'adresse d'un "prélat aîné", Vénérable Balangoda Ānanda Maitreya. Au début, j'hésitai à contacter cet aîné, car il avait déjà 76 ans et je craignais qu'à cet âge, il ne soit plus assez en forme pour m'enseigner. Je n'avais pas réalisé que je rencontrais un moine d'une force et d'une vitalité telles qu'il continuerait à parcourir le monde jusqu'à ses cent ans passés. Quoi qu'il en soit, je tentai ma chance et lui écrivis. Sa réponse accueillante me lança dans un "voyage vers l'Orient" qui culmina par mon ordination en tant que bhikkhu et par un apprentissage de trois ans sous sa tutelle dans son petit temple de village près de Balangoda.

Après que son premier maître, Thich Giac Duc, eut obtenu son doctorat et soit retourné au Vietnam, Bhikkhu Bodhi vécut avec un autre moine vietnamien, Vénérable Thich Thien An, au Centre international de méditation bouddhiste de Los Angeles. Il obtint son doctorat à la Claremont Graduate School en février 1972. Sa thèse portait sur la théorie des qualités primaires et secondaires dans la philosophie de John Locke, philosophe empiriste britannique. Pendant qu'il travaillait sur sa thèse, et pendant plusieurs mois après l'avoir soumise, il enseigna à temps partiel à l'université d'État de Californie à Fullerton pour rembourser ses prêts étudiants. Au département de philosophie de cette université, il enseigna les religions du monde. Après avoir remboursé sa dette, il partit pour l'Asie. Son intention était d'abord d'étudier le bouddhisme, puis de méditer. Dans une interview, il raconte<sup>7</sup> :

"Je n'ai jamais eu l'intention de devenir un érudit du bouddhisme ou un traducteur de textes pāli. Je ne me considère toujours pas comme un érudit sérieux du bouddhisme. C'est la méditation qui m'a d'abord attiré vers le bouddhisme. Mon premier maître, Vénérable Giac Duc, m'a ensuite convaincu de la nécessité d'étudier systématiquement le Dhamma afin d'acquérir des bases solides pour la pratique de la méditation et l'enseignement du Dhamma en Occident. Lorsque je suis parti au Sri Lanka pour être ordonné, j'avais l'intention d'étudier les textes pendant plusieurs années, puis de partir méditer."

En août 1972, il prit l'avion pour la Thaïlande et passa une semaine dans un monastère de méditation nommé Wat Pleng Vipassanā, situé à Bangkok. De là, il se rendit au Vietnam pour rendre visite à son ami et maître Thich Giac Duc. En raison de la guerre civile, le Vietnam était dans un état plutôt agité et chaotique, et les moines étaient très incertains quant à l'avenir du bouddhisme et du

---

<sup>7</sup> "Climbing to the Top of the Mountain: An interview with Bhikkhu Bodhi" (Gravir le sommet de la montagne : entretien avec Bhikkhu Bodhi), *Insight Journal*, vol. 19, automne 2002.

pays. Il resta deux mois au Vietnam, principalement à Saigon, puis se rendit au Sri Lanka :<sup>8</sup>

“J'étais encore un novice Mahayana (*sāmañera*) lorsque je suis arrivé au Sri Lanka vêtu de ma robe de style vietnamien. Mon maître voulait que je porte la robe jaune à mon arrivée au Sri Lanka, car, avec la robe marron, je courais le risque de ne pas être reconnu comme moine bouddhiste. J'ai donc revêtu cette robe jaune fluide. Après environ une semaine à Colombo, je me suis rendu à Balangoda pour séjourner au monastère de mon maître d'ordination : Vénérable Balangoda Ānanda Maitreya. En novembre 1972, quelques semaines plus tard, j'ai été ordonné comme *sāmañera* dans la tradition Theravāda. Puis, j'ai reçu l'*Upasampadā* (ordination de *bhikkhu*) en mai 1973.”

Vénérable Ānanda Maitreya était non seulement le plus éminent moine érudit cinghalais parlant couramment l'anglais, mais aussi une personne très douce et aimable. Il possérait une vaste connaissance de la langue Pāli et du Tipiṭaka, ainsi que de ses commentaires. Pour le moine nouvellement ordonné, les vastes connaissances de son précepteur constituaient une source d'inspiration : “C'est avec lui que j'ai commencé mon étude du Pāli... Une fois que j'ai eu acquis suffisamment de connaissances en Pāli... nous avons étudié certains textes ensemble. Nous avons commencé par la première section du *Samyutta Nikāya*, le recueil de versets, puis nous avons étudié certains suttas du *Majjhima Nikāya*. Ensuite, il m'a initié à *l'Abhidhammatthasaṅgaha*.”

Comme beaucoup d'autres moines occidentaux au Sri Lanka avant lui, Bhikkhu Bodhi était enthousiasmé à l'idée d'étudier les enseignements du Bouddha sans avoir recours à un traducteur. Cette tradition commença avec Vénérable Nāṇatiloka, l'un des premiers Occidentaux à devenir moine bouddhiste Theravāda. En 1912, Nāṇatiloka fonda un monastère appelé Island Hermitage, où il ordonna de nombreux moines occidentaux. Comme les premières traductions du Canon Pāli n'étaient pas fiables, Nāṇatiloka soulignait l'importance d'apprendre le Pāli pour comprendre correctement les enseignements du Bouddha. Il enseignait lui-même le Pāli à ses étudiants, dont Nyanaponika et Nāṇamoli. Un livre racontant sa vie et ses réalisations a récemment été publié par le BPS, c'est une histoire captivante.<sup>9</sup>

Dans une entrevue par courriel publiée dans un magazine bouddhiste américain<sup>10</sup>, Bhikkhu Bodhi explique ce qui l'a poussé à étudier et à traduire les écritures bouddhistes pāli. Il raconte également pourquoi cela est devenu l'œuvre de sa vie.

“Juste avant mon départ pour l'Asie et mon ordination en tant que moine en 1972, l'intérêt des jeunes Américains pour le bouddhisme était plutôt anti-intellectuel. La plupart des Occidentaux qui partaient à la recherche des enseignements Theravāda en Asie se rendaient dans des monastères de la Forêt en Thaïlande ou dans des centres de méditation en Birmanie. Quant à moi, mes liens karmiques m'ont conduit au Sri Lanka et vers des enseignants imprégnés des écritures et prêts à guider un étudiant occidental désireux de les apprendre.

“Lorsque j'ai commencé à lire les suttas pāli, j'ai été enthousiasmé par leur clarté, leur rigueur intellectuelle, leur beauté délicate et leur ferveur émotionnelle subtile, qui scintillent juste sous leur surface tranquille. J'ai commencé à traduire des suttas et des passages des

<sup>8</sup> “Entretien avec Vénérable Bhikkhu Bodhi” par Vénérable Kantasi.

<sup>9</sup> Bhikkhu Nyanatusita et Hellmuth Hecker, *The Life of Nāṇatiloka a Thera: The Biography of a Western Buddhist Pioneer* (La vie de Thera : biographie d'un pionnier du bouddhisme occidental), BPS, Kandy, 2009. [https://www.bps.lk/olib/bp/bp604s\\_Nyanatusia-Hecker\\_Life-Of-Nyanatiloka.pdf](https://www.bps.lk/olib/bp/bp604s_Nyanatusia-Hecker_Life-Of-Nyanatiloka.pdf)

<sup>10</sup> “Traducteur du Bouddha : entretien avec Bhikkhu Bodhi”, *Inquiring Mind*, 2006.

commentaires simplement pour les rendre compréhensibles pour moi-même, et non pour les publier. Avec le temps, cependant, j'ai fini par réaliser que le bouddhisme occidental présentait un vide béant : il manquait de connaissances claires sur les enseignements du Bouddha. J'ai donc pensé qu'il était extrêmement important de traduire les suttas en un langage clair et moderne, en y ajoutant un ensemble d'annotations qui en soulignent la signification profonde et la pertinence pratique. Cela a été l'œuvre de ma vie jusqu'à présent.

“De nombreux nouveaux bouddhistes occidentaux considèrent le mot “pratique” comme presque synonyme de méditation. Ils établissent ainsi une distinction tranchée entre l’étude et la pratique. Ils partent du principe que, si un moine se consacre à l’érudition, il ne peut être un pratiquant sérieux. Pour eux, l’érudition est en quelque sorte antithétique à la pratique réelle. Je dois admettre que ma propre pratique de la méditation est loin de correspondre à mon idéal. Je l’explique en grande partie par un problème de santé chronique (un obstacle karmique personnel auquel je dois faire face) plutôt que par mon dévouement à l’érudition et à mon engagement à traduire les écritures bouddhistes.

“Nous devons nous rappeler qu’au fil des siècles, dans l’Asie bouddhiste, dans presque toutes les traditions, la tâche principale de l’ordre monastique a été la préservation et la transmission des enseignements bouddhistes. Cela s’est principalement fait par l’étude intensive, la recherche et la propagation des textes et de la philosophie bouddhistes, constituant ainsi la pierre angulaire sur laquelle reposaient toutes les réalisations supérieures de la pratique bouddhiste, le squelette qui soutenait les muscles et les organes du bouddhisme. ... Ce qu’on peut affirmer sans hésitation, c'est que la connaissance savante sans application pratique est stérile, et qu'une pratique de méditation vigoureuse sans la lumière directrice d'une compréhension conceptuelle précise est futile. Sans la connaissance des textes, je crains que, dans l'espace de deux générations, une tradition de pratique ne soit facilement diluée, mâchée et digérée par la culture environnante, en particulier lorsque cette culture est théiste ou matérialiste.

“Lorsque j'ai commencé à lire des textes bouddhistes pendant mes études supérieures, j'ai naturellement été impressionné par les enseignements du Bouddha sur la coproduction conditionnée, les cinq agrégats, le non-soi, etc. Ces enseignements clés nous mènent droit au cœur du Dhamma. Mais l'un des suttas qui m'a le plus marqué ne figure pas parmi ces textes profonds sur la méditation et la réalisation. Lorsque j'ai lu les suttas sur la coproduction conditionnée et le non-soi, j'ai pensé que le Bouddha était certainement éveillé, mais peut-être pas parfaitement. Toutefois, lorsque j'ai lu le Sigālaka Sutta (Dīgha Nikāya Sutta 31), mes doutes se sont dissipés. En lisant ce sutta et, en particulier, la section sur la vénération des six directions, j'ai vu comment quelqu'un qui avait compris les vérités les plus profondes de l'existence pouvait également enseigner, en détail, aux parents comment élever leurs enfants, à un mari et à une femme comment s'aimer et se respecter mutuellement, ainsi qu'à un employeur comment traiter ses employés. À ce moment, j'ai réalisé que cet enseignant était en effet parfaitement éveillé. À mon avis, ce sutta montre que le Bouddha possédait non seulement la “sagesse ascendante”, c'est-à-dire la sagesse qui s'élève jusqu'à la vérité suprême, mais aussi la “sagesse descendante”, c'est-à-dire la sagesse embrassée par la compassion, qui redescend au niveau du monde et, à la lumière de la réalisation la plus complète, enseigne et guide les autres de la manière qui leur convient le mieux. ...

“Je tiens également à souligner que les suttas remontent à l'époque la plus ancienne de la littérature bouddhiste et qu'ils constituent donc un héritage commun à l'ensemble de la tradition bouddhiste. Les étudier n'est donc pas une tâche qui incombe uniquement aux adeptes du bouddhisme Theravāda ou du *vipassanā* basé sur le Theravāda : c'est une tâche, voire une responsabilité, qui incombe à tous les bouddhistes, quelle que soit leur école, qui souhaitent comprendre les racines profondes du bouddhisme.”

Peu de temps après son ordination, Bhikkhu Bodhi rencontra pour la première fois Vénérable Nyanaponika alors qu'ils se rendaient tous deux à l'Island Hermitage pour la cérémonie annuelle de Kathina. Vénérable Nyanaponika était un moine allemand érudit et respecté, disciple proche de Nāṇatiloka Thera et auteur du premier ouvrage populaire en anglais sur la méditation de pleine conscience bouddhiste Theravāda, *The Heart of Buddhist Meditation* (traduit en français sous le titre Sur la méditation bouddhique).

Il a également écrit plusieurs autres livres qui ont été publiés par la Buddhist Publication Society, dont il était le rédacteur en chef et le président. Les deux moines, d'origine juive, partageaient une fascination pour les enseignements du Bouddha et pour les transmettre avec précision en anglais. Bhikkhu Bodhi eut quelques discussions avec Vénérable Nyanaponika. Après son retour à Balangoda, il lui écrivit à plusieurs reprises pour lui demander son avis sur certains points du Dhamma. Dans les années 1970, Vénérable Nyanaponika se rendait en Europe chaque printemps pour une période d'un ou deux mois. En 1974, il demanda à Bhikkhu Bodhi de s'occuper de l'Ermitage de la Forêt pendant son absence. C'est ainsi que les deux moines devinrent amis. Vénérable Nyanaponika joua un rôle crucial dans le développement spirituel de Bhikkhu Bodhi :

“Ma plus grande source d'inspiration dans ma vie de moine bouddhiste a été la personne qui m'a servi de mentor durant mes années passées au Sri Lanka, Vénérable Nyanaponika Thera, un aîné allemand. C'est sa compréhension claire du lien entre les enseignements anciens du canon Pāli et les besoins urgents de notre époque qui m'a aidé à développer une perspective et une orientation qui ont guidé mon propre développement en tant que moine et enseignant bouddhiste.”<sup>11</sup>

En 1975, Bhikkhu Bodhi séjourna pendant dix mois à la Maha Bodhi Society de Bangalore, en Inde. C'est à Balangoda qu'il fit connaissance d'un moine indien du monastère de la Maha Bodhi Society qui rentrait en Inde et qui l'invita à l'accompagner. Bhikkhu Bodhi trouva son séjour à la Maha Bodhi Society très inspirant, car le maître et abbé, Vénérable Ācariya Buddharakkhita, qui parlait couramment l'anglais, avait une profonde compréhension et connaissance du Dhamma. Chaque semaine, il donnait d'excellents enseignements sur le Dhamma. À l'époque, il y avait cinq ou six moines, dont un moine américain et un moine suédois, Bhikkhu Lakkhaṇa :

“À cette époque, Bhikkhu Lakkhaṇa s'intéressait beaucoup à l'Abhidhamma, tandis que j'étudiais les suttas. Ācariya Buddharakkhita demanda alors à Bhikkhu Lakkhaṇa d'enseigner l'Abhidhamma à tous les moines, et à moi de faire de même avec les suttas. Même si mes connaissances étaient limitées à l'époque, cela me força à préparer des discours sur les suttas, à les étudier attentivement et à apprendre à les expliquer. De temps en temps, Ācariya Buddharakkhita nous demandait de prendre sa place pour donner l'enseignement public du dimanche sur le Dhamma. Cela nous poussait à développer notre capacité à faire des discours en public.”<sup>12</sup>

<sup>11</sup> “Interview avec Vénérable Bhikkhu Bodhi” par Maia, septembre 2011. sur [jizochronicles.com](http://jizochronicles.com).

<sup>12</sup> “Interview avec Vénérable Bhikkhu Bodhi” par Vénérable Kantasiло, 2001.

À la fin de l'année 1975, Bhikkhu Bodhi retourna à l'Ermitage de la Forêt en raison de difficultés pour renouveler son visa indien. Il y passa près de deux ans avec Vénérable Nyanaponika. De son côté, Bhikkhu Khantipālo, un moine bouddhiste britannique expérimenté, ordonné en Thaïlande et auteur de nombreux ouvrages sur le bouddhisme, séjourna également à l'Ermitage de la Forêt d'avril 1976 jusqu'au début de l'année 1977. Vénérable Nyanaponika espérait que Bhikkhu Khantipālo reprendrait la direction de la BPS, mais il se concentra plutôt sur la compilation des discours tirés de la traduction du Majjhima Nikāya par Bhikkhu Nāṇamoli, puis partit en Australie pour y propager le Dhamma. Une période difficile survint dans la vie monastique de Bhikkhu Bodhi :

“Lorsque j'ai reçu l'ordination, mes parents étaient extrêmement contrariés. Ils m'écrivaient régulièrement, parfois avec colère, parfois avec tristesse, parfois en critiquant le bouddhisme et moi-même, parfois en me suppliant de revenir. J'ai donc fini par décider que je ne pourrais pas continuer à être moine et que je défroquerais et retournerais aux États-Unis. Je fis part de ma décision à Vénérable Nyanaponika, qui l'a beaucoup regrettée. Cependant, il m'a encouragé à prendre mes propres décisions et ne m'a pas forcé, bien qu'il ait pensé que j'aurais dû poursuivre ma voie monastique plutôt que de céder aux souhaits de mes parents. Toutefois, j'ai ressenti que c'était peut-être nécessaire.

“J'avais même fixé la date à laquelle je défroquerais. J'étais déjà en train de m'organiser avec mes parents pour obtenir mon billet de retour aux États-Unis. Il restait environ deux ou trois semaines avant la date prévue pour mon départ, et un jour, alors que j'étais assis dans ma chambre, je me suis dit que le but de ma vie était de vivre en tant que moine bouddhiste. Si je quittais la robe uniquement pour satisfaire les souhaits de mes parents, je perdrais tout ce qui avait de la valeur, du sens et de l'importance dans ma propre vie, juste pour répondre à leurs attentes. Lorsque je fis part de ces réflexions à Vénérable Nyanaponika, il me répondit : “Dans ce cas, retourne chez toi, mais retournes-y en tant que moine”. Je me suis dit : ‘Pourquoi pas ?’.

En août 1977, je suis revenu aux États-Unis en tant que moine. Lorsque mes parents, qui s'attendaient à me voir arriver en vêtements civils, m'ont vu arriver vêtu de ma robe safran, avec mon bol à aumônes sur le dos et mon parapluie de moine à la main, ma mère dit à mon père : “Ce n'est pas notre fils, partons”, et elle commença à s'éloigner de l'aéroport, mais mon père la retint et ils me ramenèrent à la maison. C'est ce que mon père me raconta plus tard : ils m'avaient vu avant que je ne les voie.”

Après un court séjour chez ses parents, il s'installa au monastère bouddhiste lamaïste du New Jersey, où il étudia le tibétain et le sanskrit pour étudier certains aspects du bouddhisme Mahayana indien. De 1979 à 1982, il vécut au Washington Buddhist Vihāra, à Washington.

“J'ai alors senti le besoin de retourner en Asie pour suivre une formation plus intensive et pratiquer davantage la méditation. Mon projet initial était de me rendre en Birmanie pour pratiquer la méditation avec Mahasi Sayadaw. ... Quelques années auparavant, la Birmanie avait commencé à assouplir sa politique en matière de visas. Elle accordait des visas de longue durée aux étrangers qui venaient séjourner dans des monastères bouddhistes et des centres de méditation dans le seul but de pratiquer la méditation ou d'étudier le bouddhisme. J'espérais donc profiter de cette vague. Mais juste au moment où je commençais à faire ma demande, la Birmanie entra dans une phase de paranoïa. Elle expulsa de son territoire tous les étrangers et refusa de leur accorder des visas de longue durée. ... J'ai donc dû changer mes plans et je suis retourné au Sri Lanka.”

En mai 1982, Bhikkhu Bodhi retourna au Sri Lanka. Après avoir passé plusieurs mois avec Vénérable

Nyanaponika à l'Ermitage de la Forêt, il alla séjourner dans un monastère de méditation de la Forêt réputé, Meetirigala Nissarana Vanaya. Pendant deux ans, il y pratiqua la méditation sous la direction de Vénérable Ñāṇarāma, un maître de méditation accompli. De temps à autre, il rentrait à Kandy pour séjourner auprès de Vénérable Nyanaponika, qui avait alors plus de 80 ans et se montrait de plus en plus fragile. En 1984, il décida donc de s'établir définitivement à l'Ermitage de la Forêt pour aider le vieux moine : "Je sentais que je devais aller vivre avec lui pour m'occuper de lui. Environ un mois après mon arrivée, il m'a dit qu'il souhaitait me confier la direction de la Buddhist Publication Society. Je n'étais pas tout à fait prêt à accepter, mais j'ai fini par céder."

Dans une autre interview<sup>13</sup>, Bhikkhu Bodhi raconte sa première réaction à cette demande : "Je lui ai répondu : 'Bhante, j'ai accepté d'être l'éditeur après votre décès, mais pour l'instant, je ne pense pas être prêt.' Il me répondit : 'J'ai maintenant quatre-vingt-deux ans et il est temps pour moi de prendre ma retraite. Je vais vous recommander.' Cette nuit-là, étendu dans mon lit, j'ai songé à m'enfuir dans la forêt, mais je ne pouvais pas abandonner ce vieux moine seul dans l'Ermitage."

En 1958, la Buddhist Publication Society (BPS) a été fondée à l'Ermitage de la Forêt à Kandy. Vénérable Ñāṇatiloka et son disciple, Vénérable Nyanaponika, s'y étaient installés quelques années auparavant pour échapper à la chaleur accablante des plaines de l'Island Hermitage. La création d'une société de publication bouddhiste avait déjà été envisagée auparavant, mais c'est Vénérable Nyanaponika, qui avait déjà proposé la création d'une maison d'édition bouddhiste dans un mémorandum présenté au Sixième Conseil en Birmanie en 1956,<sup>14</sup> qui l'a concrétisée, avec l'aide de deux laïcs, M. A.S. Karunaratna et M. Richard Abeyasekera. Bhikkhu Bodhi raconte l'histoire de la fondation de la BPS — le jour de l'An 1958 — dans la *BPS Newsletter*, à l'occasion du 50e anniversaire de cette dernière (n° 50, 2008).

"L'idée de fonder une telle société émergea pour la première fois à la fin de l'année 1957 dans l'esprit d'un avocat éminent de Kandy, A.S. Karunaratna, qui était également l'ancien maire de la ville. Alors qu'il imprimait un petit livret sur le bouddhisme destiné à être distribué gratuitement en hommage à un proche défunt, l'idée lui est venue de produire une série de publications similaires : de petits livrets reliés en anglais sur divers aspects du Dhamma qui pourraient être diffusés à travers le monde.

"Karunaratna partagea son idée avec son ami, l'enseignant retraité Richard Abeyasekera, qui l'accueillit avec enthousiasme. Ensemble, ils approchèrent le moine érudit d'origine allemande, Vénérable Nyanaponika Thera, et lui demandèrent de devenir l'éditeur de ce projet. Les trois hommes formèrent une société informelle. Vénérable Nyanaponika en était le secrétaire honoraire (plus tard président), Karunaratna, le trésorier honoraire, et Abeyasekera, le secrétaire adjoint (plus tard secrétaire général).

"Au départ, les fondateurs avaient l'intention de publier une série limitée de brochures en anglais sur les principes fondamentaux du bouddhisme, avant de mettre un terme à leur aventure dans le monde de l'édition. Cependant, la période de formation de la BPS coïncida avec un regain d'intérêt inattendu pour le Dhamma à l'échelle mondiale. À mesure que cet intérêt grandissait, la demande en littérature bouddhiste authentique augmentait également. Les premières publications de la BPS furent accueillies avec enthousiasme, tant en Asie qu'en Occident. Les fondateurs, encouragés par ce succès, abandonnèrent leur

<sup>13</sup> Dans "Profil : Buddhist Publication Society", *Buddhadharma* 2010.

<sup>14</sup> Voir Bhikkhu Nyanatusita et Hellmuth Hecker, *The Life of Ñāṇatiloka Thera: The Biography of a Western Buddhist Pioneer*, BPS, Kandy, 2009: 248–250.

objectif initial limité pour se lancer dans un programme éditorial continu qui ne cesse de croître.”

Comme mentionné ci-dessus, la BPS avait déjà publié plusieurs traductions et essais de Bhikkhu Bodhi sur les Suttas. Vénérable Nyanaponika considérait donc naturellement que Bhikkhu Bodhi était le candidat idéal pour cette tâche exigeante. En 1988, Vénérable Nyanaponika démissionna de la présidence de la BPS et Bhikkhu Bodhi reprit également cette fonction :

“ Je vivais en permanence à l’Ermitage de la Forêt avec Vénérable Nyanaponika, ne m’éloignant que rarement et m’occupant de lui avec beaucoup de diligence. Il resta en relativement bonne santé jusqu’aux dernières semaines de sa vie, mais il s’affaiblissait et sa vue s’était détériorée. Vers la fin de 1989, il n’était plus capable de lire. Alors, chaque soir, nous prenions notre thé et je lui lisais pendant environ une heure des extraits de divers livres. Je les enregistrais pour qu'il puisse les réécouter plus tard. J’essayais également d’obtenir des cassettes de divers enseignants afin qu'il puisse les écouter.”<sup>15</sup>

La vie à l’Ermitage de la Forêt, une vieille maison située au cœur d'une réserve forestière tropicale, n’était pas aisée. Il y avait des pénuries d'eau et il n'y avait pas d'électricité. Jusqu'en 1984, année où un premier panneau solaire fut installé sur le toit, Vénérable Nyanaponika et Bhikkhu Bodhi travaillaient la nuit à la lueur de lampes à pétrole. Ils rédigeaient tout à la main ou sur une vieille machine à écrire. Au milieu des années 1990, Bhikkhu Bodhi reçut son premier ordinateur portable. Il pouvait y travailler quelques heures par jour, tant que la batterie tenait. Les manuscrits, les messages et les lettres devaient être transportés à la main entre le bureau principal de la BPS, situé dans la ville de Kandy, et l’Ermitage. Il n'y avait pas de téléphone à l'Ermitage avant la fin des années 1990, lorsque les téléphones portables firent leur apparition au Sri Lanka. Malgré les difficultés et les problèmes de santé de Bhikkhu Bodhi, la BPS prospéra sous sa direction. Elle publia régulièrement de nouveaux livres en anglais et en cingalais, réimprima d'anciens best-sellers et produisit quelque 60 brochures dans les séries Bodhi Leaves et The Wheel au cours des 18 années où il occupa ce poste. Elle produisit également le *BPS Newsletter* et rédigea des essais qui constituent une grande partie de ce petit volume. Parallèlement, encouragé par Vénérable Nyanaponika, Bhikkhu Bodhi commença à travailler sur la traduction des Suttas. Il commença par traduire des Suttas individuels accompagnés de leurs commentaires et sous-commentaires. Puis, il traduisit des recueils complets (*nikāya*) de Suttas. Le premier était le Majjhima Nikāya.

Pour reprendre cette histoire, nous devons remonter plusieurs années en arrière, soit à la fin des années 1940. Après la guerre, un Anglais débarqua au Sri Lanka et reçut l’ordination de Vénérable Ñāṇatiloka à l’Island Hermitage. Il s’agissait de Vénérable Ñāṇamoli. Il acquit rapidement une grande maîtrise du pāli et une vaste connaissance du canon et de la littérature post-canonical. En 1956, il termina la traduction intégrale du Visuddhimagga en anglais, publiée par la BPS sous le titre The Path of Purification (La Voie de la Purification). À sa mort en 1960, “trois épais cahiers reliés à la main contenant une traduction manuscrite de l’intégralité du Majjhima Nikāya ont été trouvés parmi ses effets personnels”.<sup>16</sup> Dans les années 1970, un autre moine anglais, Bhikkhu Khantipālo, qui avait été ordonné en Thaïlande, prit les cahiers de Ñāṇamoli durant son séjour à l’Ermitage de la Forêt, il révisa et arrangea 90 des 152 suttas. Ceux-ci furent publiés en 1976/77 à Bangkok en trois volumes sous le

---

<sup>15</sup> “Entretien avec Vénérable Bhikkhu Bodhi” par Vénérable Kantasilo, 2001.

<sup>16</sup> Bhikkhu Ñāṇamoli et Bhikkhu Bodhi, *The Middle Length Discourses of the Buddha*, Wisdom Publications, Boston 1995.

titre *A Treasury of the Buddha's Words* (Un trésor des paroles du Bouddha). Dans une interview<sup>17</sup>, Bhikkhu Bodhi explique comment il commença à traduire les suttas et comment les traductions anglaises du Majjhima Nikāya virent le jour :

“En réalité, la proposition de traduction du Saṃyutta Nikāya a précédé celle du Majjhima Nikāya. C'est Bhikkhu Khantipālo qui en a été l'initiateur. Il estimait urgent de procéder à une nouvelle traduction du Saṃyutta Nikāya. J'avais déjà commencé à traduire des suttas du Canon et à y ajouter des traductions de longs passages du commentaire et du sous-commentaire... Je l'ai fait à la demande pressante de Vénérable Nyanaponika, qui tenait beaucoup à ce que cela soit fait. Plusieurs années auparavant, il avait traduit une grande partie du commentaire et du sous-commentaire du Brahmajāla Sutta (DN1). Il les avait conservés dans un cahier. J'ai vraiment beaucoup appris en lisant et en comprenant les commentaires et les sous-commentaires des carnets de Vénérable Nyanaponika. Les commentaires et sous-commentaires, en particulier les Tikas, peuvent s'avérer délicats à comprendre, car le sous-commentateur s'efforce de s'aligner sur le style du commentateur sanskrit classique. Ce style est caractérisé par une concision extrême et l'utilisation de phrases très complexes, souvent construites autour de noms abstraits reliés entre eux par divers systèmes de subordination. Traduire un sous-commentaire est donc un projet de taille. J'ai d'abord rassemblé les traductions du Brahmajāla Sutta avec le commentaire et le sous-commentaire. Il s'intitule *The Discourse on the All Embracing Net of Views* (Le Discours sur le filet universel des points de vue, DN1). J'ai ensuite traduit le Mūlapariyāya Sutta, son commentaire et son sous-commentaire intitulé *The Root of Existence* (La racine de l'existence, MN1), puis le Mahānidāna Sutta, *The Great Discourse on Causation* (Le Grand Discours sur la Causalité, DN15), et le Sāmaññaphala Sutta, *The Discourse on the Fruits of Recluseship*.<sup>18</sup> (Les Fruits de la Vie Contemplative, DN2)”

Bhikkhu Khantipālo appréciait les traductions de Bhikkhu Bodhi. En 1985, il lui proposa de réaliser une nouvelle traduction du Saṃyutta Nikāya pour la Pāli Text Society. Toutefois, presque au même moment, Wisdom Publications contacta Vénérable Nyanaponika pour lui demander une traduction complète du Majjhima Nikāya. Il devait éditer les soixante discours restants que Vénérable Nāṇamoli avait traduits et les ajouter aux quatre-vingt-dix suttas déjà traduits par Bhikkhu Khantipālo. Étant donné que Vénérable Nyanaponika avait plus de 80 ans, il ne pouvait pas entreprendre ce projet et il demanda à Bhikkhu Bodhi s'il était prêt à le prendre en charge. Celui-ci commença en 1985. Avec l'accord de Vénérable Nyanaponika, Bhikkhu Bodhi modifia certains termes utilisés dans les traductions de Vénérable Nāṇamoli, car il pensait qu'ils étaient trop expérimentaux et incompréhensibles pour les lecteurs anglophones ordinaires. Bien qu'il ait terminé son travail en 1989, les manuscrits, tapés à la machine, durent être convertis en format numérique par Wisdom Publishers. Cet ouvrage fut publié en 1995 sous le titre “*The Middle Length Discourses of the Buddha*” (le Majjhima Nikāya, recueil de discours de longueur moyenne (majjhima).

Après le décès de Vénérable Nyanaponika en 1994, Bhikkhu Bodhi écrivit dans le numéro suivant du *BPS Newsletter* : “.... avec la disparition de Vénérable Nyanaponika, j'ai perdu mon ami le plus proche, mon maître et mon guide spirituel. Les dix dernières années, pendant lesquelles j'ai eu le privilège de vivre avec lui et de m'occuper de lui à l'Ermitage de la Forêt, ont été une véritable

<sup>17</sup> “Traducteur du Bouddha : entretien avec Bhikkhu Bodhi”, *Inquiring Mind*, 2006.

<sup>18</sup> Ces ouvrages ont été publiés pour la première fois par la BPS en 1978, 1980, 1984 et 1989.

bénédiction.”<sup>19</sup>

Bhikkhu Bodhi vécut à l'Ermitage de la Forêt jusqu'en 2001. En 1989, il entreprit la traduction du *Samyutta Nikāya*. Cette tâche s'étendit sur dix ans et fut publiée par Wisdom Publications en 2000 sous le titre *Connected Discourses of the Buddha (le Samyutta Nikāya, la collection de discours liés par thèmes)*. Elle comporte une dédicace touchante en l'honneur de son maître, Ānanda Maitreya Mahānāyaka Thera, ainsi qu'à “la mémoire de mes principaux *kalyāṇamittas* dans ma vie de moine bouddhiste : Vénérable Nyanaponika Mahāthera (1901-1994) et Vénérable Piyaḍassi Nāyaka Thera (1914-1998)”<sup>20</sup>. Vénérable Ānanda Maitreya et Vénérable Piyaḍassi sont tous deux décédés en 1998. Bhikkhu Bodhi leur rendit hommage dans son éloge “A Time for Parting” (Le Temps des Adieux) paru dans le *numéro 40 de la newsletter du BPS en 1998*.

De 1990 à 2001, Bhikkhu Bodhi donnait fréquemment des enseignements à la Buddhist Publication Society. Dans ses enseignements hebdomadaires, il expliquait les discours du Bouddha tirés du *Majjhima Nikāya*. Sa réputation d'orateur se répandit. En 1995, il prononça un discours intitulé “Vénérable Nyanaponika Mahāthera : ambassadeur allemand du Dhamma au Sri Lanka” lors du symposium “Wilhelm Geiger et l'étude du Sri Lanka” à Colombo. Son discours sur la propagation du bouddhisme en Europe, prononcé lors d'un séminaire à Colombo en 2000, est inclus dans ce livre sous le titre “Essai 52”. En mai 2000, lors de la première célébration officielle du Vesak au siège des Nations Unies à New York, il prononça le discours d'ouverture intitulé “Le Bouddha et son message : passé, présent et futur”, dans lequel il expliqua le sens du Vesak et la pertinence des enseignements du Bouddha pour le monde actuel.<sup>21</sup>

Pendant longtemps, depuis le début de l'année 1977, Bhikkhu Bodhi souffrait d'une douleur chronique à la tête pour laquelle il n'avait pas trouvé de remède au Sri Lanka. Comme son état s'était aggravé et que cela entravait son travail et ses autres activités, il quitta le Sri Lanka en juin 2001 pour chercher un traitement. Il demeura à Singapour jusqu'en mars 2002 pour suivre divers traitements médicaux. De là, il se rendit en Allemagne pendant quelques semaines pour consulter un neurologue, que lui avait recommandé un ami bouddhiste allemand. Puis il partit aux États-Unis pour rendre visite à son père. Alors qu'il suivait un traitement pour ses maux de tête dans une clinique spécialisée de New York, sur les conseils de son père, il décida de rester aux États-Unis. “Deux raisons ont fini par me persuader. D'abord, j'ai réalisé que je devais être plus proche de mon père dans sa vieillesse. Ensuite, je me suis dit que je pourrais peut-être contribuer davantage au Dhamma ici, aux États-Unis, qu'au Sri Lanka.”<sup>22</sup> Il comprit également que son traitement serait long et fastidieux et qu'il aurait plus facilement accès à des soins médicaux pour son état aux États-Unis qu'au Sri Lanka. Plus tôt dans l'année, il avait déjà pris sa retraite officielle en tant que rédacteur en chef de la Buddhist Publication Society, et il estimait donc qu'il n'était plus obligé de résider au Sri Lanka. Pendant ses premières semaines aux États-Unis, il séjourna dans le New York Buddhist Vihāra, un endroit bruyant et animé. Cependant, il fit par hasard la rencontre d'un vieux maître chinois du Dharma nommé Jen Chun et de son traducteur, qui l'invitèrent à se rendre dans leur monastère dans le New Jersey :

<sup>19</sup> BPS Newsletter n° 28, 3e envoi postal 1994. Disponible à l'adresse <https://www.bps.lk/olib/nl/nl040.pdf>

<sup>20</sup> Bhikkhu Bodhi, *The Connected Discourses of the Buddha*, Boston 2000.

<sup>21</sup> Disponible auprès de la BPS en format numérique [https://www.bps.lk/olib/bp/bp108s\\_Bodhi\\_Buddha-And-His-Message.pdf](https://www.bps.lk/olib/bp/bp108s_Bodhi_Buddha-And-His-Message.pdf)

<sup>22</sup> “Climbing to the Top of the Mountain” *Insight Journal* Vol. 19, Automne 2002. <https://www.buddhistinquiry.org/article/climbing-to-the-top-of-the-mountain/>

“Je m'attendais à trouver un temple très fréquenté dans un ghetto urbain délabré, mais, à ma grande surprise, il s'agissait en fait d'un monastère d'étude sérieux situé dans un cadre calme et spacieux de la campagne du New Jersey, entouré de collines boisées et de troupeaux de cerfs paissant dans les pelouses. Maître Jen Chun et moi avons immédiatement sympathisé, et il m'a chaleureusement invité à rester aussi longtemps que je le souhaitais.”

En juillet 2002, il s'installa au monastère Bodhi. Le fait qu'il fut un moine Theravāda ne fut pas un obstacle.

“Dans l'Inde ancienne, il était courant que des moines de diverses écoles bouddhistes vivent en harmonie dans un même monastère. J'ai trouvé que Maître Jen Chun était l'un des moines les plus admirables que j'aie jamais connus. Il est très érudit et possède une profonde compréhension du bouddhisme, mais il est également très simple, humble et altruiste ; il est strict dans la discipline, mais il est toujours plein de rires et de bienveillance. De plus, il est une autorité sur les Āgamas, un ensemble de textes du Tripitaka chinois correspondant aux Nikāyas pālis. Je trouve donc son approche tout à fait conforme à la mienne. Il m'a demandé de donner des enseignements au monastère sur les suttas pālis et la langue pāli. Les moines résidents et de nombreux laïcs assistent à ces deux cours avec enthousiasme. ... Le lieu s'appelle d'ailleurs le monastère Bodhi, mais c'est une pure coïncidence que je me sois retrouvé dans un monastère qui porte mon nom.”

Maître Yin Shun (1906-2005), enseignant de Maître Jen Chun (1919-2011), est considéré comme le plus éminent moine érudit chinois du siècle dernier. Il était l'élève du réformateur monastique bouddhiste chinois Maître Tai Hsu, célèbre au début du XXe siècle. Dans une interview accordée en 2011, Bhikkhu Bodhi explique comment ses liens avec des bouddhistes chinois établis aux États-Unis l'ont profondément influencé. Il évoque trois maîtres qui “mettaient l'accent sur ce que Yin Shun appelait le ‘bouddhisme pour le domaine humain’, une approche qui consiste à combiner l'aspect “transcendant” du Dharma avec sa capacité à transformer le monde et à ennobrir la vie humaine dans notre situation existentielle concrète”.<sup>23</sup>

En 2007, afin d'éviter les tâches administratives et de trouver un plus grand isolement, il s'installa au monastère Chuang Yen. Ce monastère bouddhiste chinois est situé dans une zone boisée à Carmel, dans la magnifique et paisible vallée de l'Hudson, dans le nord de l'État de New York. Il vit ici dans l'ermitage isolé de Tai Hsu, où il poursuit son travail sur la traduction des discours du Bouddha. En 2005, Wisdom Publications publia son anthologie de passages de suttas intitulée *In the Buddha's Words* (Dans les mots du Bouddha) et en 2012, une traduction complète de l'Ānguttara Nikāya, intitulée *The Numerical Discourses of the Buddha* (Les discours numériques du Bouddha). Outre ses enseignements occasionnels au monastère Chuang Yen et au monastère Bodhi, il est actuellement président de l'Association bouddhiste des États-Unis.

En 2007, Bhikkhu Bodhi participa à une conférence à Hambourg intitulée “Le rôle des femmes bouddhistes dans le Sangha”. Il présenta un article intitulé “La renaissance de l'ordination des bhikkhunīs dans la tradition Theravāda”. Dans cet article, il examine les considérations textuelles et éthiques qui soutiennent la revendication du rétablissement de l'ordination des bhikkhunīs, et la meilleure façon de procéder à cette ordination conformément aux dispositions du Vinaya. L'article fut

---

<sup>23</sup> “Interview avec Vénérable Bhikkhu Bodhi” par Maia, septembre 2011

publié<sup>24</sup> et suscita beaucoup d'intérêt. Il conclut :

“... la renaissance d'un Sangha de Bhikkhunīs Theravāda peut être considérée comme un bien intrinsèque qui correspond à l'esprit profond du Dhamma, contribuant à accomplir la mission même du Bouddha qui consistait à ouvrir ‘les portes du Sans-Mort’ à toute l'humanité, aux femmes comme aux hommes. En même temps, l'existence d'un Sangha de Bhikkhunīs peut être un bien instrumental. Elle permettra aux femmes de contribuer de manière significative au bouddhisme de diverses façons, comme le font les moines... et peut-être d'une manière qui leur est propre, par exemple en tant que conseillères et guides pour les femmes laïques. Un Sangha de Bhikkhunīs contribuera également à ce que le bouddhisme gagne le respect des personnes nobles d'esprit dans le monde, qui considèrent l'absence de discrimination sexuelle, en harmonie avec les tendances nobles de la civilisation actuelle comme la marque d'une religion véritablement digne de respect.”

En 2007, Bhikkhu Bodhi rédigea également un autre essai influent intitulé “A Challenge to Buddhists” (Un défi pour les bouddhistes), publié dans *Buddhadharma*, un magazine bouddhiste très populaire en Amérique du Nord. Cet essai s'inspire de ce que Bhikkhu Bodhi considère comme une focalisation excessive du bouddhisme américain sur lui-même et de son manque de compassion envers les autres. Voici quelques extraits de cet essai :

“Si le bouddhisme en Occident devient uniquement un moyen de poursuivre une croissance spirituelle personnelle, je crains qu'il n'évolue de manière unilatérale et ne réalise ainsi que la moitié de son potentiel. Il attirera les personnes aisées et éduquées et offrira un refuge agréable à l'élite intellectuelle et culturelle. Il risque toutefois de transformer la quête de l'éveil en un voyage privé qui, face à l'immense souffrance qui accable quotidiennement d'innombrables vies humaines, ne pourra offrir qu'un quiétisme résigné. ...

“La mission du Bouddha, la raison de son apparition dans le monde, était de libérer les êtres de la souffrance en déracinant les racines néfastes de l'avidité, de la haine et de l'illusion. Ces racines néfastes n'existent pas seulement dans notre propre esprit. Elles ont maintenant pris une dimension globale et se sont répandues dans des nations et des continents entiers. Pour aider à libérer les êtres de la souffrance aujourd'hui, il faut donc lutter contre les manifestations systémiques de l'avidité, de la haine et de l'illusion.

“À chaque période historique, le Dharma trouve de nouveaux moyens de déployer son potentiel d'une manière précisément liée aux conditions historiques particulières de cette époque. Je crois que notre époque offre le cadre historique approprié pour que la vérité transcendante du Dharma se penche sur le monde et s'attaque à la souffrance humaine à tous les niveaux, même les plus bas, les plus durs et les plus dégradants, non pas par la simple contemplation, mais par une action efficace et capable d'apporter un soulagement, éclairée par son propre objectif transcendant le monde.

“Le défi spécifique auquel le bouddhisme fait face actuellement est de se poser en défenseur de la justice dans le monde. Il doit devenir la voix de la conscience pour les victimes d'injustices sociales, économiques et politiques qui ne peuvent pas se défendre elles-mêmes. Selon moi, il s'agit là d'un défi profondément moral qui marque un tournant dans l'expression moderne du bouddhisme. Je pense qu'il indique également la direction

---

<sup>24</sup> Publié sous forme de livre à Penang en 2009. Également publié dans *Dignity and Discipline: Reviving Full Ordination for Buddhist Nuns*, Boston 2010. <https://snfwrenms.wordpress.com/wp-content/uploads/2011/08/the-revival-of-bhikkhuni-ordination-in-the-theravada-tradition.pdf>

que le bouddhisme devrait prendre s'il veut contribuer à la mission du Bouddha envers l'humanité."

Pour relever ce défi, Bhikkhu Bodhi et plusieurs de ses étudiants américains ont fondé Buddhist Global Relief en 2008, une organisation sans but lucratif qui se consacre à la lutte contre la faim et l'insécurité alimentaire, promeut l'agriculture durable et offre de l'éducation dans les pays souffrant de pauvreté et de malnutrition chroniques. Il explique qu'il s'agit d'une tentative des bouddhistes d'aujourd'hui de donner une expression concrète à la conscience et à la compassion bouddhistes en remédiant à l'une des manifestations les plus poignantes de l'injustice sociale et économique, soit la persistance de la faim chronique et de la malnutrition.<sup>25</sup> Buddhist Global Relief est comparable à des organisations humanitaires chrétiennes et juives similaires qui ne sont pas des mouvements missionnaires cherchant à convertir. Ces organisations fournissent une aide d'urgence et une aide au développement aux populations des pays en développement, sans discrimination fondée sur la race, la religion ou la nationalité. Elles s'attaquent aux causes de la pauvreté et de l'injustice.

Bhikkhu Bodhi explique<sup>26</sup> :

"J'ai vécu au Sri Lanka pendant environ vingt-trois ans. Là-bas, j'ai observé que le temple bouddhiste est le centre social et culturel de la communauté. Les moines résidents sont ceux qui prennent l'initiative de veiller au bien-être des gens, indépendamment de leur religion et de leur appartenance ethnique. Mais alors que le bouddhisme s'enracine aux États-Unis, je vois le danger qu'il devienne une méthodologie élitiste pour atteindre la paix intérieure ou pour vivre heureux ici et maintenant, au détriment de sa capacité à transformer les causes systémiques plus larges de la souffrance. Il me semble que l'objectif ultime de libération de l'enseignement du Bouddha et l'application active et compassionnelle du Dharma pour soulager la souffrance causée par la société pourrait être relégué au second plan au profit d'une version du bouddhisme axée sur le "bien-être personnel" ou d'un bouddhisme qui fonctionne comme une simple psychothérapie existentielle. Ce risque est particulièrement sérieux à mesure que le bouddhisme s'intègre à la culture américaine dominante. Buddhist Global Relief cherche à éveiller ce que j'appelle un "sentiment de compassion consciencieuse". C'est manifester activement la compassion par des actions concrètes visant à soulager la souffrance humaine réelle, y compris dans ses formes les plus extrêmes."

Dans le cadre de son travail pour Buddhist Global Relief, Bhikkhu Bodhi tente également de sensibiliser le public aux dangers du changement climatique causé par le réchauffement planétaire et à sa cause sous-jacente, le paradigme économique matérialiste. Dans un récent essai intitulé "Moving from a Culture of Death to a Culture of Life" (Passer d'une culture de la mort à une culture de la vie)<sup>27</sup>, il écrit :

"La marque distinctive du paradigme dominant est la localisation de toute valeur dans la richesse monétaire.... Ce modèle postule que l'objectif de l'économie est la croissance continue, sur la base du postulat insensé d'une croissance infinie sur un plan fini. ... Ce système prospère en encourageant les gens à avoir des désirs insatiables de posséder des biens matériels. Son fonctionnement est simplement la chaîne de production qui transforme des ressources et de la main-d'œuvre en biens, qui sont ensuite convertis en richesse monétaire et en déchets matériels. Tous ces facteurs agissant de concert entraînent la

<sup>25</sup> "Conscientious Compassion", *Helping Hands*, volume 1, n° 2, été 2009.

<sup>26</sup> "Bhikkhu Bodhi : The Elephant Journal Interview" par le révérend Danny Fisher, 2010.

<sup>27</sup> *Helping Hands*, volume 6, n° 3, Automne 2014.

dévastation que nous voyons partout autour de nous, symptômes d'une planète en péril. Notre planète est dominée par une "culture de la mort", au sens propre comme au figuré. Au milieu d'un luxe inimaginable, près de 900 millions de personnes endurent la faim chronique et la malnutrition. Des maladies facilement guérissables deviennent mortelles. L'écart entre l'élite super-riche et le reste de la population se creuse considérablement. Et les changements climatiques font des millions de victimes chaque année. Si nous ne changeons pas rapidement de cap, le résultat final pourrait bien être l'effondrement de la civilisation humaine telle que nous la connaissons..."

En 2009, Bhikkhu Bodhi co-rédigea la "Déclaration bouddhiste sur le changement climatique", une déclaration panbouddhiste sur le réchauffement climatique approuvée par le Dalaï-Lama et d'autres dirigeants bouddhistes. Dans une interview<sup>28</sup>, il donne plus de détails sur les mesures qui, selon lui, doivent être prises :

"... En tant que bouddhiste engagé dans une vie spirituelle et dans la justice sociale, je crois que pour préserver la civilisation humaine, nous avons besoin de mesures fondamentales et radicales allant au-delà des simples solutions technologiques pragmatiques pour lutter contre les émissions incontrôlées de gaz à effet de serre. Il s'agirait notamment de développer un sens universel de la responsabilité sociale, un engagement à garantir que les populations du monde entier puissent obtenir les éléments essentiels à leur survie : de l'eau potable, une alimentation nutritive, l'éducation, des moyens pacifiques de résolution des conflits et des soins de santé satisfaisants. Cela signifierait que nous devrions adopter, au niveau national, une politique de générosité visant à promouvoir le bien-être de l'ensemble de la communauté mondiale. Certains pourraient être réticents face aux dépenses que cela impliquerait. Cela représenterait en réalité seulement une fraction, moins de 5 %, des dépenses considérables que nous consacrons à la guerre et à la production d'armes. ... "

Le rôle actuel de Bhikkhu Bodhi en tant que défenseur bouddhiste de la justice sociale est, d'une certaine manière, l'aboutissement de sa pratique initiale dans la tradition mahayana vietnamienne. Cette pratique a été enrichie par la sagesse qu'il a acquise grâce à sa grande connaissance des discours du Bouddha préservés dans la tradition Theravāda sri-lankaise, ainsi que par sa connaissance approfondie de la philosophie occidentale. Conformément à son propre cheminement spirituel, Bhikkhu Bodhi nous encourage à développer notre sagesse intérieure en comprenant et en mettant en pratique le message du Bouddha, tel qu'il se trouve dans ses discours, ainsi qu'à développer notre compassion pour les autres par une action sociale consciente. Bhikkhu Bodhi est une véritable incarnation contemporaine et éclatante des idéaux universels bouddhistes de sagesse et de compassion.

oOo

---

<sup>28</sup> "Bhikkhu Bodhi : The Elephant Journal Interview" par le révérend Danny Fisher, 2010.

# 1. LE GOÛT DE LA LIBERTÉ

L'appel de notre époque est, sans aucun doute, l'appel à la liberté. Peut-être qu'à aucun moment de l'histoire de l'humanité, le cri pour la liberté n'a retenti de manière aussi vaste et aussi pressante, peut-être n'a-t-il jamais pénétré aussi profondément dans les fibres mêmes de l'existence humaine.

La quête de liberté de l'homme s'est traduite par des changements profonds dans presque tous les domaines d'activité : politique, social, culturel et religieux. Les vastes empires qui s'étendaient autrefois sur la terre, engloutissant les continents comme de gigantesques monstres marins mythiques, se sont effondrés et désintégrés, tandis que les peuples sur lesquels ils régnaien se sont soulevés pour reprendre possession de leur terre natale, au nom de l'indépendance, de la liberté et de l'autodétermination.

Les systèmes politiques traditionnels, comme la monarchie et l'oligarchie, ont été remplacés par la démocratie, un régime où le pouvoir émane du peuple, car chaque individu revendique le droit de participer aux décisions concernant son existence dans la vie collective. Les anciennes institutions sociales qui avaient opprimé l'homme depuis les premiers temps de l'histoire, telles que l'esclavage, le servage et le système des castes, ont aujourd'hui disparu ou sont en voie de disparition. En revanche, les récits de telle ou telle libération font quotidiennement la une de nos journaux et remplissent les pages de nos revues et magazines.

Les arts reflètent également cette quête de liberté : le vers libre en poésie, l'expression abstraite en peinture ou encore la composition atonale en musique ne sont que quelques-unes des innovations qui ont renversé les structures traditionnelles restrictives offrant ainsi aux artistes une liberté d'expression sans entrave. Même la religion n'a pas pu se soustraire à cette vague de libération. Les systèmes de croyances et les codes de conduite ne peuvent plus être justifiés par des arguments tels que la volonté de Dieu, la sainteté des Écritures ou les prescriptions du clergé. Ils doivent maintenant être prêts à être examinés sous un jour nouveau, dépouillés de leur aura de sainteté, soumis à l'examen critique du penseur moderne qui revendique son droit à la libre pensée et qui se fie à sa propre raison et à son expérience personnelle comme dernière instance d'appel. La liberté d'expression, la liberté de la presse et la liberté d'action sont devenues les mots d'ordre de notre vie publique. La liberté de penser et la liberté de conscience, quant à elles, constituent les mots d'ordre de notre vie privée. Sous toutes ses formes, la liberté est considérée comme notre bien le plus précieux, plus précieux que la vie elle-même. "Donnez-moi la liberté ou donnez-moi la mort", clamait un patriote américain il y a deux cents ans. Les générations suivantes ont répondu à son appel.

En réponse à l'appel de l'humanité à étendre les limites de la liberté, le Bouddha offre au monde son Enseignement, le Dhamma, comme un chemin de libération qui est tout aussi pertinent aujourd'hui qu'il l'était lors de sa première proclamation il y a plus de deux mille cinq cents ans.

"De même que dans le grand océan, il n'y a qu'un seul goût, celui du sel, de même, dans cette Doctrine et Discipline (*dhammavinaya*), il n'y a qu'un seul goût, celui de la liberté" : c'est par ces mots que le Bouddha se porte garant de la qualité émancipatrice de sa doctrine.

Que l'on prélève de l'eau à la surface de l'océan, au milieu ou dans les profondeurs, le goût est toujours le même : celui du sel. De même, qu'on en boive un dé à coudre, un verre ou un seau, le même goût salé est toujours présent. Pareillement, dans l'Enseignement du Bouddha, une seule

saveur, celle de la liberté (*vimuttirasa*), imprègne l'ensemble de la Doctrine et de la Discipline, de son début à sa fin, de sa surface lisse jusqu'à ses profondeurs insondables. Que l'on goûte le Dhamma à son niveau le plus élémentaire, dans la pratique de la générosité et de la discipline morale, dans les actes de dévotion et de piété, dans la conduite gouvernée par la révérence, la courtoisie et la bienveillance, ou à son niveau intermédiaire, dans la connaissance supramondaine sans tache et la délivrance réalisée par le saint libéré, dans tous les cas, le goût est le même, le goût de la liberté.

Si l'on pratique le Dhamma dans une mesure limitée, en menant une vie laïque en accord avec les principes justes, on atteindra une mesure limitée de liberté ; si l'on pratique le Dhamma de manière plus approfondie, en entrant dans la vie monastique, en vivant dans la solitude, animé des vertus d'un ascète, en contemplant l'apparition et la disparition de toutes les choses conditionnées, alors on fera l'expérience d'une liberté plus complète ; et si l'on pratique le Dhamma jusqu'à son terme, en réalisant dans cette vie présente le but ultime de la libération, on connaîtra une liberté sans limite.

À tous les niveaux, la saveur de l'enseignement possède une saveur unique : celle de la liberté. Seul varie le degré de satisfaction que procure cette saveur, et ce degré dépend directement de l'étendue de la pratique. Si l'on pratique un peu le Dhamma, on récolte un peu de liberté ; si l'on pratique beaucoup le Dhamma, on récolte beaucoup de liberté. Le Dhamma apporte sa propre récompense de liberté, toujours avec l'exactitude d'une loi scientifique.

Puisque le dhamma se propose de fournir une liberté aussi totale et parfaite que celle dont rêve l'homme moderne, une correspondance profonde semble exister entre l'aspiration de celui-ci à élargir ses horizons de liberté et les possibilités qu'il pourrait réaliser en pratiquant l'Enseignement du Bouddha. Et cependant, malgré cette convergence d'objectifs, lorsque les gens d'aujourd'hui découvrent le Dhamma pour la première fois, ils se trouvent souvent confrontés à une caractéristique qui heurte leurs modes de pensée familiers et les frappe intellectuellement comme une contradiction et émotionnellement comme une pierre d'achoppement. En effet, bien que le Dhamma se présente comme un chemin vers la libération, un enseignement imprégné du "goût de la liberté", il exige de ses adeptes une pratique qui semble être l'antithèse même de la liberté, un code de conduite basé sur la discipline, la retenue et le contrôle de soi. "D'un côté, nous cherchons la liberté", objectent nos contemporains, "et, de l'autre, on nous dit que, pour atteindre cette liberté, nos actions, nos paroles et nos pensées doivent être restreintes et contrôlées". Que penser de cette thèse étonnante qui semble avancer l'Enseignement du Bouddha : pour atteindre la liberté, il faut la restreindre ? La liberté, comme objectif, peut-elle réellement être atteinte par des moyens qui impliquent le déni même de la liberté ?

Ce paradoxe apparent trouve sa résolution dans la distinction entre deux formes de liberté : la liberté comme permis et la liberté comme autonomie spirituelle. L'homme moderne confond généralement la liberté avec la licence. Pour lui, être libre, c'est avoir le droit de poursuivre ses impulsions, ses passions et ses caprices sans entraves. Pour être libre, il croit qu'il doit être libre de faire ce qu'il veut, de dire ce qu'il veut et de penser ce qu'il veut. Toute limite à cette licence est perçue par lui comme une atteinte à sa liberté. Par conséquent, un code de conduite demandant la retenue dans les actions, les paroles et les pensées, la discipline et l'autocontrôle lui semble être une forme d'asservissement. La liberté dont parle l'Enseignement du Bouddha n'est toutefois pas la même chose que la licence. La liberté dont parle le Bouddha est la liberté spirituelle, c'est-à-dire une autonomie intérieure de l'esprit qui résulte de la destruction des souillures mentales. C'est une libération du moule des schémas de comportement impulsifs et compulsifs, et qui culmine dans la délivrance finale du *samsāra*, la ronde des naissances et des morts.

Contrairement à la licence, la liberté spirituelle ne peut être acquise par des moyens extérieurs.

Elle ne peut être atteinte qu'intérieurement, à travers une formation qui exige le renoncement à la passion et à l'impulsion dans l'intérêt d'une fin plus élevée. L'autonomie spirituelle qui émerge de cette lutte est le triomphe ultime sur toute entrave et toute limite imposée à soi-même. Cependant, la victoire ne peut être obtenue qu'en respectant les conditions du défi, qui incluent la retenue, le contrôle, la discipline. La récompense finale est l'abandon du désir d'affirmation d'un soi.

Pour mieux comprendre cette notion de liberté, examinons d'abord son opposé, la servitude. Commencez par imaginer une forme extrême de confinement physique, comme une personne enfermée dans une cellule de prison faite de murs en pierre épais aux barreaux en acier robuste. Attachée sur une chaise, ses poignets liés par une corde dans son dos, ses pieds entravés, elle a les yeux bandés et la bouche bâillonnée. Imaginons un instant que la corde soit déliée, les entraves défaillies, le bandeau et le bâillon enlevés. La personne est maintenant libre de se mouvoir dans la cellule, d'étirer ses membres, de parler et de voir. Mais si elle s'imagine d'abord qu'elle est libre, elle ne tardera pas à réaliser que la véritable liberté est aussi éloignée d'elle que l'est le ciel bleu et limpide au-delà des murs de pierre et des barreaux d'acier de sa prison.

Mais imaginons que nous relâchions cette personne de prison et que nous l'installions dans une famille de la classe moyenne, en lui restituant tous ses droits de citoyens. Elle peut maintenant profiter de la liberté sociale et politique qui lui faisait défaut en tant que détenue ; elle peut voter, travailler et se déplacer à sa guise ; elle peut même occuper un poste dans la fonction publique. Mais, du fait même de ses responsabilités, de ses devoirs, il subsistera toujours des limitations à son pouvoir, à ses plaisirs et à son prestige, un écart douloureux entre la liberté sans contraintes à laquelle elle pourrait aspirer pour elle-même et la réalité de la situation que les circonstances lui ont réservée, comme son triste sort. Alors, allons plus loin et sortons notre personnage de sa routine de la classe moyenne pour l'installer, à sa grande joie, sur le trône d'un monarque mondial, d'un empereur universel exerçant sa souveraineté sur toute la terre. Installons-le dans un palais majestueux, entouré de cent épouses plus belles que des fleurs de lotus, disposant de ressources illimitées en or, en terres et en pierres précieuses, bénéficiant des plaisirs les plus sublimes des cinq sens. Il possède un pouvoir absolu : jouissances, renommée, gloire et richesses lui sont offertes. Il n'a qu'à exprimer sa volonté pour qu'elle soit considérée comme un ordre, et à formuler un souhait pour qu'il soit exaucé. Il n'y a plus aucune entrave à sa liberté d'action. Néanmoins, une interrogation subsiste : est-il véritablement libre ? Explorons cette question en profondeur.

Le Bouddha a identifié trois catégories de sensations : les agréables, les désagréables et les neutres (c'est-à-dire ni agréables ni désagréables). Ces trois groupes représentent l'ensemble des sensations. Chaque expérience doit inclure une sensation appartenant à l'un de ces groupes. Une fois de plus, le Bouddha a identifié trois facteurs mentaux correspondants aux trois classes de sensations et les a décrits comme des *anusayas*, des tendances latentes et dormantes dans les continuums mentaux subconscients des êtres sensibles depuis des temps immémoriaux. Ces tendances sont toujours prêtes à se manifester lors de l'apparition d'un stimulus approprié et à retomber dans l'état de dormance lorsque l'impact du stimulus s'est dissipé. Ces trois facteurs mentaux sont le désir (*rāga*), l'aversion (*paṭigha*) et l'ignorance (*avijjā*), qui sont les équivalents psychologiques des racines malsaines que sont l'avidité (*lobha*), la haine (*dosa*) et l'illusion (*moha*).

Lorsqu'un individu, dont l'esprit n'a pas été formé à la discipline mentale supérieure enseignée par le Bouddha, éprouve une sensation agréable, la tendance latente à la convoitise se manifeste, c'est à dire son désir de posséder et de jouir du stimulus provoquant cette sensation agréable. Lorsqu'il éprouve une sensation désagréable, la tendance latente à l'aversion entre en jeu, une aversion pour la cause de la souffrance. Et lorsqu'il éprouve une sensation neutre, la tendance latente à l'ignorance,

qui est présente, mais latente dans les cas de convoitise et d'aversion, émerge et enveloppe la conscience de l'individu d'un manteau d'apathie et d'ennui.

Les trois tendances latentes à l'avidité, à l'aversion et à l'ignorance sont susceptibles d'être réveillées par leurs sensations correspondantes et de passer de l'état dormant à un état d'activité. Si un individu ne s'efforce pas de les dissiper, de les restreindre, de les supprimer, de les abandonner et de les réduire à néant, elles persisteront dans la conscience. Si, en persistant dans la conscience, il leur cède à plusieurs reprises, les approuve et continue de s'y accrocher, elles prendront de l'ampleur, se développeront et, tout comme une boule de feu qui roule vers un tas de paille, elles évolueront de simples pulsions initiales en obsessions puissantes qui éclipseront sa capacité à se contrôler. Alors, même dans l'hypothèse où un individu était cet empereur régnant sur toute la terre, il ne sera plus intérieurement son propre maître, mais un serviteur soumis aux ordres de ses propres souillures mentales.

Sous l'emprise de la convoitise, l'individu est attiré par ce qui est agréable. Sous l'emprise de la haine, il est repoussé par ce qui est désagréable. Sous l'emprise de l'illusion, il est dérouté par ce qui est neutre. Il est emballé par le bonheur, abattu par le malheur, exalté par le gain, l'honneur et les éloges, accablé par la perte, le déshonneur et le blâme. Bien qu'il comprenne qu'une certaine ligne de conduite ne peut que lui nuire, il est impuissant à l'éviter ; bien qu'il sache qu'une autre ligne de conduite est clairement à son avantage, il est incapable de la suivre. Emporté par le courant des souillures mentales qu'il n'a pas abandonnées, il est conduit d'existence en existence à travers l'océan du *samsāra*, avec ses vagues de naissances et de morts, ses tourbillons de souffrance et de désespoir. En apparence, il peut régner sur le monde entier, mais, au tribunal de sa conscience, il est toujours prisonnier. Il peut être complètement libre en termes de liberté sans limites, mais, en termes d'autonomie spirituelle, il est encore une victime de la servitude, dans sa forme la plus désespérée : la servitude aux rouages d'un esprit souillé.

La liberté spirituelle, en tant que contraire de l'état de servitude, doit donc signifier la libération de l'avidité, de la haine et de l'illusion. Lorsque l'avidité, la haine et l'illusion sont abandonnées chez une personne, coupées à la racine de telle sorte qu'elles ne subsistent plus, pas même sous une forme latente, alors elle trouve pour elle-même un siège d'autonomie dont elle ne peut jamais être détrônée, une position de maître qui ne peut jamais être ébranlée. Même si cet individu est un mendiant qui recueille ses aumônes de maison en maison, il est toujours un roi. Même s'il est enfermé derrière des barreaux d'acier, il est intérieurement libre. Il est désormais le souverain de son propre esprit, et, en tant que tel, de l'univers entier, car rien dans l'univers ne peut lui enlever cette délivrance du cœur qui est son bien inaliénable. Il vit parmi les choses du monde, mais il se tient parfaitement au-dessus du flux et du reflux du monde. Lorsque des objets plaisants pénètrent dans son champ de perception, il ne les convoite pas. De même, lorsque des objets désagréables entrent dans son champ de perception, il ne les évite pas. Il observe les deux avec sérénité, notant leur apparition et leur disparition. Il ne se préoccupe pas des couples d'opposés qui font tourner le monde ; il a rompu à sa source le cycle d'attraction et de répulsion. Pour lui, un morceau d'or et une pièce d'argile sont semblables, tout comme les éloges et les critiques, qui ne sont que des sons creux à ses oreilles. Il demeure dans la liberté qu'il a gagnée au prix d'un effort long et discipliné. Il est libéré de la souffrance, car une fois les souillures déracinées, plus aucun chagrin ni aucune peine ne peuvent assaillir son cœur ; il ne reste que la félicité parfaite, exempte de toute trace de désir.

Il est libéré de la peur, et des frissons de l'angoisse que même les rois connaissent dans leurs palais, protégés par des gardes du corps tant à l'intérieur qu'à l'extérieur. Et il est libéré de la maladie des passions dévorantes et fébriles qui nouent l'esprit, de la maladie du *samsāra* avec ses rondes de

## 1. Le goût de la liberté

souillures mentales, d'actions et de conséquences. Il passe ses jours en paix, parcourant le monde avec un esprit de compassion illimitée, jouissant de la félicité de l'émancipation ou enseignant à ses compagnons de route le chemin qu'il a lui-même suivi jusqu'à son terme, dans le calme, sachant que, pour lui, le cycle infini des naissances et des morts a pris fin. Il a atteint le sommet de la sainteté, et a mis fin à tout futur devenir.

Dans sa plénitude, la liberté que le Bouddha désigne comme étant le but de son Enseignement ne peut être appréciée que par celui ou celle qui a fait de cette réalisation une question centrale de son expérience de vie. Tout comme le sel donne son goût à la nourriture qu'il assaisonne, le goût de la liberté imprègne chaque aspect de la Doctrine et de la Discipline proclamées par le Bouddha, en son début, son milieu et sa fin. Quel que soit notre niveau d'avancement dans la pratique du Dhamma, c'est dans cette mesure que l'on peut apprécier le goût de la liberté. Il faut cependant toujours garder à l'esprit que la véritable liberté, l'autonomie intérieure de l'esprit, ne nous est pas accordée par miracle. Elle ne peut être obtenue que par la pratique du chemin de la liberté, le Noble Octuple Sentier.

*Extrait de Bodhi Leaves n° 71, publié pour la première fois en 1976.*

## 2. 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 bénéfique pour soi-même et pour les 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 rabougrí, flétrí et stérile. De même, une vie spirituelle dépourvue de racines solides n'aura qu'une croissance rabougríe, 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

## 2. Nourrissons les racines

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

## 2. Nourrissons les racines

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 débuter.

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 façonnner 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

## 2. Nourrissons les racines

(*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 voltif, 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

## 2. Nourrissons les racines

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 *samsārique*.

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 entraînent 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

## 2. Nourrissons les racines

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 ravisement naisse en moi." C'est la loi naturelle, bhikkhus, que le ravisement naisse chez celui qui est allègre.

"Pour celui qui est rempli de ravisement, 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 rempli de ravisement, 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-

## 2. Nourrissons les racines

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."

Aṅguttara Nikāya 10:2

*Extrait de Nourishing the Roots : Essays on Buddhist Ethics, Wheel Publications No. 259-260, publié pour la première fois en 1978.*

### 3. L'ESPRIT ET LA VARIÉTÉ DES ÉTRES 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 éléver 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 soumise 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 irrépressible 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 volonté 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 volonté, 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, constraint 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 bourbier 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 en raison d'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 en raison d'actions nées de la non-avidité, de la non-haine et de la non-illusion.”

Aṅguttara Nikāya 6:39

*Extrait de Nourishing the Roots : Essays on Buddhist Ethics, Wheel Publications No. 259-260, publié pour la première fois en 1978*

## 4. 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" (*santānam 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 (*puññābhisañkhāra*). 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 rituels. 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" (*sīlabbataparāmāsa*), 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 (*pariyuṭṭhāna*). 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 inébranlable (*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.

*Extrait de Nourishing the Roots : Essays on Buddhist Ethics, Wheel Publications No. 259-260, publié pour la première fois en 1978.*

## 5. 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 qui apporte une satisfaction totale 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 ils font partie d'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 du connu 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 distant 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 se 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 *samsārique*. 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 saissons 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" (*ñātapaññā*), 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" (*tīrañapariññā*). 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*). À 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 étant leur véritable nature. Ces prises de conscience amènent l'abandon définitif des perceptions illusoires, ainsi que la destruction des émotions entachées d'ego 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 *samsārique*. 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.

*Extrait de Nourishing the Roots : Essais sur l'éthique bouddhiste, Wheel Publications n° 259-260, publié pour la première fois en 1978.*

## 6. LES DEUX FACETTES DU DHAMMA

Au premier abord, le bouddhisme nous confronte à un paradoxe. Intellectuellement, il apparaît comme un régal pour les libres penseurs, sobre, réaliste, non dogmatique, presque scientifique dans sa vision et sa méthode. Cependant, lorsque nous vivons l'expérience du Dhamma, nous découvrons rapidement qu'il possède une facette qui semble aux antipodes de tous nos préjugés rationalistes. Nous ne rencontrons pas de credo rigide ou de spéculation arbitraire, mais nous découvrons des idéaux religieux de renoncement, de contemplation et de dévotion et un corpus de doctrines traitant de questions qui transcendent la perception sensorielle et la pensée. Ce qui est peut-être le plus déconcertant, c'est un programme de formation dans lequel la foi figure comme une vertu cardinale, et le doute comme un obstacle, une barrière et une entrave.

Lorsque nous essayons de déterminer notre propre relation avec le Dhamma, nous sommes confrontés au défi de donner un sens à ses deux aspects apparemment inconciliables. L'aspect empirique, qui nous dit d'enquêter et de vérifier les choses par nous-mêmes, et l'aspect religieux, qui nous conseille de dissiper nos doutes et de faire confiance au Maître et à son Enseignement.

L'une des manières de résoudre ce dilemme consiste à n'accepter qu'une seule facette du Dhamma comme étant authentique, et à rejeter l'autre comme étant fausse ou superflue. Ainsi, en adoptant le piétisme bouddhiste traditionnel, nous pouvons embrasser l'aspect religieux de la foi et de la dévotion, tout en évitant une vision pragmatique du monde et la nécessité d'une analyse critique. Alternativement, en optant pour l'apologétique bouddhiste moderne, nous pouvons mettre en évidence l'empirisme du Dhamma et sa similitude avec les sciences, mais nous risquons de trébucher maladroitement sur l'aspect religieux. Pourtant, une réflexion sur les exigences d'une spiritualité bouddhiste véritable montre clairement que les deux facettes du Dhamma sont également authentiques et qu'elles doivent toutes deux être prises en considération. En ignorant ces deux aspects, nous courons le risque de développer une vision biaisée de l'enseignement, et d'entraver notre propre engagement dans le Dhamma par de la partialité et des attitudes contradictoires.

Il reste cependant à concilier les deux facettes du Dhamma sans tomber dans l'autocontradiction. La clé pour parvenir à cette réconciliation, et donc pour assurer la cohérence interne de notre propre perspective et de notre pratique, réside dans la prise en compte de deux points fondamentaux : d'abord, l'*objectif* directeur du Dhamma, qui est d'atteindre la délivrance de la souffrance ; et ensuite, la *stratégie* employée pour atteindre cet objectif. Le Dhamma ne cherche pas à nous donner des informations factuelles sur le monde. Il est donc inévitable que ses objectifs et ses préoccupations soient différents de ceux de la science, même s'il y a parfois une certaine compatibilité entre les deux. Le Dhamma est avant tout un chemin vers l'émancipation spirituelle, vers la libération de la ronde sans fin des naissances, des morts et des souffrances. Le Dhamma est présenté comme le moyen irremplaçable de délivrance. Le Dhamma ne cherche pas un simple accord intellectuel, mais exige une réponse qui ne peut être que pleinement religieuse. Il s'adresse à nous au plus profond de notre être, et c'est là qu'il éveille la foi, la dévotion et l'engagement nécessaires lorsque l'objectif ultime de notre existence est en jeu. Mais pour le bouddhisme, la foi et la dévotion ne sont que des aiguillons qui nous poussent à entrer et à persévéérer sur le chemin. À elles seules, elles ne peuvent

## 6. Les deux facettes du Dhamma

assurer la délivrance.

Selon le Bouddha, l'ignorance de la véritable nature de l'existence est la cause première de la servitude et de la souffrance. Par conséquent, dans la stratégie bouddhiste de libération, la sagesse, la connaissance et la compréhension des choses telles qu'elles sont réellement sont les instruments clés. L'examen critique et impartial, sans engagement, est le premier pas vers la sagesse. Il nous permet de dissiper nos doutes et d'acquérir une compréhension conceptuelle des vérités dont dépend notre délivrance. Cependant, le doute et le questionnement ne peuvent pas durer indéfiniment. Une fois que nous avons décidé que le Dhamma doit être notre véhicule vers la liberté spirituelle, nous devons monter à bord. Nous devons laisser nos hésitations derrière nous et entrer dans le cours de formation qui nous conduira de la foi à la vision libératrice.

Ceux qui s'engagent dans le Dhamma en cherchant une satisfaction mentale ou émotionnelle devront nécessairement faire face à deux aspects, l'un d'entre eux restera toujours une énigme. Cependant, si nous sommes prêts à aborder le Dhamma en tant que moyen de mettre fin à la souffrance, il n'y aura pas deux visages. Au contraire, nous verrons ce qui était là dès le départ : le visage unique du Dhamma, qui, comme tout autre visage, présente deux facettes complémentaires.

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 2, automne 1985.*

## 7. VISION ET ROUTINE

Toute activité humaine peut être considérée comme une interaction entre deux facteurs contraires, mais aussi essentiels l'un que l'autre : la vision et la routine répétitive. La vision représente l'aspect créatif de l'activité ; sa présence garantit que, malgré les conditions imposées par le passé, nous disposons toujours d'une certaine marge de manœuvre pour déterminer des objectifs plus significatifs et découvrir des méthodes plus efficaces pour les atteindre. La routine répétitive, en revanche, constitue l'élément conservateur de l'activité. C'est le principe qui permet de maintenir le passé dans le présent et de préserver les succès actuels, en les transmettant fidèlement à l'avenir.

Bien que tirant dans des directions opposées, l'une vers le changement, l'autre vers la stabilité, la vision et la routine sont étroitement liées de diverses manières. Chaque action fait appel à ces deux facteurs dans une certaine mesure. Pour qu'une action soit à la fois significative et efficace, il est essentiel de trouver un équilibre sain entre les deux. Lorsqu'un aspect domine l'autre, les résultats sont invariablement indésirables. Si nous sommes liés à un cycle de travail répétitif qui nous prive de notre liberté de rechercher et de comprendre, nous nous enlissons rapidement, paralysés par les chaînes de la routine. Lorsque nous sommes motivés par des idéaux élevés, mais que nous manquons de discipline pour les concrétiser, nous finissons par nous complaire dans nos rêves et épuiser notre énergie dans des activités frivoles. Ce n'est que lorsque les routines habituelles sont imprégnées de notre vision intérieure qu'elles se transforment en tremplins vers l'exploration, plutôt qu'en pièges qui nous entravent. Et ce n'est que lorsqu'une vision inspirée donne naissance à une série d'actions reproductibles que nous pouvons réaliser nos idéaux, qui jusque-là flottaient dans les nuages de l'imagination, dans le monde concret. Il a fallu un éclair de génie à Michel-Ange pour déceler la silhouette de David enfouie dans un bloc de pierre brut. Cependant, il lui a fallu de longues années d'apprentissage et une multitude de coups de marteau et de ciseaux pour que ce miracle, ce chef-d'œuvre artistique, voie le jour.

Ces réflexions sur la relation entre la vision et la routine sont aussi pertinentes pour la pratique de la voie bouddhiste. Comme toute autre activité humaine, le cheminement vers la cessation de la souffrance nécessite une compréhension intelligente des nouvelles révélations de la vérité, associée à la patience et à la stabilité de la répétition. Le facteur de la vision, la Vue Juste, est la compréhension des vérités non déformées de notre existence, ainsi que l'exploration constante de ces mêmes vérités par une contemplation et une réflexion profonde. Le facteur de répétition correspond à l'effort demandé par la pratique même : la nécessité d'entreprendre des modes spécifiques d'entraînement et de les cultiver avec diligence dans la séquence prescrite, jusqu'à ce qu'ils produisent leurs fruits. Le cheminement spirituel sur le sentier bouddhiste pourrait se concevoir comme une série d'étapes alternées. Pendant une phase, l'élément de la vision prédomine, tandis que, lors de la suivante, c'est celui de la routine. C'est un éclair de vision qui ouvre notre œil intérieur et révèle le sens profond du Dhamma. Un entraînement graduel consolide cette vision, puis un besoin d'une vision encore plus grande pousse la pratique vers son point culminant, la connaissance finale.

Bien que l'accent puisse varier d'une étape à l'autre, le succès final dans le développement du chemin dépend toujours de l'équilibre entre la vision et la routine, afin que chacun de ces facteurs puisse apporter sa contribution maximale. Cependant, étant donné que notre esprit est naturellement

attiré par ce qui est nouveau et distinctif, nous avons tendance, dans notre pratique, à privilégier la vision plutôt que la routine répétitive. Ainsi, nous sommes exaltés par les attentes concernant les étapes du chemin qui sont loin d'être à notre portée. En même temps, nous avons tendance à négliger les étapes initiales, routinières et monotones, pourtant bien plus urgentes et immédiates, qui sont littéralement sous nos pieds. Cependant, adopter cette attitude revient à ignorer un fait crucial : la vision s'appuie toujours sur une routine préétablie et doit à son tour donner naissance à de nouveaux schémas de routine adaptés à la réalisation de son objectif. Ainsi, si nous voulons combler l'écart entre l'idéal et la réalité, entre notre objectif et notre expérience quotidienne, il est nécessaire de nous concentrer davantage sur la tâche répétitive. Chaque pensée saine, chaque intention pure et chaque effort d'entraînement de l'esprit, représentent un *potentiel* de croissance sur le Noble Octuple Sentier. Toutefois, pour transformer ce potentiel en un pouvoir actif capable d'éliminer la souffrance, les éphémères éclairs de pensées saines doivent être répétés, renforcés et cultivés pour devenir des qualités durables de notre être. Individuellement, elles sont faibles, mais, lorsque leurs forces se consolident grâce à la répétition, elles deviennent invincibles et acquièrent une force irrésistible.

La clé du développement sur la voie bouddhiste est la routine guidée par une vision inspirante. Cette vision, c'est celle de la liberté ultime, de la paix et de la pureté d'un esprit libéré. Elle nous pousse à nous dépasser et à dépasser nos limites. Cependant, c'est par la répétition, la culture méthodique de pratiques saines, que nous parvenons à combler l'écart qui nous sépare de notre objectif et que nous nous rapprochons de la délivrance.

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 3, hiver 1985.*

## 8. LA PURIFICATION DE L'ESPRIT

Une maxime ancienne du Dhammapada résume la pratique de l'enseignement du Bouddha en trois points clés : éviter le mal, cultiver le bien et purifier son esprit. Ces trois lignes directrices forment une séquence graduelle d'étapes allant de l'extérieur vers l'intérieur, et de la préparation à l'essentiel. Chaque étape s'enchaîne naturellement. Le point culminant des trois, la purification de l'esprit, met clairement en évidence que le cœur de la pratique bouddhiste se trouve là. Selon l'enseignement du Bouddha, la purification de l'esprit consiste en un effort soutenu pour débarrasser l'esprit des souillures. Ces forces mentales obscures et pernicieuses, dissimulées sous la surface de la conscience, souillent notre pensée, nos valeurs, nos attitudes et nos actions. Les principales souillures sont les trois que le Bouddha a désignées comme les racines du mal : l'avidité, la haine et l'illusion. De celles-ci émergent de nombreuses ramifications et variantes : la colère et la cruauté, l'avarice et l'envie, l'orgueil et l'arrogance, l'hypocrisie et la vanité, ainsi qu'une multitude de vues erronées.

De nos jours, les attitudes contemporaines ne sont pas favorables à des concepts tels que la souillure et la pureté. À première vue, ils peuvent sembler relever d'un moralisme dépassé, peut-être approprié à une époque où la pudibonderie et le tabou étaient dominants, mais qui n'a plus de pertinence pour nous, porteurs de flambeaux émancipés de la modernité. Certes, nous ne nous complaisons pas tous dans la fange du matérialisme grossier. Nous sommes nombreux à chercher l'éveil et l'élévation spirituelle, mais nous voulons que cela se fasse selon nos conditions. En tant qu'héritiers de la nouvelle liberté, nous pensons que ces derniers peuvent être obtenus par une quête effrénée d'expériences, sans besoin particulier d'introspection, de changement personnel, ni de contrôle de soi. Cependant, selon l'enseignement du Bouddha, le critère de l'éveil authentique réside précisément dans la pureté de l'esprit. Le but de toute vision et de toute compréhension éveillée est de libérer l'esprit des souillures. De plus, Nibbāna, le but de l'enseignement, est défini très clairement comme étant l'absence d'avidité, de haine et d'illusion. Selon l'enseignement du Dhamma, la souillure et la pureté ne sont pas de simples postulats d'un moralisme autoritaire et rigide, mais des faits réels et solides, essentiels à une compréhension correcte de la situation humaine dans le monde.

L'expérience montre qu'il existe une différence cruciale entre la souillure mentale et la pureté, une distinction essentielle pour ceux qui cherchent à se libérer de la souffrance. Elles représentent les deux extrémités du chemin de la libération : la première est le problème et le point de départ, tandis que la seconde est la résolution et l'aboutissement. Selon le Bouddha, les souillures mentales sont à l'origine de toutes les souffrances humaines.

Brûlant en nous sous forme de désir et d'envie, de rage et de ressentiment, ils détruisent les coeurs, les vies, les espoirs et les civilisations. Ils nous plongent dans l'aveuglement et la soif, et nous maintiennent dans le cycle sans fin de la naissance et de la mort. Le Bouddha décrit les souillures comme des liens, des entraves, des obstacles et des nœuds. Par conséquent, le chemin menant à la libération, et à l'affranchissement, vers le dénouement des nœuds, est aussi une discipline visant à la purification intérieure. Le travail de purification doit être entrepris à l'endroit même où les souillures prennent naissance, c'est-à-dire dans l'esprit lui-même. Selon le Dhamma, la principale méthode pour purifier l'esprit est la méditation. La méditation, dans la formation bouddhiste, ne consiste pas en une

recherche d'extases personnelles, ni en une application à domicile de techniques de psychothérapie, mais plutôt en une méthode rigoureusement élaborée visant le développement mental. Elle est théoriquement très précise, et pratiquement très efficace, afin d'atteindre la pureté intérieure et la liberté spirituelle. Ses principaux outils sont les facteurs mentaux essentiels et sains que sont l'énergie, la pleine conscience, la concentration et la compréhension. Mais, dans la pratique systématique de la méditation, ces facteurs sont renforcés et associés dans un programme d'auto-purification visant à extirper les souillures à la racine, de sorte qu'il ne subsiste plus aucune agitation malsaine.

Puisque tous les états de conscience souillés naissent de l'ignorance, la souillure la plus profondément ancrée, la purification finale et ultime de l'esprit doit être accomplie par l'intermédiaire de la sagesse, de la connaissance et de la vision des choses telles qu'elles sont réellement. Cependant, la sagesse ne naît pas par hasard ou par de bonnes intentions aléatoires, mais seulement dans un esprit purifié. Ainsi, pour que la sagesse puisse émerger et accomplir la purification ultime par l'éradication des souillures, il est d'abord nécessaire de lui créer un espace en développant une purification provisoire de l'esprit. Cette purification, bien qu'elle soit temporaire et vulnérable, est essentielle pour servir de base à l'émergence de toute vision profonde et libératrice.

La réalisation de cette purification préparatoire de l'esprit débute par le défi de la compréhension de soi. Pour éliminer les souillures, nous devons d'abord apprendre à les connaître, à les détecter à l'œuvre, infiltrant et dominant nos pensées et notre vie de tous les jours. Pendant d'innombrables éons, nous avons agi sous l'impulsion de l'avidité, de la haine et de l'illusion. Par conséquent, nous ne pouvons pas espérer purifier nos esprits rapidement, simplement parce que nous voulons obtenir des résultats rapides. Cette tâche requiert de la patience, de l'attention et de la persévérance, ainsi que des directives claires comme de l'eau de roche de la part du Bouddha. Pour chaque souillure, le Bouddha, par compassion, nous a donné l'antidote, la méthode pour en sortir et la vaincre. En assimilant et en mettant en pratique ces principes, nous pouvons progressivement éliminer les impuretés intérieures les plus tenaces et mettre fin à la souffrance, atteignant ainsi la "libération sans tache de l'esprit".

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 4, été 1986.*

## 9. POURQUOI ÉTUDIER LE DHAMMA ?

Le récent regain d'intérêt pour le bouddhisme, tant à l'Est qu'à l'Ouest, s'est caractérisé par une orientation pratique vigoureuse et une volonté de trouver la paix et la liberté que procure la pratique du Dhamma. Toutefois, ce zèle pour la pratique a souvent été accompagné d'un autre trait qui n'est peut-être pas aussi bénéfique : une tendance à négliger ou même à déprécier l'étude méthodique des enseignements du Bouddha. Les arguments en faveur de cette position sont déjà bien connus. Par exemple, on dit que l'étude se concentre sur des mots et des concepts plutôt que sur des réalités, qu'elle ne conduit qu'à l'acquisition de connaissances plutôt qu'à la sagesse, et qu'elle ne peut changer que nos idées, mais qu'elle ne nous touche pas au plus profond de notre vie. Pour étayer l'argument, le témoignage du Bouddha lui-même est invoqué, avec ses célèbres remarques selon lesquelles apprendre beaucoup sans pratiquer, c'est comme compter les vaches des autres, ou porter un radeau sur la tête au lieu de l'utiliser pour traverser un cours d'eau.

Cette affirmation, bien sûr, contient une part de vérité, mais elle a aussi un côté unilatéral qui peut, en fait, entraver notre progression sur la voie bouddhiste au lieu de l'aider. Il est certainement vrai qu'apprendre sans pratiquer est stérile, mais il faut prendre en considération l'autre aspect de la question. Une personne doit-elle élever des vaches si elle ne sait pas s'en occuper ? Devrait-elle tenter de traverser une rivière tumultueuse sans savoir manœuvrer un radeau ? Le Bouddha insistait pour que ses disciples apprennent et enseignent le Dhamma, non seulement dans sa lettre, mais aussi dans son esprit. Plutôt que de nous fier aux formules traditionnelles, demandons-nous quelle est la valeur et quelle est la fonction de l'étude du Dhamma.

Il est important de souligner que l'objet de notre étude n'est pas la discipline académique ou l'accumulation de connaissances, mais l'acquisition d'une base solide et saine de la doctrine bouddhiste fondamentale. Pour comprendre pourquoi cela est si essentiel, nous devons nous rappeler que toute la pratique appropriée de la voie bouddhiste se développe à partir de l'acte par lequel nous entrons dans la voie : la prise de refuge dans le Triple Joyau. Si nous avons fait ce pas avec honnêteté et avec une motivation correcte, cela implique que nous avons reconnu notre besoin de guidance spirituelle et que nous nous sommes confiés au Bouddha en tant que guide et à son enseignement comme véhicule de cette guidance. En prenant refuge dans le Dhamma, nous n'acceptons pas seulement une technique de méditation que nous pouvons utiliser en toute liberté à nos propres fins, mais un enseignement profond et complet sur la nature véritable de la condition humaine. Cet enseignement est conçu pour éveiller en nous la perception de cette vérité, afin que nous puissions mettre un terme définitif à la souffrance. La libération offerte par le Dhamma ne découle pas de la méditation pratiquée en fonction de nos idées préconçues et de nos désirs personnels, mais de la pratique basée sur la compréhension et les intentions justes qui nous ont été enseignées par le Bouddha.

Ce caractère cognitif de la voie bouddhiste élève l'étude de la doctrine et la recherche intellectuelle à une position de grande importance. Bien que la connaissance qui libère l'esprit de l'esclavage ne provient pas d'une masse de faits doctrinaux, mais plutôt d'une vision intuitive, cette dernière s'appuie toutefois sur une saisie conceptuelle préliminaire des principes fondamentaux

## 9. Pourquoi étudier le Dhamma ?

nécessaires à la compréhension juste. En leur absence, son développement sera inévitablement entravé. L'étude et la réflexion systématiques par lesquelles nous parvenons à cette vue juste préparatoire impliquent nécessairement l'utilisation de concepts et d'idées. Cependant, avant de rejeter l'étude du Dhamma comme étant un enchevêtrement de verbiage sans valeur, il est important de considérer que les concepts et les idées sont des outils indispensables à la compréhension et à la communication. Les concepts peuvent être des outils de compréhension valables et non valables ; les idées peuvent être productives ou stériles, capables de générer d'énormes bénéfices ou de causer d'énormes dommages. Le but de l'étude du Dhamma dans le contexte de notre quête spirituelle est d'apprendre à comprendre correctement notre expérience : savoir distinguer ce qui est valable de ce qui ne l'est pas, ce qui est vrai de ce qui est faux et ce qui est sain de ce qui est malsain.

Ce n'est qu'en procédant à une enquête approfondie et minutieuse que nous pourrons distinguer ce qui entrave notre développement et nous engager avec confiance à cultiver ce qui est vraiment bénéfique. Sans avoir atteint cette clarification conceptuelle préliminaire, sans avoir réussi à "redresser nos vues", on peut certes pratiquer sérieusement les techniques de méditation bouddhiste, mais on ne pratiquera pas la méditation relevant du Noble Octuple Sentier intégral. Bien que la méditation libre puisse offrir aux pratiquants les bénéfices mondains d'un plus grand calme, d'une plus grande attention et d'une plus grande équanimité, sans la direction d'une vue juste et du pouvoir moteur d'une motivation juste, il est peu probable qu'elle mène à la réalisation pénétrante du Dhamma, ou à son but final, la cessation complète de la souffrance.

Il est presque impossible de donner une recommandation unique sur le sujet de l'étude qui soit applicable à tous les pratiquants du Dhamma. Les besoins et les intérêts diffèrent tellement d'une personne à l'autre que chacun doit trouver l'équilibre entre l'étude et la pratique qui lui convient. Cependant, il est certain que tous ceux qui s'engagent sincèrement à vivre selon l'enseignement du Bouddha verront leur pratique renforcée par l'étude méthodique de son Dhamma. Une telle entreprise, bien sûr, ne sera pas facile. Mais c'est en affrontant et en surmontant les défis que nous rencontrons que notre compréhension mûrira et évoluera vers une sagesse plus élevée.

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 5, hiver 1986.*

## 10. LE DHAMMA SANS RE-NAISSANCE ?

Conscients de l'importance accordée de nos jours à la pertinence et à la vérifiabilité personnelles de l'enseignement religieux, certains cercles du Dhamma ont réexaminé en profondeur la doctrine bouddhiste traditionnelle de la renaissance. Certains penseurs bouddhistes contemporains vont jusqu'à remettre en question la doctrine de la renaissance en raison de son absence de fondement scientifique. Toutefois, une autre opinion a émergé, selon laquelle, que la renaissance soit un phénomène réel ou non, la doctrine de la renaissance n'est pas cruciale pour la pratique du Dhamma et ne peut donc pas revendiquer une place privilégiée dans les enseignements bouddhistes. Le Dhamma, dit-on, ne s'intéresse qu'au moment présent, à l'ici et au maintenant. Il nous aide à résoudre nos problèmes personnels grâce à une meilleure connaissance de soi et à une plus grande honnêteté intérieure. Nous pouvons désormais nous débarrasser de tout le reste du bouddhisme, car il s'agit de reliques religieuses d'une culture ancienne qui ne sont plus adaptées à notre ère technologique.

En laissant de côté nos propres prédispositions et en allant directement aux sources, nous constatons un fait incontestable : le Bouddha lui-même a enseigné la renaissance et l'a présentée comme un principe fondamental de son enseignement. Les discours du Bouddha, considérés dans leur ensemble, montrent qu'il ne s'agit pas d'une simple concession à la vision qui prévalait à son époque ni d'une invention culturelle asiatique. La doctrine de la renaissance a des conséquences importantes sur l'ensemble de la pratique du Dhamma, affectant à la fois l'objectif avec lequel la pratique est entreprise et la motivation avec laquelle elle est poursuivie jusqu'à son terme. Le but de la voie bouddhiste est la libération de la souffrance, et le Bouddha indique clairement que la souffrance dont il faut se libérer est la souffrance de l'esclavage du *samsāra*, ce cycle sans fin de renaissances et de morts répétées. Certes, le Dhamma comporte un aspect directement visible et personnellement vérifiable. En examinant notre propre expérience, nous pouvons constater que la détresse, la tension, la peur et le désarroi proviennent toujours de notre avidité, de notre aversion et de notre ignorance. Ils peuvent donc être éliminés en détruisant ces souillures. L'importance de cet aspect directement visible de la pratique du Dhamma ne peut être sous-estimée, car il sert à confirmer notre confiance dans l'efficacité libératrice de la voie bouddhiste. Cependant, minimiser la doctrine de la renaissance et expliquer toute l'importance du Dhamma par l'amélioration de la souffrance mentale grâce à une meilleure conscience de soi revient à priver le Dhamma de ses perspectives plus larges, qui lui confèrent toute son ampleur et sa profondeur. Ce faisant, on court le risque de le réduire à une méthode ancienne et sophistiquée de psychothérapie humaniste.

Le Bouddha lui-même a clairement indiqué que le problème fondamental de l'existence humaine n'est pas simplement le fait que nous sommes vulnérables à la détresse, au désespoir et à la peur, mais que nous nous accrochons, par notre attachement égoïste, à un schéma de naissance, de vieillissement, de maladie et de mort qui se répète sans cesse et dans lequel nous subissons des formes spécifiques d'affliction mentale. Il a également démontré que le principal danger des souillures réside dans leur rôle causal dans le maintien du cycle des renaissances. Tant qu'elles restent enfouies dans les profondeurs de l'esprit, elles nous entraînent dans la ronde du devenir, où nous versons un

flot de larmes “plus grand que les eaux de l'océan”. En analysant ces éléments avec attention, il devient évident que la pratique du Dhamma ne cherche pas à nous offrir une réconciliation douillette avec notre identité actuelle et notre situation dans le monde. Au contraire, elle vise à initier une transformation intérieure de grande envergure qui nous mènera à notre libération complète du cycle de l'existence mondaine.

Il est vrai que, pour la plupart d'entre nous, la motivation initiale pour s'engager sur la voie du Dhamma a été un sentiment d'insatisfaction persistant face à la routine de nos vies non éveillées, plutôt qu'une perception aiguë des dangers liés au cycle des renaissances. Cependant, si nous souhaitons poursuivre le Dhamma jusqu'à son terme et bénéficier de son plein potentiel pour apporter la paix et une sagesse supérieure, il est nécessaire que notre pratique dépasse l'intérêt initial qui nous a poussés à entrer sur le chemin. Notre motivation profonde doit évoluer vers les vérités fondamentales révélées par le Bouddha et les intégrer pour développer sa propre capacité à nous guider vers l'accomplissement de notre objectif.

Notre motivation acquiert la maturité nécessaire en cultivant la Vue Juste, le premier facteur du Noble Sentier octuple. Selon l'enseignement du Bouddha, cette vue inclut une compréhension des principes du kamma et de la renaissance en tant qu'éléments fondamentaux de la structure de notre existence. Bien que la conscience du moment présent soit essentielle pour cultiver la méditation de la vision profonde, il serait erroné de croire que la pratique du Dhamma se résume à maintenir cette dernière. La voie bouddhiste met l'accent sur le rôle de la sagesse comme instrument de libération. Elle consiste à pénétrer le moment dans toutes ses profondeurs, mais aussi à comprendre les horizons passés et futurs dans lesquels se déroule notre existence présente. Comprendre pleinement le concept de la renaissance nous permettra d'avoir une vision globale de notre existence, cela nous aidera à examiner notre vie dans un contexte plus large et dans toute sa complexité. Cela nous motivera dans notre propre quête et révélera le sens profond de l'objectif vers lequel tend notre pratique : la fin du cycle des renaissances, la libération ultime de la souffrance.

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 6, printemps 1987.*

## 11. FAIRE LE POINT SUR SOI-MÊME

Bien que, en principe, la voie bouddhiste mène directement et infailliblement de la servitude à la liberté, elle semble, quand on l'applique à soi-même, emprunter un chemin tortueux imposé par les tours et détours de notre propre topographie mentale. À moins d'avoir des racines saines exceptionnellement mûres, nous ne pouvons pas nous attendre à atteindre notre objectif “à vol d'oiseau”, en nous élevant sans entrave à travers les voies rapides et heureuses des jhānas et des perceptions supérieures. Au contraire, nous devons nous attendre à suivre le chemin au niveau du sol, en avançant lentement, régulièrement et prudemment sur les routes de montagne sinuées de notre propre esprit. Nous commençons par l'inévitable point de départ, soit par la constellation unique de qualités personnelles, d'habitudes et de potentiels que nous apportons avec nous dans la pratique. Nos souillures et nos illusions tenaces, mais aussi nos réserves insoupçonnées de bienveillance, de force intérieure et de sagesse, servent à la fois de matière première pour forger notre pratique, de terrain à traverser et de véhicule nous menant à notre destination.

La confiance dans la voie bouddhiste est une condition préalable à la poursuite de ce voyage. Pourtant, il arrive souvent que, même si nous sommes pleinement convaincus de l'efficacité libératrice du Dhamma, nous soyons perplexes quant à la façon de l'appliquer de manière fructueuse à nous-mêmes. Une étape importante pour récolter les bénéfices de la pratique du Dhamma est d'effectuer une évaluation honnête de notre propre caractère. Si nous voulons utiliser efficacement les méthodes enseignées par le Bouddha pour surmonter les souillures de l'esprit, nous devons d'abord identifier celles qui sont présentes dans notre constitution individuelle. Simplement s'asseoir et se consoler en pensant que le chemin mène infailliblement à la fin de l'avidité, de la haine et de l'illusion est insuffisant. Pour que la voie soit efficace dans notre propre pratique, nous devons nous familiariser avec nos propres avidités, haines et illusions persistantes, telles qu'elles apparaissent dans la vie quotidienne. Sans cette confrontation honnête avec soi-même, toute autre recherche sur le Dhamma risque d'être vaine et de nous égarer. Bien qu'il soit possible d'acquérir une compréhension profonde des écrits bouddhistes, de clarifier notre point de vue, d'aiguiser notre faculté de réflexion et d'investir de nombreuses heures sur le coussin de méditation, si nous ne travaillons pas sur nos défauts de caractère, ces autres réalisations peuvent malheureusement ne servir qu'à les renforcer plutôt qu'à les éliminer.

Pourtant, bien que l'auto-évaluation honnête soit une étape cruciale dans la pratique du Dhamma, elle est également l'une des plus difficiles. Ce qui la rend si difficile, c'est la perspective radicalement nouvelle qu'il faut adopter pour entreprendre une investigation de soi et les obstacles considérables qu'il faut surmonter pour parvenir à une véritable compréhension de soi. En essayant de nous évaluer, nous n'observons plus une entité externe que nous pouvons analyser en fonction de nos objectifs subjectifs. Nous observons plutôt le siège de l'observation lui-même, ce lieu le plus insaisissable à partir duquel nous observons le monde, et nous le faisons d'une manière qui met en évidence toutes ses motivations et tous ses projets. Entrer dans ce domaine d'investigation, c'est se heurter au sens même de notre identité personnelle, et donc devoir percer les voiles épais de l'illusion et des émotions aveugles qui maintiennent ce sens de l'identité intact.

Pour répondre à notre besoin de confirmer notre unicité et notre importance irremplaçable, nous construisons des images mentales, et même une galerie d'images, de ce que nous nous imaginons être. Cette image de soi sert à la fois de point d'ancrage pour notre estime de soi et de point de vue pour nous orienter vers les autres et pour lancer nos projets dans le monde. Pour maintenir son statut précaire, l'esprit utilise diverses tactiques "dans le dos" de notre conscience. Il nous met des œillères pour nous empêcher d'accéder à des informations dérangeantes, il nous flatte avec des projections fantasmées, il nous pousse à manipuler les gens et les situations de manière à ce qu'ils semblent confirmer nos hypothèses tacites sur nos vertus et notre identité.

Tous ces projets qui émanent de notre quête pour renforcer notre sentiment d'identité ne font qu'accroître notre souffrance. Plus nous nous enfermons dans les images que nous nous faisons de nous-mêmes, plus nous nous aliénons des autres et nous nous fermons l'accès à la vérité libératrice. La libération de la souffrance exige donc que nous nous débarrassions progressivement de nos illusions sur nous-mêmes en examinant rigoureusement notre esprit.

Le Vénérable Sāriputta, dans son "Discours sur la non-impureté" (Majjhima Nikāya 5), souligne le rôle d'une auto-évaluation honnête comme condition préalable à la croissance spirituelle. Il souligne que, tout comme un bol en bronze sale, laissé dans un endroit poussiéreux et totalement négligé, devient de plus en plus sale, de même, si nous ne parvenons pas à reconnaître les défauts de notre esprit, non seulement nous ne ferons aucun effort pour les éliminer, mais nous continuerons à nourrir l'avidité, la haine et l'illusion, et nous mourrons avec un esprit corrompu. Tout comme un bol en bronze terni et encrassé retrouve son éclat et sa brillance après avoir été nettoyé et poli, de même si nous reconnaissons les défauts de notre esprit, nous mobiliserons notre énergie pour les purifier, et après nous être purifiés des défauts, nous mourrons avec un esprit exempt de toute impureté. La tâche de la connaissance de soi est toujours difficile, mais ce n'est qu'en connaissant notre esprit que nous pourrons le façonner, et ce n'est qu'en le façonnant que nous pourrons le libérer.

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 7, été-automne 1987.*

## 12. LA VOIE ÉQUILIBRÉE

Tout comme un oiseau en vol est porté par ses deux ailes, la pratique du Dhamma dépend de deux qualités opposées qui doivent être développées de manière équilibrée pour assurer une progression droite et constante. Ces deux qualités sont le renoncement et la compassion. En tant que doctrine du renoncement, le Dhamma enseigne que le chemin de la libération est un parcours personnel de formation, axé sur le contrôle et la maîtrise progressifs du désir, la cause première de la souffrance. En tant qu'enseignement de la compassion, le Dhamma nous invite à éviter de nuire aux autres, à agir pour leur bien-être, et à contribuer à la réalisation de la grande aspiration du Bouddha lui-même, qui est d'offrir au monde la voie vers le sans-mort. Considérées isolément, la renonciation et la compassion ont des logiques inverses, qui peuvent parfois nous orienter dans des directions opposées. L'une nous oriente vers une plus grande solitude, visant notre propre purification, tandis que l'autre nous pousse à nous engager davantage auprès des autres, dans une démarche bienfaisante.

Pourtant, bien que différents, le renoncement et la compassion se nourrissent mutuellement dans une interaction dynamique tout au long de la pratique de la voie, depuis les étapes élémentaires de la discipline morale jusqu'à son apogée dans la sagesse libératrice. La synthèse des deux, leur fusion équilibrée, atteint son expression la plus parfaite dans l'image du Pleinement Éveillé, qui symbolise à la fois le renoncement complet et la compassion universelle. Le renoncement et la compassion ont tous deux pour origine commune la rencontre avec la souffrance. L'un représente notre réponse à la souffrance à laquelle nous sommes confrontés dans notre propre expérience individuelle, l'autre notre réponse à la souffrance dont nous sommes témoins dans la vie des autres. Cependant, nos réactions initiales ne sont que les germes de ces qualités supérieures, et non leur essence. Pour développer notre capacité à soutenir notre pratique du Dhamma, il est nécessaire de cultiver méthodiquement le renoncement et la compassion. Cela exige un processus continu de réflexion qui transforme nos émotions initiales en vertus spirituelles épanouies.

La réflexion doit s'exercer dans le cadre de l'enseignement des Quatre Nobles Vérités, qui fournit ainsi la matrice doctrinale commune au renoncement et à la compassion. Le renoncement naît de notre besoin inné d'éviter la souffrance et la douleur. Mais alors que ce besoin, avant réflexion, conduit à un retrait anxié de situations spécifiques qui nous semblent personnellement menaçantes, une réflexion approfondie met en évidence que le véritable danger réside dans notre situation existentielle elle-même, dans le fait d'être lié par l'ignorance et le désir à un monde qui est intrinsèquement redoutable, trompeur et peu fiable. Le motif sous-jacent à cette renonciation est l'aspiration à la liberté spirituelle, associée au constat que l'auto-purification est un processus intérieur qu'on accomplit plus facilement quand on se distancie des circonstances extérieures qui alimentent nos tendances malsaines.

La compassion naît de nos sentiments spontanés de sympathie pour autrui. Toutefois, en tant que vertu spirituelle, elle ne doit pas être confondue avec un débordement émotionnel. De plus, elle n'implique pas nécessairement de s'oublier soi-même en se consacrant aux autres. La compassion est certainement liée à l'empathie émotionnelle et s'exprime souvent par des actions. Cependant, elle ne

parvient à sa pleine maturité que lorsqu'elle est guidée par la sagesse et modérée par le détachement. La sagesse nous permet de voir au-delà des malheurs circonstanciels dont les êtres vivants peuvent être temporairement affligés. Elle nous aide aussi à percevoir les dimensions profondes et cachées de la souffrance, qui sont intrinsèquement liées à l'existence conditionnée. En tant que compréhension profonde et globale des Quatre Nobles Vérités, la sagesse révèle l'ampleur, les nuances et les racines subtiles de la souffrance dans laquelle nos semblables sont plongés, ainsi que les moyens de les conduire à une libération irréversible de la souffrance. C'est pourquoi les directives de la sympathie spontanée et de la compassion mûre sont souvent contradictoires. Seules ces dernières sont pleinement dignes de confiance en tant que guides pour une action bienveillante efficace au plus haut degré. Bien qu'il nous pousse souvent à agir ou à parler, l'exercice judicieux de la compassion nous demande parfois de nous retirer dans le silence et la solitude, car c'est la voie la plus propice au bien à long terme d'autrui et de nous-mêmes.

Dans notre tentative de suivre le Dhamma, nous devons mettre l'accent sur l'une ou l'autre de ces deux vertus cardinales, selon notre tempérament et les circonstances. Cependant, que l'on soit moine ou laïc, le succès dans le développement de la voie nécessite que les deux aspects reçoivent l'attention requise, et que les lacunes de l'un ou de l'autre soient graduellement comblées. À terme, nous découvrirons que, même si elles vont dans des directions différentes, elles finissent par se renforcer mutuellement. La compassion nous incite à un plus grand renoncement, car nous voyons comment notre propre avidité et notre attachement font de nous un danger pour les autres. Le renoncement nous amène à une plus grande compassion, car l'abandon du désir nous permet d'échanger les points de vue étroits de l'ego contre les perspectives plus vastes d'un esprit de compassion sans limites. Maintenues en tension mutuelle, la renonciation et la compassion contribuent à l'équilibre sain de la voie bouddhiste et à l'accomplissement complet de son fruit final.

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 8, hiver 1987.*

## 13. REGARD SUR LE KĀLĀMA SUTTA

Le Kālāma sutta a été qualifié par certains de “manifeste pour l'autonomie intellectuelle” du Bouddha. En effet, il réfute explicitement les principes rigides du dogmatisme et de la foi aveugle en encourageant vivement une démarche critique et autonome. Toutefois, il reste difficile de dire avec certitude si le sutta peut effectivement soutenir toutes les affirmations qui lui ont été attribuées. Sur la base d'un seul passage cité hors contexte, le Bouddha a été présenté comme un empiriste pragmatique qui rejette toute doctrine et toute foi. Son Dhamma serait simplement un kit de libre-pensée pour découvrir la vérité, invitant chaque individu à accepter ou à rejeter ce qu'il souhaite.

Mais le Kālāma Sutta justifie-t-il vraiment ces points de vue ? Ou ne s'agit-il que d'une autre série de variations de cette tendance flagrante à interpréter le Dhamma en fonction de nos propres convictions ou de celles de notre auditoire ? Examinons le Kālāma Sutta, en gardant présent à l'esprit que, pour bien comprendre les propos du Bouddha, il est essentiel de tenir compte de ses intentions lorsqu'il les a prononcés.

Le passage qui a été si souvent cité est le suivant : “Kālāmas, ne vous laissez pas guider par ce que vous avez entendu dire, ni par les traditions, ni par les rumeurs. Ne vous laissez pas non plus guider par l'autorité des textes religieux, ni par la simple logique, ni par les allégations, ni par les apparences, ni par la spéculation sur des opinions, ni par des vraisemblances probables, ni par la pensée : ‘Ce moine est notre maître spirituel’. “Lorsque vous savez par vous-mêmes que certaines choses ne sont pas justes, qu'elles sont blâmables, condamnées par les sages, et que, lorsqu'on les met en pratique, elles conduisent au mal et au malheur, abandonnez-les... Cependant, Kālāmas, lorsque vous savez par vous-mêmes ‘que certaines choses sont justes, qu'elles sont irréprochables, louées par les sages, et que, lorsqu'on les met en pratique, elles conduisent au bien et au bonheur’, imprégnez-vous de ces choses et pratiquez-les.”

Les propos du Bouddha, y compris ce passage spécifique, ont été prononcés dans un contexte particulier, tenant compte d'un public et d'une situation donnés. Les Kālāmas étaient des citoyens de la ville de Kesaputta qui avaient reçu la visite d'enseignants religieux ayant des points de vue divergents. Chacun d'entre eux présentait sa propre doctrine, et critiquait celle de ses prédécesseurs. Les Kālāmas étaient profondément perplexes et, lorsque le ‘reclus Gotama’, réputé pour son éveil, arriva dans leur ville, ils l'abordèrent dans l'espoir qu'il puisse éclaircir leur confusion. Le récit ultérieur du Sutta révèle clairement que les questions qui les laissaient perplexes étaient la réalité de la renaissance et la rétribution kammique pour les actions vertueuses et les actions répréhensibles.

Le Bouddha commence par assurer aux Kālāmas qu'il est normal, dans ces circonstances, de douter. Cette assurance encourage le libre examen. Il prononce ensuite le passage cité ci-dessus, conseillant aux Kālāmas d'abandonner les choses qu'ils savent être mauvaises et d'entreprendre celles qu'ils savent être bonnes. Ce conseil peut s'avérer dangereux s'il est donné à des individus dépourvus d'un sens éthique développé. Nous pouvons donc supposer que le Bouddha considérait les Kālāmas comme des personnes dotées d'une sensibilité morale raffinée. En tout cas, il ne les a pas laissés totalement livrés à eux-mêmes. Par ses questions, il les a amenés à comprendre qu'ils devaient abandonner l'avidité, la haine et l'illusion, qui sont des sources de mal et de souffrance, autant pour

eux-mêmes que pour les autres, et qu'ils devaient développer leurs contraires, c'est-à-dire des qualités bénéfiques pour tous.

Le Bouddha expliqua ensuite qu'un "noble disciple, libéré de l'avidité, de la haine et de la compréhension erronée" rayonne une conscience pleine de bienveillance, de compassion, de joie altruiste et d'équanimité larges, profondes et sans limites. Ainsi purifié de la haine et de la malveillance, il jouit ici et maintenant de quatre "certitudes". S'il y a une vie après la mort et un résultat kammique, il connaîtra une renaissance agréable, tandis que s'il n'y en a pas, il vivra heureux ici et maintenant ; si le malheur frappe un individu qui a commis de mauvaises actions, alors aucun malheur ne le frappera, et si le malheur ne frappe pas un individu qui a commis de mauvaises actions, alors il est purifié de toute façon. Sur ce, les Kālāmas exprimèrent leur appréciation du discours du Bouddha et prirent refuge auprès du Triple Joyau.

Le Kālāma Sutta suggère-t-il, comme on le dit souvent, qu'un adepte de la voie bouddhiste peut se passer de toute foi et de toute doctrine, qu'il doit faire de son expérience personnelle le critère pour évaluer les paroles du Bouddha et pour rejeter tout ce qui n'est pas conforme à celle-ci ? Il est vrai que le Bouddha ne demande pas aux Kālāmas d'accepter tout ce qu'il dit par confiance en lui-même. Toutefois, un point important est à noter : au début du discours, les Kālāmas n'étaient pas les disciples du Bouddha. Ils s'étaient plutôt adressés à lui comme à un conseiller capable de les aider à dissiper leurs doutes. Ils ne sont pas venus à lui comme Tathāgata, découvreur de vérité, qui pouvait leur montrer la voie du progrès spirituel et de la libération finale.

Ainsi, puisque les Kālāmas n'avaient pas encore accepté le Bouddha en tant que révélateur unique de la vérité libératrice, il n'aurait pas été en mesure de leur exposer le Dhamma unique à sa propre Dispensation, c'est-à-dire des enseignements tels que les Quatre Nobles Vérités, les trois caractéristiques, et les méthodes de contemplation basées sur ces dernières. Ces enseignements sont spécifiquement destinés à ceux qui ont accepté le Bouddha comme guide vers la délivrance. Dans les suttas, il ne les expose qu'à ceux qui "ont acquis la foi dans le Tathāgata" et qui possèdent la perspicacité nécessaire pour les saisir et les appliquer.

Cependant, au début du discours, les Kālāmas ne sont pas encore un sol fertile pour recevoir les graines de son message libérateur. En effet, ils sont encore perplexes face aux affirmations contradictoires auxquelles ils ont été exposés, et ne sont pas encore en mesure de comprendre les principes moraux de base.

Néanmoins, après avoir conseillé aux Kālāmas de ne pas se fier à la tradition établie, aux raisonnements abstraits ou aux gourous charismatiques, le Bouddha leur propose un enseignement directement vérifiable et capable d'établir les fondations d'une vie de discipline morale et de purification mentale. Il montre que, qu'il y ait ou non une autre vie après la mort, une vie de retenue morale, de bienveillance et de compassion envers tous les êtres procure ses propres récompenses intrinsèques ici et maintenant, un bonheur et un sentiment de sécurité intérieurs bien supérieurs aux plaisirs éphémères que l'on peut obtenir en transgressant les principes moraux et en laissant libre cours à ses désirs. Pour les personnes qui ne s'intéressent pas à explorer plus profondément ou à envisager une existence future et des mondes au-delà de notre réalité actuelle, un tel enseignement assurera leur bien-être présent et leur transition en toute sécurité vers une nouvelle vie, à condition qu'elles ne succombent pas à la vue erronée selon laquelle il n'y aurait pas de vie après la mort ni de conséquences karmiques.

Cependant, pour ceux dont la vision est capable de s'élargir pour englober les horizons plus vastes de notre existence, l'enseignement dispensé aux Kālāmas ne se limite pas à ses implications immédiates. Il pointe vers le cœur même du Dhamma. En effet, les trois états soumis à l'analyse du

Bouddha, l'avidité, la haine et l'illusion, ne sont pas simplement des motifs de mauvaise conduite ou des taches morales sur l'esprit. Dans le cadre même de son enseignement, ils représentent les souillures fondamentales, les causes premières de toute servitude et de toute souffrance. Par conséquent, l'ensemble de la pratique du Dhamma consiste à éradiquer ces racines malsaines en développant à la perfection leurs antidotes : la dépassation, la bienveillance, et la sagesse.

Ainsi, le discours adressé aux Kālāmas sert de banc d'essai pour évaluer la véracité des enseignements, ce qui nous permet de développer notre confiance dans le Dhamma en tant que doctrine valide de délivrance. Nous commençons par un enseignement qui est immédiatement vérifiable, et dont la validité peut être attestée par toute personne ayant l'intégrité morale pour le suivre jusqu'à ses conclusions. Les souillures causent des dommages et de la souffrance, tant sur le plan personnel que sur le plan social. Leur élimination apporte la paix et le bonheur. Les pratiques enseignées par le Bouddha constituent des moyens efficaces pour parvenir à leur éradication. En mettant cet enseignement à l'épreuve, avec pour seule garantie une confiance provisoire dans le Bouddha, on finit par développer une confiance plus ferme, basée sur l'expérience, dans le pouvoir libérateur et purificateur du Dhamma. Cette confiance accrue dans l'enseignement s'accompagne d'une foi plus profonde dans le Bouddha en tant qu'enseignant. Cela permet d'accepter en toute confiance les principes qu'il énonce, qui sont pertinents pour la quête de l'éveil, même s'ils dépassent nos capacités de vérification. Cela marque en fait l'acquisition de la Vue Juste, dans son rôle préliminaire de précurseur de l'ensemble du Noble Octuple Sentier.

En réaction à la religion dogmatique, mais aussi par soumission au paradigme régnant de la connaissance scientifique objective, il est devenu à la mode de soutenir, en faisant appel au Kālāma Sutta, que l'enseignement du Bouddha dispense de la foi et de la doctrine formulée, et nous demande d'accepter seulement ce que nous pouvons vérifier personnellement. Cette interprétation du Sutta oublie cependant que le conseil donné par le Bouddha aux Kālāmas était conditionné par le fait qu'ils n'étaient pas encore prêts à placer leur foi en lui et en sa doctrine ; elle oublie également que le Sutta omet, pour cette même raison, toute mention de la vue juste et de l'ensemble de la perspective qui s'ouvre lorsque l'on acquiert la vue juste. Au contraire, il offre le conseil le plus raisonnable possible en ce qui concerne une vie saine, après avoir mis de côté la question des croyances ultimes.

Ce que l'on peut affirmer, c'est que les aspects de l'enseignement du Bouddha qui relèvent de notre expérience ordinaire peuvent être vérifiés personnellement par l'expérience. Cette vérification sert de base solide pour fonder notre foi dans les aspects de l'enseignement qui transcendent nécessairement notre expérience ordinaire. La foi en l'enseignement du Bouddha n'est jamais considérée comme une fin en soi ni comme une garantie suffisante de libération. Elle n'est que le point de départ d'un processus évolutif de transformation intérieure qui s'achève dans la connaissance personnelle. Pour qu'elle soit véritablement libératrice, cette connaissance doit se développer dans le cadre d'une compréhension précise des vérités essentielles concernant notre situation dans le monde et le domaine dans lequel la délivrance doit être recherchée. Ces vérités nous ont été transmises par le Bouddha, issues de sa propre compréhension profonde de la condition humaine. Les accepter en toute confiance après mûre réflexion, c'est s'engager dans un voyage qui transforme la foi en sagesse, la confiance en certitude et qui mène à la libération de la souffrance.

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 9, printemps 1988.*

## 14. DÉCLARATION DE CONSCIENCE

“Tous les êtres tremblent devant le bâton”, dit le Bouddha. Or, aujourd’hui, le bâton sinistre du terrorisme est devenu l’un des problèmes les plus graves auxquels nous faisons face. La menace terroriste ne se limite plus aux personnalités publiques vulnérables ni aux adversaires qui parlent franchement. Grâce à leur rapidité et leur envergure mondiale, les moyens de communication modernes ont donné aux terroristes une redoutable capacité d’intimidation sur des populations entières. Bien trop souvent, ce sont des innocents, sans défense, qui sont frappés dans une démonstration symbolique de la haine.

Cette augmentation effrayante de la violence terroriste perce la conscience morale au plus profond d’elle-même, laissant derrière elle des blessures douloureuses et persistantes. Pour ceux d’entre nous qui vivent au Sri Lanka, le problème devient de plus en plus urgent alors que nous assistons à l’arrivée d’une vague de terrorisme dans ce pays traditionnellement associé au Dhamma. Il nous est désormais impossible de nous immerger dans les routines confortables de notre monde familier. Nous devons plutôt lutter dans l’angoisse et l’espoir pour faire face à cette effrayante menace qui pèse sur nous. Nous devons la comprendre et l’affronter d’une manière digne de notre héritage bouddhiste. Il ne fait aucun doute que le terrorisme mondialement en hausse trouve ses racines dans des facteurs politiques, économiques et sociaux profonds que toute réponse appropriée à ce défi doit aborder. Il est important de reconnaître que le terrorisme a une dimension humaine sous-jacente plus profonde qui ne peut être ignorée qu’à nos risques et périls. En examinant les questions brûlantes d’idéologie politique et de griefs ethniques qui rassemblent les forces terroristes, nous découvrons les mêmes forces malignes qui, sous une forme moins virulente, motivent de nombreux comportements humains ordinaires.

La dynamique vitale qui engendre le terrorisme est l’avidité, la soif insatiable de pouvoir et de domination. Nous y trouverons la haine, qui couve en nous sous la forme d’un ressentiment glacial ou qui atteint des sommets de destruction frénétique. Et nous y trouverons l’illusion, une paranoïa collective alimentée par des idéologies incendiaires ou l’absorption aveugle de l’individu par le groupe. Telles sont les racines humaines cachées du terrorisme : elles sont alimentées par la frustration personnelle et le mécontentement social, et elles donnent naissance à la violence qui nous entoure.

Alors que nous sommes confrontés au problème du terrorisme et que nous nous demandons quelles mesures prendre pour endiguer sa montée, il est possible que la réponse se trouve plus proche de nous que nous ne le pensons. Notons d’abord que la propagation du terrorisme n’est pas tant une déviance macabre des normes dominantes qu’une manifestation extrême d’un déclin généralisé des sentiments humains. Ce manque d’empathie et de sensibilité envers autrui est déjà visible dans le fonctionnement quotidien de la société, où la maladie de la corruption, de l’indifférence et de l’egoïsme se propage et contamine l’organisme social. Ajoutez à cela une quête effrénée d’appartenance, par le biais de la redécouverte de ses racines ethniques, et vous obtiendrez un mélange potentiellement très explosif.

Si nous reconnaissons ce fait, nous pouvons alors voir qu’une des mesures les plus efficaces que nous pouvons appliquer à titre individuel pour contrer le développement du terrorisme est tout à fait

#### 14. Déclaration de conscience

à notre portée. Il s'agit simplement de réaffirmer et d'enseigner par notre conduite et nos paroles les valeurs éthiques fondamentales sur lesquelles repose une société paisible et harmonieuse. Ce rappel des valeurs morales authentiques, telles que la compassion, l'honnêteté, la vérité, la tolérance et le respect d'autrui, résonnera comme un éclat de tonnerre. Que ce soit exprimé publiquement ou en privé pour soi-même, cela servira de cri de ralliement contre la négligence morale qui alimente le terrorisme, en célébrant notre confiance en la puissance du bien. Si nous ne devons pas nourrir d'attentes irréalistes quant à notre capacité à changer le monde, nous ne devons pas pour autant perdre de vue notre responsabilité de contrer les tendances dominantes. Nous ne devons pas non plus négliger notre capacité à avoir un impact. L'engagement clair et décisif en faveur des valeurs éthiques possède un pouvoir apaisant qui peut entraîner des changements importants, autant à l'extérieur qu'à l'intérieur. Il modifiera subtilement les aspects interpersonnels de nos vies, en renforçant dans nos cœurs les deux facteurs mentaux que le Bouddha appelait les "gardiens du monde" : la honte et la crainte des conséquences. Le premier est une répugnance innée pour le mal ; la seconde, le deuxième est la crainte de commettre une faute en raison des conséquences. Par-dessus tout, nous devons réaffirmer la nécessité de dépasser les perspectives limitées d'un point de vue égocentrique, qui est devenu la norme pour beaucoup de gens de nos jours. Reconnaissant que chaque communauté, ainsi que le monde dans son ensemble souffre des efforts déployés par chacune des factions pour atteindre leurs objectifs individuels, nous devons promouvoir le développement d'un sens de la responsabilité humaine qui transcendera les loyautés qui divisent. La leçon que nous devons apprendre et enseigner est celle contenue dans l'ancienne maxime enseignée par le Bouddha : "Considérer les autres comme soi-même, ne pas les blesser ou leur nuire". Reconnaître les autres comme étant essentiellement les mêmes que soi et ressentir leur désir de bonheur comme le sien, voilà le seul moyen efficace dont nous disposons pour bâtir la société paisible à laquelle nous aspirons.

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 10, été-automne 1988.*

## 15. LE LIEN VITAL

Alors que le bouddhisme gagne en popularité en Occident, il connaît malheureusement un déclin en Asie, son berceau traditionnel. Dans plusieurs pays bouddhistes d'Asie, le bouddhisme a été supprimé par la force, et même dans ceux qui ont conservé leur intégrité politique, le Dhamma n'occupe plus la place centrale dans le cœur des gens qu'il occupait autrefois. Bien que la dévotion et l'identité personnelle bouddhistes restent profondément enracinées dans toute l'Asie bouddhiste, des courants culturels et idéologiques puissants ont émergé qui remettent en question l'hégémonie du Dhamma en tant que source de sens et de valeur pour ceux qui le considèrent comme leur refuge.

Parmi les évolutions récentes dans nos façons de penser, l'une des plus préjudiciables pour le Dhamma est probablement l'émergence d'une vision matérialiste du monde qui ne considère que la vie présente comme terrain d'action de l'être humain. Il n'est pas nécessaire de comprendre et d'accepter pleinement cette vision du monde sur le plan intellectuel pour qu'elle devienne un facteur déterminant dans nos comportements, nos attitudes et notre manière d'agir. Souvent, une curieuse ambivalence prévaut dans nos esprits : d'un côté, nous professons notre confiance dans les nobles principes du Dhamma, de l'autre, nous pensons et agissons comme si la vie présente était la seule opportunité de bonheur pour l'être humain et que la réussite matérielle était la véritable marque de l'individu accompli.

La propagation rapide d'une vision matérialiste du monde a entraîné une profonde laïcisation des valeurs. Celles-ci se sont infiltrées dans tous les aspects de notre existence. Cette transformation des valeurs priviliege des objectifs et des attitudes diamétralement opposés à ceux préconisés par le Dhamma, entraînant un déséquilibre significatif entre les biens matériels et spirituels. Aujourd'hui, l'avidité a remplacé le contentement comme idéal dominant. La compétition a supplanté la coopération, l'efficacité à court terme a remplacé la compassion, et l'indulgence.

La tentative de vivre simultanément selon deux ensembles de principes contradictoires, soit ceux du matérialisme séculier et ceux fondés sur le Dhamma, engendre une tension qui contient en elle une graine de potentiel très destructeur. Cette tension est souvent à peine perçue par les membres de l'ancienne génération, qui acceptent les nouvelles perspectives et valeurs sans réaliser le défi que cela représente pour les idéaux bouddhistes traditionnels.

C'est lorsque la contradiction est transmise à la jeunesse bouddhiste d'aujourd'hui, à la génération montante, que l'incompatibilité inhérente des deux perspectives émerge clairement sous la forme d'un choix entre deux philosophies de vie alternatives. L'une met en évidence une hiérarchie de valeurs qui culmine dans la retenue et le renoncement spirituels, tandis que l'autre promeut l'indulgence et la satisfaction du désir personnel comme objectif suprême. Comme elle fait appel à des tendances humaines très fortes et profondément ancrées, il n'est pas étonnant qu'un grand nombre de jeunes se soient détournés des enseignements du Dhamma aujourd'hui pour suivre les nouvelles voies du plaisir immédiat ouvertes par la société de consommation, ou, dans leur frustration face aux occasions manquées, pour s'engager sur la voie de la violence.

Puisque la jeune génération est le lien vital entre le passé et l'avenir du bouddhisme, il est d'une importance capitale que la jeunesse bouddhiste actuelle reste fidèle au Dhamma. Le Dhamma ne doit

pas seulement être pour eux un symbole d'identité culturelle et ethnique, ou un objet de piété sentimentale. Il doit avant tout être une voie à prendre à cœur, à appliquer dans la vie quotidienne et à suivre lors des décisions cruciales entre les bénéfices immédiats et les gains spirituels à long terme. Cependant, la question est de savoir comment encourager les jeunes à voir le Dhamma comme un guide infaillible et un refuge.

Il faut souligner que notre dilemme actuel est beaucoup plus profond qu'un simple effondrement des normes morales, et qu'il ne peut donc pas être facilement résolu par des sermons pieux ou des leçons de moralité. Les comportements éloignés du Dhamma ont gagné en popularité chez la jeunesse actuelle, car la vision bouddhiste n'a plus de signification pour elle. Elle a perdu son importance, non pas parce qu'elle est dépassée, mais parce qu'elle n'est pas présentée de façon à montrer sa pertinence intemporelle et immédiate. La tâche la plus urgente à laquelle font face ceux qui s'intéressent à la préservation du bouddhisme consiste à faire connaître aux jeunes sa vision centrale, celle qui est au cœur même du Dhamma, d'où découlent toutes les doctrines et pratiques spécifiques du bouddhisme. Ce n'est pas la maîtrise des aspects techniques du Dhamma qui est requise, mais plutôt une profonde compréhension de son essence. Nous devons ensuite nous efforcer de faire de cette compréhension le fondement de notre existence. Par le précepte et l'exemple, nous devons montrer que la véritable liberté n'est pas une licence incontrôlée, mais un contrôle et une maîtrise du désir. Le vrai bonheur n'est pas la prolifération des biens, mais plutôt la paix et le contentement. Nos relations avec autrui sont plus gratifiantes lorsqu'elles sont fondées sur la bienveillance et la compassion, plutôt que sur le conflit et la compétition. La véritable sécurité n'est pas acquise grâce à la richesse ou au pouvoir, mais par la conquête du soi-même et de nos ambitions et prétentions.

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 11, hiver 1989.*

## 16. UN REMÈDE AU DÉSESPOIR

La plupart d'entre nous vivent dans les cages étroites et glaciales de nos ambitions personnelles, nous battant frénétiquement pour nous tailler une petite place confortable au soleil. Pris dans un tourbillon de désirs inquiets et d'envies pressantes, nous jetons rarement un coup d'œil sur le côté pour voir comment se porte notre voisin. Lorsque nous le faisons, c'est généralement pour nous assurer qu'il ne viole pas notre espace ou pour trouver un moyen de dominer le sien.

Cependant, il arrive parfois que nous parvenions à nous détacher de nos obsessions suffisamment longtemps pour atteindre une plus grande clarté. Dans ces moments-là, l'objet de notre attention se transforme radicalement. Nous nous élevons au-dessus de nos préoccupations habituelles pour des objectifs limités. Nous réalisons que nous partageons notre voyage, de la naissance à la mort, avec une multitude d'autres êtres qui, comme nous, cherchent le bien. Cette prise de conscience, qui remet en question nos notions égocentriques du bien, élargit et approfondit notre capacité d'empathie. Elle détruit les barrières de l'égoïsme, nous permettant ainsi de ressentir le désir partagé par tous les êtres vivants d'être épargnés du malheur et de trouver un bonheur et une sécurité inviolables. Cependant, si cette explosion d'empathie ne se limite pas à une vague d'émotions, mais s'accompagne d'une observation attentive et précise, elle peut facilement se transformer en un gouffre qui nous entraîne de notre liberté retrouvée vers un abîme d'angoisse et de désespoir.

Lorsque nous sommes libérés de nos œillères émotionnelles et que nous regardons autour de nous, nous nous retrouvons face à une masse de souffrance vertigineuse par son volume et effroyable par son intensité. Le garant de notre complaisance est l'allégresse insouciante et irréfléchie avec laquelle nous acceptons notre dose quotidienne d'excitation sensuelle et de gratifications qui renforcent notre ego. Levons la tête un peu plus haut et regardons autour de nous. Nous verrons un monde marqué par la souffrance, où les maux inhérents au cycle de la vie sont exacerbés par la dureté de la nature, l'ironie sinistre des accidents et la cruauté des humains. Alors que nous cherchons à tâtons un support pour éviter de sombrer dans les profondeurs du découragement, nous pouvons trouver le soutien nécessaire en nous penchant régulièrement sur les cinq sujets de réflexion (AN 5.57) : "Les êtres sont les propriétaires de leur kamma, les héritiers de leur kamma ; ils sont façonnés, modelés et soutenus par leur kamma, et ils héritent des résultats de leurs propres bonnes et mauvaises actions". Cette réflexion nous aide souvent à nous adapter aux vicissitudes de notre destin personnel. Elle nous invite à accepter les gains et les pertes, le succès et l'échec, le plaisir et la douleur, avec un esprit imperturbable. Mais ce même thème peut également servir un objectif plus large. Il peut nous aider à considérer avec compassion les souffrances incommensurablement plus grandes vécues par les multitudes de nos semblables.

Face à un monde en proie aux conflits, à la violence, à l'exploitation et à la destruction, nous ressentons le besoin de comprendre leurs conséquences. Nous voulons être capables de voir dans les calamités et les désastres autre chose que des événements fortuits, regrettables et insensés du destin. L'enseignement du Bouddha sur le kamma et ses fruits nous permet de décoder ce flux d'événements autrement inintelligibles. Il nous apprend à reconnaître, dans les diverses fortunes des êtres vivants, non pas un caprice ou un accident, mais l'opération d'un principe d'équilibre moral. Ce principe assure

## 16. Un remède au désespoir

qu'en fin de compte un équilibre parfait s'établit entre le bonheur et la souffrance que les êtres subissent et la qualité éthique de leurs actions intentionnelles.

La contemplation du fonctionnement du kamma ne consiste pas en une justification froide et méthodique d'une résignation stoïque au statu quo. Les voies du kamma sont labyrinthiques dans leur complexité, et l'acceptation de cet ordre causal n'empêche pas de lutter contre l'avarice, la brutalité et la stupidité humaines, ni de supprimer les actions bienfaisantes destinées à empêcher que des actes malsains trouvent l'occasion de mûrir. Une profonde réflexion sur la rétribution kammique nous prépare à faire face aux épreuves de la calamité et de la déception en ouvrant nos yeux à la dureté obstinée d'un monde dominé par l'avidité, la haine et l'illusion. Elle nous permet de comprendre la logique profonde qui sous-tend les courants souterrains tourbillonnants, reliant ces derniers aux mouvements de va-et-vient des événements de la surface. Cette contemplation suscite à la fois un sentiment d'urgence, un désir de se libérer de la roue sans fin des actions et de leurs conséquences, et une sérénité profonde, un équilibre intérieur inébranlable fondé sur une compréhension lucide de notre condition existentielle. La véritable équanimité, qui est loin de l'indifférence, nous soutient dans notre voyage à travers les rapides du *samsāra*. Elle nous confère le courage et l'endurance nécessaires pour affronter les aléas de la vie sans se laisser déstabiliser, et pour regarder en face les souffrances du monde sans s'effondrer.

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 12, printemps 1989.*

## 17. POURQUOI Y A-T-IL DES CONFLITS ?

L'une des ironies les plus amères de la vie humaine est que la plupart d'entre nous aspirent à la paix, mais que nous nous retrouvons constamment plongés dans des conflits, dans des interactions marquées par la tension, la méfiance ou l'hostilité ouverte. Cette ironie est particulièrement poignante, car elle nous montre immédiatement l'importance de maintenir des liens chaleureux et harmonieux avec autrui pour assurer notre propre bonheur. Ces relations nous permettent non seulement de poursuivre les objectifs que nous considérons comme essentiels à notre épanouissement personnel, sans être dérangés, mais elles nous apportent aussi la joie plus profonde d'une véritable communion avec nos semblables. En revanche, une vie marquée par le conflit est toujours intrinsèquement douloureuse. Elle entraîne un durcissement de notre armure intérieure, ainsi qu'un resserrement des nœuds de la colère et de la haine. En effet, peu importe l'issue du conflit, une victoire comme une défaite entraînera des conséquences néfastes, autant pour le vainqueur que pour la victime.

Bien qu'une vie harmonieuse soit source de tant de bienfaits et que les relations conflictuelles soient source de tant de malheurs et de souffrances, nos vies et celles de ceux qui nous entourent sont enchevêtrées dans un réseau de disputes et de querelles. Le conflit peut fermenter en nous sous forme de soupçons et de ressentiments latents, ou éclater sous forme de rage et de destruction violente. Il peut s'insinuer dans nos relations personnelles ou en tant que membres d'un groupe ethnique, d'un parti politique, d'une classe sociale ou d'une nation. Mais, quelle que soit sa forme, la présence de conflits dans nos vies semble inévitable. La paix et l'harmonie restent des rêves lointains, comme de belles utopies pour une nuit d'été, ou de nobles idéaux auxquels nous jurons allégeance. Mais, lorsque la réalité nous rattrape et que nos rêves s'évanouissent, nous nous retrouvons entraînés, généralement contre notre gré, dans une arène où les plaisirs que nous recherchons ont un prix élevé, celui de la lutte et de la discorde.

Les enseignements du Bouddha, bien qu'ils soient axés sur l'objectif de libération individuelle de la souffrance, sont également destinés à nous apprendre à vivre en harmonie avec autrui. Cette harmonie est souhaitable non seulement pour notre propre satisfaction, mais aussi parce qu'elle constitue une condition préalable pour s'engager sur le chemin vers une liberté supérieure. La paix ultime de l'éveil ne peut naître que dans un esprit en paix avec les autres. L'esprit ne peut être en paix avec les autres que si nous nous engageons activement dans un parcours de formation qui nous aide à extirper les racines du conflit enfouies au plus profond de notre cœur.

Un jour, dans l'Inde ancienne, le roi des dieux, Sakka, rencontra le Bouddha et lui demanda : "Par quels liens les gens sont-ils liés, de sorte qu'ils souhaitent vivre en paix, sans haine ni hostilité, mais qu'ils vivent pourtant en conflit avec haine et hostilité ?" Le Maître répondit : "Ce sont l'envie et l'avarice qui les lient. Ils veulent vivre en paix, mais ils vivent en conflit, avec haine et hostilité." En remontant à l'origine des conflits extérieurs, nous constatons qu'ils ne prennent pas naissance dans la richesse, le statut ou les possessions. Ils émergent plutôt de l'esprit lui-même. Ils surviennent lorsque nous envions les qualités des autres que nous désirons pour nous-mêmes et que nous sommes motivés par une avidité insatiable pour étendre les limites de ce que nous pouvons qualifier de "mien".

## 17. Pourquoi y a-t-il des conflits ?

L'envie et l'avarice sont elles-mêmes fondées sur deux conditions psychologiques plus profondes. L'envie survient parce que nous identifions les choses comme étant "moi" ; nous cherchons constamment à établir une identité personnelle pour nous-mêmes sur le plan interne et à la projeter vers l'extérieur, afin que les autres la reconnaissent et l'acceptent. L'avarice naît de l'appropriation : nous cherchons à établir un territoire et à le remplir d'objets qui stimulent notre avidité et notre sentiment d'importance. Ainsi, le conflit est enraciné dans l'envie et l'avarice, il s'ensuit donc que la voie vers l'absence de conflit doit être une voie de renoncement, d'élimination des pensées et des désirs tournant autour des notions de "moi" et de "mien", des pulsions d'identification et de possession. Ce chemin atteint son apogée avec la pleine maturité de la sagesse, avec la compréhension de la nature vide et sans ego de tous les phénomènes. C'est cette compréhension qui révèle la vacuité des concepts de "moi" et de "mien", qui sous-tendent l'envie et l'avarice. Cependant, bien que la libération finale de l'attachement puisse sembler lointaine, le chemin qui y mène est graduel, et se compose d'étapes plus simples et plus fondamentales, accessibles à tous.

Deux de ces étapes nécessaires consistent en des changements d'attitude qui ont le pouvoir de transformer l'envie et l'avarice. La première est la joie altruiste (*muditā*), c'est-à-dire la capacité de ressentir la réussite des autres avec autant de joie que celle qu'on éprouve lorsqu'on réussit soi-même. La deuxième est la générosité (*cāga*), c'est-à-dire la volonté de donner et de renoncer. La première est un antidote spécifique à l'envie, la seconde est un antidote à l'avarice. Le point commun entre les deux est de libérer le sentiment d'identité de sa fixation étroite sur soi et de l'étendre pour inclure les autres qui partagent notre désir de bonheur et de libération de la souffrance.

En tant que simples citoyens, nous ne pouvons pas espérer résoudre, par notre seule volonté, les conflits plus vastes qui dévorent nos sociétés et nos nations. Nous vivons dans un monde qui se nourrit de conflits, et les forces qui les alimentent sont partout, obstinées et incroyablement puissantes. Mais, en tant que disciples de l'Éveillé, ce que nous pouvons et devons faire, c'est témoigner par notre conduite de la suprématie de la paix. Nous devons éviter les paroles et les actions qui engendrent l'animosité, guérir les divisions, démontrer la valeur de l'harmonie et de la concorde. Le modèle que nous devons suivre est celui présenté par le Maître dans sa description du véritable disciple : "C'est celui qui unit les personnes divisées, qui encourage les liens d'amitié, qui apprécie la concorde, qui se réjouit de la concorde, qui se délecte de la concorde et qui prononce des paroles qui promeuvent la concorde."

*Extrait de la lettre d'information n° 13 de la BPS, été-automne 1989.*

## 18. À LA RECHERCHE DU SENS DE NOTRE VIE

Aussi fier que le monde moderne soit de ses triomphes sur les folies et les faiblesses du passé, il semble que le progrès dont nous nous attribuons le mérite ait été payé à un prix si élevé qu'il remet en question la valeur de nos réalisations. Ce prix n'est rien d'autre que la conviction partagée que notre existence a un sens profond. Autrefois, les hommes et les femmes vivaient dans un monde rempli de créatures fantastiques issues de leur imagination collective. Ils possédaient cependant un atout inestimable qui nous manque cruellement aujourd'hui : la ferme et tenace conviction que leur existence quotidienne était imprégnée d'un sens profond et durable découlant de leur relation à un but transcendant. Les attitudes actuelles, modelées par le réductionnisme scientifique et l'audace technocratique, ont combiné leurs forces pour effacer de nos esprits toute idée selon laquelle nos vies auraient un sens plus profond que celui de la prospérité matérielle et de l'innovation technologique. Pour un nombre grandissant de personnes, cette attitude se traduit par un sentiment d'insignifiance omniprésent. Nous nous sommes détachés d'une tradition spirituelle vivante, et nous dérivons sur un océan de confusion où toutes les valeurs semblent arbitraires et relatives. Nous dérivons sans but le long des vagues du hasard, sans aucun idéal suprême pour nous guider, comme source d'inspiration pour nos pensées et nos actions.

Tout comme la nature abhorre le vide, l'être humain ne peut pas non plus tolérer une perte totale de sens. Ainsi, pour éviter de sombrer dans l'abîme du manque de sens, nous nous cramponnons à des débris flottants, tentant de nous noyer dans les distractions. Nous cherchons le plaisir et le pouvoir, nous cherchons à accroître notre richesse et notre statut, nous nous entourons d'artefacts, nous mettons tous nos espoirs dans des relations personnelles qui ne font que masquer notre propre pauvreté intérieure. Cependant, si notre plongée dans les distractions nous aide à faire face au vide psychologique, elle étouffe également en nous un besoin plus profond et encore plus urgent : le désir d'une paix et d'une liberté qui ne dépendent pas de facteurs externes. L'un des grands bienfaits de l'enseignement du Bouddha est le remède qu'il apporte au problème de l'absence de sens, très répandu dans la vie humaine d'aujourd'hui. Le Dhamma peut servir de source de sens, car il nous fournit les deux conditions nécessaires à une vie pleine de sens : un objectif ultime pour lequel vivre, et un ensemble d'instructions claires, mais flexibles, qui nous permettent de progresser vers ce but, quel que soit notre point de départ.

Dans l'enseignement du Bouddha, la quête du sens ultime ne commence pas par des affirmations sur un plan de salut surnaturel que l'on doit accepter sur simple foi, comme dans les religions théistes. Elle commence plutôt en se concentrant sur un problème expérientiel qui est au cœur même de l'existence humaine. Le problème, bien sûr, est celui de la souffrance, qui va au-delà de notre soumission immédiate à la douleur, à la misère et au chagrin. Elle englobe tout ce qui est conditionné précisément parce que tout ce qui est conditionné est impermanent, vulnérable et dépourvu de substance durable.

Le but de l'enseignement, l'élément inconditionné qu'est le Nibbāna, exerce une influence déterminante sur nos préoccupations vitales, car il est perçu comme la cessation de la souffrance. Bien que, par sa nature même, il défie toute tentative de classification par la pensée conceptuelle, le

## 18. À la recherche du sens de notre vie

Nibbāna, en tant que cessation de la souffrance, représente la réponse ultime à nos aspirations les plus profondes, celles d'une paix immuable, d'une libération totale de la tristesse, de l'anxiété et de la détresse. La relation entre la poursuite de cet objectif et le fil conducteur de notre vie quotidienne est illustrée par l'analyse du Bouddha sur l'origine de la souffrance. Selon le Bouddha, la cause de la souffrance réside en nous-mêmes, dans notre désir égoïste associé à une ignorance aveuglante. Elle découle des trois racines malsaines qui souillent notre relation au monde : l'avidité, la haine et l'illusion. C'est pourquoi la libération de la souffrance que nous recherchons réside dans l'éradication de ces trois racines.

Pour orienter notre vie vers l'objectif de libération de la souffrance, nous devons emprunter le chemin qui nous y mènera. Ce chemin est le Noble Sentier Octuple, qui met fin à la souffrance et à la servitude en nous aidant à éradiquer les causes de la souffrance enfouies dans nos cœurs. Nous commençons le chemin précisément là où nous sommes, au cœur de l'erreur et de la souillure. En clarifiant nos vues, en transformant nos attitudes et en purifiant nos esprits, nous progressons pas à pas vers la réalisation directe du bien ultime.

Si le but vers lequel le chemin nous mène se situe au-delà des limites de l'existence conditionnée, suivre le chemin octuple revient à découvrir, dans les limites de l'existence conditionnée, des dimensions de sens jusqu'alors inconnues. Cette richesse de sens découle de deux sources distinctes. La première consiste à reconnaître que suivre ce chemin entraîne une diminution de la souffrance non seulement pour nous-mêmes, mais aussi pour les autres, et une augmentation de la joie, de l'équilibre mental et de la paix. La seconde source de sens provient de la conviction que les valeurs que nous poursuivons ne sont pas simplement subjectives et arbitraires, mais qu'elles sont ancrées dans un ordre absolument objectif, intrinsèque à la nature même des choses.

Alors que nous nous engageons sur le chemin qui nous mènera à la fin de la souffrance, le but ultime ne paraît plus comme une simple rive lointaine, mais il se reflète plutôt dans notre expérience comme un défi : celui de surmonter les racines malsaines et d'aider les autres à en faire de même. Ce défi, la tâche de réaliser notre propre bien et celui des autres, devient en même temps le cœur du sens de la vie : transformer l'avidité en générosité et en renoncement, remplacer la haine par l'amour et la compassion, et dissiper l'illusion par la lumière de la sagesse libératrice.

*Extrait de la lettre d'information n° 14 de BPS, hiver 1990.*

## 19. LA RECHERCHE DE LA SÉCURITÉ

En psychologie, il est bien connu que le désir de bonheur est la motivation la plus profonde chez l'être humain. Il est toutefois important de noter que ce désir est modéré par une autre impulsion tout aussi profonde et omniprésente : le besoin de sécurité. Bien que le désir de plaisir et de gain puisse s'avérer très puissant, il est généralement tempéré par une préoccupation prudente pour notre sécurité. Nous ne nous sentons à l'aise que lorsque nous sommes à l'abri de tout danger manifeste, installés confortablement chez nous, en harmonie avec nous-mêmes et notre monde, douillettement blottis dans un endroit familier où tout semble accueillant et fiable.

Lorsque nous commençons à prendre au sérieux l'enseignement du Bouddha, nous ressentons souvent une certaine anxiété. Cette réaction est due à un choc, à un conflit entre l'image du monde à laquelle nous nous cramponnons pour assurer notre sentiment de sécurité et les nouvelles perspectives sur l'existence que le Dhamma nous offre. Nous pouvons tenter d'éviter les perspectives qui nous troublent. Nous pouvons choisir dans le Dhamma ce qui nous plaît. Mais, dans la mesure où nous sommes prêts à prendre l'enseignement au sérieux, selon ses propres termes plutôt que les nôtres, nous découvrirons que les idées que le Bouddha cherche à nous transmettre peuvent être assez déstabilisantes dans leur impact.

La première noble vérité n'a jamais été conçue comme une vérité apaisante. En fait, c'est son caractère inconfortable qui la rend noble. Elle nous révèle franchement que la surface apparemment paisible et prévisible de notre vie quotidienne est en réalité extrêmement fragile, une illusion que nous partageons tous et qui nous berce d'un faux sentiment de sécurité. Juste sous la surface, à l'abri des regards, des courants turbulents s'agitent. Ils peuvent, à tout moment, briser le calme de la surface. Dès notre naissance, nous glissons vers la vieillesse et la mort, confrontés à une multitude de maladies et d'accidents susceptibles de hâter notre fin. Poussés par nos désirs, nous errons de vie en vie, tels des grains de sable balayés par le vent sur les dunes du *samsāra*, emportés par nos triomphes, ébranlés par nos échecs. La substance même de nos vies n'est rien d'autre qu'un amalgame de cinq "agrégats" de processus psychophysiques dépourvus de toute permanence ou substance.

L'exemple que le Bouddha utilise, décrivant un homme pris dans un torrent de montagne, est sans doute la plus émouvante de ses descriptions de la condition humaine. Il s'accroche aux herbes du bord pour se sauver, mais celles-ci se brisent au moment où il tente de les saisir. Cependant, si le Bouddha attire d'abord notre attention sur l'insécurité qui nous entoure, même au milieu du confort et du plaisir, il ne s'arrête pas là. L'objectif de ce discours sur la souffrance n'est pas de nous plonger dans le désespoir, mais plutôt de nous sortir de notre somnolence complaisante et de nous faire avancer dans la direction qui mène à notre bien-être ultime. Loin de minimiser notre besoin de sécurité, l'enseignement du Bouddha part de ce même besoin et le transforme en une quête ardente de ce qu'est véritablement la sécurité. Habituellement, nos tentatives aveugles pour atteindre la sécurité sont guidées par un intérêt personnel myope mais impérieux, orienté autour du point de vue du 'moi'. Nous supposons que nous possédons un noyau solide d'être individuel, un ego intrinsèque et existant de manière autonome. Ainsi, nos projets et plans variés prennent forme comme des manœuvres pour repousser les menaces envers le 'moi' et pour promouvoir notre domination dans

le schéma global des choses.

Le Bouddha réfute complètement ce point de vue en affirmant que l'anxiété est la sœur jumelle sombre de l'ego. Il affirme que toute tentative visant à préserver les intérêts de l'ego découle inévitablement de l'attachement, et que le fait même de s'attacher nous mène à notre perte, lorsque l'objet de notre attachement périt, comme il se doit par sa nature même. Le Bouddha affirme que la voie vers la véritable sécurité réside dans l'abandon de l'attachement. Lorsque tous nos attachements auront été déracinés, lorsque toutes les notions de "moi" et de "mien" auront perdu leur caractère obsessionnel, nous serons libérés de la peur, de l'anxiété et de l'inquiétude. L'esprit restera imperturbable, "sans chagrin, sans tache et stable", malgré les fluctuations des événements du monde (Sn 268). Tandis que la sécurité ultime ne se trouve que dans l'inconditionné, dans le Nibbāna, "la sécurité suprême contre la servitude" (*anuttara yogakkhema*), lorsque nous traversons les obstacles de nos vies mondaines, nous avons une source de sécurité provisoire qui nous aidera à faire face efficacement aux dangers et aux difficultés qui nous assaillent. Cette sécurité provisoire repose sur notre engagement ferme envers le Dhamma, source de réconfort et de conseils, refuge incomparable. Le terme "*dhamma*" désigne "ce qui protège et soutient". L'enseignement du Bouddha est désigné comme étant le Dhamma parce qu'il soutient ceux qui le suivent : il nous protège des dangers auxquels nous serions confrontés si nous le rejetions ; il nous soutient dans notre quête du bien ultime si nous le vénérons et en faisons le socle de notre existence.

Le Dhamma offre une protection, non pas par une quelconque bénédiction mystique ou une pluie de grâce salvatrice, mais en indiquant les directives sûres et certaines qui nous permettent de nous protéger. Derrière le caractère apparemment aléatoire des événements visibles, il existe une loi invisible, mais invincible, selon laquelle toute bonté trouve sa juste récompense. Enfreindre cette loi, c'est s'exposer au désastre. Agir en harmonie avec elle, c'est puiser dans ses réserves d'énergie, les mettre au service de notre croissance spirituelle et devenir une source d'aide pour les autres, qui eux aussi errent à la recherche d'un refuge.

Le Bouddha nous donne comme conseil essentiel pour assurer notre protection personnelle d'éviter le mal, de faire le bien et de purifier notre esprit. Rechercher la non-violence, l'honnêteté, la droiture et la vérité, c'est tisser un filet de vertu impénétrable qui nous protège même lorsque nous sommes entourés par la violence et l'agitation. En cultivant le bien, nous semons des graines de qualités saines. Elles mûriront pendant que nous continuerons d'avancer sur la route du voyage samsārique. En purifiant notre esprit de l'avidité, de la haine et de l'illusion par la pleine conscience et un effort soutenu, nous trouverons une île que les inondations ne peuvent pas submerger, l'île du sans-mort.

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 15, printemps 1990.*

## 20. AUTOTRANSFORMATION

Peu d'entre nous passent toute leur vie en harmonie avec leur 'moi' naturel, peut-être est-ce symptomatique de la nature "déchue" de la condition humaine ordinaire. Même dans la prospérité et le succès, des notes de mécontentement grinçantes perturbent nos journées, et des rêves troublants hantent notre sommeil. Tant que la poussière recouvre nos yeux, nous avons tendance à chercher la source de notre mécontentement en dehors de nous-mêmes : auprès de notre conjoint, de notre voisin, au travail, d'un destin implacable, d'un coup du sort. Mais dès que la poussière se dissipe et que nos yeux s'ouvrent, nous découvrons rapidement que la véritable cause se trouve en nous-mêmes.

Lorsque nous découvrons à quel point la source de notre mal-être est profondément ancrée dans notre esprit, nous prenons conscience que des changements superficiels ne suffiront pas ; ce dont nous avons besoin, c'est d'une transformation intérieure en profondeur. Ce désir de se transformer, de devenir une nouvelle personne à partir des cendres de l'ancienne, est l'un des éternels appels du cœur humain. Depuis l'Antiquité, c'est une source puissante de quête spirituelle. Même dans une culture laïque et optimiste comme celle d'aujourd'hui, ce désir n'a pas complètement disparu.

Si les concepts de rédemption, de salut et de délivrance ne décrivent plus la transformation recherchée, le profond désir d'une refonte radicale de la personnalité persiste plus que jamais, mais il prend une forme compatible avec la vision du monde laïc. Alors qu'autrefois, on cherchait à satisfaire ce besoin dans le temple, l'ashram ou le monastère, nous nous tournons désormais vers d'autres lieux : les cabinets de psychologues, les ateliers du week-end, l'éventail des nouvelles thérapies et des cultes récemment créés. Malgré ce changement de décor et de concept, la structure fondamentale demeure inchangée. Insatisfaits de nos habitudes profondément engrainées, nous aspirons à échanger tout ce qui est lourd et contraignant dans nos personnalités contre une manière d'être plus légère et plus libre.

L'auto-transformation est également un objectif fondamental de l'enseignement du Bouddha. C'est une partie essentielle de son programme de libération de la souffrance. Le Dhamma n'est pas destiné à ceux qui sont déjà des saints parfaits. Il s'adresse à des êtres humains imparfaits, aux prises avec les travers inhérents à la nature humaine brute : une conduite inconstante et impulsive, un esprit dominé par l'avidité, la colère et l'égoïsme, des opinions erronées et des habitudes nuisibles à soi-même et aux autres. Le but de l'enseignement est de transformer ces personnes, c'est-à-dire nous-mêmes, en "êtres accomplis", en des personnes dont chaque action est pure, dont l'esprit est apaisé et serein, dont la sagesse a pénétré les vérités les plus profondes et dont la conduite est toujours marquée par la compassion pour les autres et pour le bien-être du monde.

Entre ces deux pôles de l'enseignement, la personnalité imparfaite et pleine de nœuds que nous apportons comme matière première à la formation et la personnalité pleinement libérée qui émerge à la fin, il y a un processus graduel de transformation du 'moi' régi par des directives très spécifiques. Cette transformation est réalisée par les deux aspects du chemin : l'abandon (*pahāna*), l'élimination de tout ce qui est nuisible et malsain dans l'esprit ; et le développement (*bhāvanā*), la culture de

qualités saines, pures et purifiantes.

Ce qui distingue le programme d'auto-transformation du Bouddha de la multitude d'autres systèmes proposant un objectif similaire est l'apport d'un autre principe qui lui est invariablement associé : l'autotranscendance. Il s'agit de l'effort de renoncer à toute tentative d'établir un sens d'identité personnelle solide. Dans la formation bouddhiste, l'objectif de transformation de la personnalité doit être complété par un effort parallèle visant à surmonter toute identification avec les éléments qui constituent notre être en tant que phénomène. L'enseignement d'*anattā* ou non-soi n'est pas tant une thèse philosophique demandant notre assentiment intellectuel qu'une prescription de transcendance de soi. Cet enseignement affirme que la quête perpétuelle pour établir un sens d'identité en prenant nos personnalités pour "moi" et "mien" n'est rien d'autre qu'un projet né de l'attachement, un projet qui est à l'origine de notre souffrance. Par conséquent, si nous aspirons à nous libérer de la souffrance, nous ne pouvons pas nous contenter d'élever la personnalité à un niveau sublime. Ce qui est nécessaire, c'est une transformation qui entraîne la disparition de l'attachement et l'élimination de toutes les tendances à l'affirmation d'un "moi".

Il est important de souligner cet aspect transcendant du Dhamma car, à notre époque où les valeurs séculières "immanentes" dominent, la tentation est forte de l'écartier de notre champ de vision. Si nous supposons que la valeur d'une pratique se mesure uniquement à sa capacité à produire des résultats concrets dans ce monde, nous pourrions être enclins à considérer le Dhamma simplement comme un outil pour affiner et guérir notre personnalité, conduisant ainsi à une affirmation renouvelée de notre "moi" mondain et de notre situation dans le monde. Une telle approche négligerait toutefois l'insistance du Bouddha sur la nature impermanente, insatisfaisante et non-soi de tous les aspects de notre existence personnelle. Nous devrions apprendre à nous distancier de ces choses et, en fin de compte, à les abandonner. Dans la pratique correcte du Dhamma, les deux principes, celui de la transformation de soi et celui d'autotranscendance, sont tout aussi importants. Le principe de la transformation de soi est aveugle, menant au mieux à une personnalité ennoblie, mais pas à une personnalité libérée. Le principe de l'autotranscendance seul est stérile, il mène à un retrait ascétique froid, sans potentiel d'éveil. Ce n'est que lorsque ces deux principes complémentaires fonctionnent en harmonie, combinés et équilibrés au cours de la formation, qu'ils peuvent combler le fossé entre l'idéal et la réalité et atteindre l'objectif de la fin de la souffrance.

Des deux principes, celui de l'autotranscendance revendique la primauté, non seulement au début du chemin, mais aussi à sa conclusion. Ce principe oriente le processus d'autotransformation, en révélant le but vers lequel une transformation de la personnalité doit nous mener, et la nature des changements nécessaires pour que nous puissions atteindre ce but. Cependant, la voie bouddhiste ne consiste pas en une ascension verticale à escalader avec des piolets, des cordes et des crampons. Il s'agit plutôt d'un entraînement progressif qui se déroule selon une progression naturelle. Ainsi, le défi ardu de la transcendance de soi, c'est-à-dire le renoncement à tous les attachements, est relevé et maîtrisé par le processus graduel de la transformation de soi. Par la discipline morale, la purification mentale et le développement de la vision profonde, nous progressons, par étapes, de notre condition initiale d'état de servitude vers le domaine de la liberté sans entrave.

*Extrait de la lettre d'information n° 16 de la BPS, été-automne 1990.*

## 21. APAISEZ VOS QUERELLES

Les livres d'histoire, soigneusement reliés et imprimés avec des caractères nets et clairs, sont présentés comme des objets esthétiques. Cependant, pour le lecteur averti, leurs pages satinées sont tachées de sang et baignées de larmes. L'histoire de l'humanité sur cette planète n'a pas souvent été très belle. Certes, des actes vertueux et des éclats de lumière sublime illuminent le récit, comme des météorites traversant le ciel nocturne. Cependant, les événements révélés par les archives se déroulent selon un schéma récurrent où l'avidité et l'ambition, la tromperie et la méfiance, l'agression, la destruction et la vengeance sont les motifs dominants.

Chaque époque a tendance à se percevoir comme étant au seuil d'une nouvelle ère de paix et d'harmonie une fois les poussières de ses propres batailles dissipées. Cela semble particulièrement vrai de notre époque, avec ses idéaux élevés et ses grandes attentes suscitées par des transformations majeures dans les relations internationales. Il serait toutefois naïf de penser qu'une solution globale aux tensions inhérentes à la coexistence humaine peut être élaborée aussi aisément qu'une solution à un problème de gestion des données. Chérir le rêve que nous avons atteint un nouvel ordre mondial où tous les conflits, grâce à nos bonnes intentions, appartiendront au passé, c'est perdre de vue l'obstination sinistre de ces pulsions sombres et profondes qui agitent le cœur humain : les souillures de l'avidité, de la haine et de l'illusion. Ce sont ces impulsions qui nous ont conduits dans ce monde de conflits et de souffrances, et ce sont ces mêmes impulsions qui font tourner la roue de l'histoire, éclatant périodiquement en orgies de violence insensée.

Comme tous les autres courants, celui de la vie mondaine s'écoule inévitablement vers le bas, c'est-à-dire dans la direction de la moindre résistance. La tâche que le Bouddha nous propose est non pas d'essayer, en vain, d'inverser le sens du courant, mais plutôt de traverser le courant, afin d'arriver sains et saufs sur la rive lointaine, où nous serons libérés des dangers qui nous assaillent lorsque nous sommes emportés par le courant. Traverser le courant exige un combat non pas contre le courant lui-même, mais contre les forces qui nous entraînent vers le bas, un combat contre les souillures logées dans les profondeurs de notre propre esprit.

Bien que la violence, qu'elle soit manifeste ou subtile, puisse régner dans le monde dans lequel nous vivons, le chemin du Bouddha vers la liberté exige de nous que nous nous libérons totalement des normes dominantes. Ainsi, l'une des étapes essentielles de notre quête pour atteindre la sécurité consiste à "apaiser nos querelles", à rejeter la violence, l'agression et la brutalité envers tous les êtres vivants. Dans l'enseignement du Bouddha, "apaisez vos querelles" n'est pas simplement un principe éthique, une prescription pour une action juste. C'est une stratégie globale d'autoformation qui s'applique à toutes les phases du chemin bouddhiste, nous permettant de maîtriser nos tendances à la malveillance, l'animosité et la cruauté.

La clé pour développer un esprit d'innocuité se trouve dans l'adage ancien tiré du Dhammapada : "En se mettant à la place d'autrui, on ne doit pas tuer ni inciter les autres à tuer" (verset 130). Cette injonction découle du fait que tous les êtres vivants, quels qu'ils soient, partagent une préoccupation commune : assurer leur propre bien-être et leur propre bonheur. Lorsque nous regardons dans notre propre esprit, nous pouvons immédiatement voir, avec une certitude intuitive,

## 21. Apaisez vos querelles

que notre désir le plus profond est celui d'être heureux, en sécurité, à l'abri du danger et de la souffrance. Nous voyons immédiatement que nous désirons vivre, et non mourir ; que nous aspirons au bien-être, et non à la souffrance ; que nous souhaitons poursuivre nos objectifs sans entrave ni obstacle. Lorsque nous voyons que ce souhait de bien-être et de bonheur est le désir le plus profond à la racine de notre propre être, nous pouvons imaginer et reconnaître, avec une certitude intuitive, que le même désir fondamental anime aussi l'esprit de tous les autres êtres vivants. Tout comme nous souhaitons le bien-être pour nous-même, tout autre être souhaite le bien-être ; tout comme nous désirons être heureux, tout être vivant aspire au bonheur ; tout comme nous souhaitons poursuivre nos objectifs librement, tout être vivant aspire à la liberté d'atteindre ses objectifs, sans entrave ni obstacle.

Cette identité fondamentale de but que nous partageons avec tous les autres êtres a des implications pour chaque étape de la triple formation bouddhiste en matière de moralité, de purification mentale et de sagesse. Comme tous les autres êtres, nous sommes soucieux de notre bien-être et de notre bonheur. En nous mettant à leur place, nous pouvons reconnaître la nécessité de réguler notre conduite par des principes de retenue qui empêchent les actes corporels et verbaux nuisibles. Parce que les actes nuisibles proviennent de l'esprit, des pensées d'animosité et de cruauté, il devient nécessaire pour nous de purifier notre esprit de ces souillures par la pratique de la concentration, en développant comme antidotes spécifiques les "demeures divines" de la bienveillance et de la compassion. Et parce que toutes les pensées souillées tendant à nuire aux autres proviennent de racines profondément enfouies dans les recoins de l'esprit, nous devons développer la sagesse qui seule peut extirper les racines cachées du mal.

Puisque l'état du monde reflète l'esprit de ses habitants, instaurer une paix universelle permanente exigerait une transformation radicale et généralisée de leur esprit. C'est un rêve beau, mais irréalistique. Il est néanmoins possible d'atteindre une paix intérieure durable, une paix qui découle de l'accomplissement de la triple formation du Bouddha. Cette paix intérieure, cependant, ne restera pas confinée dans nos cœurs. Débordant de sa source, elle rayonnera vers l'extérieur, exerçant une influence douce et édifiante sur la vie de ceux qui l'entourent. Comme le dit un proverbe indien, enlever chaque éclat de pierre et chaque épine sur le chemin, ne garantit pas que le sol soit sans danger pour les pieds qui le foulent. Cependant, en portant des chaussures, on peut marcher avec aisance n'importe où. On ne peut pas se libérer de l'inimitié en supprimant tous nos ennemis. Cependant, si l'on parvient à éliminer une chose, la pensée de la haine, on ne verra plus d'ennemis nulle part.

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 18, printemps 1991.*

## 22. LA NOBLESSE DES VÉRITÉS

L'enseignement du Bouddha le plus connu et le plus répandu est celui qu'il a lui-même proclamé lors de son Premier Sermon à Bénarès, les Quatre Nobles Vérités. Le Bouddha déclare que ces vérités contiennent en quelques mots toutes les informations essentielles dont nous avons besoin pour nous engager sur le chemin de la libération. Il affirme que, tout comme l'empreinte de l'éléphant, en raison de sa grande taille, peut contenir les empreintes de tous les autres animaux, les Quatre Nobles Vérités, en raison de leur exhaustivité, contiennent en elles-mêmes tous les enseignements sains et bénéfiques. Cependant, bien que de nombreux enseignants du bouddhisme se soient efforcés d'expliquer le contenu réel de ces vérités, il est rare que l'on se demande pourquoi elles sont qualifiées de vérités nobles. C'est précisément le mot "noble" qui révèle pourquoi le Bouddha a choisi de présenter son enseignement sous cette forme particulière. Ce terme nous permet de ressentir, même de loin, la saveur unique qui imprègne toute la doctrine et la discipline de l'Éveillé.

Le terme "noble", *ariya*, est employé par le Bouddha pour désigner un type spécifique de personne, celle que son enseignement vise à créer. Dans ses discours, le Bouddha distingue deux groupes principaux parmi les êtres humains. D'un côté, il y a les *puthujjanas*, les gens ordinaires, ceux qui font partie de la masse, dont les yeux sont encore couverts de la poussière des souillures et de l'illusion. D'un autre côté, il y a les *ariyans*, les êtres nobles, l'élite spirituelle. Ils obtiennent ce statut non pas par leur naissance, leur position sociale ou leur autorité ecclésiastique, mais par leur noblesse de caractère intérieure.

Ces deux types généraux ne sont pas séparés l'un de l'autre par un gouffre infranchissable, chacun étant confiné dans un compartiment hermétiquement fermé. Il est possible d'observer une progression, allant du niveau le plus sombre du mondain aveugle, emprisonné dans le donjon de l'égoïsme et de l'affirmation du 'soi', jusqu'au stade du mondain vertueux dans lequel les graines de la sagesse commencent à germer. Cette progression se poursuit par les étapes intermédiaires des disciples nobles jusqu'à la personne parfaite qui se trouve au sommet de l'échelle du développement humain. C'est l'arahant, l'être libéré, qui a absorbé si profondément la vision purificatrice de la vérité qu'il a éliminé toutes ses souillures, et avec elles, toute vulnérabilité à la souffrance.

Le chemin qui mène de l'esclavage à la délivrance, de la mondanité à la noblesse spirituelle, est un chemin graduel qui implique une pratique et des progrès graduels. Il ne s'agit toutefois pas d'un continuum uniforme. Les progrès se font par étapes distinctes, et à un certain point, le point qui sépare le statut de mondain de celui de noble, une rupture est atteinte qui doit être franchie, non pas simplement en faisant un pas de plus, mais en faisant un saut, en sautant de la rive proche à la rive lointaine. Cet événement décisif dans le développement intérieur du pratiquant, ce saut radical qui propulse le disciple du domaine et de la lignée des mondains au domaine et à la lignée des nobles, se produit grâce à la compréhension profonde des Quatre Nobles Vérités. Cela nous révèle la raison essentielle pour laquelle les quatre vérités révélées par le Bouddha sont qualifiées de nobles vérités. Elles sont nobles parce que, lorsque nous les avons pénétrées jusqu'au cœur, lorsque nous avons saisi leur véritable importance et leurs implications, nous abandonnons notre statut d'être mondain et acquérons le statut d'être noble, nous sortons de la foule anonyme pour entrer dans la communauté

des disciples du Béni, unis par une vision unique et inébranlable.

Avant que les vérités soient pénétrées, même si nous possédons beaucoup de vertus spirituelles, notre terrain n'est pas encore sûr. Nous ne sommes pas à l'abri d'une régression, et la délivrance n'est pas encore assurée. Nous ne sommes pas invincibles dans nos efforts sur le chemin. Les vertus d'un mondain sont des vertus fragiles. Elles peuvent croître ou décroître, s'épanouir ou décliner, et, en fonction de leur puissance, nous pouvons progresser ou régresser dans notre cheminement à travers le cycle du devenir. Quand nos vertus sont épanouies, nous pouvons nous élever et vivre dans la félicité parmi les dieux. Par contre, si nos vertus déclinent ou si notre mérite s'épuise, nous risquons de replonger dans les abysses de la misère.

Mais, grâce à la pénétration des vérités, nous franchissons le gouffre qui nous sépare des rangs des êtres nobles. L'œil du Dhamma s'est ouvert, révélant la vérité, et bien que la victoire décisive ne soit pas encore remportée, le chemin vers le but final est à nos pieds et la sécurité suprême contre l'esclavage se profile à l'horizon. Celui qui a compris les vérités a changé de lignée, il est passé du domaine des êtres mondains à celui des êtres nobles. Un tel disciple est incapable de redevenir être mondain, incapable de perdre la vision de la vérité qui a jailli devant son œil intérieur. La progression vers le but final, l'éradication complète de l'ignorance et de l'avidité, peut être lente ou rapide ; elle peut se produire facilement ou résulter d'une lutte acharnée. Quel que soit le temps requis ou la facilité de progression, une chose est certaine : un tel disciple qui a perçu avec une clarté immaculée les Quatre Nobles Vérités ne peut jamais revenir en arrière, ne peut jamais perdre son statut d'être noble, et atteindra l'étape finale, il atteindra l'Éveil dans un maximum de sept vies. La raison pour laquelle la pénétration des Quatre Nobles Vérités peut conférer cette noblesse d'esprit immuable est implicite dans les quatre tâches que les nobles vérités nous assignent. En faisant de ces tâches notre objectif dans la vie, en tant que disciples de l'Éveillé, quel que soit notre stade initial de développement, nous pouvons progresser graduellement vers une compréhension profonde et infaillible des nobles vérités.

La première noble vérité, la vérité de la souffrance, doit être pleinement comprise : la tâche qu'elle nous assigne est celle de la pleine compréhension. Une caractéristique des êtres nobles est qu'ils ne se laissent pas emporter sans réfléchir par le courant de la vie, mais s'efforcent de comprendre l'existence de l'intérieur, aussi honnêtement et complètement que possible. Il est également important pour nous de réfléchir sur la nature de notre propre vie. Nous devons tenter de comprendre la signification profonde d'une existence délimitée d'un côté par la naissance et de l'autre par la mort, et soumise entre les deux à toutes les formes de souffrance décrites par le Bouddha dans ses discours.

La deuxième noble vérité concerne l'origine ou la cause de la souffrance et implique la tâche de l'abandon. Un être noble est caractérisé par son engagement dans le processus de purification des souillures à l'origine de la souffrance. De la même manière, si nous aspirons à atteindre le niveau des êtres nobles, nous devons être prêts à résister à l'attrait séduisant des souillures. Si l'éradication du désir ne peut se faire qu'avec des réalisations supramondaines, nous pouvons apprendre à restreindre les manifestations les plus grossières des souillures dans le cours banal de notre vie quotidienne. Par une observation attentive de nous-mêmes, nous pouvons progressivement desserrer leur emprise sur nos coeurs.

La troisième noble vérité, la cessation de la souffrance, implique la tâche de la réalisation. Bien que le Nibbāna, l'extinction de la souffrance, ne puisse être atteint personnellement que par les êtres nobles, la confiance que nous plaçons dans le Dhamma comme guide de notre vie nous indique ce vers quoi nous devons tendre comme aspiration ultime, comme base ultime de nos valeurs. Une fois

## 22. La Noblesse des Vérités

que nous avons compris que toutes les choses conditionnées dans le monde, étant impermanentes et sans substance, ne pourront jamais nous procurer une satisfaction totale, nous pouvons alors éléver notre objectif vers l'élément inconditionné, Nibbāna, le sans-mort, et en faire l'aspiration qui guide nos choix et préoccupations quotidiennes.

Enfin, la quatrième noble vérité, le Noble Sentier Octuple, nous assigne la tâche du développement. Les êtres nobles ont atteint leur statut en développant le sentier octuple. Seuls les nobles sont certains de ne jamais dévier du sentier. L'enseignement du Bouddha nous fournit les instructions méticuleuses dont nous avons besoin pour emprunter le chemin qui mène au rang des êtres nobles. C'est le chemin qui donne naissance à la vision, qui donne naissance à la connaissance, qui conduit à une compréhension plus profonde, à l'éveil et au Nibbāna, le sommet de la noblesse.

*Extrait de la lettre d'information n° 20 de la BPS, premier envoi de 1992.*

## 23. PRENDRE REFUGE DANS LE BOUDDHA

La première étape pour entrer sur la voie bouddhiste consiste à prendre refuge dans le Triple Joyau, et le premier des trois joyaux vers lesquels nous nous tournons pour trouver refuge est le Bouddha, l'Éveillé. Parce que le fait de prendre refuge dans le Bouddha marque le début d'une nouvelle étape dans notre vie, il est important de réfléchir à sa signification profonde à plusieurs reprises. Trop souvent, nous avons tendance à sous-estimer l'importance de nos premiers pas. Pourtant, ce n'est qu'en les réexaminant de temps en temps, en prenant conscience de leurs implications, que nous pouvons être certains que les étapes suivantes nous rapprocheront de notre destination.

Prendre refuge auprès du Bouddha ne consiste pas en une action unique et définitive, mais plutôt en un processus continu qui évolue en parallèle avec notre pratique et notre compréhension du Dhamma. Prendre refuge ne signifie pas nécessairement que nous ayons, dès le départ, une compréhension claire des dangers pour lesquels un refuge est nécessaire ni de l'objectif auquel nous aspirons. Notre compréhension de ces questions augmente graduellement avec le temps. Mais, dans la mesure où nous avons réellement pris refuge avec une intention sincère, nous devons faire un effort sérieux pour clarifier et approfondir notre compréhension des objets vers lesquels nous nous sommes tournés en tant que bases de notre délivrance.

En se tournant vers le Bouddha pour refuge, il est essentiel de clarifier dès le départ ce qu'est un Bouddha et en quoi il nous sert de refuge. Sans cette clarification, notre sentiment de refuge peut facilement être entaché par des idées erronées. Nous pourrions attribuer au Bouddha un statut qu'il n'a jamais revendiqué pour lui-même, comme le considérer comme une divinité, une émanation de l'Absolu ou un sauveur personnel. D'un autre côté, nous pourrions déprécier le statut exalté auquel le Bouddha a droit. Nous pourrions le considérer simplement comme un sage bienveillant, comme un philosophe asiatique exceptionnellement astucieux, ou encore comme un génie de la technologie méditative.

Une vision correcte de la nature du Bouddha le verrait sous le titre qu'il s'est attribué : “*sammā sambuddha*”, un être qui est parvenu au Plein Éveil par ses propres efforts. Il est éveillé parce qu'il a découvert les vérités essentielles de l'existence entièrement par lui-même, sans maître ni guide. Il est pleinement éveillé parce qu'il a compris ces vérités dans leur intégralité, avec toutes leurs ramifications et implications. En tant que Bouddha, il a non seulement pénétré ces vérités par lui-même, mais il les a aussi enseignées au monde, afin que d'autres puissent sortir de leur long sommeil de l'ignorance et atteindre les fruits de la libération.

Prendre refuge dans le Bouddha est un acte ancré dans une personne historique spécifique, le reclus Gotama, descendant du clan Sakyan, qui a vécu et enseigné dans la vallée du Gange au cinquième siècle avant notre ère. Lorsque nous prenons refuge dans le Bouddha, nous nous appuyons sur cet individu historique et sur l'ensemble des enseignements qu'il nous a donnés. Il est important de souligner ce point en raison de la tendance actuelle à interpréter la notion de “prendre refuge dans le Bouddha” comme une référence à “l'esprit du Bouddha en nous” ou à “l'éveil universel”. Si de telles idées ne sont pas contrôlées, elles peuvent mener à croire que tout ce que nous imaginons peut être

qualifié de véritable Dhamma. Au contraire, la tradition bouddhiste insiste sur le fait que, lorsque nous prenons refuge dans le Bouddha, nous nous plaçons sous la direction de quelqu'un qui est clairement distinct de nous, quelqu'un qui a atteint des sommets que nous avons à peine commencé à entrevoir.

Mais, lorsque nous prenons refuge en Gotama, le reclus, nous ne le considérons pas simplement comme une personne particulière, un sage avisé et sensé. Nous le voyons plutôt comme un Bouddha. C'est l'état de bouddha, la possession de toutes les excellentes qualités qui accompagnent l'éveil parfait, qui font du reclus Gotama un refuge. À toute époque cosmique, un Bouddha est cet être qui perce, pour la première fois, la masse sombre de l'ignorance qui entoure le monde et qui redécouvre le chemin perdu menant au Nibbāna, la cessation de la souffrance. Il est le pionnier, le précurseur qui découvre le chemin et l'enseigne à d'autres pour qu'ils puissent sortir de leur ignorance et atteindre la vraie sagesse. Il les aide à briser les liens qui les retiennent dans le cycle sans fin des naissances et des morts en suivant ses traces.

Pour que la prise de refuge dans le Bouddha soit authentique, elle doit s'accompagner d'un engagement envers lui comme enseignant incomparable, inégalé et sans pareil. En réalité, le Bouddha historique n'est pas unique, car il y a eu des Êtres Pleinement Éveillés avant lui qui sont apparus dans des époques passées et il y en aura d'autres qui apparaîtront dans des époques futures. Mais, dans un système mondial donné, il est impossible qu'un deuxième Bouddha apparaisse alors que l'enseignement d'un autre Bouddha est toujours en vigueur. Donc, en termes d'histoire humaine, il semble justifié de considérer le Bouddha comme un enseignant unique, qui n'a pas d'égal parmi les autres instructeurs spirituels connus de l'humanité. C'est cette disposition à reconnaître le Bouddha comme "l'entraîneur inégalé des personnes à apprivoiser, le maître des dieux et des hommes" qui est la marque d'une prise authentique de refuge dans le Bouddha.

Le Bouddha sert de refuge en enseignant le Dhamma. Le refuge ultime et réel est le Nibbāna, "l'élément sans mort, libre de tout attachement, l'état sans souffrance qui est exempt de tache" (It 51). Le Dhamma en tant que refuge englobe l'objectif ultime, le chemin qui y mène et l'ensemble des enseignements qui expliquent la pratique de ce chemin. Le Bouddha, en tant que refuge, ne possède pas le pouvoir de nous libérer par un acte de volonté. Il proclame le chemin à suivre et les principes à comprendre. C'est à nous, ses disciples, qu'il revient de faire le vrai travail de cheminement.

Prendre le Bouddha pour refuge demande de la confiance. La confiance est nécessaire, car l'enseignement du Bouddha va à l'encontre de notre compréhension innée de nous-mêmes et notre orientation naturelle vers le monde. Accepter cet enseignement tend donc à susciter une résistance intérieure, voire à provoquer une rébellion contre les changements qu'il nous oblige à apporter dans notre façon de mener notre vie. Mais lorsque nous faisons confiance au Bouddha, nous nous ouvrons à ses conseils. En prenant refuge en lui, nous montrons que nous sommes prêts à reconnaître que nos tendances naturelles à l'affirmation d'un 'soi' et à l'avidité sont en réalité à l'origine de notre souffrance. Nous sommes prêts à accepter son conseil selon lequel, pour nous libérer de la souffrance, ces tendances doivent être maîtrisées et éliminées.

La confiance dans le Bouddha comme refuge s'éveille d'abord lorsque nous contemplons ses vertus sublimes et son excellent enseignement. Elle grandit à travers notre engagement dans la formation. Au début, notre confiance dans le Bouddha peut être hésitante, assombrie par des doutes et de la perplexité. Mais, à mesure que nous nous appliquons à la pratique de sa voie, nous observons une réduction progressive de nos souillures mentales, et le développement des qualités saines. Cela entraîne un sentiment grandissant de liberté, de paix et de joie. Cette expérience renforce notre confiance initiale, nous incitant à avancer encore de quelques pas. Lorsque nous découvrons enfin la vérité du Dhamma par nous-mêmes, le refuge dans le Bouddha devient inébranlable. La confiance

## 23. Prendre refuge dans le Bouddha

devient alors une conviction profonde : le Béni est “l'orateur, le proclamatuer, le porteur du bien, le donneur du Sans-mort, le seigneur du Dhamma, le Tathāgata”.

*Extrait de la lettre d'information de la BPS n° 21, printemps 1992.*

## 24. LES CINQ FACULTÉS SPIRITUELLES

La pratique de l'enseignement du Bouddha est souvent représentée par l'image d'un voyage, les huit facteurs du Noble Sentier Octuple constituent la voie royale que le disciple doit emprunter. Cependant, les écritures bouddhistes illustrent la quête de la libération de diverses autres manières, chacune mettant en évidence la nature de la pratique. Les formulations alternatives s'appuient inévitablement sur le même ensemble de facteurs mentaux que ceux qui composent le chemin octuple. Cependant, elles organisent ces facteurs autour d'une "métaphore racine" distincte, une image qui évoque un ensemble spécifique d'associations et qui met en évidence des aspects différents de l'effort pour atteindre la cessation de la souffrance. L'un des groupes de facteurs auxquels les suttas accordent une importance particulière, que le Bouddha a inclus parmi les trente-sept conditions requises pour atteindre l'éveil, est celui des cinq facultés spirituelles : la foi, l'énergie, l'attention, la concentration et la sagesse.

Le terme "*indriya*" désigne ces facultés. Il est dérivé du nom de l'ancien dieu védique Indra, souverain des devas, ce qui suggère que ces facultés possèdent une qualité divine de contrôle et de domination. On les appelle ainsi parce qu'elles exercent un contrôle dans leur propre domaine spécifique de la vie spirituelle. Tout comme le dieu Indra a vaincu les démons et atteint la suprématie parmi les dieux, chacune des cinq facultés est appelée à maîtriser un handicap mental spécifique et à diriger la force mentale correspondante vers l'éveil final.

La notion de "faculté" correspond en partie à la définition antique grecque des vertus. Les vertus, comme les facultés, sont des pouvoirs actifs qui dirigent et canalisent nos énergies naturelles, ce qui permet l'harmonie et l'équilibre intérieurs, indispensables à notre véritable bonheur et à notre paix. Comme les facultés doivent servir d'agents de contrôle intérieur, cela implique que, sans leur influence restrictive, notre nature n'est pas sous notre propre contrôle. Livré à lui-même, sans la guidance d'une source d'instruction supérieure, l'esprit est la proie de forces qui surgissent de l'intérieur, des forces obscures qui nous tiennent en esclavage et nous empêchent d'atteindre notre plus grand bien-être et notre véritable bonheur. Ces forces sont les souillures (*kilesa*). Tant que nous vivons et agissons sous leur domination, nous ne sommes pas nos propres maîtres, mais des pions passifs, poussés par nos désirs aveugles vers des conduites qui promettent l'épanouissement, mais qui, en fin de compte, mènent à la misère et à l'asservissement. La vraie liberté exige nécessairement l'acquisition de l'autonomie intérieure, la force de résister aux tentations de nos appétits, et cela s'accomplit précisément par le développement des cinq facultés spirituelles.

Les qualités qui exercent la fonction des facultés sont d'origine humble, et apparaissent d'abord dans des aspects ordinaires de notre vie quotidienne. Sous ces humbles apparences, elles se manifestent par une confiance en des valeurs supérieures, par un effort vigoureux vers le bien, par une conscience aiguisée, par une concentration profonde et par une compréhension intelligente. L'enseignement du Bouddha ne crée pas ces dispositions dans l'esprit à partir de zéro, mais exploite les capacités préexistantes de notre nature pour atteindre un objectif supramondain : la réalisation de l'Inconditionné. Elles acquièrent ainsi une signification transcendante. En leur assignant une tâche qui révèle leur immense potentiel et en les guidant sur un chemin qui permet à ce potentiel de

s'épanouir, le Dhamma transforme ces facteurs mentaux ordinaires en facultés spirituelles, en puissants instruments dans la quête de la libération. Ces facultés peuvent sonder les lois les plus profondes de l'existence et ouvrir les portes du Sans-mort.

Dans la pratique du Dhamma, chacune des cinq facultés doit simultanément remplir sa propre fonction spécifique et s'harmoniser avec les autres facultés afin d'établir l'équilibre nécessaire à une compréhension claire. Les cinq facultés atteignent leur plein potentiel dans le développement contemplatif de la sagesse, la voie directe vers l'éveil. Dans ce processus, la faculté de la foi fournit l'inspiration et l'aspiration qui éloignent l'esprit du bourbier du doute et l'installent dans une confiance sereine dans le Triple Joyau, comme base suprême de la délivrance. La faculté de l'énergie allume le feu de l'effort soutenu qui brûle les obstacles et amène à maturité les facteurs qui mûrissent dans l'éveil. La pleine conscience apporte la clarté de l'esprit. Elle est l'antidote à l'insouciance et la condition préalable à la pénétration. La faculté de concentration, quant à elle, maintient le faisceau de l'attention constamment focalisé sur l'apparition et la disparition des événements corporels et mentaux, tout en demeurant paisible et sereine. Et la faculté de la sagesse, que le Bouddha qualifie de vertu suprême parmi tous les prérequis à l'éveil, dissipe les ténèbres de l'ignorance et révèle les véritables caractéristiques des phénomènes.

Tout comme les cinq facultés, considérées séparément, accomplissent chacune leur mission spécifique dans leur domaine, elles travaillent ensemble pour maintenir l'équilibre et l'harmonie internes. Pour atteindre cet équilibre, quatre des facultés sont divisées en deux paires. Chaque membre de ces paires doit contrer la tendance indésirable inhérente à l'autre, lui permettant ainsi de réaliser son plein potentiel. Les facultés de foi et de sagesse constituent une paire, visant à équilibrer les capacités de dévotion et de compréhension. La seconde paire est formée des facultés d'énergie et de concentration, qui servent quant à elles à équilibrer les capacités d'effort actif et de contemplation calme. Au-dessus de ces paires complémentaires se trouve la faculté de pleine conscience. Elle protège l'esprit des extrêmes en faisant en sorte que les membres de chaque paire restent dans une tension mutuelle de retenue et d'enrichissement.

Nées d'origines humbles dans les fonctions quotidiennes de l'esprit, les cinq facultés acquièrent, grâce au Dhamma, une destinée transcendante. Lorsqu'elles sont cultivées et développées régulièrement, dit le Maître, "elles mènent au Sans-mort, sont liées au Sans-mort, culminent dans le Sans-mort".

*Extrait de la Newsletter BPS n° 22, hiver 1992.*

## 25 LES GARDIENS DU MONDE

Tout comme le dieu romain Janus, chaque personne regarde simultanément dans deux directions opposées. D'un côté, notre conscience nous permet d'observer et de prendre conscience de nous-mêmes, en tant qu'individus motivés par un profond désir d'éviter la souffrance, d'assurer notre propre bien-être et notre bonheur. De l'autre côté, nous regardons le monde et découvrons que nos vies sont profondément relationnelles. Nous sommes des nœuds dans un vaste réseau de relations avec d'autres êtres dont le destin est lié au nôtre. En raison de la structure relationnelle de notre existence, nous sommes engagés dans une interaction perpétuelle et bidirectionnelle avec le monde. L'influence du monde s'exerce sur nous, façonnant et modifiant nos propres attitudes et dispositions, tandis que nos propres attitudes et dispositions se répandent dans le monde, une force qui affecte la vie des autres pour le meilleur ou pour le pire.

L'interdépendance étroite entre les sphères intérieure et extérieure est devenue une priorité urgente en raison de l'alarmante érosion des valeurs éthiques qui sévit dans le monde entier. Ce déclin moral est présent non seulement dans les sociétés confrontées à la pauvreté et au désespoir, mais aussi dans celles qui jouissent d'une stabilité et d'une prospérité confortables. Bien sûr, nous ne devons pas nous laisser aller à des rêveries idylliques sur le passé, en imaginant que nous vivions dans un jardin d'Éden jusqu'à l'invention de la machine à vapeur. Les forces motrices du cœur humain n'ont pas beaucoup changé au fil des siècles, et leur contribution au malheur humain est insoudable. Ce que nous observons actuellement est un étrange paradoxe qui susciterait l'intérêt, si ce n'était pas sinistre. Nous reconnaissons verbalement la primauté des valeurs morales et humaines, mais nous avons simultanément un profond mépris pour les lignes de conduite que ces valeurs impliquent.

Cette érosion des valeurs éthiques traditionnelles est en partie attribuable à la mondialisation du commerce et à l'omniprésence des moyens de communication. Des intérêts particuliers cherchant à accroître leur influence et leurs profits en exploitant notre vulnérabilité morale. Cette campagne se poursuit à un rythme effréné, envahissant tous les aspects de notre vie sans se soucier des conséquences à long terme pour l'individu et la société. Les résultats sont évidents à travers les problèmes auxquels nous sommes confrontés. Ces problèmes ne respectent aucune frontière nationale : hausse du taux de criminalité, propagation de la toxicomanie, destruction de l'environnement, exploitation des enfants, trafic sexuel, contrebande et pornographie, déclin de la famille en tant qu'unité d'amour, de confiance et d'éducation morale.

L'enseignement du Bouddha, dans son essence, est une doctrine de libération qui nous fournit les outils pour briser les chaînes qui nous retiennent dans ce monde de souffrance, le cycle sans fin des naissances. Même si la quête de la libération par la pratique du Dhamma dépend de l'effort individuel, elle se déroule nécessairement dans un environnement social, et est donc soumise à toutes les influences, bénéfiques ou néfastes, que cet environnement nous impose. La formation bouddhiste se déroule en trois phases : la moralité, la concentration et la sagesse. Chacune de ces étapes repose sur les précédentes : une conduite morale purifiée facilite l'atteinte d'une concentration purifiée, et un esprit concentré facilite l'émergence d'une sagesse libératrice. La base de toute la formation bouddhiste consiste en une conduite purifiée, et le moyen nécessaire pour maintenir cette pureté est

de s'engager fermement à respecter le code de règles de la formation que l'on a entrepris : les Cinq Préceptes dans le cas des bouddhistes laïc. Vivre à une époque où nous sommes constamment incités à nous éloigner des normes de rectitude et où les troubles sociaux, les difficultés économiques et les conflits politiques ne font qu'exacerber les émotions instables rend encore plus crucial le besoin d'une protection supplémentaire : protection pour soi et protection pour le monde.

Le Bouddha identifie deux qualités mentales comme les garants sous-jacents de la moralité et donc comme les protecteurs de l'individu et de la société dans son ensemble. Ces deux qualités sont appelées *hiri* et *ottappa* en pāli. *Hiri* est un sentiment inné de honte face à une transgression morale ; *ottappa* est la crainte morale, la peur des conséquences d'un acte répréhensible. Le Bouddha les qualifie de "gardiens du monde" (*sukka lokapālā*). Il leur donne cette désignation car tant que ces deux états prévalent dans le cœur des gens, les normes morales du monde restent intactes, tandis que lorsque leur influence s'estompe, le monde humain sombre dans la promiscuité sans vergogne et la violence, devenant presque indiscernable du règne animal (It 42).

La honte morale et la peur de mal agir partagent la mission de préserver l'esprit de la souillure mentale. Elles se distinguent cependant par leurs caractéristiques individuelles et leurs modes de fonctionnement. *Hiri*, le sentiment de honte, possède une référence interne : il est ancré dans le respect de soi, qui nous pousse à éviter le mal par souci envers notre propre dignité. *Ottappa*, la peur de mal agir, a une orientation externe. C'est la voix de la conscience qui nous met en garde contre les conséquences désastreuses de la transgression morale : la réprobation et la sanction des autres, les résultats karmiques néfastes de nos mauvaises actions, l'obstacle à notre désir de libération de la souffrance. Ācariya Buddhaghosa illustre la distinction entre ces deux notions en les comparant à une barre de fer couverte d'excréments à une extrémité et chauffée à rouge à l'autre extrémité. *Hiri* correspond au dégoût éprouvé en saisissant la barre à l'endroit souillé, tandis qu'*ottappa* représente la crainte ressentie en saisissant l'extrémité brûlante.

Dans l'ère actuelle de sécularisation de toutes les valeurs, des notions telles que la honte et la peur du mal sont perçues comme dépassées, comme des reliques d'un passé puritain où la superstition et le dogme entraînaient notre droit à une expression libre de soi. Pourtant, l'importance que le Bouddha accordait à *hiri* et *ottappa* reposait sur une compréhension profonde des différentes potentialités de la nature humaine. Il avait compris que le chemin de la délivrance est une lutte contre le courant. Si nous voulons développer les capacités de l'esprit vers la sagesse, la pureté et la paix, nous devons garder la poudrière des souillures sous l'œil vigilant de sentinelles diligentées.

Le projet de culture de soi, que le Bouddha proclame comme étant le moyen de se libérer de la souffrance, exige que nous surveillions de manière critique les mouvements de notre esprit, tant lorsqu'ils motivent des actions corporelles et verbales que lorsqu'ils restent absorbés intérieurement dans leurs propres préoccupations. Cette introspection est une forme de vigilance constante (*appamāda*), qui, selon le Bouddha, est la voie vers le Sans-Mort. Dans la pratique de l'examen de conscience, le sentiment de honte et la peur de mal agir jouent un rôle crucial. Le sentiment de honte nous incite à surmonter les états mentaux malsains, car nous reconnaissons qu'ils sont des tâches sur notre caractère. Ils nuisent à la noblesse intérieure du caractère que la pratique du Dhamma doit cultiver, de la stature des ariyans ou êtres nobles qui brillent comme des fleurs de lotus sur le lac du monde. La peur de mal agir nous pousse à nous éloigner des pensées et des actions moralement risquées, car nous reconnaissons que de tels actes sont des graines qui ont le pouvoir de porter des fruits, des fruits qui seront inévitablement amers.

Le Bouddha affirme que tout mal qui surgit provient d'un manque de honte et de peur du mal. À l'inverse, toutes les actions vertueuses naissent du sentiment de honte et de peur du mal. En

## 25. Les gardiens du monde

développant ces qualités intérieures, nous accélérerons non seulement notre propre progression sur le chemin de la délivrance, mais nous contribuons également à la protection du monde. Compte tenu des liens complexes qui unissent toutes les formes de vie, faire de la honte et de la peur du mal les gardiens de notre propre esprit, c'est nous faire les gardiens du monde. En tant que fondements de la moralité, ces deux qualités renforcent l'efficacité du chemin de libération du Bouddha. En tant que garantes du respect de soi, elles préservent également la dignité de l'humanité.

*Extrait de la Newsletter BPS n° 23, printemps 1993.*

## 26. TOLÉRANCE ET DIVERSITÉ

Aujourd’hui, toutes les grandes religions du monde sont confrontées à deux défis majeurs. D’une part, elles doivent faire face à l’avancée de la laïcité, une tendance qui a balayé le monde entier, frappant les plus anciens bastions du sacré. Elle a transformé tous les mouvements de l’homme vers l’au-delà en gestes désespérés et poignants, mais dénués de sens. D’autre part, ces religions doivent aussi faire face à la rencontre des autres grandes religions. Alors que les nations et les cultures les plus éloignées fusionnent pour former une seule communauté mondiale, les représentants de la quête spirituelle de l’humanité se rencontrent dans une intimité sans précédent. Une rencontre si étroite qu’elle ne permet aucune échappatoire. Ainsi, sur la scène mondiale, chaque grande religion est confrontée à toutes les autres et à un grand nombre d’individus qui observent avec scepticisme ou indifférence ses affirmations selon lesquelles elle détient la vérité ultime.

Dans ce contexte, pour éviter de n’être qu’un vestige de l’enfance de l’humanité, toute religion doit être en mesure de répondre de manière convaincante et pertinente à ces deux aspects du défi. D’une part, elle doit contenir la marée montante de la laïcité en maintenant vivante l’intuition que la maîtrise technologique de la nature extérieure, le degré de compétence dans la satisfaction des besoins matériels de l’humanité ne peuvent apporter un repos complet à l’esprit humain, ne peuvent apaiser la soif d’une vérité et d’une valeur qui transcendent les limites du contingent. D’autre part, chaque religion doit également trouver un moyen de résoudre les revendications contradictoires qu’elles expriment toutes quant à leur compréhension de notre place dans l’univers et de la clé de notre salut. En restant fidèle à ses principes les plus fondamentaux, une religion doit être capable de répondre aux différences frappantes entre ses propres principes et ceux des autres croyances, et ce, d’une manière à la fois honnête, humble, perspicace et discrète.

Dans cette courte analyse, je vais tracer les grandes lignes d’une réponse bouddhiste au deuxième défi. Le bouddhisme ayant toujours professé offrir une “voie du milieu” pour résoudre les dilemmes intellectuels et éthiques de la vie spirituelle, il est possible que la solution à notre problème actuel réside dans la découverte de la réponse qui illustre le mieux cette voie du milieu. En effet, comme cela a été maintes fois souligné, la voie du milieu ne consiste pas en un compromis entre les extrêmes, mais plutôt en une voie qui les transcende, en évitant les pièges dans lesquels ils conduisent. Par conséquent, en cherchant la juste approche bouddhiste au problème de la diversité des croyances, il serait judicieux de commencer par identifier les extrêmes que la voie du milieu doit éviter.

Le premier extrême est le repli sur soi, l’affirmation agressive de ses propres croyances et l’ardeur missionnaire envers ceux qui ne font pas partie du cercle restreint des coreligionnaires. Alors que le défi de la diversité a pris des proportions alarmantes dans les grandes religions monothéistes, le christianisme et l’islam, le bouddhisme n’y est pas directement associé, car les principes éthiques du Dhamma inclinent naturellement vers une attitude de tolérance bienveillante envers les autres religions et leurs adeptes. Bien qu’il n’y ait aucune garantie contre l’apparition d’un fondamentalisme militant au sein même du bouddhisme, les enseignements du Bouddha ne peuvent offrir aucune justification, même indirecte, pour un développement malveillant.

Pour les bouddhistes, l'option la plus alléchante est le point extrême opposé : celui qui échange l'intégrité contre la tolérance. On pourrait l'appeler la théorie de l'universalisme spirituel, qui postule que toutes les grandes religions, dans leur essence, partagent fondamentalement la même vérité, mais l'expriment de manières différentes. On ne pourrait certainement pas défendre une telle théorie en ce qui concerne les croyances formelles des principales religions, qui diffèrent tellement qu'il faudrait un exercice acrobatique de manipulation des mots pour les mettre d'accord. La position universaliste est plutôt atteinte par une voie indirecte. Ses partisans soutiennent qu'il est important de distinguer la face extérieure d'une religion, c'est-à-dire ses croyances explicites et ses pratiques exotériques, de son noyau intérieur de réalisation expérientielle. Selon cette distinction, insistent-ils, nous constaterons que, malgré les aspects extérieurs très différents des grandes religions, elles sont profondément similaires en ce qui concerne les expériences spirituelles qui les ont engendrées et leur but ultime. Ainsi, les grandes religions ne diffèrent que dans les moyens qu'elles proposent pour parvenir à la même expérience libératrice. Cette expérience peut être désignée par les termes "éveil", "rédemption" ou "réalisation de Dieu", puisque ces différents termes ne font que mettre en évidence différents aspects du même but. Comme le dit l'adage populaire : bien qu'il existe plusieurs chemins pour gravir une montagne, la lune brillante au sommet est toujours la même. De ce point de vue, le Bouddha Dhamma n'est rien de plus qu'une variante de la "philosophie éternelle" qui se cache derrière toutes les expressions mûres de la quête spirituelle de l'humanité. Il se distingue peut-être par son élégante simplicité, sa clarté et sa franchise, mais il ne recèle pas une révélation unique et sans précédent de la vérité.

Au premier abord, l'adoption d'un tel point de vue peut sembler être un tremplin indispensable vers la tolérance religieuse. Insister sur le fait que les différences doctrinales ne sont pas simplement verbales, mais qu'elles sont réelles et importantes, peut sembler frôler le sectarisme. Ainsi, ceux qui se tournent vers le bouddhisme pour échapper à la rigidité doctrinale des religions monothéistes peuvent trouver dans une telle vision, si douce et accommodante, un répit bienvenu face à l'insistance sur l'accès privilégié à la vérité typique de ces religions. Cependant, une analyse objective des propos mêmes du Bouddha met en évidence qu'il ne soutient pas l'universalisme. Au contraire, le Bouddha affirme à plusieurs reprises que le chemin vers le but suprême de la vie sainte n'est révélé que dans son enseignement. Par conséquent, la réalisation de ce but, la libération ultime de la souffrance, ne peut être atteinte que grâce à sa propre dispensation. L'affirmation la plus célèbre est celle qu'il a faite, à la veille de son *Parinibbāna*, déclarant que seule sa doctrine enseigne les quatre stades d'éveil, tandis que les autres traditions manquent de véritables ascètes ayant atteint les différents niveaux de la libération.

Le Bouddha n'a pas restreint l'émancipation finale à sa propre dispensation par dogmatisme étroit ou manque de bonne volonté, mais en raison d'une définition extrêmement précise de l'objectif final et des moyens pour l'atteindre. Cet objectif n'est pas une vie éternelle dans un paradis, ni une illumination spirituelle floue, mais plutôt le *Nibbāna* sans aucun résidu, la libération du cycle sans fin des naissances et des morts. Cet objectif est atteint par la destruction totale des souillures de l'esprit, soit l'avidité, l'aversion et l'illusion, jusqu'à leurs niveaux de latence les plus subtils. L'éradication des souillures ne peut être réalisée que par la compréhension de la véritable nature des phénomènes. Par conséquent, l'atteinte du *Nibbāna* dépend de la compréhension directe et expérientielle de tous les phénomènes conditionnés, internes et externes, marqués par les "trois caractéristiques de l'existence" : impermanence, souffrance et non-soi. Le Bouddha soutient que la seule voie pour atteindre la libération définitive de la souffrance est son enseignement. Il affirme que la connaissance de la véritable nature des phénomènes, dans son exactitude et son intégralité, n'est accessible que

dans son enseignement. En théorie, les principes qui définissent cette connaissance sont propres à son enseignement et sont en contradiction avec les autres religions sur des points essentiels. Cet enseignement est le seul à révéler, dans sa perfection et sa pureté, le moyen de générer cette connaissance libératrice par une expérience personnelle immédiate. Ce moyen est le Noble Sentier Octuple, un système complet de formation spirituelle qu'on ne peut trouver que dans la dispensation d'un Être Pleinement Éveillé. Étonnamment, cette position exclusive du bouddhisme en ce qui concerne les perspectives d'émancipation finale n'a jamais donné lieu à une politique d'intolérance de la part des bouddhistes envers les adeptes d'autres religions. Au contraire, tout au long de sa longue histoire, le bouddhisme a fait preuve d'une tolérance sans faille et d'une bienveillance généreuse envers les nombreuses religions avec lesquelles il est entré en contact. Il a maintenu cette tolérance, tout en étant profondément convaincu que la doctrine du Bouddha est le moyen unique et inégalable de se libérer des souffrances inhérentes à l'existence conditionnée. Le bouddhisme considère que la tolérance religieuse ne peut pas être obtenue en réduisant toutes les religions à un dénominateur commun ni en expliquant les formidables différences de pensée et de pratique par des accidents du développement historique. Du point de vue bouddhiste, subordonner la tolérance à la dissimulation des divergences ne serait pas du tout faire preuve d'une véritable tolérance ; car une telle approche ne peut "tolérer" les différences qu'en les diluant au point où elles deviennent insignifiantes. La véritable tolérance en matière de religion consiste à reconnaître et à accepter les différences comme réelles et fondamentales, voire insurmontables et profondes, tout en respectant les droits de ceux qui suivent une religion différente de la nôtre (ou aucune religion) de continuer à le faire sans ressentiment, désavantage ou entrave.

La tolérance bouddhiste provient de la reconnaissance que les dispositions et les besoins spirituels des êtres humains sont trop divers pour être contenus par un seul enseignement. Ces besoins s'expriment donc naturellement sous une grande variété de formes religieuses. Les systèmes non bouddhistes ne pourront pas conduire leurs adeptes au but ultime du Dhamma du Bouddha, mais ils n'ont jamais prétendu pouvoir le faire. Pour le bouddhisme, accepter l'idée d'un cycle de renaissances sans début et sans fin implique qu'il est totalement irréaliste d'espérer que davantage de gens soient attirés par une voie spirituelle visant à la libération complète. La grande majorité, même parmi ceux qui cherchent à se libérer des maux terrestres, vise seulement à assurer une existence favorable dans le cycle, confondant celle-ci avec le but ultime de la quête religieuse.

Dans la mesure où une religion propose des principes éthiques sains et peut promouvoir dans une certaine mesure le développement de qualités saines, telles que la bienveillance, la générosité, le détachement et la compassion, elle méritera l'approbation des bouddhistes. Les enseignements de ces systèmes religieux contribueront également à la renaissance dans les royaumes de la félicité, les sphères célestes et les demeures divines. Le bouddhisme ne prétend pas détenir l'exclusivité des voies menant à ces royaumes, mais croit fermement que ces chemins ont été décrits, avec plus ou moins de précision, dans de nombreuses grandes traditions spirituelles de l'humanité. Si le bouddhisme est en désaccord avec les structures de croyance des autres religions dans la mesure où ils s'éloignent du Dhamma du Bouddha, il les respecte dans la mesure où ils promeuvent des vertus et des normes de conduite qui favorisent le développement spirituel et l'harmonie dans les relations entre les êtres humains et avec le monde.

*Extrait du Bulletin d'information de la BPS n° 24, été-automne 1993.*

## 27 DES OPINIONS À LA VISION

L'enseignement du Bouddha nous met en garde contre les dangers de l'attachement, l'attachement aux possessions, l'attachement aux plaisirs, l'attachement aux autres, l'attachement à nos opinions. Le Bouddha nous met en garde contre l'attachement, car il voit que l'attachement est à l'origine de la souffrance. Il nous enseigne que le prix à payer pour atteindre la "rive lointaine" de la libération est de renoncer à toute forme d'attachement. Dans un geste qui, à première vue, peut même sembler autodestructeur pour un fondateur religieux, le Bouddha dit que nous ne devons pas nous attacher, pas même à ses enseignements. Même les principes sains du Dhamma doivent être considérés comme un radeau de fortune pour nous aider à traverser le courant.

Des conseils aussi stricts peuvent être facilement mal interprétés. Si c'est le cas, les conséquences peuvent être encore plus amères que si on les avait ignorés. Une interprétation erronée à laquelle les nouveaux venus au Dhamma (et certains vétérans aussi !) sont particulièrement enclins est de considérer que le conseil du Bouddha de transcender toutes les vues signifie que même les doctrines du bouddhisme n'ont finalement pas une importance vitale. Ces doctrines, dit-on, ne sont que des points de vue, des constructions intellectuelles, des filaments de pensée, qui avaient peut-être un sens dans le contexte de la cosmologie indienne ancienne, mais qui n'ont plus aucune valeur pour nous aujourd'hui. Après tout, les mots et les phrases qui composent les textes bouddhistes ne sont-ils pas simplement des mots et des phrases ? Ne sommes-nous pas encouragés à aller au-delà des mots et des phrases pour atteindre l'expérience directe, la seule chose qui compte vraiment ? Et le Bouddha, dans le Sutta Kālāma, ne nous exhorte-t-il pas à juger les choses par nous-mêmes et à laisser notre propre expérience être le critère pour décider de ce que nous accepterons ?

Cette manière d'aborder le Dhamma est peut-être facile à avaler et à digérer, mais il est important de se méfier de son impact sur notre organisme spirituel dans son ensemble. Trop souvent, ce raisonnement sert simplement d'excuse commode pour adhérer, à un niveau subtil de l'esprit, à des idées fondamentalement contraires au Dhamma. Nous nous accrochons à de telles idées non pas parce qu'elles sont vraiment édifiantes, mais pour nous protéger du défi radical auquel le message du Bouddha nous confronte. En effet, ces affirmations, qui semblent viser à protéger l'expérience de vie de l'emprise d'un intellectualisme indigeste, peuvent en réalité être un subterfuge intellectuel astucieux pour éviter d'examiner des hypothèses qui nous sont chères. Ce sont surtout des hypothèses que nous chérissons parce qu'elles protègent des désirs profondément enracinés que nous ne voulons pas exposer à l'influence tonique du Dhamma.

Lorsque nous étudions les enseignements du Bouddha, il est important de se rappeler que sa grande variété de doctrines ne relève pas de subtils tours de magie philosophiques. Ils sont énoncés parce qu'ils représentent la Vue Juste. La Vue Juste est le premier élément du noble sentier octuple. Elle doit être utilisée comme un outil pour éliminer les vues erronées et les pensées confuses qui empêchent la sagesse d'éclairer nos esprits. De nos jours, les vues erronées se sont répandues dans le monde entier, prenant des formes encore plus insidieuses que celles que les générations passées n'auraient jamais pu imaginer. Elles ne sont plus l'apanage de quelques philosophes excentriques et de leurs cliques. Elles sont devenues un facteur déterminant dans les attitudes culturelles et sociales,

influençant la moralité de notre époque et servant de moteur aux empires économiques et aux relations internationales. Dans de telles circonstances, la Vue Juste est notre phare dans les ténèbres, notre boussole dans le désert, notre île au-dessus des eaux tumultueuses. Sans une compréhension claire des vérités énoncées par la Vue Juste, et sans une conscience aigüe des domaines où ces vérités entrent en conflit avec l'opinion dominante, il est trop facile de trébucher dans l'obscurité, de s'enliser dans les dunes de sable ou d'être balayé de sa position au-dessus du déluge. La Vue Juste comme la vue fausse, bien qu'elle soit d'ordre cognitif, ne se limite pas à un domaine cognitif spécifique. Nos points de vue exercent une influence considérable sur tous les aspects de notre existence. Le Bouddha, dans sa profonde sagesse, a reconnu cela en plaçant la Vue Juste et la vision erronée au début des voies du bien et du mal. Les points de vue se développent et s'entrecroisent dans la dimension pratique de nos vies à de nombreux niveaux. Ils déterminent nos valeurs, ils donnent naissance à nos objectifs et aspirations, orientent nos décisions dans des situations morales complexes. Une vision erronée favorise les mauvaises intentions, les mauvaises conduites, nous pousse à chercher une liberté trompeuse. Elle nous attire vers la licence, cette licence qui nous permet de nous affranchir de toute contrainte morale pour satisfaire des pulsions éphémères mais néfastes. Bien que nous puissions alors nous vanter de notre spontanéité et de notre créativité et que nous puissions être convaincus d'avoir enfin découvert notre véritable individualité, toute personne dotée de discernement réalisera que cette liberté n'est rien d'autre qu'une forme plus subtile de servitude aux chaînes du désir et de l'illusion.

Même dans sa forme élémentaire, la Vue juste, qui consiste à reconnaître la loi morale du *kamma*, c'est-à-dire l'action et ses effets, nous sert de guide pour atteindre la véritable liberté. Et, lorsqu'elle mûrit en une compréhension profonde des trois caractéristiques de l'existence, de la coproduction conditionnée et des Quatre Nobles Vérités, elle devient notre guide sur le chemin de la montagne de la libération finale. La Vue Juste nous mènera aux Intentions justes, à une conduite vertueuse, à la purification mentale et au sommet sans nuage d'une vision sans obstacle. Bien que nous devions finalement apprendre à lâcher prise de ce guide afin de pouvoir voler de nos propres ailes, avec assurance, sans son regard perspicace ni sa main bienveillante, nous ne serions que des vagabonds errant dans les montagnes sans jamais atteindre le sommet.

La réalisation de la Vue Juste ne consiste pas seulement en l'adhésion à une liste particulière de formules doctrinaires ni en la capacité à jongler avec un nombre impressionnant de termes pâlis cryptiques. La réalisation de la Vue Juste est une question de compréhension profonde et personnelle des vérités fondamentales de la vie qui sous-tendent notre existence. La Vue Juste vise à une vision globale. Elle cherche à comprendre notre place dans l'ordre des choses, et à discerner les lois qui gouvernent le cours de nos vies, pour le meilleur ou pour le pire. La fondation de la Vue Juste est l'Éveil Parfait du Bouddha. En cherchant à corriger notre vision, nous ne cherchons rien d'autre qu'à faire coïncider notre compréhension de la nature de l'existence avec celle du Bouddha. La Vue Juste peut commencer avec des notions et des connaissances conceptuelles, mais elle ne s'arrête pas là. Grâce à l'étude, à la réflexion profonde et au développement méditatif, elle évolue graduellement vers la sagesse, c'est-à-dire vers la perspicacité capable de briser les chaînes sans commencement de l'esprit.

*Extrait du bulletin d'information n° 25 de la BPS, hiver 1993*

## 28 LE MESSAGE VIVANT DU DHAMMAPADA

Le Dhammapada est un ouvrage bien connu de tout pratiquant et de tout étudiant sérieux du bouddhisme. Ce recueil de 423 versets sur la doctrine du Bouddha est si riche en enseignements qu'on peut le considérer comme le parfait condensé du Dhamma dans ses aspects pratiques. Dans les pays du bouddhisme Theravāda, le Dhammapada est considéré comme une source intarissable de conseils et d'inspiration spirituelle, comme un guide sage à qui l'on peut s'adresser pour résoudre les difficultés morales et personnelles de la vie quotidienne. Tout comme le Bouddha est considéré comme le *kalyāṇamitta* humain ou l'ami spirituel par excellence, le Dhammapada est considéré comme le *kalyāṇamitta* scriptural par excellence, une petite incarnation en vers de la compassion illimitée du Maître.

Pour faire ressortir le message vivant d'un grand classique spirituel, il ne suffit pas de l'analyser sous l'angle des questions que la recherche académique pourrait soulever. Nous devons dépasser l'étude scientifique et s'efforcer de mettre en pratique ces enseignements dans notre propre existence. Pour y parvenir, il faut faire appel à notre intelligence, notre imagination et notre intuition pour dépasser les limites des contextes culturels dans lesquels l'œuvre est née et découvrir les traits universels de la condition humaine auxquelles ce classique spirituel s'adresse de manière spécifique. C'est dans cet esprit que nous examinerons le Dhammapada afin de découvrir ce que cet ancien livre de sagesse considère comme les problèmes spirituels fondamentaux et éternels de la vie humaine, et apprendre les solutions qu'il propose afin d'y remédier. Ces dernières peuvent être utiles pour nous aujourd'hui. Ainsi, nous découvrirons le message vivant du Dhammapada : un message qui résonne à travers les siècles et qui nous parle directement dans notre condition actuelle, en s'adressant à notre humanité dans son intégralité.

Lorsqu'on entreprend une telle recherche, on se heurte immédiatement à la grande diversité des enseignements du Dhammapada. Il est bien connu que, tout au long de sa carrière d'enseignant, le Bouddha a toujours ajusté ses discours en fonction des besoins et des capacités de ses disciples. Ainsi, les discours en prose des quatre principaux Nikāyas présentent une grande variété d'exposés de la doctrine. Cette diversité est encore plus prononcée dans le Dhammapada, un recueil d'énoncés exprimés dans la langue intuitive et chargée qu'est le vers. On y trouve même des apparences d'incohérences qui peuvent laisser le lecteur superficiel perplexe et le pousser à croire que l'enseignement du Bouddha est rempli de contradictions internes. Ainsi, dans de nombreux versets, le Bouddha conseille à ses disciples d'adopter certaines pratiques pour atteindre le paradis, tandis que dans d'autres, il les décourage d'aspirer au paradis et loue ceux qui ne se réjouissent pas des joies célestes. Souvent, le Bouddha recommande des œuvres méritoires, mais ailleurs, il enjoint à ses disciples d'aller au-delà du mérite et du démerite.

Pour donner un sens à ces affirmations contradictoires, pour trouver un message cohérent à travers les déclarations diversifiées du Dhammapada, commençons par une déclaration du Bouddha, dans un autre petit, mais magnifique livre du Canon Pāli, l'*Udāna* : "Tout comme le grand océan n'a qu'un seul goût, le goût du sel, de même cette doctrine et cette discipline n'ont qu'un seul goût, le

goût de la liberté.” Bien que les enseignements du Bouddha puissent varier en termes de sens et de formulation, ils s'unissent tous dans un système parfaitement cohérent. Ce système est animé par un objectif final : la liberté (*vimutti*), la liberté spirituelle : la libération de l'esprit de tous les liens et entraves, la libération de notre être de la souffrance inséparable de l'errance dans le *samsāra*, le cycle des renaissances. Mais, si les enseignements du Bouddha se complètent harmonieusement grâce à l'unité de leur objectif final, ils s'adressent à des personnes qui sont à des niveaux différents dans leur développement spirituel. Ils doivent donc être exprimés de diverses façons, selon les besoins des personnes à enseigner. Ici encore, l'eau fournit une analogie appropriée. L'eau n'a qu'une seule essence chimique, c'est l'union de deux atomes d'hydrogène et d'un atome d'oxygène. Cependant, elle peut adopter diverses formes en fonction du récipient qui la contient. De la même manière, le Dhamma ne possède qu'une seule essence : la délivrance de la souffrance, mais il peut s'exprimer de diverses manières en fonction des dispositions de ceux qui doivent être instruits et éduqués. Le Dhamma est qualifié de “*sattha sabyañjana*”, ce qui signifie “bon dans sa signification et bon dans sa formulation”, parce que les différents enseignements mènent à une fin unique et parce que cette même fin peut être atteinte par des enseignements exprimés différemment.

Pour donner un sens aux différents enseignements du Dhammapada, pour comprendre la vision de la spiritualité humaine exprimée par l'œuvre dans son ensemble, je propose une structure en quatre niveaux d'enseignement présentés dans le Dhammapada. Ce quadruple schéma émerge de trois besoins spirituels fondamentaux et intemporels de l'être humain : d'abord, le désir de trouver le bien-être et le bonheur dans la vie présente, dans le domaine immédiat des relations humaines ; ensuite, le désir d'une vie future favorable, conformément à un principe qui correspond à nos idéaux moraux les plus élevés ; et enfin, le besoin de transcender toutes les limites imposées par notre finitude et notre temporalité, et parvenir à une liberté sans limites, intemporelle et irréversible. Ces trois besoins donnent lieu à quatre niveaux d'enseignement. On distingue deux niveaux pour le troisième besoin : le niveau du chemin, lorsque nous sommes sur la voie de la transcendance, et le niveau du fruit, lorsque nous avons atteint la transcendance.

Examinons maintenant chaque niveau en l'illustrant par des extraits appropriés du Dhammapada.

## 1. Le bien de l'être humain ici et maintenant

Le premier niveau d'enseignement du Dhammapada concerne la nécessité d'établir le bien-être et le bonheur de l'être humain dans le domaine immédiatement visible des relations personnelles. L'objectif à ce niveau est de nous montrer comment vivre en paix avec nous-mêmes et avec nos semblables, à assumer nos responsabilités familiales et sociales et à éliminer les conflits qui empoisonnent les relations humaines et causent d'immenses souffrances aux individus, à la société et au monde dans son ensemble.

Les principes directeurs de l'enseignement à ce niveau sont largement similaires aux principes éthiques de base proposés par la plupart des grandes religions du monde. Cependant, dans l'enseignement du Bouddha, ces principes ne sont pas considérés comme des commandements imposés par un Dieu tout-puissant. Ils sont plutôt présentés comme des préceptes ou des règles de formation reposant sur deux fondements directement vérifiables : le souci de notre propre intégrité personnelle et la prise en compte du bien-être de ceux que nos actes peuvent affecter.

Le conseil généralement donné par le Dhammapada est d'éviter tout mal, de cultiver le bien et

de purifier son propre esprit. Il est dit qu'il s'agit du conseil de tous les Êtres Éveillés (verset 183). Cependant, des instructions plus spécifiques sont également données. Pour éviter le mal, il est recommandé de ne pas se mettre en colère, ni dans ses actions, ni dans ses paroles, ni dans ses pensées, et d'exercer la maîtrise de soi sur le corps, la parole et l'esprit (versets 231-234). Il convient d'adhérer scrupuleusement aux cinq préceptes moraux : s'abstenir de détruire la vie, de voler, d'avoir une mauvaise conduite sexuelle, de mentir et de consommer des substances intoxicantes (versets 246-247). Le disciple doit traiter tous les êtres avec bienveillance et compassion, adopter un mode de vie juste, contrôler ses désirs, dire la vérité et maintenir une existence simple et vertueuse. Il doit remplir tous ses devoirs envers ses parents, sa famille, ses amis, les ascètes et les brahmanes (versets 331-333).

Un grand nombre de versets relatifs à ce premier niveau concernent la résolution de conflits et d'hostilités. D'autres sections du Sutta Piṭaka montrent que le Bouddha était un observateur attentif et sensible des changements sociaux et politiques rapides qui bouleversaient les États Indiens qu'il visitait pour dispenser son enseignement. La violence, la haine, la cruauté et l'inimitié persistantes dont il fut témoin ont perduré jusqu'à aujourd'hui. Sa réponse à ce problème est toujours la seule qui puisse fonctionner. Le Bouddha nous dit que la clé pour résoudre le problème de la violence et de la cruauté est l'ancienne maxime qui consiste à se servir de soi-même comme norme pour décider comment traiter les autres. Je tremble moi-même devant la violence, je souhaite vivre en paix et je ne veux pas mourir. Ainsi, en me mettant à la place des autres, je devrais reconnaître que tous les autres êtres tremblent devant la violence, que tous souhaitent vivre et ne veulent pas mourir. Reconnaissant cela, je ne dois pas intimider les autres, leur infliger de la douleur ou les faire souffrir de quelque manière que ce soit. (Versets 129-130).

Le Bouddha a vu que la haine et l'inimitié se poursuivent et se propagent sans fin : répondre à la haine par la haine ne fait qu'engendrer plus de haine, plus d'inimitié, plus de violence, et alimente ainsi le cercle vicieux de la vengeance et des représailles. Le Dhammapada nous enseigne que la véritable conquête de la haine est obtenue par la non-haine, la tolérance et la bienveillance (verset 5). Lorsque les autres nous font du tort, nous devons être patients et pardonner. Nous devons contrôler notre colère comme un aurige contrôle son char ; nous devons supporter les paroles de colère comme l'éléphant endure les flèches plantées dans sa peau. Lorsque quelqu'un nous parle durement, nous devons rester silencieux, comme une cloche brisée (versets 222, 320, 134).

Selon le Dhammapada, les qualités qui distinguent l'être humain supérieur (*sappurisa*) sont la générosité, la sincérité, la patience et la compassion. En adoptant ces idéaux, nous pouvons vivre en harmonie avec notre propre conscience et en paix avec nos semblables. Selon le Bouddha, l'odeur de la vertu est plus délicate que celle des fleurs et des parfums. Une personne vertueuse resplendit comme les montagnes de l'Himalaya, tout comme une fleur de lotus s'élève au-dessus de la boue et des déchets le long de la route. De même, un disciple du Bouddha s'élève dans la splendeur de la sagesse au-dessus de la masse des ignorants du monde (versets 54, 304, 59).

## 2. Le bien dans les vies futures

Le premier niveau d'enseignement du Dhammapada met l'accent sur l'éthique, une préoccupation découlant du désir de promouvoir le bien-être de l'homme dans l'ici et maintenant. Cependant, les enseignements relatifs à ce niveau soulèvent une profonde question religieuse, un

dilemme qui défie le penseur mature. Le problème est le suivant : notre intuition morale, notre sens inné de la justice morale, nous dit qu'un principe de compensation doit être à l'œuvre dans le monde, selon lequel le bien rencontre le bonheur et le mal la souffrance. Cependant, notre expérience quotidienne nous montre le contraire : nous rencontrons des personnes extrêmement vertueuses qui font face à toutes sortes d'épreuves, tandis que des individus manifestement mauvais connaissent le succès dans tout ce qu'ils entreprennent. Nous pensons qu'il existe un moyen de rétablir cet équilibre, une force qui ferait basculer la balance de la justice dans le sens que nous jugeons juste. Toutefois, notre expérience quotidienne semble aller à l'encontre de cette intuition.

Cependant, dans ses enseignements, le Bouddha révèle l'existence d'une force qui peut satisfaire notre quête de justice morale. Cette force échappe à la perception de l'œil physique et ne peut être mesurée par aucun instrument. Mais, ses principes complexes sont connus d'un Bouddha parfaitement éveillé, et son fonctionnement devient visible à la vision supranormale des sages et des saints. Cette force est appelée kamma. La loi du kamma garantit que nos actions moralement déterminées ne disparaissent pas dans le néant, mais qu'elles se poursuivent sous forme de traces dans les couches profondes et cachées de l'esprit, où elles fonctionnent de telle sorte que nos bonnes actions finissent par déboucher sur le bonheur et le succès, et nos mauvaises actions sur la souffrance et la misère.

Dans l'enseignement du Bouddha, le terme "kamma" désigne une action volontaire. Celle-ci peut être physique ou verbale, quand la volonté s'exprime en actes ou en paroles, ou encore purement mentale, lorsque la volonté reste inexprimée sous forme de pensées, d'émotions, de souhaits et de désirs. Les actions peuvent être soit saines, soit malsaines : saines lorsqu'elles sont enracinées dans la générosité, la bienveillance et la compréhension ; malsaines lorsqu'elles naissent de l'avidité, de la haine et de l'illusion. Selon le principe du kamma, les actions volontaires que nous accomplissons au cours de notre vie ont des conséquences à long terme proportionnelles à la qualité morale de l'action initiale. Les actes peuvent s'effacer complètement de notre mémoire, mais, une fois accomplis, ils laissent des impressions subtiles sur l'esprit, des potentiels qui peuvent mûrir à l'avenir, soit pour notre bonheur, soit pour notre malheur.

Selon le bouddhisme, la vie consciente n'est pas le fruit du hasard des combinaisons moléculaires ni un don d'un créateur divin. Au contraire, elle est un processus sans début ni fin qui survient à la naissance, puis disparaît à la mort, pour ensuite renaître. De nombreux domaines existent au-delà de la sphère humaine où une renaissance peut avoir lieu. Il y a les royaumes célestes de grande félicité, de beauté et de puissance. Il y a aussi les royaumes infernaux, où règnent la souffrance et la misère. Le Dhammapada ne fournit pas d'enseignement systématique sur le kamma et la renaissance. Ce livre, qui se présente comme un guide spirituel, part des principes théoriques énoncés dans les écritures bouddhistes et se concentre sur leurs applications pratiques dans la vie quotidienne. Le principe fondamental de la loi du kamma est pourtant très clair : nos actions volontaires déterminent la sphère d'existence dans laquelle nous renaîtrons après notre mort, les circonstances et les conditions de notre existence dans une forme de renaissance donnée, ainsi que notre potentiel de progrès ou de déclin spirituel.

Dans le deuxième niveau d'enseignement du Dhammapada, le message demeure essentiellement le même que dans le premier : il s'agit de la même série d'injonctions morales à s'abstenir du mal et à faire le bien. Ce qui change, c'est l'angle sous lequel ces préceptes sont formulés et l'objectif qu'ils visent à atteindre. À ce niveau, les préceptes sont prescrits pour nous montrer la voie à suivre pour atteindre le bonheur durable et l'absence de souffrance, non seulement dans la sphère visible de la vie présente, mais aussi bien au-delà, dans un avenir lointain, lors de notre

transmigration ultérieure dans le *samsāra*. Malgré l'écart apparent entre l'action et le résultat, une loi globale garantit que, en fin de compte, la justice morale triomphera. À court terme, le bien peut souffrir et le mal prospérer. Mais toutes les actions voulues entraînent les résultats appropriés : si l'on agit ou parle avec un esprit mauvais, la souffrance nous suit comme la roue suit le pied du bœuf ; Si quelqu'un agit avec un esprit pur, le bonheur le suit comme une ombre qui jamais ne le quitte. (versets 1-2). Celui qui fait le mal s'afflige ici-bas et dans l'au-delà ; il est tourmenté par sa propre conscience et destiné aux abîmes de la misère. Celui qui fait le bien se réjouit ici et dans l'au-delà, il jouit d'une bonne conscience et est destiné aux royaumes de la félicité (versets 15- 18). Suivre la loi de la vertu mène vers le haut, vers le bonheur et la joie et vers des renaissances supérieures ; violer la loi mène vers le bas, vers la souffrance et vers des renaissances inférieures. La loi est inflexible. Nulle part au monde le malfaiteur ne peut échapper au résultat de son mauvais kamma, "ni dans le ciel, ni au milieu de l'océan, ni dans la grotte la plus profonde d'une montagne" (verset 127). Les personnes vertueuses recueilleront les fruits de leurs bon kamma dans des vies futures avec la même assurance qu'un voyageur, à son retour après un long voyage, peut s'attendre à être chaleureusement accueilli par sa famille et ses amis (verset 220).

### 3. La voie vers le bien final

L'enseignement sur le kamma et la renaissance, incluant son corollaire pratique selon lequel nous devrions accomplir des actions méritoires afin d'obtenir un mode de renaissance plus élevé, ne constitue pas le message final du Bouddha ni le conseil décisif du Dhammapada. Dans sa propre sphère d'application, cet enseignement est parfaitement valable comme mesure préparatoire pour les personnes nécessitant davantage de maturité dans leur parcours au sein du *samsāra*. Cependant, une analyse plus profonde met en évidence que tous les états d'existence dans le *samsāra*, y compris les royaumes célestes les plus élevés, manquent intrinsèquement de valeur authentique ; car ils sont tous impermanents, sans substance durable, incapables de donner une satisfaction complète et finale. Ainsi, le disciple dont les facultés sont affinées et qui a été suffisamment préparé par une expérience antérieure dans le monde, n'aspire même pas à une renaissance parmi les dieux (versets 186-187).

Ayant compris que toutes les choses conditionnées sont intrinsèquement insatisfaisantes et remplies de dangers, le disciple mûr aspire plutôt à la délivrance du cycle sans fin des renaissances. Le but ultime que le Bouddha propose, à la fois comme objectif immédiat pour les personnes ayant déjà développé leurs facultés spirituelles et comme idéal à long terme pour celles qui ont encore besoin de mûrir, est le *Nibbāna*, le sans-mort, l'état inconditionné où il n'y a plus de naissance, de vieillissement ni de mort, et donc plus de souffrance.

Le troisième niveau d'enseignement du Dhammapada esquisse le cadre théorique de l'aspiration à la libération finale. Il définit également les lignes directrices relatives à la discipline pratique qui peuvent permettre à cette aspiration de se réaliser. L'enseignement des Quatre Nobles Vérités, qualifiées de "meilleure de toutes les vérités" par le Dhammapada (verset 273), sert de base théorique. Ces vérités sont la souffrance, la cessation de la souffrance et le Noble Sentier Octuple menant à la cessation de la souffrance. Les quatre vérités sont toutes centrées sur le problème de *dukkha* (la souffrance). Le Dhammapada nous enseigne que *dukkha* ne doit pas être compris uniquement comme l'expérience de la douleur et du chagrin, mais plutôt comme une inadéquation et une misère omniprésentes dans tout ce qui est conditionné : "Il n'y a pas de maladie comme les agrégats de l'existence ; toutes les choses conditionnées sont des souffrances ; les choses

conditionnées sont les pires souffrances" (versets 202, 278, 203). La deuxième vérité affirme que la souffrance provient du désir, de l'aspiration au plaisir, aux possessions et au soi, qui nous entraîne dans le cycle des renaissances, apportant avec lui le désarroi, l'anxiété et le désespoir. Le Dhammapada consacre un chapitre entier (chapitre 24 - Versets sur le désir) au thème de l'envie, et le message de ce chapitre est clair : tant que la moindre fibre de désir subsiste dans notre esprit, nous courons le risque d'être emportés par le tourbillon de l'existence. La troisième noble vérité énonce le but de l'enseignement du Bouddha : pour obtenir la libération de la souffrance, pour échapper au flot de l'existence, le désir doit être détruit jusqu'à ses racines les plus profondes et les plus subtils. Quant à la quatrième noble vérité, elle prescrit le moyen d'atteindre la libération, le Noble Sentier Octuple, qui fait l'objet d'un chapitre entier (chapitre 20 - versets sur le sentier).

Au troisième niveau d'instruction, l'enseignement pratique du Dhammapada évolue. On passe de la doctrine des principes du kamma et de la renaissance aux Quatre Nobles Vérités. L'accent n'est plus mis sur la moralité de base et la purification de l'esprit comme moyen d'atteindre des plans de renaissance plus favorables. Il s'agit plutôt de cultiver le Noble Octuple Sentier comme moyen de détruire le désir et de se libérer ainsi du processus de renaissance lui-même. Le Dhammapada affirme que l'Octuple Sentier est le seul moyen de se libérer de la souffrance (verset 274). Il ne l'énonce pas comme un dogme rigide, mais parce que la libération complète de la souffrance vient de la purification de la sagesse. Ce chemin, qui met l'accent sur la Vue Juste et la culture de la perspicacité, conduit à une sagesse pleinement purifiée, à une compréhension complète de la vérité libératrice. Le Dhammapada affirme que ceux qui empruntent cette voie parviendront à connaître les Quatre Nobles Vérités. Ils mettront fin à toutes les souffrances après avoir acquis cette sagesse. Le Bouddha nous assure que, en suivant ce chemin, nous tromperons Māra, nous extirperons l'échard du désir et nous échapperons à la souffrance. Toutefois, il nous met en garde quant à notre propre responsabilité : c'est à nous de fournir les efforts nécessaires, car les Bouddhas ne font que montrer la voie (versets 275-276).

En principe, la pratique du Noble Octuple Sentier est ouverte aux personnes de tous horizons, aux laïcs comme aux moines et aux nonnes. Cependant, l'application au développement du chemin est plus facile pour celles qui ont renoncé à toutes les préoccupations mondaines afin de se consacrer pleinement à la vie sainte. Pour que la conduite soit entièrement épurée et que l'esprit soit entraîné à la concentration et à la vision profonde, il est recommandé d'adopter un mode de vie différent, qui limite les distractions et les excitants du désir et qui structure toutes les activités autour de l'objectif de la libération. C'est ainsi que le Bouddha a fondé le Sangha, l'ordre des bhikkhus et des bhikkhunīs, comme terrain d'exercice pour ceux qui sont prêts à se consacrer pleinement à la pratique de la voie.

Dans le Dhammapada, l'appel à la vie monastique résonne tout au long du livre. La voie d'accès à la vie monastique est un acte de renoncement radical motivé par notre confrontation à la souffrance, en particulier par la prise de conscience de notre mortalité inévitable. Le Dhammapada enseigne que, tout comme le bouvier guide son troupeau vers les pâturages, le vieillissement et la mort conduisent les êtres vivants d'une vie à l'autre (verset 135). Il n'y a aucun endroit sur Terre où l'on peut échapper à la mort, car celle-ci est inhérente à notre nature profonde (verset 128). Le corps est un mirage peint, sans rien de durable ni de stable. C'est un amas de blessures, un nid de maladies, qui se décompose et finit par la mort. C'est une ville construite avec des ossements, où règnent la pourriture et la mort. Les insensés s'y attachent, mais les sages, ayant compris que le corps finit en cadavre, ont perdu tout goût pour les plaisirs du monde. (Versets 146-150).

Ayant reconnu le caractère éphémère et la misère cachée de la vie mondaine, les personnes réfléchies rompent les liens familiaux et sociaux, abandonnent leurs foyers et les plaisirs sensuels, et

entrent dans l'état de sans-abri. "Comme les cygnes qui abandonnent le lac, ils laissent derrière eux maison après maison... Passés de la vie de foyer à l'itinérance, ils se délectent d'un détachement si difficile à apprécier" (versets 91, 87). Vivant dans des lieux solitaires, les renonçants recherchent la compagnie de sages instructeurs, qui leur signalent leurs fautes, qui les admonestent, les instruisent, les protègent du mal et leur montrent le droit chemin (versets 76-78, 208). Sous leur direction, ils vivent selon les règles de l'ordre monastique, se contentant des nécessités matérielles les plus simples, mangeant avec modération, pratiquant la patience et la longanimité, se consacrant à la méditation (versets 184-185). Ayant appris à calmer les vagues agitées de la pensée et à se concentrer en un seul point, ils contemplent l'apparition et la disparition de toutes les formations : "Le moine qui médite dans un lieu solitaire, dont l'esprit est tranquille, qui perçoit clairement le Dhamma, connaît une joie qui transcende tous les plaisirs humains. Chaque fois qu'il comprend clairement l'apparition et la disparition des agrégats, il est rempli de joie et de ravissement" (versets 373-374).

La vie de méditation atteint son apogée dans le développement de la compréhension profonde. Le Dhammapada résume les principes à considérer avec la sagesse de la compréhension profonde : "Tous les phénomènes conditionnés sont impermanents... Tous les phénomènes conditionnés sont source de souffrance... Tous les phénomènes n'ont pas de 'soi'." Lorsque l'on voit cela clairement et avec sagesse, on se détourne de ce qui cause la souffrance. C'est le chemin de la purification." (versets 277-279). Lorsque ces vérités sont pénétrées par une vision directe, les chaînes de l'attachement se brisent et le disciple franchit les étapes successives de la réalisation, jusqu'à la libération totale.

## 4. Le but le plus élevé

Le quatrième niveau d'enseignement du Dhammapada ne révèle pas de nouveaux principes de doctrine ou d'approche à la pratique. Ce niveau nous montre plutôt le fruit du troisième niveau. Ce dernier expose le chemin vers le but le plus élevé, le moyen de se libérer de toute servitude et de toute souffrance, et d'atteindre la paix suprême du Nibbāna. Le quatrième niveau est une célébration et un hommage à ceux qui ont obtenu les fruits du chemin et atteint le but final.

Dans le Canon Pāli, il existe quatre étapes menant à la réalisation ultime sur le chemin du Nibbāna. La première est l'entrée dans le courant, lorsque l'on s'engage irréversiblement sur la voie de la libération ; l'unique retour, lorsque l'on est assuré de ne revenir qu'une seule fois dans la sphère des sens ; le non-retour, lorsque l'on ne reviendra jamais dans la sphère des sens, mais que l'on prendra une naissance spontanée dans un plan céleste et y atteindra la fin de la souffrance ; on deviendra un arahant, l'étape de la libération totale ici et maintenant. Bien que le Dhammapada contienne plusieurs versets se référant à ceux qui se trouvent aux stades moins avancés, il se concentre principalement sur l'individu qui a atteint le quatrième et dernier fruit de la libération, l'arahant. L'image qu'il nous en donne est émouvante et inspirante.

L'arahant est représenté dans deux chapitres entiers : le chapitre 7, Versets sur le Noble Être Éveillé, et le chapitre 26, Versets sur le Brahmane. On le décrit comme étant libéré de la fièvre des passions et de la souffrance et entièrement libre, et ayant rompu tous les liens. Ses tâches sont détruites, il n'est pas attaché à la nourriture ; son domaine est le vide et sa liberté inconditionnelle. Pour le commun des mortels, l'arahant est incompréhensible ; on ne peut pas tracer son chemin, comme on ne peut pas tracer celui des oiseaux dans le ciel. Il a transcendé tous les obstacles, dépassé

la détresse et les lamentations, il est paisible et sans peur. Il est exempt de colère, dévot, vertueux, sans désir, maître de soi. Sa connaissance et sa sagesse sont profondes, il distingue clairement le bon chemin du mauvais, et il a atteint le but le plus élevé. Il est amical au milieu de l'hostilité, paisible au milieu de la violence et sans attachement au milieu de l'attachement.

Dans cette vie même, l'arahan a atteint la fin de la souffrance, déposant le fardeau des cinq agrégats. Il a transcené les liens du mérite et du démerite ; il est sans chagrin, sans tache, il est pur. Il est libre de tout attachement et a pénétré dans le sans-mort. Comme la lune, il est sans tache, pur, serein et radiant. Il a laissé derrière lui tous les liens humains et a dépassé tous les liens célestes ; il s'est débarrassé des substrats de l'existence et a conquis tous les mondes. Il connaît la mort et la renaissance des êtres, il est totalement détaché, béni et éveillé. Aucun dieu, ange ou être humain ne peut retrouver ses traces, car il ne s'accroche à rien, n'a pas d'attaches et ne tient à rien. Il a atteint la fin des naissances, la perfection de la vision et le sommet de l'excellence spirituelle. Portant son dernier corps, parfaitement en paix, l'arahan est la démonstration vivante de la vérité du Dhamma. Il démontre par son propre exemple qu'il est possible de se libérer des taches de l'avidité, de la haine et de l'illusion, de s'élever au-dessus de la souffrance et d'atteindre Nibbāna dans cette vie même.

L'idéal de l'arahan se manifeste de la manière la plus optimale chez le premier et le plus élevé des arahants, le Bouddha. Le Dhammapada contient plusieurs affirmations importantes sur le Maître. Le Bouddha est le maître suprême qui ne dépend de personne pour être guidé, qui a atteint l'éveil parfait grâce à sa propre sagesse (verset 353). Il donne refuge, il est lui-même le premier des trois refuges. Ceux qui prennent refuge dans le Bouddha, sa Doctrine et son Ordre sont libérés de toute souffrance, après avoir compris avec sagesse les Quatre Nobles Vérités (versets 190-192). Le Bouddha a atteint un niveau d'éveil parfait qui le place bien au-dessus du commun des mortels. Il est comme un oiseau qui ne laisse aucune trace, d'une portée illimitée, libre de toute mondanité, vainqueur de tout, connisseur de tout, sans tache en toutes choses (versets 179-180, 353). "Le soleil brille le jour, la lune brille la nuit, le roi brille en tenue d'apparat, l'Être Noble brille dans sa méditation, mais de jour comme de nuit, le Bouddha brille dans toute sa splendeur." (Verset 387).

Ainsi, nous mettrons un terme à notre exploration des quatre niveaux fondamentaux d'enseignement du Dhammapada. Intercalés entre les passages traitant de ces quatre niveaux clés, on trouve de nombreux versets qui ne se rattachent pas exclusivement à un seul niveau, mais qui ont plutôt une portée plus globale. Ces versets nous offrent un aperçu de la vision du monde du bouddhisme à ses débuts et ses idées distinctives sur l'existence humaine. Cette vision du monde, telle qu'elle est présentée dans le texte, met en évidence l'inexorable dualité de l'existence humaine. L'être humain évolue dans un équilibre délicat entre le bien et le mal, la pureté et la souillure, le progrès et le déclin ; il aspire au bonheur et craint la souffrance, la perte et la mort. Nous sommes libres de choisir entre le bien et le mal, et nous devons assumer l'entièr responsabilité de nos décisions. Le Dhammapada lance à maintes reprises ce défi à la liberté humaine : nous sommes les artisans et les maîtres de notre propre existence, les protecteurs ou les destructeurs de nous-mêmes, les sauveurs de nous-mêmes et personne d'autre ne peut nous sauver (versets 160, 165, 380). Même le Bouddha ne peut que nous montrer le chemin de la délivrance ; c'est au disciple qu'il incombe de l'emprunter (versets 275-276). En fin de compte, nous devons choisir entre la voie qui conduit au monde, à la ronde du devenir, et la voie qui mène en dehors du monde, vers le Nibbāna. Bien que cette voie soit extrêmement difficile, le Bouddha prononce des mots d'encouragement qui confirment que c'est possible, que nous avons le pouvoir de surmonter tous les obstacles et de triompher même de la mort.

Selon le Dhammapada, c'est l'esprit qui joue le rôle principal dans la réalisation du progrès dans

## 28. Le message vivant du Dhammapada

tous les domaines. Le Dhammapada commence par établir clairement que l'esprit est le précurseur de tout ce que nous sommes, l'artisan de notre caractère, le créateur de notre destin (verset 1). Toute la discipline bouddhiste, de la moralité de base à la réalisation de l'état d'arahant, se concentre autour de l'entraînement de l'esprit. Un esprit mal dirigé fait plus de mal que n'importe quel ennemi ; un esprit bien dirigé fait plus de bien qu'un parent ou un ami (versets 42-43). L'esprit est indiscipliné, inconstant, difficile à maîtriser, mais par l'effort, la pleine conscience et l'autodiscipline, on peut maîtriser l'esprit, échapper au flot des passions et trouver "une île qu'aucun raz-de-marée ne pourrait submerger" (verset 25). La personne qui se conquiert elle-même, le vainqueur de son propre esprit, réalise une conquête qui ne peut jamais être défaite, une victoire plus grande que celle des guerriers les plus puissants (versets 103-105).

D'après le Dhammapada, la qualité la plus nécessaire pour former et maîtriser l'esprit est la vigilance constante ou l'ardeur (*appamāda*). La vigilance allie une conscience critique de soi et une énergie inlassable dans un processus d'auto-observation ininterrompue, afin de déceler et d'éradiquer les souillures chaque fois qu'elles tentent de refaire surface. Dans un monde où nous ne dépendons que de nous-mêmes pour nous sauver et où le moyen de délivrance réside dans la purification mentale, la vigilance devient un facteur crucial pour nous assurer que nous restons sur la voie de l'entraînement sans être distraits par l'attrait séduisant des plaisirs des sens ou les influences stagnantes de la paresse et de l'autosatisfaction. Le Bouddha déclare que la vigilance est le chemin qui mène au sans-mort, et que la négligence est le chemin qui mène à la mort. Les sages qui comprennent cette distinction demeurent dans l'attention et ils atteignent Nibbāna, "la libération incomparable de la servitude" (versets 21-23).

*Extrait de Bodhi Leaves n° 129, publié pour la première fois en 1993 par le Buddhist Publication Society Kandy Sri Lanka*

## 29. S'ASSOCIER AUX SAGES

Le *Mahāmaṅgala Sutta* (SN 2.4), le Grand Discours sur les Bénédictions, est l'un des suttas bouddhistes les plus populaires, présent dans tous les répertoires standards des chants dévotionnels en pāli. Le Sutta commence lorsqu'une divinité d'une splendeur inégalée, descendue sur terre dans le calme de la nuit, s'approche du Bienheureux dans le bosquet de Jeta et lui demande quelles sont les plus hautes bénédictions. Dans la toute première strophe de sa réponse, le Bouddha déclare que la plus grande bénédiction est d'éviter les insensés et de s'associer avec les sages (*asevanā ca bālānam, pañditānaí ca sevanā*). Le reste du discours décrit en détail les divers aspects de la félicité humaine, tant mondaine que spirituelle. L'association avec les sages, dès l'introduction, souligne un point clé : prendre des décisions judicieuses dans nos relations est essentiel à notre progression sur le chemin du Dhamma.

Contrairement à certaines théories psychologiques, l'esprit humain n'est pas une entité hermétiquement close renfermant une personnalité inaltérablement façonnée par la biologie et l'expérience infantile. Au contraire, il demeure une entité très malléable tout au long de la vie qui se remodèle continuellement en réponse à ses interactions sociales. Loin d'avoir un caractère fixe et immuable dans nos relations personnelles, nos contacts sociaux réguliers et répétés nous impliquent dans un processus constant d'osmose psychologique qui offre de précieuses opportunités de croissance et de transformation. De la même manière que les cellules vivantes s'engagent dans un dialogue chimique avec leurs homologues, nos esprits transmettent et reçoivent un flot constant de messages et de suggestions qui peuvent entraîner des changements profonds, même à un niveau subconscient.

Ce qui est particulièrement important pour notre progrès spirituel, c'est le choix de nos amis et de nos compagnons, qui peuvent avoir un impact décisif sur notre destinée personnelle. Le Bouddha souligna à plusieurs reprises la valeur de bons amis (*kalyāṇamitta*) dans la vie spirituelle, parce qu'il percevait à quel point notre esprit peut être vulnérable à l'influence de nos compagnons. Le Bouddha affirme que, parmi les facteurs externes, un mauvais ami est le plus susceptible de faire émerger des qualités malsaines chez une personne, tandis qu'un bon ami est le plus susceptible de faire émerger des qualités saines (AN I. vii, 10 ; I.viii, 1). Il ajoute qu'il ne voit aucun autre facteur externe capable de causer autant de mal qu'un mauvais ami, et aucun autre facteur externe capable de causer autant de bienfaits qu'un bon ami (AN I.x, 13, 14). C'est grâce à l'influence d'un bon ami qu'un disciple est guidé le long du Noble Sentier Octuple vers la libération de toute souffrance (SN 45:2).

Dans le bouddhisme, la bonne amitié signifie bien plus que le fait de s'associer avec des personnes que l'on trouve agréables et qui partagent nos intérêts. Elle consiste à chercher des compagnons sages vers qui l'on peut se tourner pour obtenir des conseils et des instructions. La tâche de l'ami noble ne consiste pas seulement à fournir une compagnie sur le chemin. L'ami véritablement sage et rempli de compassion est celui qui est prêt à critiquer et à réprimander avec compréhension et sympathie, à mettre en évidence les défauts de l'autre, à l'exhorter et à l'encourager, sachant que l'objectif ultime d'une telle amitié est le progrès dans le Dhamma. Le Bouddha exprime succinctement la réponse appropriée d'un disciple à un tel ami dans un verset du Dhammapada : "Si l'on trouve une personne qui met en évidence nos défauts et nous réprimande, on devrait suivre un tel conseiller sage

et sage comme on le ferait d'un guide vers un trésor caché." (Dhp. 76).

L'association avec les sages est cruciale dans le développement spirituel, car l'exemple et les paroles d'un conseiller noble d'esprit sont souvent le facteur décisif qui éveille et nourrit le développement de notre propre potentiel spirituel inexploité. L'esprit non cultivé recèle une grande diversité de potentialités inexploitées, allant des profondeurs de l'égocentrisme, de l'égoïsme et de l'agressivité aux sommets de la sagesse, du sacrifice de soi et de la compassion. La tâche à laquelle nous sommes confrontés, en tant que disciples du Dhamma, est de maîtriser les tendances malsaines et de favoriser la croissance des tendances saines, les qualités qui mènent à l'éveil, à la liberté et à la purification. Cependant, nos tendances intérieures ne mûrissent pas et ne déclinent pas dans le vide. Elles sont soumises à l'impact constant de l'environnement, et, parmi les plus puissantes de ces influences se trouvent les personnes que nous fréquentons. Ce sont les personnes que nous considérons comme des enseignants, des conseillers et des amis. Ces personnes s'adressent silencieusement aux potentialités cachées de notre propre être. Elles influenceront leur développement ou leur étiollement.

Dans notre quête du Dhamma, il devient donc essentiel pour nous de choisir comme guides et compagnons ceux qui représentent, au moins en partie, les qualités nobles que nous cherchons à cultiver en nous par la pratique du Dhamma. Cela est particulièrement important dans les premiers stades de notre développement spirituel, lorsque nos aspirations vertueuses sont encore fraîches et tendres, vulnérables à l'irrésolution intérieure ou au découragement de la part de personnes qui ne partagent pas nos idéaux. Dans cette phase initiale, notre esprit ressemble à un caméléon qui change de couleur en fonction de son environnement. Tout comme ce lézard remarquable devient vert dans l'herbe et brun sur un sol dénudé, nous devenons insensés en fréquentant des insensés, et sages en fréquentant des sages. Les changements internes ne se produisent généralement pas soudainement ; mais lentement, par des incrémentés si légers que nous pouvons nous-mêmes ne pas en être conscients. Notre caractère subit une métamorphose qui, en fin de compte, peut s'avérer extrêmement significative. Si nous nous associons étroitement à ceux qui sont obsédés par la recherche des plaisirs des sens, du pouvoir, de la richesse et de la célébrité, nous ne devons pas nous imaginer que nous resterons à l'abri de ces obsessions. Avec le temps, notre propre esprit s'orientera progressivement vers ces mêmes objectifs. Nous ne pourrons pas sortir des ornières du commun si nous nous associons étroitement à ceux qui, bien que pas insouciants sur le plan moral, vivent confortablement leur vie en se conformant à des routines banales. Si nous aspirons à ce qu'il y a de plus élevé, au sommet de la sagesse transcendante et de la libération, alors nous devons nous associer à ceux qui représentent ce qu'il y a de plus élevé. Même si nous n'avons pas la chance de trouver des compagnons ayant déjà atteint ces sommets, nous pouvons nous estimer heureux si nous rencontrons sur notre chemin quelques amis spirituels qui partagent nos idéaux et qui s'efforcent sincèrement de cultiver les nobles qualités du Dhamma dans leur cœur.

Lorsque nous nous demandons comment reconnaître les bons amis, comment distinguer les bons conseillers des mauvais, le Bouddha nous fournit des indications claires. Dans son " Petit Discours Nocturne de la Pleine-Lune" (MN 110), il explique la différence entre la compagnie d'une mauvaise personne et celle d'une bonne personne. La mauvaise personne choisit comme amis et compagnons ceux qui sont sans foi, dont la conduite est marquée par une absence de honte et de crainte morale, qui n'ont aucune connaissance des enseignements spirituels, qui sont paresseux et inattentifs, et qui sont dépourvus de sagesse. En choisissant de si mauvais amis comme conseillers, la mauvaise personne planifie et agit pour son propre mal, pour le mal des autres, et pour le mal des deux. Elle rencontre le malheur et la misère.

En revanche, le Bouddha continue, la bonne personne choisit pour amis et compagnons ceux qui ont la foi, qui font preuve de honte et de crainte morale, qui sont instruits dans le Dhamma et qui sont énergiques dans la culture de l'esprit, attentifs et sages. En s'associant à de tels bons amis et en les considérant comme des mentors et des guides, la bonne personne s'efforce de cultiver les mêmes qualités en elle-même et de les intégrer dans son propre caractère. Ainsi, alors qu'il se rapproche toujours plus de la délivrance, il devient lui-même un phare pour les autres. Une telle personne peut servir de modèle inspirant à ceux qui errent encore dans l'obscurité et d'ami sage vers qui se tourner pour obtenir des conseils et des avis.

*Extrait de la newsletter BPS n° 26, 1er envoi 1994.*

## 30. DHAMMA ET NON-DUALITÉ

L'une des questions les plus complexes auxquelles le bouddhisme Theravāda a été confronté ces dernières années a été la rencontre entre la méditation vipassanā Theravāda classique et les traditions contemplatives "non-duelles" les mieux représentées par l'Advaita Vedanta et le bouddhisme Mahāyāna. Les réponses à cette rencontre ont été extrêmes, allant de la confrontation véhémente aux tentatives de synthèse et d'hybridation. Bien que cet essai ne puisse prétendre éclaircir tous les aspects complexes et subtils de ce dialogue parfois tumultueux, j'espère qu'il pourra apporter quelques éclairages d'un point de vue canonique du bouddhisme Theravāda.

Ma première observation concerne le fait qu'une méthode de pratique méditative n'est pas une discipline autonome. Toute pratique spirituelle authentique s'inscrit toujours dans un cadre conceptuel qui définit les problèmes que la pratique est censée résoudre et l'objectif vers lequel elle est orientée. Par conséquent, l'intégration de techniques fondées sur des cadres conceptuels incompatibles est semée d'embûches. Bien que de telles fusions puissent apaiser une prédisposition pour l'expérimentation ou l'éclectisme, il semble probable qu'elles auront pour effet, à long terme, de créer une certaine "dissonance cognitive" qui se répercute dans les niveaux les plus profonds de la psyché et suscitera une confusion encore plus grande.

Ma deuxième remarque est simplement de souligner que les traditions spirituelles non dualistes ne sont pas du tout cohérentes entre elles, mais qu'elles regroupent en réalité une multitude de points de vue profondément différents, et inévitablement influencés par les cadres conceptuels plus larges des philosophies auxquelles elles appartiennent.

Pour les adeptes du Vedanta, la non-dualité (*advaita*) signifie l'absence de distinction ultime entre l'Atman, le 'moi' le plus intime, et le Brahman, la réalité divine, le fondement sous-jacent du monde. Du point de vue de la réalisation la plus élevée, il n'existe qu'une seule réalité ultime, qui est à la fois Atman et Brahman. La quête spirituelle vise à comprendre que son propre Soi véritable, l'Atman, est la réalité intemporelle de l'Être, de la Conscience et de la Félicité. Étant donné que toutes les écoles du bouddhisme rejettent l'idée de l'Atman, elles ne peuvent pas accepter le non-dualisme du Vedanta. Du point de vue de la tradition Theravāda, toute quête visant à découvrir l'individualité, que ce soit en tant qu'un soi individuel permanent ou en tant qu'un soi universel absolu, doit être rejetée comme une illusion, une erreur métaphysique née d'une incapacité à comprendre correctement la nature de l'expérience concrète. Selon les suttas Pāli, l'être individuel n'est qu'une unité complexe des cinq agrégats, qui sont tous marqués par les trois signes : l'impermanence, la souffrance et l'absence de soi. Toute affirmation de l'individualité concernant ce composé de phénomènes transitoires et conditionnés est un exemple "d'attachement aux agrégats" (*sakkāyaditthi*), le lien le plus fondamental qui lie les êtres à la roue des renaissances. Selon le bouddhisme, la libération se produit non pas par la réalisation d'un vrai 'soi' ou d'un 'je' absolu, mais plutôt par la dissolution du sens le plus subtil de l'individualité par rapport aux cinq agrégats, "l'abolition de toutes les tendances à la "création d'un 'moi', d'un 'mien' et de la tendance sous-jacente à la vanité".

Les écoles bouddhistes du Mahāyāna, malgré leurs grandes divergences, s'accordent pour

défendre une thèse qui, du point de vue du Theravāda, frise l'outrage. Il s'agit de l'affirmation selon laquelle il n'y a pas de différence ultime entre le saṃsāra et le Nirvāna, la souillure et la pureté, l'ignorance et l'éveil. Pour le Mahāyāna, l'éveil que la voie bouddhiste est censée éveiller consiste précisément dans la réalisation de cette perspective non dualiste. La validité des dualités conventionnelles est niée parce que la nature ultime de tous les phénomènes est la vacuité, c'est-à-dire l'absence de toute réalité substantielle ou intrinsèque. Dans leur vacuité, tous les phénomènes divers et apparemment opposés par la doctrine bouddhiste traditionnelle coïncident finalement : "Tous les dharmas ont une seule nature, qui est la non-nature."

L'enseignement du Bouddha tel qu'il se trouve dans le canon pāli ne valide pas une quelconque philosophie du non-dualisme, et je dirais même que cette dernière n'est jamais sous-entendue par les discours du Bouddha. En même temps, cependant, je ne maintiendrais pas que les suttas pālis proposent le dualisme, la postulation de la dualité comme hypothèse métaphysique visant à un agrément intellectuel. Je qualifierais l'intention du Bouddha, dans le Canon, de pragmatique plutôt que de spéculative. Toutefois, je dois préciser que ce pragmatisme n'opère pas dans un vide philosophique, mais trouve son fondement dans la nature de l'expérience telle que le Bouddha l'a perçue lors de son éveil. Contrairement aux systèmes non dualistes, l'approche du Bouddha ne cherche pas à déceler une force unificatrice sous-jacente ou au-delà de notre expérience du monde. Au contraire, il prend le fait concret de l'expérience vécue, avec toute sa confusion bourdonnante de contrastes et de tensions, comme point de départ et cadre. À partir de là, il tente de diagnostiquer le problème central de l'existence humaine et d'offrir un moyen de le résoudre. L'étoile Polaire du chemin bouddhiste n'est donc pas une unité finale, mais l'extinction de la souffrance, qui apporte la résolution du dilemme existentiel à son niveau le plus fondamental.

Lorsque nous examinons notre expérience telle qu'elle se présente, nous constatons qu'elle est imprégnée d'un certain nombre de dualités cruciales, ayant des implications profondes pour la quête spirituelle. L'enseignement du Bouddha, tel qu'il est présenté dans les suttas pāli, attire constamment notre attention sur ces dualités et considère que reconnaître ces dualités est la base essentielle à toute démarche sincère vers la sagesse libératrice. Ce sont précisément ces antithèses - entre le bien et le mal, la souffrance et le bonheur, la sagesse et l'ignorance - qui font de la quête de l'éveil et de la délivrance une préoccupation d'une importance vitale.

Au sommet des paires d'opposés se trouve la dualité entre le conditionné et l'inconditionné : le saṃsāra, le cycle des naissances et des morts répétées où tout est impermanent, sujet au changement et sujet à la souffrance, et le Nibbāna, l'état de délivrance finale, l'état sans naissance, sans âge et sans mort. Bien que le Nibbāna soit clairement présenté comme une réalité ultime dans les premiers textes, et non comme un simple état éthique ou psychologique, il n'y a aucune suggestion que cette réalité soit métaphysiquement indiscernable à un niveau profond de son contraire manifeste, le saṃsāra. Au contraire, la leçon répétée du Bouddha est que le saṃsāra est le domaine de la souffrance, dominé par le désir, la haine et l'illusion, dans lequel nous avons versé une quantité de larmes plus grande que les eaux de l'océan, tandis que le Nibbāna est la libération irréversible du saṃsāra, atteinte en éliminant le désir, la haine et l'illusion, et en renonçant à toute existence conditionnée.

Ainsi, le Theravāda considère l'antithèse entre le saṃsāra et le Nibbāna comme le point de départ de toute quête de délivrance. De plus, il considère que cette antithèse détermine l'objectif ultime, soit la transcendance du saṃsāra et l'atteinte de la libération dans le Nibbāna. Le Theravāda et les écoles du Mahāyāna partagent le même point de départ : la dualité du saṃsāra et du Nirvana. Cependant, la différence majeure réside dans le refus du Theravāda de considérer cette dualité comme une simple leçon préparatoire pour ceux dont les facultés sont émoussées, qui sera finalement

remplacée par une réalisation supérieure de la non-dualité. Selon les suttas pālis, même pour le Bouddha et les arahants, la souffrance et sa cessation, le samsāra et le Nibbāna, demeurent distincts. Les chercheurs spirituels qui explorent encore les différentes traditions contemplatives ont tendance à supposer que l'enseignement spirituel le plus élevé doit être celui qui établit une unité métaphysique comme fondement philosophique et comme ultime objectif de la quête de l'éveil. Partant de ce postulat, ils peuvent alors en déduire que l'enseignement bouddhiste pāli, qui met l'accent sur l'évaluation sobre des dualités, est incomplet ou provisoire, nécessitant l'accomplissement d'une réalisation non dualiste. Pour ceux qui ont une telle inclination, la dissolution des dualités dans une unité finale apparaîtra toujours plus profonde et plus complète.

Cependant, c'est précisément cette hypothèse que je remettrai en question. En référence à l'enseignement original du Bouddha lui-même, je soutiendrais que la profondeur et la complétude n'ont pas besoin d'être sacrifiées au prix des distinctions. Elles peuvent être atteintes au plus haut niveau tout en préservant intactes les dualités et la diversité si manifestes à la réflexion mûre sur le monde. J'ajouterais, en outre, que l'enseignement qui met l'accent sur la reconnaissance des dualités réelles est finalement plus satisfaisant. La raison pour laquelle il est plus satisfaisant, même s'il nie l'aspiration de l'esprit à une unité globale, est qu'il prend en considération un autre facteur plus important que la quête de l'unité. Ce "quelque chose d'autre" est la nécessité de rester ancré dans la réalité.

L'enseignement du Bouddha, tel qu'il est préservé dans la tradition Theravāda, *surpasse toutes les autres tentatives de résoudre les dilemmes spirituels de l'humanité par son refus persistant de sacrifier la réalité à l'unité*. Le Dhamma du Bouddha ne nous oriente pas vers un absolu universel dans lequel les tensions de la vie quotidienne se dissolvent dans une unité métaphysique ou un vide insondable. Il nous oriente vers la réalité en tant que sphère ultime de compréhension, vers les choses telles qu'elles sont réellement (*yathābhūta*). Il nous oriente avant tout vers les Quatre Nobles Vérités de la souffrance, de son origine, de sa cessation et du chemin vers sa cessation, en tant que proclamation libératrice des choses telles qu'elles sont réellement. Selon le Bouddha, ces quatre vérités sont des vérités nobles, et ce qui les rend nobles, c'est qu'elles sont réelles, immuables et inchangeables (*tathā, avitatha, anaññata*). C'est le fait de ne pas avoir affronté la réalité de ces vérités qui nous a fait errer si longtemps dans le cycle du samsāra. C'est en pénétrant ces vérités telles qu'elles sont que l'on peut atteindre la véritable réalisation de la quête spirituelle : mettre fin à la souffrance.

Je vais maintenant examiner trois aspects majeurs qui distinguent l'enseignement du Bouddha, que nous pouvons appeler ici "le Dhamma Noble", des philosophies de la non-dualité. Ces domaines correspondent aux trois aspects de la voie bouddhiste : la vertu, la concentration et la sagesse. En ce qui concerne la vertu, la distinction entre les deux enseignements n'est pas immédiatement évidente, car tous deux affirment généralement l'importance d'une conduite vertueuse au début de la formation. La différence essentielle entre eux apparaît, non pas au départ, mais plus tard, dans leur évaluation du rôle de la moralité dans les étapes avancées du chemin. Dans les systèmes non dualistes, toutes les dualités sont finalement transcendées dans la réalisation de la réalité non dualiste, l'Absolu ou la base fondamentale. Comme l'Absolu englobe et transcende toute diversité, pour celui qui l'a réalisé, les distinctions entre le bien et le mal, la vertu et la non-vertu perdent leur validité ultime. On affirme que ces différenciations ne s'appliquent qu'à un niveau conventionnel, pas au niveau de la réalisation finale. Elles concernent le débutant, pas l'adepte. Ainsi, nous constatons que, dans leurs formes historiques (en particulier dans le tantra hindou et bouddhiste), les philosophies de la non-dualité soutiennent que la conduite du sage éveillé ne peut être circonscrite par des règles morales. Le sage a transcendé toutes les distinctions conventionnelles

entre le bien et le mal. Il agit spontanément, se laissant guider par son intuition de l'Ultime, il est exempté des contraintes morales qui s'appliquent à ceux qui s'efforcent encore d'atteindre la lumière. Son comportement est un déferlement insaisissable et incompréhensible de ce qu'on a appelé 'folle sagesse'.

Pour le Noble Dhamma, la distinction entre les deux formes de conduite, morale et immorale, est nette et claire et persiste jusqu'à l'aboutissement du chemin : "La conduite corporelle est de deux sortes, dis-je, à cultiver et à ne pas cultiver, et une telle conduite est l'une ou l'autre" (MN 114). La conduite du sage bouddhiste idéal, l'arahant, incarne les plus hauts standards de rectitude morale, tant dans l'esprit que dans les actions. Pour lui, l'obéissance à la lettre est spontanée et naturelle. Le Bouddha dit que l'être libéré vit constraint par les règles du Vinaya, percevant le danger dans la moindre faute. Il ne peut intentionnellement commettre aucune violation des préceptes moraux. Il ne suivrait jamais une ligne de conduite motivée par le désir, la haine, l'illusion ou la peur.

Dans le domaine de la concentration, ou de la pratique de la méditation, nous trouvons à nouveau une différence frappante de perspective entre les systèmes non dualistes et le Noble Dhamma. Puisque, selon les systèmes non dualistes, les distinctions sont finalement irréelles, la pratique de la méditation ne vise pas explicitement à éliminer les souillures mentales ni à cultiver des états d'esprit vertueux. Dans ces systèmes, on dit souvent que les souillures ne sont que des apparences dépourvues de toute réalité intrinsèque, voire des manifestations de l'Absolu. Par conséquent, s'engager dans un programme de pratique pour les surmonter est une tâche vaine et vouloir éliminer les souillures renforce l'illusion de la dualité. Les thèmes méditatifs qui se propagent à travers les courants de pensée non dualistes affirment : "pas de souillure et pas de pureté" ; "les souillures sont en réalité la même chose que la sagesse transcendantale" ; "c'est par la passion que la passion est éliminée".

Dans le Dhamma Noble, la pratique de la méditation est un processus de purification mentale. Le processus commence par la reconnaissance des dangers que représentent les états malsains. Ce sont de véritables polluants de notre être qui doivent être maîtrisés et éliminés. La pratique se termine par la destruction complète des souillures grâce à la culture de leurs antidotes sains. La pratique complète consiste à distinguer les aspects sombres et lumineux de l'esprit, et repose sur l'effort et la persévérance. On ne tolère pas une pensée malsaine qui surgit ; on l'abandonne, on la dissipe, on l'abolit, on l'annihile" (MN 2). Les obstacles sont décrits comme "des causes de l'aveuglement, des causes de l'ignorance, destructrices de la sagesse, non propices au Nibbāna" (SN 46:40). La pratique de la méditation purifie l'esprit de ses corruptions, préparant la voie à la destruction des illusions (*āsavakkhaya*).

Enfin, en ce qui concerne la sagesse, le Noble Dhamma et les systèmes non dualistes vont une fois de plus dans des directions opposées. Dans les systèmes non dualistes, la tâche de la sagesse consiste à pénétrer les apparences diversifiées (ou l'apparence de la diversité) afin de découvrir la réalité unificatrice qui les sous-tend. Les phénomènes concrets, avec leurs distinctions et leur multiplicité, ne sont que des apparences. La véritable réalité est l'Un, soit un Absolu substantiel (l'Atman, le Brahman, la Divinité, etc.), soit un zéro métaphysique (Sunyata, la Nature vide de l'esprit, etc.). Pour ces systèmes, la libération advient lorsqu'on atteint l'unité fondamentale où les contraires fusionnent et les distinctions s'évaporent comme la rosée.

Dans le Noble Dhamma, la sagesse consiste à voir et à connaître les choses telles qu'elles sont réellement (*yathābhūtañāṇadassana*). Pour ce faire, elle doit respecter la particularité de chaque phénomène. La sagesse ne touche pas à la diversité et à la pluralité. Elle cherche plutôt à découvrir les caractéristiques des phénomènes, à comprendre leurs qualités et leurs structures. Elle ne va pas

dans le sens d'une identification globale avec le Tout, mais vers le désengagement et le détachement, la libération du Tout. La culture de la sagesse ne "porte pas atteinte" aux phénomènes concrets en les réduisant à des apparences superficielles. Elle ne les considère pas non plus comme des portes vers un domaine sous-jacent fondamental. Au contraire, elle enquête et discerne, afin de comprendre les choses telles qu'elles sont : "Et que comprend-on vraiment de cette réalité ?" ? On comprend : "Telle est la matière, telle est son apparition et sa disparition. Telle est la sensation. Telle est la perception. Telles sont les formations. Telle est la conscience, telle est son apparition et sa disparition." "Quand on voit : "Toutes les formations sont impermanentes, toutes sont souffrance, rien n'a de 'soi', on se détourne de la souffrance : c'est le chemin vers la pureté."

Les systèmes spirituels sont profondément influencés par les analogies qu'ils utilisent autant que par les principes qu'ils énoncent. Pour les systèmes non dualistes, deux comparaisons se distinguent comme étant prédominantes. L'une est celle de l'espace, qui contient tout simultanément et pénètre tout, mais qui n'a aucune substance proprement dite ; l'autre est celle de l'océan, qui demeure identique à lui-même malgré les changements incessants de ses vagues. Les comparaisons utilisées dans le Noble Dhamma sont très variées, mais elles partagent toutes un point commun : l'acuité de la vision, une vision qui discerne clairement et précisément l'ensemble des formes visibles, chacune dans son individualité : "C'est comme si un lac de haute montagne, clair, limpide, était parfaitement paisible. Un homme ayant une bonne vue, debout sur la rive, pourrait voir des coquillages, du gravier et des cailloux, ainsi que des bancs de poissons nageant et se reposant. Il pourrait penser : 'Il y a ce lac, clair, limpide, paisible, et il y a ces coquillages, ce gravier et ces galets, ainsi que ces bancs de poissons qui nagent et se reposent.' De même, un moine comprend les choses telles qu'elles sont réellement : 'Ceci est la souffrance, ceci est l'origine de la souffrance, ceci est la cessation de la souffrance, ceci est la voie qui mène à la cessation de la souffrance.' Quand il sait et voit ainsi, son esprit est libéré des souillures, et avec la libération de l'esprit, il sait qu'il est libéré." (MN 39).

*Extrait des bulletins d'information de la BPS n° 27 et 29, 2e envoi 1994 et 1er envoi 1995.*

## 31. VERS UN SEUIL DE COMPRÉHENSION

L'ouvrage récent du Pape Jean-Paul II, *Crossing the Threshold of Hope (Traversée du Seuil de l'Espoir)*, est un recueil de réflexions portant principalement sur des questions de foi chrétienne, mais il contient aussi une évaluation par le pape d'autres religions, y compris un court chapitre sur le bouddhisme. Les propos du Pontife dans ce chapitre ne sont pas très élogieux. La sortie du livre au Sri Lanka à la veille de sa visite dans ce pays en janvier, provoqua de l'indignation dans la communauté bouddhiste. Cette indignation se propagea même jusqu'au Vatican. Les prélats bouddhistes déclarèrent qu'ils ne participeraient pas à la rencontre interconfessionnelle organisée par le pape, à moins que ce dernier ne rétracte formellement ses commentaires négatifs envers le bouddhisme. Bien qu'à son arrivée, le pape ait tenté d'apaiser les sentiments des leaders bouddhistes en exprimant son respect pour leur religion et en citant le Dhammapada, il ne présenta pas d'excuses complètes, ce qui ne suffit pas pour satisfaire les aînés du Sangha.

Le présent essai constitue une courte rectification de la représentation négative du bouddhisme faite par le pape. Il ne traite que des idées, sans s'intéresser aux arrière-pensées qui sous-tendent ses propos. Cet essai est basé sur un article publié dans l'édition polonaise Source (Katowice), qui prépare actuellement un ouvrage sur la réponse bouddhiste au livre du pape.

Le pape affirme que "la tradition bouddhiste et les pratiques qui en découlent ont une sotériologie (doctrine du salut) presque exclusivement négative". Cette interprétation des enseignements bouddhistes était répandue parmi les missionnaires chrétiens en Asie au XIXe siècle et servait à justifier leurs tentatives d'évangélisation au cœur du bouddhisme. Les spécialistes des études comparatives sur les religions ont depuis longtemps identifié cette représentation comme étant erronée, en partie à cause d'une mauvaise compréhension et en partie à cause d'une manipulation délibérée de la part des premiers missionnaires. Il est donc surprenant que le chef actuel de l'Église Catholique, pourtant bien informé, répète ces arguments usés, surtout à une époque où l'on attend des dirigeants des diverses confessions qu'ils fassent preuve d'une plus grande tolérance réciproque.

Le pape n'explique pas précisément pourquoi il considère la sotériologie bouddhiste comme négative. Il est fort probable qu'il adopte ce point de vue parce que la voie bouddhiste de la délivrance ne reconnaît pas un Dieu personnel comme agent et finalité du salut. Cependant, comme pour la beauté, ce qui est considéré comme négatif par certains peut être perçu comme positif par d'autres, et ce qui est considéré comme négatif par le pape peut s'avérer être l'idéal suprême pour un autre individu. Si l'on cherche une union éternelle entre son âme éternelle et un Dieu créateur, alors une doctrine qui nie l'existence d'une âme éternelle et d'un Créateur divin apparaîtra nécessairement comme étant négative. Si l'on considère que tout ce qui est conditionné est impermanent et dépourvu de substance, et si l'on cherche la délivrance dans le Nibbāna, l'élément 'sans mort', une doctrine d'union éternelle entre Dieu et l'âme ne paraîtra peut-être pas nécessairement négative, mais plutôt basée sur des vœux pieux et des articles de foi inacceptables. Pour le lecteur ordinaire, cependant, le terme 'négatif', appliqué au bouddhisme suggère quelque chose de très différent, évoquant une doctrine morne d'évasion visant l'annihilation personnelle. Derrière les paroles du pape, on peut déceler des échos des textes anciens : "Il y a, moines, des reclus et des brahmanes qui m'accusent d'être un annihilationniste, affirmant que le reclus Gotama enseigne l'annihilation d'un être existant. C'est une interprétation erronée. Ce que j'enseigne, dans le passé comme maintenant, c'est la souffrance et la cessation de la souffrance" (MN 22).

Plus inquiétante encore que la manière dont le pape caractérise négativement la doctrine bouddhiste du salut, est son affirmation selon laquelle "la doctrine bouddhiste du salut constitue le point central, voire le seul point, de ce système". La conclusion implicite de cette déclaration, laissée en suspens entre les lignes, est que le bouddhisme est incapable d'offrir des conseils significatifs aux personnes plongées dans les problèmes de la vie quotidienne. Il s'agit d'une religion d'évasion, d'un autre monde qui ne convient qu'aux personnes ayant un penchant pour l'ascétisme.

Alors que, dans le passé, les érudits occidentaux se sont focalisés principalement sur la doctrine bouddhiste du salut, les traditions vivantes du bouddhisme telles qu'elles sont pratiquées par ses adeptes révèlent que ce point de vue partial, adopté depuis le début, ne peut conduire qu'à des conclusions biaisées. Les textes bouddhistes eux-mêmes montrent que le bouddhisme aborde une variété de sujets tout aussi vaste que n'importe quelle autre grande religion. Le Nibbāna demeure l'objectif ultime du bouddhisme, et constitue certainement "le point central" du Dhamma, mais il n'est en aucun cas le seul point" pour lequel le Bouddha a proclamé son enseignement.

Selon les textes bouddhistes, le Dhamma vise à promouvoir trois sortes de bien, chacun par le biais de principes distincts mais complémentaires. Même si ces trois objectifs sont intégrés dans un seul et même enseignement, ils permettent au Dhamma de répondre aux besoins de personnes ayant des niveaux de maturité spirituelle et de compréhension différents. Les trois biens sont :

le bien lié à la vie présente (*ditthadhammattha*), c'est-à-dire la réalisation du bonheur et du bien-être ici et maintenant, grâce à une vie éthique et des relations harmonieuses fondées sur la bienveillance et la compassion ;

le bien lié à la vie future (*samparāyikattha*), c'est-à-dire une renaissance favorable dans le cycle des existences grâce à la pratique de la générosité, au respect des préceptes et au développement de l'esprit par la méditation ;

et le bien ultime (*paramattha*), c'est-à-dire l'atteinte du Nibbāna, en suivant la formation complète définie par le Noble Sentier Octuple.

Pour la plupart des bouddhistes, la poursuite du Nibbāna est un objectif lointain plutôt qu'immédiat, à atteindre progressivement au cours des nombreuses renaissances. Tant qu'ils ne sont pas prêts à s'attaquer directement au bien ultime, ils s'attendent à parcourir le chemin pendant de nombreuses vies au sein du *samsāra*, cherchant leur bien-être tout en aspirant à l'Ultime. Pour les aider dans cette entreprise, le Bouddha a enseigné de nombreuses lignes directrices qui concernent une vie éthiquement intègre dans les limites du monde. Dans le Sutta Sigālovāda, par exemple, il énumère les devoirs réciproques des parents et des enfants, du mari et de la femme, des amis, des employeurs et des employés, des enseignants et des étudiants, des religieux et des laïcs. Il a intégré le juste mode de vie dans le Noble Sentier Octuple et a expliqué ce qu'il implique dans la vie des laïcs occupés. Au cours de son long ministère, il a donné des conseils aux commerçants sur la gestion prudente de leurs affaires, aux jeunes épouses sur la manière de se comporter envers leur mari, aux dirigeants sur la façon de diriger leurs États. Tous ces conseils, issus de la grande compassion du Bouddha, visent à promouvoir le bien-être et le bonheur du monde, tout en guidant ses disciples vers une renaissance agréable et un progrès graduel vers la libération finale.

Cependant, si le Bouddha propose un enseignement progressif adapté aux différentes situations de la vie de ses disciples, il ne laisse aucune illusion sur son but ultime : le Nibbāna. Ce terme

ne désigne pas une réconciliation consolatrice avec le monde, mais une délivrance irréversible du monde. Une telle délivrance ne peut être atteinte par la piété seule et les bonnes actions accomplies dans un esprit de compassion sociale. Elle ne peut être obtenue que par le renoncement, par "l'abandon de toutes les acquisitions" (*sabbūpadhipatiñissagga*), y compris parmi ces "acquisitions" les processus corporels et mentaux que nous identifions comme notre 'moi'. La réalisation de ce but est nécessairement individuelle. Elle doit être atteinte par la purification personnelle et la perspicacité personnelle, elle est le fruit d'un effort soutenu pour parcourir l'ensemble du chemin de la formation. C'est pourquoi le Bouddha n'a pas cherché à fonder une église qui embrasserait toute l'humanité dans le giron d'un seul credo. Il a plutôt tracé un chemin, un chemin parfait dans sa formulation, que des êtres humains imparfaits peuvent suivre dans les conditions imparfaites que la vie dans le monde offre. Alors que la quête du but ultime culmine dans la délivrance du monde, cet idéal "retourne" vers le monde et énonce des normes de conduite et une échelle de valeurs pour guider les nombreuses personnes non éveillées dans leurs luttes quotidiennes contre les courants d'avidité, de haine et d'illusion. Le Nibbāna demeure le 'point principal' et le point oméga du Dhamma. Mais comme ce but doit être vécu comme l'extinction de l'avidité, de la haine et de l'illusion, il définit la condition de sa réalisation comme une vie consacrée à vaincre l'avidité par la générosité, à vaincre la haine par la patience et la bienveillance, et à vaincre l'illusion par la sagesse et la compréhension.

Dans "*Crossing the Threshold of Hope*", le pape Jean-Paul II affirme que "l'expérience de l'éveil" vécue par le Bouddha se résume à la conviction que le monde est mauvais, qu'il est la source du mal et de la souffrance pour l'homme" (p. 85). Le fait que le mot "éveil" soit systématiquement mis entre guillemets dans le livre suggère déjà que l'attitude du pape à l'égard du bouddhisme n'est pas positive. Cette impression est confirmée par la manière dont il décrit le contenu de l'éveil, réduisant le grand éveil du Bouddha sous l'arbre de la Bodhi à une caricature.

En guise de réplique, il convient tout d'abord de préciser que le bouddhisme ne considère pas le monde en tant que tel comme bon ou mauvais. De plus, le Bouddha n'a jamais qualifié le monde de "source du mal" pour l'être humain. Les textes bouddhistes utilisent scrupuleusement des termes à connotation morale, tels que "bien" et "mal", uniquement pour évaluer les actions intentionnelles ainsi que les personnes et les états d'esprit dont ces actions émanent. Ils n'attribuent pas de qualités morales à des entités dépourvues d'initiative morale. Les actions sont donc considérées comme mauvaises (*pāpa, akusala*) si elles tendent à causer du tort à soi-même ou à autrui, tandis qu'elles sont bonnes (*kalyāṇa, kusala*) si elles visent à promouvoir le bien-être et le bonheur. L'analyse du Bouddha des racines du bien et du mal se déroule également entièrement dans le domaine de l'éthique psychologique sans dépasser les limites de ce domaine. Selon le Bouddha, les racines du mal sont les sources malsaines de l'action : l'avidité, la haine et l'illusion ; les racines du bien sont la non-avidité, la non-haine et la non-illusion, c'est-à-dire le détachement, la bienveillance et la compréhension. Le processus de développement spirituel dans le bouddhisme peut être décrit, d'un certain point de vue, comme l'atténuation et l'éradication des racines malsaines par la culture de leurs opposées saines. L'ensemble du processus est centré sur l'esprit en tant que source unique du bien et du mal. Le monde est relégué au second plan dans cette quête de purification intérieure.

Dans sa formule des Quatre Nobles Vérités, le Bouddha déclare que la vie dans le monde est dukkha. Cependant, dukkha ne signifie pas mauvais. Cela signifie plutôt insatisfaisant, inadéquat, sujet à la souffrance. Pour comprendre pourquoi le Bouddha affirme que la vie dans le monde est dukkha, il faut considérer cette affirmation dans son contexte plus vaste. Selon l'enseignement du Bouddha, nos vies individuelles se déroulent dans un cycle de renaissances sans commencement, le samsāra, dans lequel tous les êtres vivants, à l'exception de ceux qui ont atteint l'éveil, errent, poussés par le

désir perpétuel de devenir. Chaque vie individuelle, qui commence par la naissance et se termine par la mort, n'est qu'un "maillon" dans une chaîne infinie de vies, un tour de la roue de l'existence. Alors que nous évoluons dans le *samsāra*, nous sommes invariablement confrontés à la naissance, au vieillissement, à la maladie et à la mort, et nous éprouvons sans cesse souffrance et chagrin. C'est pour cette raison que le Bouddha affirme que la vie dans les limites du *samsāra* est dukkha.

Le bouddhisme situe la cause de nos souffrances, non pas dans le monde considéré comme une réalité objective, mais dans nos propres esprits. La racine de la souffrance est l'ignorance associée à l'avidité ; parce que nous ne comprenons pas la vraie nature des choses, nos vies sont propulsées par des désirs aveugles de plaisir, de pouvoir et de devenir. L'enseignement du Bouddha ne prône pas l'anéantissement du monde, mais l'anéantissement de l'ignorance et de l'avidité. Lorsque l'avidité, la haine et l'illusion sont anéanties, nous faisons l'expérience de la paix parfaite du *Nibbāna* pendant notre vie dans le monde, et à la fin de celle-ci, nous sommes définitivement libérés du cycle des renaissances pour atteindre l'Inconditionné.

Le Pontife décrit le *Nibbāna* comme "un état d'indifférence parfaite à l'égard du monde", ajoutant que, dans le bouddhisme, le salut signifie "avant tout, se libérer du mal en devenant indifférent au monde qui est la source du mal" (p. 86). Par de telles déclarations, il présente le bouddhisme à ses lecteurs comme une doctrine qui prône le retrait et qui ne peut résoudre les problèmes majeurs auxquels l'humanité est confrontée aujourd'hui qu'en leur tournant poliment le dos. Cette représentation est plutôt insatisfaisante, car le bouddhisme ancien met l'accent sur la transcendance du monde. Cela représente encore moins le bouddhisme *Mahāyāna*, dans lequel l'idéal directeur est l'activité compassionnelle du *bodhisattva* envers le monde.

Le terme pāli que le pape interprète comme "indifférence" est probablement *upekkhā*. Le véritable sens de ce mot est l'équanimité, et non pas l'indifférence au sens de non-préoccupation pour autrui. En tant que vertu spirituelle, *upekkhā* signifie l'équanimité face aux vicissitudes de l'existence. C'est l'équilibre de l'esprit, la liberté d'esprit inébranlable, un état d'équilibre interne qui ne peut être ébranlé par le gain et la perte, l'honneur et le déshonneur, les éloges ou les critiques, le plaisir et la souffrance. *Upekkhā* est l'absence de toute référence à un 'soi' ; c'est l'indifférence aux exigences de l'ego, avec son désir de plaisir et de statut, et non au bien-être de ses semblables. La véritable équanimité est le summum des quatre attitudes sociales que les textes bouddhistes appellent les "demeures divines" : la bienveillance sans limites, la compassion, la joie altruiste et l'équanimité. Cette dernière ne remplace pas les trois autres, mais les perfectionne et les mène à leur accomplissement.

Si, dans la pratique, le bouddhisme n'a pas toujours atteint les idéaux élevés de l'enseignement originel, cela ne doit pas être considéré comme une conséquence d'un accent mis sur l'apathie et l'indifférence, mais plutôt comme un effet de la nature humaine. Les textes bouddhistes fournissent de nombreuses preuves que l'atteinte du *Nibbāna* n'entraîne pas une indifférence impassible envers le monde. Le Bouddha, modèle idéal pour ses disciples, a mené une vie active de quarante-cinq ans après son éveil, consacrée à l'élévation de l'humanité. À travers toute l'histoire du bouddhisme, les plus grands maîtres spirituels ont imité l'exemple de l'Éveillé. Ils ont suivi sa recommandation d'aller dans le monde "pour le bien-être et le bonheur de tous, par compassion pour le monde, pour le bien-être et le bonheur des dévas et des humains". Il n'y a pas que les moines et les nonnes éveillés qui ont fait preuve de ce sens de la mission spirituelle. Le bouddhisme, en tant qu'ensemble, a inspiré et animé toutes les cultures asiatiques dans lesquelles il a pris racine. Il s'est répandu sans violence ni effusion de sang, sans recourir à des conversions forcées, ne comptant que sur la puissance de ses enseignements élevés et sur la vie exemplaire de ses disciples. Partout où le *Dhamma* a pris racine, il a apporté espoir et encouragement, en proposant de nobles idéaux éthiques et spirituels, et en énonçant des codes concrets

### 31. Vers un seuil de compréhension

de conduite morale pour l'ensemble de la société. Il ne fait aucun doute qu'un tel résultat serait impossible si cette doctrine promouvait l'indifférence totale ou l'égoïsme insensible comme le summum du bien.

*Extrait des lettres d'information n° 30 et 31 de BPS, 2e et 3e envois de 1995.*

## 32. MARCHER SUR UN TERRAIN ACCIDENTÉ

Le Bouddha compare souvent la vie dans le monde à un chemin accidenté sur lequel il est difficile de marcher d'un pas régulier. Chaque jour, d'innombrables obstacles menacent de nous bloquer, de nous dévier ou de nous déséquilibrer. Une attention constante et une ferme détermination sont nécessaires pour éviter de nous égarer dans les sombres sentiers de l'avidité et de la colère. Trébucher est peut-être inévitable avant d'atteindre la grande route des nobles, mais, en gardant une vision claire de l'objectif et avec des efforts diligents, nous pouvons éviter de tomber dans les fossés qui bordent la route.

La pratique du Dhamma en menant une vie laïque a toujours été difficile, mais notre culture commerciale actuelle l'a rendue encore plus difficile. Les désirs que la pratique du Dhamma doit apprivoiser ne sont plus les pulsions simples et relativement innocentes que la nature a implantées en nous, ou que l'économie de subsistance a stimulées. Comme des poissons sans méfiance pris dans un filet, nous évoluons dans les rouages d'un ordre social et économique mondial basé sur le principe que l'activité humaine essentielle consiste à produire et à consommer des biens. Selon ce système de pensée, le but ultime de l'existence humaine est de posséder et de jouir des biens matériels. Grâce à la collaboration des chercheurs de laboratoire et des magnats de l'industrie, une offre inépuisable de produits à apprécier est assurée.

La loi qui régit l'ordre économique mondial est simple : ne jamais laisser le désir s'éteindre. Les médias, les sorciers modernes, utilisent tous les moyens à leur disposition pour éviter ce désastre. Grâce à une série ininterrompue de messages, ils parviennent à enflammer nos rêves les plus fous et à exciter nos désirs avec une intensité qui rendrait le mot "assez" obsolète. Malgré ses dimensions gigantesques et sa portée mondiale, la culture d'entreprise est fondée sur une illusion omniprésente, si répandue qu'elle semble presque être une vérité incontestable : l'idée que le bonheur est proportionnel à la quantité et à la valeur monétaire de nos biens matériels. On nous fait croire que, par l'accumulation de biens matériels et d'actifs financiers, nous nous rapprochons du bonheur, que nous devenons des êtres humains plus heureux, plus satisfaits, plus épanouis. Pourtant, cette croyance, cette hypothèse si rarement remise en question, est précisément le tour de magie, la supercherie qui crée la misère dans laquelle nous sommes piégés. Plus nous cherchons le bonheur en satisfaisant nos désirs, plus nous devenons esclaves de leurs exigences insatiables. Les Suttas comparent ce processus à la tentative d'étancher la soif en buvant de l'eau de mer : loin d'éliminer la soif, l'eau de mer ne fait que l'augmenter.

Au cœur de la culture consumériste, nous trouvons ce paradoxe déroutant : la poursuite de la richesse comme une fin en soi ne semble pas mener au véritable bonheur, mais plutôt à s'en éloigner. Cette conclusion est facilement vérifiable en examinant la vie de ceux qui ont presque réalisé le rêve consumériste. Ceux qui jouissent de la richesse la plus abondante, qui exercent le plus grand pouvoir et qui se délectent de plaisirs luxuriants, sont rarement des modèles de contentement. Au contraire, ils vivent souvent au bord du désespoir, ne pouvant éviter de sombrer qu'en cherchant sans cesse à accroître leur richesse, leur pouvoir et leur plaisir, dans un cycle pernicieusement dégradant.

Lorsque nous réfléchissons à cette situation à la lumière de l'enseignement du Bouddha, la

raison de l'échec persistant du consumérisme devient claire. Selon le Bouddha, le désir est à l'origine de la souffrance. L'avidité étant insatiable par nature, plus notre vie est régie par l'hypothèse que la satisfaction de l'avidité est le chemin du bonheur, plus nous sommes exposés à la déception. Lorsqu'une société entière est fondée sur les principes du consumérisme, sur la volonté de produire et de vendre sans se soucier des besoins humains réels, le résultat peut être catastrophique.

Selon l'enseignement du Bouddha, le chemin vers le véritable bonheur ne réside pas dans la satisfaction du désir, mais dans la découverte et l'élimination de la cause de la souffrance. En termes pratiques, cela signifie contrôler et éliminer l'avidité. Cette démarche n'implique pas d'adopter un mode de vie ascétique puritain et froid. Le Dhamma est un enseignement progressif qui nous apprend à structurer notre vie de manière à ce qu'elle soit immédiatement gratifiante et satisfaisante. Il ne promeut pas le développement personnel en exigeant la répression et l'auto-affliction, mais en nous offrant doucement des lignes directrices pratiques applicables à nos circonstances actuelles. Ces lignes directrices nous aident à progresser vers le bonheur et la paix véritables.

Pour les laïcs qui souhaitent fonder une famille et faire fortune dans le monde, le Bouddha n'impose pas le retrait ascétique des obligations sociales et civiles. Il les encourage plutôt à vivre en accord avec des valeurs morales qui favorisent le développement de qualités mentales saines. Il ne déconseille même pas à ses disciples laïcs d'accumuler des richesses. Il ne promeut pas non plus la pauvreté comme alternative privilégiée. Il recommande seulement que la richesse soit acquise par des moyens justes et qu'elle soit utilisée de manière judicieuse pour promouvoir le bonheur de soi-même et des autres.

Dans ses conseils au chef du village de Rāsiya (SN 42:12), le Bouddha décrit trois qualités louables chez une personne laïque qui jouit des plaisirs des sens. Elle acquiert la richesse de manière vertueuse, elle est heureuse et à l'aise avec cette richesse, et elle la partage, accomplissant ainsi des actes méritoires. La pratique d'actions méritoires introduit une dimension spirituelle dans l'emploi approprié de la richesse. Cette dimension est fondée sur la reconnaissance du fait que le bonheur est plus grand dans le don que dans l'acquisition. Donner, c'est plus que réduire notre avidité et notre attachement, ou acquérir des mérites qui nous apporteront des avantages dans le futur. C'est une source de joie directement visible qui confirme immédiatement le pilier central sur lequel repose tout le Dhamma : le chemin du bonheur est celui du renoncement plutôt que celui de l'accumulation.

Mais si le Bouddha loue le laïc vertueux possédant ces trois qualités, il ne s'arrête pas là. Il introduit une quatrième qualité qui distingue les laïcs vertueux en deux groupes. D'un côté, il y a ceux qui jouissent des plaisirs des sens, mais qui y sont attachés, aveugles au danger et ignorant qu'il existe une échappatoire. De l'autre côté, il y a ceux qui jouissent des plaisirs des sens, mais sans y être attachés, ceux qui voient le danger et qui connaissent l'échappatoire. Le Bouddha classe la deuxième de ces catégories comme étant supérieure, ce qui nous offre un aperçu de sa réponse ultime au défi du consumérisme. La solution finale n'est pas un compromis flasque entre l'indulgence et la vertu, mais un pas audacieux et décisif vers le détachement. C'est un renoncement intérieur qui permet de s'élever au-dessus de tout le cycle de production et de consommation tout en vivant dans ses limites. L'incitation à ce mouvement vient de la prise de conscience du danger : de la reconnaissance qu'il n'y a pas de bonheur stable à gagner en recherchant les plaisirs des sens, de la constatation que les plaisirs des sens "donnent peu de satisfaction et sont source de beaucoup de souffrance". Cette prise de conscience mène à reconnaître une échappatoire : l'élimination du désir et de l'avidité apporte une paix et une liberté inébranlables qui ne dépendent pas des circonstances extérieures.

Bien que la maîtrise du désir de possessions matérielles puisse s'avérer difficile dans le cadre de la vie séculière, le Bouddha, dans sa sagesse, a créé un modèle que la communauté bouddhiste peut

imiter, voire un modèle pour le monde entier. Il s'agit du Sangha, l'ordre des moines et des nonnes, qui ont choisi d'adopter un mode de vie dans lequel les besoins sont réduits au strict minimum et leur satisfaction est assurée de la manière la plus simple possible. Si seuls quelques-uns ont la possibilité et la capacité de quitter la vie laïque pour consacrer sans entrave leur énergie à la tâche de l'auto-purification, l'ordre social bouddhiste idéal forme une pyramide. Ceux qui se trouvent au sommet, dévoués à l'objectif ultime de la délivrance, servent de modèles et de guides à ceux qui sont encore empêtrés dans les exigences de la subsistance économique.

Par leur pureté, leur sérénité et leur sagesse, les membres de la communauté monastique montrent à la communauté laïque, ainsi qu'à tous ceux qui ont des yeux pour voir, où se trouve le vrai bonheur. Ils montrent que le bonheur ne réside pas dans l'acquisition et l'auto-indulgence, mais dans la libération du désir, dans le renoncement et le détachement. Que ce soit comme disciple laïc ou comme membre de la communauté monastique, s'engager dans la voie de la formation menant à une telle liberté, c'est marcher d'un pas régulier sur le terrain accidenté du monde. C'est retrouver, même avec nos premiers pas, un équilibre de vie, si nécessaire, au milieu des exigences bruyantes et des promesses creuses de notre culture de consommation insatiable.

*Extrait de la lettre d'information n° 33 de la BPS, deuxième envoi de 1996.*

### 33. RENCONTRE AVEC LES MESSAGERS DIVINS

Selon la légende traditionnelle de la quête de l'éveil du Bouddha, le prince Siddhattha, le Bodhisattva, vécut toute sa jeunesse et le début de sa vie adulte dans l'ignorance la plus totale des réalités les plus fondamentales de la vie humaine. Son père, soucieux de protéger son fils sensible de la souffrance, le maintenait involontairement dans l'ignorance. Isolé dans la splendeur de son palais, largement pourvu en plaisirs sensuels et entouré d'amis joyeux, le prince n'entretenait pas le moindre soupçon que la vie puisse offrir autre chose qu'une succession sans fin d'amusements et de festivités. Ce n'est que ce jour fatidique dans sa vingt-neuvième année, lorsque la curiosité le poussa à franchir les murs du palais, qu'il rencontra les quatre 'messagers divins' qui allaient changer son destin. Les trois premiers étaient un vieil homme, un malade et un cadavre. Ils lui enseignèrent les vérités troublantes du vieillissement, de la maladie et de la mort. Le quatrième était un ascète errant. Ce dernier lui révéla l'existence d'un chemin permettant de transcender complètement la souffrance.

Cette charmante histoire, qui a nourri la foi des bouddhistes à travers les siècles, renferme en son cœur une profonde vérité psychologique. Elle nous parle, dans le langage du mythe, non seulement d'événements qui ont peut-être eu lieu il y a bien longtemps, mais aussi d'un processus d'éveil que chacun de nous doit traverser pour que le Dhamma prenne vie en nous. Sous le vernis symbolique de l'ancienne légende, nous voyons que le séjour du jeune prince Siddhattha dans le palais n'était pas très différent de la façon dont la plupart d'entre nous passent aujourd'hui toute leur vie, souvent, malheureusement, jusqu'à ce qu'il soit trop tard pour prendre une nouvelle direction. Nos demeures ne sont peut-être pas des palais royaux et notre fortune n'est peut-être pas comparable à celle d'un rajah du nord de l'Inde, mais, comme le jeune prince Siddhattha, nous partageons un oubli bienheureux (et souvent volontaire) des dures réalités qui ne cessent de s'imposer à notre attention. Pour que le Dhamma devienne plus que le fond fade et monotone d'une vie confortable, il doit devenir la voix inspirante, parfois dure, qui nous guide sur le grand chemin de l'éveil. Pour cela, nous devons nous inspirer du processus de maturation du Bodhisattva. Nous devons l'accompagner dans ce voyage hors des murs du palais, des murs de nos propres idées préconçues rassurantes, et voir par nous-mêmes les messagers divins que nous manquons si souvent parce que nos yeux sont fixés sur des "choses plus importantes", c'est-à-dire sur nos préoccupations et nos objectifs mondains.

Selon Bouddha, peu de gens sont touchés par des événements véritablement émouvants, tandis qu'un grand nombre d'entre eux restent insensibles.

Les aiguillons de l'éveil nous poussent dans toutes les directions, mais trop souvent, au lieu de les reconnaître, nous réagissons simplement en nous recouvrant d'une nouvelle couche de vêtements pour nous protéger de leurs piqûres. Cette affirmation n'est pas démentie, même par la vague récente de discussions et de littérature sur le vieillissement, les maladies mortelles et les approches alternatives à la mort et à la fin de vie, car une prise de conscience ouverte et honnête ne suffit pas pour que les 'messagers divins' fassent passer leur message. Pour qu'ils puissent transmettre leur message, un message qui peut nous inciter à emprunter le chemin de la libération, il faut quelque chose de plus. Nous devons affronter le vieillissement, la maladie et la mort, non pas simplement comme des réalités inéluctables auxquelles nous devons faire face d'une manière ou d'une autre sur

le plan pratique, mais comme des envoyés de l'au-delà, de la rive lointaine, révélant de nouvelles dimensions de compréhension.

Cette révélation se produit à deux niveaux. Tout d'abord, pour devenir des "messagers divins", il faut que le processus de vieillissement, la maladie et la mort nous secouent et nous fassent prendre conscience de la fragilité et de la précarité de notre existence quotidienne. Il faut aussi que cela nous fasse comprendre la déficience radicale qui imprègne toutes nos préoccupations matérielles, et qui s'étend à l'existence conditionnée dans sa totalité. Ainsi, ces réalités deviennent des fenêtres ouvrant sur la première noble vérité, celle de la souffrance. Selon le Bouddha, cette dernière ne se limite pas à la naissance, au vieillissement, à la maladie et à la mort, ni à la tristesse, au chagrin, à la souffrance et à la misère. Elle englobe également les "cinq agrégats" qui constituent notre existence dans ce monde.

Lorsque nous rencontrons les "messagers divins" à ce niveau, ils deviennent des catalyseurs capables de déclencher une profonde transformation intérieure. Nous réalisons alors qu'étant donné notre fragilité et notre mortalité inéluctable, nous devons changer en profondeur nos priorités existentielles et nos valeurs personnelles. Au lieu de laisser notre vie être consumée par des futilités éphémères, par des choses qui sont là aujourd'hui et qui disparaîtront demain, nous devons accorder de l'importance à "ce qui compte vraiment". Cela comprend les objectifs et les actions qui exercent une influence durable sur notre destinée à long terme, sur notre destinée finale dans cette vie et sur notre direction ultime dans le cycle des naissances et des morts répétées.

Avant qu'une telle réévaluation ne se produise, nous vivons habituellement dans un état que le Bouddha qualifie de *pamāda*, c'est-à-dire une forme de négligence ou d'insouciance. Nous nous imaginons immortels. Nous considérons le monde comme notre terrain de jeu personnel. Nous consacrons nos énergies à l'accumulation de richesses, à la jouissance des plaisirs sensuels, à l'acquisition d'un statut, à la recherche de la gloire et de la renommée. Le remède contre l'insouciance est la même qualité qui a été éveillée chez le Bodhisattva lorsqu'il a rencontré les "messagers divins" dans les rues de Kapilavatthu. Cette qualité, nommée en pāli *saṃvega*, est un sentiment d'urgence, une agitation ou un choc intérieur qui nous empêchent de nous accommoder au monde selon notre manière habituelle. Au contraire, elle nous pousse à quitter nos palais douillets et à nous aventurer dans des jungles inconnues, afin de trouver avec diligence une solution authentique à notre détresse existentielle.

C'est à ce moment-là que la seconde fonction des "messagers divins" revêt toute son importance. Car la vieillesse, la maladie et la mort ne sont pas seulement les symboles de la nature insatisfaisante de la vie terrestre, mais aussi des indicateurs d'une réalité plus profonde qui se trouve au-delà. Dans la légende traditionnelle, le vieil homme, le malade et le cadavre sont en fait des dieux déguisés. Ils ont été envoyés sur terre depuis le plus haut des cieux pour réveiller le Bodhisattva à sa mission capitale, et une fois qu'ils ont transmis leur message, ils reprennent leurs formes célestes. Le dernier enseignement du Dharma n'est pas l'abdication ni une incitation à accepter stoïquement le vieillissement, la maladie et la mort. C'est un message préliminaire, un avertissement que notre maison est en feu. Le message final est différent : un cri exubérant affirmant qu'il y a un endroit sûr, un champ dégagé au-delà des flammes, c'est aussi un panneau indiquant clairement le chemin de l'échappatoire.

Si, dans ce processus d'éveil, nous devons faire face à la vieillesse, à la maladie et à la mort, c'est parce que le lieu de la sécurité ne peut être atteint que par une confrontation honnête avec les dures vérités de l'existence humaine. Nous ne pouvons pas nous abriter derrière l'illusion que les flammes qui dévorent notre maison sont en réalité des bouquets de fleurs : nous devons les regarder en face,

### 33. Rencontre avec les messagers divins

comme de véritables flammes. Cependant, lorsque nous regardons les "messagers divins" droit dans les yeux, sans gêne ni crainte, nous constatons que leurs visages subissent une métamorphose inattendue. Sous nos yeux, ils se transforment progressivement en un autre visage, celui du Bouddha, avec son sourire serein de triomphe sur l'armée de Māra, sur les démons du désir et de la mort. Les messagers divins indiquent ce qui se trouve au-delà du transitoire, une dimension de la réalité où il n'y a plus de vieillissement, plus de maladie, plus de mort. C'est l'objectif et la destination ultime de la voie bouddhiste : le Nibbāna, le Sans Âge, le Sans Maladie, le Sans Mort. Les messagers divins sont apparus parmi nous pour nous indiquer le chemin et apporter une excellente nouvelle : la délivrance.

*Extrait de la lettre d'information n° 32 de BPS, 1er envoi 1996.*

## 34. DHAMMA ET MONDIALISATION

Au cours des trois dernières décennies, le monde a connu des transformations spectaculaires qu'une poignée de prophètes ou de visionnaires seulement auraient pu prédire il y a cent ans. Passant d'une multitude d'États-nations vaguement liés, il s'est rapidement transformé en une communauté mondiale unie par des moyens de transport rapides et des moyens de communication instantanés. Les limites traditionnelles de l'espace et du temps ont été brisées, nous obligeant à reconsidérer notre compréhension de nous-mêmes et à accepter la dure réalité que nous partageons tous un destin humain commun. Les prétentions à des priviléges exclusifs revendiqués par certains groupes ethniques, nationaux, religieux ou autres paraissent désormais dénuées de sens. En tant qu'êtres vivants sur la même planète, un joyau bleu et scintillant suspendu dans l'immensité glaciale de l'espace infini, nous prospérons ensemble ou nous périrons ensemble. À long terme, entre ces deux alternatives, il n'y a pas de juste milieu possible.

Mais, même si notre technologie remarquable nous a permis de diviser l'atome et de décrypter le code génétique, les journaux quotidiens nous rappellent que notre maîtrise du monde extérieur n'a pas donné lieu à l'utopie que nous avions tant espérée. Au contraire, la mondialisation croissante a engendré de nouveaux problèmes d'une ampleur considérable, des problèmes sociaux, politiques et psychologiques si graves qu'ils mettent en péril la survie de notre planète et de l'humanité. Les problèmes qui défient aujourd'hui la communauté mondiale sont multiples et variés. Ils incluent l'épuisement des ressources naturelles terrestres, la dégradation de l'environnement, les conflits régionaux fondés sur des divisions ethniques et religieuses, la propagation incessante des armes nucléaires, le mépris des droits de l'homme et l'élargissement du fossé entre les riches et les pauvres. Bien que ces problèmes aient fait l'objet de débats approfondis sur les plans social, politique et économique, il est également crucial de les analyser sous un angle religieux.

Un esprit sensible à la spiritualité ne considérerait pas ces problèmes comme des phénomènes isolés à traiter par des solutions fragmentaires. Il insisterait plutôt sur l'importance de sonder des domaines inexplorés à la recherche de racines cachées et d'interconnexions subtiles. Lorsque l'on analyse les problèmes mondiaux dans leur ensemble, ce qui est le plus frappant, c'est leur caractère essentiellement symptomatique. Derrière leur apparence diverse se cache une source commune, une maladie spirituelle profonde et insidieuse qui ronge notre corps social. Cette racine commune pourrait se définir comme une instance à placer nos intérêts personnels à court terme et étroitement définis (y compris ceux des groupes sociaux ou ethniques dont nous faisons partie) avant le bien-être vital à long terme de l'humanité dans son ensemble. La multiplicité des problèmes sociaux qui nous assaillent ne peut être expliquée de manière adéquate sans mettre en évidence les puissantes pulsions humaines qui les sous-tendent. Ces pulsions sont caractérisées par une distorsion pernicieuse du fonctionnement de l'esprit humain qui nous incite irrésistiblement à nous engager dans des objectifs sectaires, qui divisent et qui sont limités, même lorsque ces objectifs mettent en péril notre propre existence.

L'enseignement du Bouddha peut nous aider à résoudre les grands dilemmes auxquels nous sommes confrontés aujourd'hui grâce à deux aspects clés : son analyse profonde et réaliste des

mécanismes psychologiques de la souffrance humaine, et la discipline éthique qu'il propose comme solution. Le Bouddha explique que les causes profondes de la souffrance humaine, dans les dimensions tant personnelles que sociales de notre existence, sont les trois "racines malsaines". Ces trois racines, qui peuvent être vues comme les trois piliers de l'égo, sont l'avidité, la haine et l'illusion. Le but de la voie spirituelle bouddhiste est de maîtriser progressivement ces trois racines malsaines en cultivant les facteurs mentaux qui leur sont directement opposés. Ce sont les trois racines *bénéfiques* : la non-avidité, qui se manifeste par la générosité, le détachement et le contentement ; la non-haine, qui se manifeste par la bienveillance, la compassion, la patience et le pardon ; et la non-illusion, qui se manifeste par la sagesse, la perspicacité et la compréhension.

En examinant les dangers qui nous menacent dans notre monde globalisé à la lumière de l'analyse bouddhiste, il devient évident que ces racines malsaines ont atteint un stade critique en raison de la propagation effrénée de l'avidité, de la haine et de l'illusion, qui sous-tendent notre comportement. Ce n'est pas que ces forces obscures de l'esprit aient été réveillées pour la première fois avec la révolution industrielle. Elles ont été à l'origine de tant de souffrances et de destructions depuis des temps immémoriaux. Mais le développement unilatéral de l'humanité, le contrôle accru exercé sur la nature, combiné à la négligence presque totale à l'égard de toute quête de compréhension de soi, ont donné aujourd'hui à ces racines malsaines un pouvoir redoutable et sans précédent, qui se rapproche de plus en plus de la catastrophe.

L'avidité, qui est devenue dominante, a fait du monde un vaste marché. Les êtres humains y sont réduits à de simples consommateurs, voire à des objets de consommation, et leurs désirs matériels sont constamment stimulés avec une grande vigueur. La haine, souvent attisée par des intérêts concurrents régis par l'avidité, fait des différences nationales et ethniques un terreau fertile pour la méfiance et l'hostilité. Celles-ci explosent en violence et en destruction, en cruauté et en brutalité, en cycles sans fin de vengeance. L'illusion alimente les deux autres racines malsaines, donnant ainsi naissance à des croyances erronées, à des opinions dogmatiques et à des idéologies philosophiques qui servent à justifier et à promouvoir des comportements motivés par l'avidité et la haine.

Dans l'ère actuelle dominée par l'économie de marché, l'illusion la plus pernicieuse qui nous entoure est la croyance que la voie de l'épanouissement humain réside dans la satisfaction de désirs artificiellement créés. Un tel projet ne peut que susciter une avidité croissante et des degrés d'égoïsme de plus en plus imprudents, conduisant à des conflits et à des actes de violence. Selon le diagnostic bouddhiste de la situation humaine, la tâche qui incombe à l'humanité aujourd'hui est claire. La dynamique principale de notre civilisation moderne a été l'exploration et la domination du monde extérieur. La science explore toujours plus en profondeur les mystères de la matière et de la vie, tandis que la technologie et l'industrie s'allient pour mettre en application les découvertes de la science. Il est indéniable que les avancées scientifiques et technologiques ont contribué de manière significative à atténuer la misère humaine et à améliorer considérablement notre qualité de vie. Malheureusement, l'esprit humain, qui est le moteur suprême de toutes les avancées scientifiques remarquables, a été négligé. Par conséquent, nos schémas de perception, nos motivations et nos impulsions continuent d'évoluer dans les mêmes voies sombres que celles des siècles passés, les voies de l'avidité, de la haine et de l'illusion. Cependant, nous sommes maintenant munis d'outils de destruction plus puissants que jamais.

Tant que nous continuerons à esquiver la tâche de porter notre attention vers l'intérieur, vers la compréhension et la maîtrise de nos propres esprits, nos réalisations impressionnantes dans la sphère extérieure ne produiront pas leurs fruits. Même si elles peuvent rendre la vie plus sûre et plus

confortable, elles entraîneront aussi des conséquences de plus en plus graves et dangereuses, malgré nos meilleures intentions. Pour que l'humanité prospère à l'ère de la mondialisation et vive ensemble dans la joie et la paix sur cette planète qui rétrécit, le défi incontournable auquel nous faisons face est celui de parvenir à nous comprendre et à nous transformer.

C'est précisément dans cette optique que l'enseignement du Bouddha gagne en pertinence, même auprès de ceux qui ne sont pas disposés à embrasser l'ensemble de la religion bouddhiste et de sa philosophie. En identifiant l'avidité, la haine et l'illusion comme étant les causes sous-jacentes de la souffrance humaine, le Bouddha-Dhamma nous aide à mettre au jour les racines cachées de nos difficultés personnelles et collectives. En définissant une voie pratique de formation qui nous aide à éliminer ce qui est nuisible et à favoriser la croissance de ce qui est bénéfique, l'enseignement nous offre une solution efficace pour lutter contre les problèmes du monde en s'attaquant à leur source la plus directe : notre propre esprit. Parce que le bouddhisme nous confie la responsabilité de notre propre rédemption en nous demandant un effort personnel et une application énergique pour apprivoiser l'esprit, l'enseignement du Bouddha sera forcément amer. Toutefois, en nous fournissant un diagnostic précis de notre maladie et une voie précise vers la délivrance, il nous offre aussi, en cette ère de mondialisation, un message d'espoir inspirant.

*Extrait de la lettre d'information n° 34 de la BPS, 3e envoi, 1996.*

## 35. LES OBJECTIFS DE L'ÉDUCATION BOUDDHISTE

Idéalement, l'éducation est l'instrument clé du développement humain, permettant de façonner un individu analphabète en un adulte mûr et responsable. Malheureusement, l'enseignement formel, qu'il soit dispensé dans les pays développés ou en voie de développement, connaît actuellement de graves difficultés. L'enseignement scolaire est devenu si routinier et ennuyeux que les élèves le perçoivent souvent comme un exercice de patience plutôt que comme une expérience d'apprentissage captivante. Même les élèves les plus brillants et les plus consciencieux s'agitent facilement. Pour beaucoup, les seules échappatoires attrayantes se trouvent sur les routes dangereuses de la drogue, de l'expérimentation sexuelle et des explosions de violence insensée. Les enseignants se retrouvent eux aussi confrontés à un dilemme : ils ne sont pas satisfaits du système qu'ils servent, mais ils n'ont pas non plus trouvé d'alternative satisfaisante.

L'une des principales raisons de cette triste situation est une perte de vision des objectifs appropriés de l'éducation. Le terme "éducation" vient du latin "educare", qui signifie "faire naître". Cette expression met en évidence que la mission réelle de l'enseignement est de faire émerger les capacités cognitives inhérentes à l'esprit humain. La curiosité, le désir d'apprendre et de comprendre sont des traits humains fondamentaux, tout aussi inhérents à notre esprit que la faim et la soif le sont à notre corps. Cependant, dans le monde chaotique d'aujourd'hui, cette soif d'apprendre est souvent étouffée et déformée par les mêmes distorsions morales qui affectent la société dans son ensemble. Tout comme l'industrie de la restauration rapide exploite notre appétit pour les aliments sains en proposant des en-cas savoureux, mais sans valeur nutritive, les écoles privent les jeunes de l'apport essentiel à une croissance saine. Au nom de l'éducation, les élèves suivent des cours standardisés destinés à faire d'eux des serviteurs efficaces du système social. Une telle éducation est peut-être nécessaire pour assurer la cohésion sociale et la stabilité économique, mais elle ne contribue pas vraiment au but ultime de l'apprentissage, qui est d'éclairer l'esprit grâce à la lumière de la vérité et de la bonté.

L'une des principales raisons de nos difficultés en matière d'éducation est la "commercialisation" de celle-ci. Le modèle de croissance industrielle de notre société, qui s'étend actuellement aux sociétés agricoles d'Asie du Sud et du Sud-Est, oblige le système éducatif à former des élèves pour qu'ils deviennent des citoyens contribuant à une économie axée sur la maximisation des bénéfices. L'objectif de l'éducation selon cette perspective est très différent de celui qui est fondé sur les principes bouddhistes. Bien que le caractère pratique de l'éducation soit certainement important dans l'éducation bouddhiste, car le bouddhisme propose une voie médiane qui reconnaît que nos aspirations spirituelles les plus élevées dépendent d'un corps sain et d'une société matériellement stable. Cependant, pour le bouddhisme, l'aspect pratique de l'éducation doit être intégré à d'autres exigences visant à développer les potentialités de la nature humaine, comme l'envisageait le Bouddha. Par-dessus tout, une politique éducative inspirée des principes bouddhistes doit chercher à inculquer des valeurs autant qu'à transmettre des connaissances. Elle doit être orientée non seulement vers le développement des compétences sociales et commerciales, mais aussi vers la culture des graines de la noblesse spirituelle chez les étudiants.

Dans la société laïque actuelle, l'éducation se concentre principalement sur la préparation des jeunes à leur future vie professionnelle. Dans un pays bouddhiste comme le Sri Lanka, la responsabilité de transmettre les principes du Dhamma incombe naturellement aux écoles du Dhamma. L'éducation bouddhiste dans ces écoles doit avant tout viser à transformer le caractère des élèves. Puisque le caractère d'une personne est façonné par des valeurs, et que ces dernières sont transmises par des idéaux inspirants, la première tâche à laquelle doivent s'atteler les éducateurs bouddhistes consiste à déterminer les idéaux de leur système éducatif. En nous tournant vers les discours du Bouddha à la recherche des idéaux d'une vie bouddhiste, nous découvrons cinq qualités que le Bouddha a souvent décrites comme étant les traits d'un disciple modèle, qu'il soit moine ou laïc. Ces cinq qualités sont la foi, la vertu, la générosité, l'étude et la sagesse. De ces cinq qualités, deux, la foi et la générosité, sont principalement liées au cœur : elles sont associées à l'acquisition de la maîtrise de ses émotions. Les deux dernières se concentrent sur l'intellect : l'étude et la sagesse. La cinquième qualité, la vertu ou la moralité, touche à la fois le cœur et l'intellect. Les trois premiers préceptes, s'abstenir de tuer, de voler et d'abus sexuel, régissent les émotions. Les préceptes d'abstinence de mensonge et de substances intoxicantes aident à développer la clarté et l'honnêteté nécessaires à la réalisation de la vérité. Ainsi, l'éducation bouddhiste vise à transformer à la fois le caractère et l'intelligence de l'être humain, en maintenant un équilibre entre les deux et en s'assurant qu'ils atteignent leur plein potentiel.

L'ensemble du système d'éducation bouddhiste doit être fondé sur la foi (*saddhā*) dans le Triple Joyau, et surtout dans le Bouddha en tant qu'Être Pleinement Eveillé, le Maître sans égal et le Guide suprême vers une vie juste et une compréhension juste. À partir de cette foi, les étudiants doivent être inspirés à devenir accomplis dans la vertu (*sīla*) en respectant les règles morales énoncées dans les Cinq Préceptes. Ils doivent bien connaître les préceptes, comprendre les raisons pour lesquelles ils doivent être observés et savoir comment les appliquer dans les situations difficiles de la vie moderne, et surtout, ils doivent en apprécier les vertus positives : bienveillance, honnêteté, pureté, sincérité et sobriété mentale. De plus, ils doivent cultiver l'esprit de générosité et d'abnégation (*cāga*), un aspect crucial pour surmonter l'égoïsme, l'avidité et l'égocentrisme qui dominent la société actuelle. S'efforcer de réaliser l'idéal de générosité, c'est développer la compassion et le renoncement, des qualités qui ont soutenu le Bouddha tout au long de sa carrière. C'est apprendre que la coopération est plus importante que la compétition, que le sacrifice de soi est plus épanouissant que l'autoglorification, et que notre véritable bien-être réside dans l'harmonie et la bienveillance envers les autres, plutôt que dans l'exploitation et la domination des autres.

Les quatrième et cinquième vertus sont étroitement liées. Apprendre (*suta*) signifie acquérir une connaissance approfondie des textes bouddhistes, qui s'obtient par une lecture assidue et une étude persistante. Mais le simple fait d'apprendre ne suffit pas. La connaissance ne remplit sa fonction que lorsqu'elle sert de tremplin à la sagesse (*paññā*), à la compréhension personnelle directe de la vérité du Dhamma. Bien sûr, la sagesse supérieure qui couronne le Noble Octuple Sentier ne relève pas du domaine de l'école du Dhamma. Cette sagesse doit être cultivée par un entraînement mental méthodique dans le calme et la vision pénétrante, les deux ailes de la méditation bouddhiste. Toutefois, l'éducation bouddhiste peut grandement contribuer à poser les fondations de cette sagesse en clarifiant les principes qui doivent être mis au jour par la vision pénétrante. Cette tâche allie étude et sagesse, la première servant de fondement à la seconde. La sagesse naît de l'intégration systématique des idées et des principes appris par l'étude dans le tissu de l'esprit. Cela demande une réflexion profonde, une discussion intelligente et une investigation minutieuse.

### 35. Les objectifs de l'éducation bouddhiste

C'est la sagesse que le Bouddha présente comme l'instrument direct de la libération finale, comme la clé qui permet d'ouvrir les portes du Sans-mort, et aussi comme un guide infaillible pour réussir à relever les défis quotidiens de la vie. Par conséquent, la sagesse constitue le couronnement et le sommet de tout le système d'éducation bouddhiste, et chaque étape préliminaire de ce système devrait viser à son développement. C'est à ce stade que l'éducation atteint son sommet, devenant une révélation au sens le plus authentique et le plus profond, comme l'a déclaré le Bouddha la nuit de son Éveil : "La vision, la connaissance, la sagesse, la compréhension et la lumière ont surgi en moi."

*Extrait de la lettre d'information n° 35 de la BPS, 1er envoi 1997.*

## 36. LE PROBLÈME DE SUBRAHMĀ

Aujourd’hui, un effondrement général de l’ordre public s’est produit en Orient comme en Occident. Il a engendré en nous un sentiment de malaise persistant qui nous assaille dans la rue, au travail et même chez nous. L’augmentation du nombre de toxicomanes, la multiplication des actes de petite délinquance, le déclin du respect d’autrui, tout cela a contribué à intensifier un climat de suspicion qui affecte même nos rencontres les plus ordinaires. Beaucoup de gens ne se sentent à l’aise que derrière des portes à double verrou, des fenêtres protégées par des barreaux métalliques et des portails munis de détecteurs de mouvement. Pourtant, c’est souvent seulement après avoir mis en place les systèmes de défense les plus impénétrables que nous découvrons une source d’insécurité encore plus envahissante. Ce sentiment de peur et d’angoisse qui peut ronger nos moments de plaisir les plus précieux ne provient pas de menaces extérieures, mais surgit inexplicablement de l’intérieur. Bien qu’il puisse s’entremêler avec nos affaires quotidiennes, il génère des pensées d’inquiétude et d’angoisse. Sa véritable cause n’est pas tant les dangers extérieurs qu’une anxiété diffuse planant dans les recoins de l’esprit.

Un sutta peu connu, caché au sein du Devaputta-samyutta (SN 2.17), nous donne un aperçu de la nature de cette angoisse cachée, plus profond et authentique que ceux des philosophes existentialistes les plus habiles. Dans ce court sutta du Canon Pāli, qui ne compte que huit lignes, un jeune dieu nommé Subrahmā apparaît devant l’Éveillé et explique le problème qui pèse sur son cœur :

“Cet esprit est toujours effrayé,  
L’esprit est toujours agité,  
À propos de problèmes non apparus,  
Et à propos de ceux qui sont apparus,  
S’il existe une libération de la peur,  
Je vous prie de me l’expliquer”.

Il est peut-être ironique qu'il faille un deva pour exprimer si succinctement, avec une simplicité si élégante, le dilemme au cœur de l’expérience humaine. La confession de Subrahmā montre également clairement que ni le monde des devas ni aucun autre ensemble de conditions extérieures n’offrent un refuge permanent contre l’angoisse. Des demeures luxueuses, des emplois lucratifs, une autorité incontestée, des systèmes de sécurité de haute technologie... Rien de tout cela ne peut garantir le calme et la paix intérieurs, car la source de tous nos problèmes est l’esprit lui-même, et celui-ci nous accompagne où que nous allions.

Pour comprendre la détresse de Subrahmā, il suffit de s’asseoir tranquillement, de porter son attention vers l’intérieur et d’observer les pensées qui défilent. Si l’on ne se concentre pas sur une pensée en particulier, mais qu’on observe simplement chacune d’elles au moment où elle apparaît, on trouvera presque certainement des vagues d’anxiété, de soucis et d’inquiétudes qui traversent et sous-tendent ce flot incessant. Nos peurs et nos inquiétudes n’ont pas besoin de prendre des proportions démesurées, de se manifester par des décrets métaphysiques audacieux. Au cœur de la

mélodie des pensées en constante évolution qui les ponctue, comme les percussions de la basse dans un quintette de jazz, se trouve toujours le battement persistant de l'inquiétude et de l'anxiété, le deuxième rythme du cœur.

Subrahmā souligne la situation difficile à laquelle il était confronté, la situation à laquelle sont confrontées toutes "les personnes non éveillées", en répétant les mots 'toujours' (*niñcam*) dans les deux premières lignes. Cette répétition est importante. Elle ne signifie pas que chaque pensée est envahie par l'anxiété et la crainte ni qu'elle exclut la joie d'un succès, le plaisir d'un amour partagé ou le courage face aux défis intimidants de la vie. Elle met en évidence la persistance tenace de la peur anxieuse, qui nous colle à la peau comme un chien bâtard grognant lorsque nous regardons en arrière, prêt à nous mordre les talons lorsque nous sommes pris au dépourvu.

La peur et l'anxiété hantent les corridors de l'esprit, car l'esprit est une fonction du temps, une étincelle de conscience qui s'écoule inexorablement d'un passé qui ne peut jamais être effacé vers un avenir qui nous taquine avec un énigmatique et insaisissable "pas encore". C'est précisément parce que l'esprit s'efforce de ralentir le flot du temps, en enroulant ses tentacules autour d'un millier de projets et de préoccupations, que le passage du temps semble si effrayant. Car le temps représente le changement, et le changement apporte la dissolution, la rupture des liens que nous avons forgés avec tant de peine. Le temps symbolise également l'incertitude du futur, nous confrontant à des défis inattendus, ainsi qu'à l'inéluctable vieillesse et l'inéluctable mort.

Lorsque Subrahmā s'est tourné vers le Bouddha pour demander son aide d'urgence, il ne cherchait pas une ordonnance de Prozac (antidépresseur) pour faire face à sa prochaine série d'opérations commerciales et à ses aventures avec des nymphes célestes. Il aspirait à une libération complète de la peur, et le Bouddha n'a pas hésité à être franc dans sa réponse. En quatre phrases incisives, il indiqua à Subrahmā le seul remède infaillible pour guérir sa blessure intérieure, la guérir sans risque de rechute :

"Ce n'est pas sans l'éveil et l'austérité,  
Ce n'est pas sans la maîtrise des sens,  
Ce n'est pas sans renoncer à tout,  
Que je vois une quelconque sécurité pour les êtres vivants."

Le Bouddha explique que la libération ultime de l'anxiété se résume à quatre mesures simples. Les plus décisives sont "l'éveil" (*bodhi*) et "le renoncement" (*nissagga*), la sagesse et la libération. Cependant, ceux-ci ne surgissent pas dans le vide, mais seulement à la suite d'un entraînement à la vertu et à la méditation, exprimés ici par la maîtrise des facultés sensorielles et "l'austérité" (*tapa*), l'énergie de l'effort contemplatif. L'ensemble du programme vise à mettre au jour la racine cachée de l'angoisse, que les existentialistes, malgré leur profonde perspicacité philosophique, n'ont pas réussi à déceler. Cette racine est l'attachement. Plongés dans les ténèbres de l'ignorance, nous nous accrochons à nos biens matériels, à nos proches, à notre statut et à notre place dans la société. Nous nous accrochons à ces "cinq agrégats" que sont la forme, la sensation, la perception, l'activité volitive et la conscience, les percevant comme permanents, agréables et comme un 'soi' véritable.

S'accrocher à quoi que ce soit, c'est chercher à le préserver, à le soustraire à l'appétit vorace du temps. Mais tenter une telle entreprise, c'est se heurter à la loi immuable inhérente à la nature même de l'existence : tout ce qui apparaît doit disparaître. Ce n'est pas seulement l'objet de l'attachement qui doit céder à la loi de l'impermanence. Le sujet lui-même, celui qui s'accroche, et l'acte même de s'accrocher, sont également voués à se dissoudre, à périr et à disparaître. Se reposer, essayer de

façonner un monde qui répondra aux désirs de notre cœur, c'est lutter contre la loi inflexible du changement. Mais, quels que soient nos efforts, il n'y a pas d'échappatoire : la vérité sonore monte des profondeurs de l'être, et nous pouvons soit écouter son message, soit continuer à nous boucher les oreilles.

L'ironie de la réponse du Bouddha à Subrahmā réside dans le fait que la solution requiert un accord volontaire pour l'action que nous avons instinctivement tendance à éviter. La solution ultime à l'anxiété et à l'inquiétude ne consiste pas en une promesse rassurante que l'univers nous offrira une étreinte réconfortante. Il s'agit plutôt d'une invitation à oser faire ce pas que nous avons l'habitude de repousser. Ce que nous craignons par-dessus tout, ce qui fait trembler notre cœur d'anxiété, c'est de renoncer à ce qui nous est cher. Pourtant, le Bouddha nous dit que le seul moyen d'atteindre la véritable sécurité est de tout abandonner : "Ce n'est qu'en renonçant à tout que je vois une sécurité pour les êtres vivants." Finalement, nous n'avons pas le choix : nous devons tout abandonner, car, lorsque la mort viendra nous réclamer, tout ce à quoi nous nous identifions nous sera enlevé. Pour surmonter l'anxiété, nous devons lâcher prise maintenant, non pas, bien sûr, par un acte prématuré de renoncement, qui pourrait même s'avérer nuisible ou autodestructeur, mais en éliminant l'attachement et l'avidité qui sont en nous, la racine cachée de la peur.

Cet abandon de l'attachement ne peut se produire par le rejet forcé de ce que nous aimons et chérissons. Il naît de la sagesse, de la perspicacité et de l'éveil du sombre sommeil de l'ignorance. Le remède suprême consiste à réaliser que, dans l'instant présent, il n'y a rien que nous puissions vraiment revendiquer comme nôtre, car en réalité "Tout cela est vide de 'soi' et de ce qui appartient à 'soi' ". La forme, la sensation, la perception, la volonté et la conscience : il faut renoncer à tout en les voyant tels qu'ils sont réellement, comme "n'étant pas à moi, n'étant pas moi, n'étant pas mon 'soi' ". Voir la vérité que toutes les choses conditionnées sont impermanentes, en constante évolution et destinées à disparaître permet de se détourner de l'attachement et renoncer à tout. Et renoncer à tout, c'est se trouver soi-même, non pas stérile et les mains vides, mais riche de la richesse des nobles. Car celui qui n'est pas attaché n'a pas peur, n'est pas agité, n'est pas en proie à l'anxiété. Celui qui ne s'accroche pas est *akutobhaya* c'est à dire qu'aucun danger ne peut le toucher. Bien qu'il vive au milieu du vieillissement, de la maladie et de la mort, il a atteint ce qui se trouve au-delà du vieillissement, de la maladie et de la mort. Même lorsque les feuilles tombent et que les systèmes mondiaux vacillent, il perçoit la sécurité partout.

*Extrait de la lettre d'information n° 37 de BPS, 3e envoi de 1997.*

## 37. VIVRE DANS LA DIGNITÉ

Est-il possible de vivre dans la dignité dans le monde d'aujourd'hui, et, si oui, comment ? Poser une telle question peut sembler étrange, à une époque où notre lutte effrénée pour joindre les deux bouts ne nous laisse guère le loisir de réfléchir à des questions aussi abstraites. Pourtant, si nous prenons le temps de réfléchir un peu à cette question, nous nous rendons rapidement compte qu'il ne s'agit pas simplement de la rêverie d'une personne qui a trop de temps libre. Cette question touche au sens même de notre vie et dépasse même notre quête personnelle de sens, puisqu'elle atteint les sources mêmes de la culture contemporaine. Si la dignité n'est pas possible, la vie n'a plus aucun but transcendant. Notre seul objectif dans le peu de temps qui nous est imparti devrait donc être de profiter de tous les plaisirs possibles avant que le rideau ne tombe définitivement. Mais si nous pouvons trouver une base pour vivre dans la dignité, nous devons alors nous demander si nous vivons réellement comme nous le devrions et si notre culture, dans son ensemble, encourage un mode de vie digne.

Bien que la notion de dignité semble simple à première vue, elle s'avère être, en réalité, beaucoup plus complexe. Selon mon dictionnaire *Webster's Collegiate*, publié en 1936, la dignité se définit comme "l'élévation du caractère, la valeur intrinsèque, l'excellence, la noblesse des manières, de l'apparence ou du style". Mon *Roget's Thesaurus*, publié en 1977, la regroupe avec "prestige, estime, réputation, honneur, gloire, notoriété, renommée". Cela démontre que le sens de ce mot a évolué au cours des quarante dernières années. Lorsque nous nous demandons comment vivre dans la dignité, nous devons nous concentrer sur la nuance la plus ancienne du terme. C'est-à-dire vivre avec la conviction que notre existence possède une valeur intrinsèque, que nous détenons un potentiel d'excellence morale qui résonne avec l'hymne des galaxies.

La recherche consciente de la dignité n'est pas très courante aujourd'hui. Elle a été supplantée par des concurrents redoutables, tels que la richesse et le pouvoir, le succès et la renommée. Cette dévalorisation de la dignité découle d'une série d'évolutions de la pensée occidentale apparues pour contester les certitudes dogmatiques de la théologie chrétienne. La théorie darwinienne de l'évolution, la thèse freudienne du "Id", le déterminisme économique, le modèle informatique de l'esprit : toutes ces tendances, apparues plus ou moins indépendamment, ont contribué à remettre en question l'idée que notre vie ait une valeur intrinsèque. Lorsque tant de voix sûres d'elles-mêmes affirment le contraire, nous ne pouvons plus nous considérer comme le sommet de la création. Au contraire, nous sommes désormais convaincus que nous ne sommes que des paquets de protoplasme régis par des gènes égoïstes, des primates cultivés équipés de diplômes et munis de cartes de visite qui roulent sur l'asphalte au lieu de grimper aux arbres.

Ces idées, aussi distordues soient-elles, se sont infiltrées depuis les amphithéâtres universitaires jusqu'à la culture populaire, érodant notre sens de la dignité humaine sur plusieurs fronts. L'économie de marché, architecte de l'ordre social actuel, montre la voie. Dans ce système, la forme principale d'interaction humaine est le contrat et la vente, les individus étant réduits à de simples producteurs et consommateurs, voire à des marchandises. Dans les démocraties vastes et impersonnelles, les individus se transforment en de simples visages dans la foule, manipulés par des slogans, des images

et des promesses pour voter pour un candidat ou l'autre. Les villes se sont étendues pour devenir des jungles urbaines tentaculaires, sales et dangereuses, où les habitants, hébétés, tentent d'échapper à la souffrance de leur orgueil blessé en se réfugiant dans la drogue et les relations sexuelles dénuées d'amour. L'escalade de la criminalité, la corruption politique, les bouleversements dans la vie familiale et la spoliation de l'environnement témoignent tous d'une détérioration de notre image personnelle ainsi que de nos relations avec les autres.

Dans ce chaos, le Dhamma peut-il nous aider à redécouvrir notre dignité perdue et à donner un nouveau sens à notre existence ? La réponse à cette question est oui, et ce, de deux manières : premièrement, en justifiant notre revendication d'une dignité innée, et, deuxièmement, en nous montrant ce que nous devons faire pour réaliser notre dignité potentielle.

Selon le bouddhisme, la valeur intrinsèque des êtres humains ne dépend pas de leur relation avec un dieu tout-puissant ni de la possession d'une âme immortelle. Elle émane plutôt de l'importance éminente qu'occupe la vie humaine dans l'immensité de l'existence sensible. Loin de réduire les humains au rang d'enfants du hasard, le Bouddha enseigne que le royaume humain est un royaume privilégié qui se trouve au cœur spirituel du cosmos. Ce qui distingue l'existence humaine est la faculté de choix moral que les êtres humains possèdent et que les autres formes de vie n'ont pas. Bien que cette faculté soit nécessairement contrainte par des limites, nous avons toujours, dans l'instant présent, une certaine marge de liberté intérieure qui nous permet de nous transformer et, par conséquent, de changer le monde.

Cependant, la vie dans l'univers humain est loin d'être confortable. Elle est plutôt inconcevablement difficile et complexe, remplie de conflits et de dilemmes moraux, offrant un énorme potentiel, tant pour le bien que pour le mal. Cette complexité morale peut rendre la vie humaine très douloureuse, mais elle fait aussi du monde humain le terrain le plus fertile pour semer les graines de l'éveil. C'est à ce carrefour trompeusement ambigu que nous pouvons nous élever vers les sommets de la noblesse spirituelle, ou bien sombrer dans les profondeurs de la dégradation. Ces deux options se présentent à chaque instant présent, et c'est à nous de décider laquelle nous emprunterons.

Si cette capacité unique de choix moral et d'éveil spirituel confère une dignité inhérente à l'existence humaine, le Bouddha ne l'accentue pas autant que notre capacité à acquérir une dignité active. Cette faculté est résumée par un mot qui donne toute sa saveur à l'ensemble de l'enseignement, *ariya*, ou noble. L'enseignement du Bouddha est l'*ariyadhamma*, la noble doctrine. Son but est de transformer les êtres humains, "ignorants et mondains", en nobles disciples rayonnants de noble sagesse. Ce processus de transformation ne se réalise pas simplement par la foi et la dévotion, mais en suivant la voie bouddhiste, qui transforme nos faiblesses en forces invincibles et notre ignorance en connaissance.

La notion de dignité est étroitement liée à celle d'autonomie. Cette dernière signifie la maîtrise de soi, la liberté face aux passions et aux préjugés, ainsi que la capacité de déterminer activement son propre destin. Vivre dans la dignité signifie être son propre maître, c'est-à-dire mener sa vie en fonction de ses propres choix, sans se laisser influencer par des forces qui échappent à son contrôle. Une personne autonome puise sa force en elle-même, indépendamment des désirs et des préjugés qui la gouvernent. Elle est guidée par une perception intérieure de la justice et de la vérité.

Dans le bouddhisme, l'être le plus digne est l'arahant, l'être libéré qui a atteint le plus haut sommet de l'autonomie spirituelle : la libération des diktats de l'avidité, de la haine et de l'illusion. Le mot arahant lui-même évoque ce sentiment de dignité : il signifie "celui qui est digne", celui qui mérite les offrandes des dieux et des humains. Bien que, dans notre condition actuelle, nous soyons encore

loin de la stature d'un arahant, cela ne signifie pas que nous soyons complètement perdus, car les moyens d'atteindre le but suprême sont déjà à notre portée. Ces moyens sont le Noble Octuple Sentier, composé de ses deux piliers jumeaux que sont la Vue Juste et la Conduite Juste. La Vue Juste est le premier facteur du sentier et sert de guide pour tous les autres. Vivre avec une vue juste, c'est voir que nos décisions comptent, que nos actions volontaires ont des conséquences qui dépassent leurs propres limites. Elles peuvent nous mener vers le bonheur ou la souffrance. Le corollaire actif de la vue juste est la conduite juste, l'action guidée par l'idéal de l'excellence morale et spirituelle. La conduite juste dans le corps, la parole et l'esprit permet d'accomplir les sept autres facteurs du Noble Octuple Sentier, qui culmine dans la véritable connaissance et la délivrance.

Dans le monde agité d'aujourd'hui, l'humanité s'engage imprudemment sur deux voies néfastes. La première est celle de la violence et de la confrontation, la seconde est celle de l'auto-indulgence frivole. Bien qu'ils semblent opposés, ces deux extrêmes pernicieux partagent un dénominateur commun : le mépris de la dignité humaine. Le premier viole la dignité d'autrui, tandis que le second érode notre propre dignité. Le Noble Octuple Sentier du Bouddha est une voie médiane qui évite tous les extrêmes nuisibles. Suivre cette voie apporte non seulement une dignité sereine à sa propre vie, mais constitue également une réponse éloquente au cynisme et aux prétentions creuses de notre époque.

*Extrait de la lettre d'information n° 38 de la BPS, 1er envoi 1998.*

## 38. MODES DE VIE ET PROGRESSION SPIRITUELLE

Les nouveaux venus au bouddhisme s'interrogent souvent sur l'influence que leur mode de vie a sur leur progrès sur la voie du Bouddha, en particulier sur la raison pour laquelle le Bouddha a établi un ordre monastique soumis à des règles très différentes de celles qui régissent la communauté bouddhiste laïque. "Ne semble-t-il pas," demandent-ils, "qu'un laïc qui suit les préceptes bouddhistes dans sa vie quotidienne devrait pouvoir progresser aussi rapidement qu'un moine ou une nonne et atteindre le même niveau d'éveil ? Si c'est le cas, cela ne signifie-t-il pas que tout le mode de vie monastique devient superflu, ou, au mieux, une simple question de choix personnel qui n'a pas plus d'importance pour le développement spirituel d'une personne que le fait de suivre une formation pour devenir médecin ou ingénieur ?"

En mettant de côté les considérations de statut et de supériorité et en examinant simplement les deux modes de vie dans leur forme idéale, il est logique de conclure que la vie monastique, telle que proposée par le Bouddha, est la plus efficace pour atteindre l'objectif ultime. Selon le canon Pāli, le but ultime du Dhamma est l'atteinte du Nibbāna : la destruction de toutes les souillures ici et maintenant et la libération ultime du *samsāra*, le cycle des renaissances. Cette réalisation s'obtient en éliminant le désir et l'ignorance par la pratique du Noble Octuple Sentier. Le Noble Octuple Sentier est ouvert aussi bien aux moines et aux nonnes qu'aux laïcs ; l'ordination monastique n'offre aucun accès privilégié au sentier ni aucun pouvoir permettant à un moine ou à une nonne de progresser plus rapidement qu'un laïc. Bien qu'il en soit ainsi, il n'en reste pas moins que la vie monastique a été explicitement créée par le Bouddha afin de faciliter l'engagement total à la pratique du sentier dans ses trois aspects : moralité, concentration et sagesse. Elle offre ainsi les conditions optimales pour le progrès spirituel.

Le mode de vie monastique fait précisément cela, car le but ultime est un état de renoncement, "l'abandon de toutes les possessions" (*sabbūpadhipaṭinissagga*). Dès le départ, la vie du moine est enracinée dans le renoncement. En "quittant la vie de foyer", le moine abandonne sa famille, ses biens, sa position sociale et même les signes extérieurs de son identité personnelle, symbolisés par ses cheveux, sa barbe et ses vêtements. En se rasant la tête et en revêtant la robe ocre, le moine a renoncé, du moins en principe, à toute revendication d'une identité unique qui lui serait propre. Il est devenu un simple "Sakyaputtiya samaṇa", un ascète qui suit le fils de Sakya (c'est-à-dire le Bouddha). Extérieurement, il est impossible de le distinguer de cent mille autres moines.

La vie du moine est caractérisée par une simplicité radicale, le contentement avec le strict nécessaire, et la patience face aux épreuves. Le mode de vie monastique le place dans une dépendance à l'égard de la générosité et de la bienveillance d'autrui et l'oblige à suivre un code de conduite strict, le Vinaya, qui vise à cultiver les vertus fondamentales du renoncement que sont la simplicité, la retenue, la pureté et l'innocuité. Ces vertus forment une base solide pour atteindre des niveaux plus élevés de concentration et de vision pénétrante, qui sont essentiellement des étapes dans la purification progressive de l'esprit et l'approfondissement de la vision pénétrante.

La liberté extérieure qu'offre idéalement la vie monastique est également d'une importance capitale. L'horaire monastique libère le moine de toute exigence extérieure sur son temps et son

énergie, ce qui lui permet de se consacrer pleinement à la pratique et à l'étude du Dhamma. Il est vrai que les moines d'aujourd'hui assument de nombreuses responsabilités qui ne sont pas mentionnées dans les textes canoniques d'origine. Dans les pays bouddhistes traditionnels, le temple du village est devenu le centre de la vie religieuse et les moines jouent le rôle de prêtres pour l'ensemble de la communauté bouddhiste. Toutefois, dans le cadre de cet article, nous nous concentrerons sur l'image canonique de la vie monastique. Si la vie monastique ainsi conçue ne favorisait pas une progression plus harmonieuse vers le but, il semble qu'il n'y aurait eu aucune raison valable pour que le Bouddha établisse un ordre monastique ou qu'il encourage les hommes et les femmes à "quitter la vie de foyer pour mener une vie sans abri".

Si l'atteinte du Nibbāna constitue l'objectif ultime du bouddhisme originel, il ne s'agit toutefois pas du seul, et l'une des lacunes de la présentation du bouddhisme Theravāda en Occident consiste en l'accent mis de manière unilatérale sur l'objectif final au détriment de l'aspect provisoire de l'Enseignement. Dans les pays de tradition bouddhiste, la plupart des bouddhistes ne considèrent pas le Nibbāna comme une perspective réaliste à court terme. La plupart des personnes, tant laïques que religieuses, considèrent le chemin comme un parcours de "pratique graduelle, de progrès graduel et de réalisation graduelle" s'étendant sur plusieurs vies. Leur pratique en tant que disciples bouddhistes se concentre sur l'accomplissement d'actions méritoires et sur la purification méthodique de l'esprit, fondée sur la confiance que la loi karmique de la causalité et le pouvoir spirituel du Dhamma les soutiendront dans leur quête de libération.

Pour clarifier les choix qui s'offrent au disciple laïc, nous proposons deux modèles de vie laïque bouddhiste alternatifs. Dans le premier modèle, la vie laïque est considérée comme un moyen de progresser graduellement vers l'objectif, grâce au développement de qualités saines, telles que la générosité, la vertu morale, la bienveillance et la compréhension. Le but immédiat n'est pas la réalisation directe de la vérité ultime, mais l'accumulation de mérites qui mèneront à une renaissance heureuse et à une progression graduelle vers le Nibbāna. Le deuxième modèle reconnaît la capacité des disciples laïcs à atteindre les étapes de l'éveil dans cette vie même. Il prône une discipline morale stricte et des efforts intenses dans la méditation afin d'atteindre une compréhension profonde de la vérité du Dhamma. Bien qu'il existe dans les pays bouddhistes des laïcs qui suivent la voie de la réalisation directe, leur nombre est beaucoup plus faible que ceux qui suivent le modèle alternatif. La raison est assez évidente : les enjeux sont plus importants et incluent une capacité de renoncement intérieur rare chez ceux qui doivent élever une famille, travailler à plein temps et lutter pour survivre dans un monde où la concurrence est féroce. Il est important de noter un autre point essentiel : ce deuxième modèle de vie laïque bouddhiste devient efficace pour atteindre un niveau supérieur précisément parce qu'il imite le modèle monastique. Ainsi, dans la mesure où un disciple laïc s'engage dans la pratique de la voie directe vers la réalisation, il le fait en adoptant le mode de vie d'un moine ou d'une nonne.

Ces deux conceptions de la vie laïque ne doivent pas nécessairement être considérées comme mutuellement exclusives. Un disciple laïc sincère peut adopter le premier modèle dans sa vie quotidienne, tout en réservant des périodes pour s'engager dans le second, par exemple en limitant ses engagements sociaux, en consacrant du temps à l'étude approfondie et à la méditation, et en participant occasionnellement à des retraites prolongées. Bien qu'un mode de vie monastique puisse être plus propice à l'éveil qu'une vie active dans le monde, lorsqu'il s'agit d'individus plutôt que de modèles, toutes les idées préconçues s'effondrent. Des laïcs, malgré des responsabilités familiales et sociales importantes, parviennent à progresser si rapidement qu'ils peuvent partager leurs connaissances en matière de méditation avec des moines sérieux. Il n'est pas rare de rencontrer des

moines sincères et profondément engagés dans leur pratique qui avancent lentement et avec difficulté. La vie monastique, vécue selon l'idéal originel, peut offrir des conditions optimales pour le développement spirituel. Cependant, le rythme réel de ce développement dépend des efforts personnels et du bagage de qualités apportées des vies antérieures. Il semble souvent que les individus profondément enracinés dans le monde soient mieux pourvus à ces deux égards que ceux qui entrent dans le Saṅgha.

Quoi qu'il en soit, que l'on soit moine, nonne ou laïc, le chemin vers le Nibbāna est le même : le Noble Octuple Sentier. Quelle que soit notre situation personnelle, si l'on est véritablement déterminé à atteindre l'objectif suprême du Dhamma, on s'efforcera de suivre ce chemin en l'adaptant à nos propres circonstances. Selon les propres mots du Bouddha, "Qu'il s'agisse d'un chef de famille ou d'un ascète, c'est celui qui pratique correctement que je loue, et non celui qui pratique mal" (SN 45:24).

*Extrait de la lettre d'information n° 39 de la BPS, 2e envoi, 1998.*

## 39. MIEUX QUE CENT ANS

Récemment, j'ai écouté une émission de radio où un futurologue américain dont je n'ai pas retenu le nom était interviewé. Un futurologue, comme son nom l'indique, est une personne dont le travail consiste à prédire l'avenir. En rassemblant une grande quantité d'informations sur les développements actuels dans divers domaines, il met à jour les tendances les plus marquantes qui se dessinent sous la surface des événements. À partir de ces tendances, il construit une image de l'avenir sur des périodes de plus en plus longues : la décennie, le siècle, le millénaire. Naturellement, plus la distance temporelle par rapport au présent augmente, plus l'image qu'il brosse est susceptible de contenir des erreurs. Bien qu'un élément de conjecture soit inévitable dans toutes les prévisions à long terme, le futurologue soutient que ses projections sont fondées sur la trajectoire que nous suivons aujourd'hui.

Les questions posées par l'interviewer ont permis au futurologue de brosser un tableau étonnant de l'avenir. D'après lui, les causes profondes et persistantes de la souffrance humaine vont enfin être vaincues grâce à notre ingéniosité et notre détermination à construire un monde meilleur. Le prochain siècle sera témoin du début d'une ère de progrès, de prospérité et d'équité sans précédent, avec des changements radicaux même dans les domaines les plus fondamentaux de la biologie. Les couples qui désirent avoir des enfants ne dépendront plus des processus naturels, soumis au hasard et à la tragédie : ils pourront déterminer les traits spécifiques qu'ils souhaitent pour leurs enfants et obtenir précisément ce qu'ils souhaitent. La médecine trouvera des remèdes contre le cancer, le sida, ainsi que contre d'autres maladies redoutables, tandis que presque tous les organes vitaux pourront être remplacés par des équivalents synthétiques. Les biologistes découvriront comment arrêter le processus de vieillissement, nous permettant de conserver notre jeunesse et notre vitalité jusqu'à un âge avancé. D'ici à la fin du siècle prochain, notre espérance de vie sera prolongée jusqu'à 140 ans. Et avant la fin du prochain millénaire, la science aura trouvé la clé de l'immortalité : "C'est certain à 100 %", nous affirma-t-il.

Alors que j'écoutais cet homme intelligent et éloquent divaguer avec un optimisme débordant, je ressentais un sentiment de malaise qui me rongeait de l'intérieur. "Qu'est-ce qui cloche dans ce tableau ?" Je n'arrêtais pas de me poser cette question. "Qu'est-ce qui manque ? Qu'est-ce qui me dérange autant ?" Il était là, décrivant un monde dans lequel l'humanité triompherait de tous ses ennemis ancestraux, peut-être même de la mort elle-même. Pourtant, je ne pouvais tout simplement pas y croire. Je préférais cette existence misérable, fragile et vulnérable que la nature nous avait donnée à la naissance. Pourquoi ?

D'une part, il me semblait que sa vision optimiste de l'avenir reposait sur des hypothèses assez audacieuses, qui ne pouvaient fonctionner qu'en ignorant commodément d'autres tendances actuelles loin d'être rassurantes. Il presupposait que les progrès technologiques n'apporteraient que des avantages, sans entraîner de nouveaux problèmes aussi redoutables que ceux qui nous tourmentent aujourd'hui. Il presupposait également que notre intelligence nous permettrait de rectifier nos erreurs passées, sans avoir à freiner l'avidité qui les a causées. Il presupposait encore que les gens placeraient spontanément le bien commun au-dessus de leurs pulsions égoïstes. Enfin, il

présupposait que la diffusion de la richesse matérielle suffirait à éliminer la méfiance, la haine et la cruauté qui ont engendré tant de misère à travers l'histoire.

Mais, en y réfléchissant davantage, j'ai réalisé que ce n'était pas tout ce qui me dérangeait dans l'image du futurologue. Je sentais qu'il y avait quelque chose de plus profond qui me tracassait. Finalement, j'ai compris que mon inquiétude tournait autour de cette question. L'image qu'il présentait montrait un avenir où les êtres humains sont complètement immergés dans leurs préoccupations temporelles, absorbés par leur lutte contre les limites naturelles, entièrement orientés vers le monde conditionné. Ce qui manquait dans son tableau, c'était ce que l'on pourrait qualifier de "dimension transcendance". Il n'y avait aucune indication que l'existence humaine n'est pas une boucle fermée sur elle-même, qu'elle s'inscrit dans un contexte spirituel plus large qui lui donne son sens, que la quête d'un véritable épanouissement nécessite de se référer à un domaine qui transcende tout ce qui est fini et temporel.

En supprimant toute mention d'une "dimension de transcendance", le futurologue décrivait une humanité attachée à l'idée que le bien ultime doit être atteint en maîtrisant le monde extérieur plutôt qu'en se maîtrisant soi-même. Étant donné que la vie implique nécessairement de la souffrance, parce que nos désirs entrent en conflit avec la nature du monde, nous avons deux possibilités : changer le monde afin qu'il se conforme à nos désirs, ou bien nous changer nous-mêmes afin que nos désirs s'harmonisent avec le monde. L'image dépeinte par le futurologue montrait un avenir où la première option prévalait ; mais le Bouddha, ainsi que tous les grands maîtres spirituels de l'humanité, recommandent unanimement la seconde voie. Pour eux, notre tâche n'est pas tant de manipuler les conditions extérieures responsables de notre mécontentement que de surmonter les racines subjectives du mécontentement, de vaincre notre propre égoïsme, notre avidité et notre ignorance.

En adoptant une approche plus traditionnelle, je ne veux pas dire que nous devons accepter sans broncher toutes les vulnérabilités auxquelles l'existence humaine est confrontée. La résignation stoïque n'est certainement pas la solution. Nous devons nous efforcer d'éradiquer les maladies débilitantes, de promouvoir l'équité économique et sociale, de façonner un monde où les services de base que sont la santé et le bonheur sont aussi largement répartis que possible. Toutefois, si l'innovation technique devient le seul moteur de la civilisation, il est possible que nous nous engagions sur des terrains périlleux. Vouloir dompter la nature avec une audace prométhéenne, en éliminant toutes les causes objectives de notre souffrance, semble être une quête vaine et présomptueuse. En effet, comme nous l'enseigne la tragédie grecque, l'hybris, c'est-à-dire l'orgueil démesuré, entraîne inexorablement la colère des dieux. Même si nos manipulations imprudentes de l'ordre naturel ne déclenchent pas un cataclysme cosmique, nous risquons tout de même de sombrer progressivement dans la banalisation et la mécanisation de la vie humaine. Car en érigéant l'ingéniosité technologique en critère du progrès, nous perdons de vue la profondeur morale et l'élévation du caractère, qui ont toujours été les marques de la grandeur humaine. Nous écrasons les dimensions verticales de notre être, en devenant des êtres uniquement horizontaux, où ne comptent que l'expertise technique et l'efficacité organisationnelle. Nous nous rapprochons ainsi de la situation décrite par T.S. Eliot : "Le monde ne finit pas dans un coup de tonnerre, mais dans un murmure."

Alors que je réfléchissais aux prédictions du futurologue, une série de versets du Dhammapada me vint à l'esprit, offrant une image radicalement différente du défi auquel nous sommes confrontés dans nos vies. Ces versets se trouvent dans le "chapitre des milliers", versets 110 à 15. Les quatre premières strophes nous disent que ce n'est pas la longueur de notre vie qui importe vraiment, mais la manière dont nous la vivons, les qualités que nous incarnons : "Mieux vaut vivre une seule journée vertueux et en méditant que cent ans immoral et sans concentration. Mieux vaut vivre une seule

journée sage et en méditant que cent ans insensé et inattentif. Mieux vaut vivre une seule journée avec zèle et vigueur que cent ans dans l'oisiveté et la dissipation. Mieux vaut vivre une seule journée en voyant l'apparition et la disparition des phénomènes que cent ans sans voir l'apparition et la disparition des phénomènes."

Dans ces versets, le Bouddha nous dit que notre tâche principale, à laquelle toutes les autres doivent être subordonnées, est de nous maîtriser nous-mêmes. Le défi qu'il nous lance n'est pas de retirer toutes les épines qui jonchent la terre, mais de chauffer des sandales et de vaincre nos désirs, source de notre souffrance, là où ils surgissent : dans notre propre esprit. Tant que nos vies seront régie par le désir, l'insatisfaction persistera, car la disparition d'un obstacle ne fera que laisser place à un autre, entraînant un cycle sans fin. L'essentiel n'est pas de prolonger la vie en ajustant les processus biologiques pour qu'ils réalisent nos rêves les plus fous, mais de l'ennoblir par un entraînement mental sobre, dans les limites humbles de notre condition naturelle. Et cela se réalise, comme le souligne à plusieurs reprises le Bouddha, par la triple discipline : la retenue morale, la méditation et la profonde compréhension de l'impermanence de tout ce qui est conditionné.

Les deux derniers versets de cette série présentent l'objectif vers lequel mène cet entraînement, qui correspond également à l'objectif que nos vies devraient viser : "Mieux vaut vivre une seule journée en voyant 'le sans mort' que cent ans sans voir 'le sans mort'. Mieux vaut vivre une seule journée en voyant la Vérité suprême que cent ans sans voir la Vérité suprême." Si le progrès humain ne doit pas se réduire à un simple spectacle de prouesses technologiques repoussant nos limites naturelles, nous avons besoin d'un phare vers lequel orienter nos vies, quelque chose qui nous permette de transcender les limites de la vie et de la mort. Selon le bouddhisme, c'est le Nibbāna, le 'Sans Mort', la Vérité suprême, l'état au-delà de toutes les conditions qui nous limitent. Sans cet élément transcendant, nous pourrions explorer les galaxies lointaines et jouer avec le code génétique, mais nos vies resteraient vides et insignifiantes. La plénitude du sens ne peut venir que de la source du sens, de ce qui est transcendant et inconditionné. S'efforcer d'atteindre cet objectif, c'est trouver une valeur profonde et un sommet d'excellence qui ne peuvent être égalés par l'audace technologique. Atteindre cet objectif, c'est mettre fin à la souffrance : trouver le 'sans mort' ici et maintenant, même au milieu de ce monde imparfait, qui reste soumis, comme toujours, au vieillissement, à la maladie et à la mort.

*Extrait de la lettre d'information n° 41 de la BPS, 1er envoi 1999.*

## 40. DEUX CHEMINS MENANT À LA CONNAISSANCE

La plupart des problèmes sociaux et culturels redoutables auxquels nous faisons face aujourd'hui trouvent leur origine dans le profond schisme qui divise la civilisation occidentale entre science et religion. La science se vante d'avoir une compréhension infaillible grâce à l'étude objective du monde naturel, contrairement à la religion, qui n'a pas grand-chose d'autre à offrir qu'une croyance en des phénomènes surnaturels et un respect pour des règles morales qui demandent modération, discipline personnelle et abnégation. De la même manière que la religion traditionnelle repose souvent sur des promesses idéalistes et des menaces grandioses, ses appels à notre allégeance suscitent rarement notre adhésion. De plus, les idéaux éthiques qu'elle prône ont peu de chance de résister à la pression constante, imposée par la télévision, la radio et les publicités, de profiter pleinement de la vie tant que nous le pouvons. Par conséquent, une grande partie de l'humanité s'est aujourd'hui détournée de la religion en tant que guide significatif pour la vie, n'ayant d'autre choix que de se plonger tête baissée dans la religion séculière du consumérisme et de l'hédonisme. Les individus qui se considèrent comme religieux, inquiets de la menace que le sécularisme fait peser sur leur propre sécurité, sont souvent conduits à adopter un fondamentalisme militant, dans un ultime effort pour préserver leurs allégeances historiques.

La quête d'une base solide pour la conduite dans le monde d'aujourd'hui s'est avérée particulièrement difficile par le fait que l'une des conséquences de la domination de la vision scientifique du monde a été l'exclusion des valeurs du domaine du réel. Bien que de nombreux scientifiques soient des défenseurs passionnés de l'idéal de paix mondiale, de justice politique et d'égalité économique dans leur vie privée, la vision du monde de la science moderne ne fournit aucune base objective pour ces valeurs dans le grand tableau des choses. De ce point de vue, leur origine et leur fondement sont entièrement subjectifs, ce qui leur confère toutes les caractéristiques associées à ce concept : elles sont personnelles, privées, relatives, voire même arbitraires. Malgré les meilleures intentions de nombreux scientifiques responsables, cette division a eu comme conséquence globale d'ouvrir la voie à des modes de vie fondés sur la recherche de la satisfaction personnelle et sur un désir de domination, qui vise à exploiter les autres.

Contrairement à l'antithèse occidentale classique entre religion et science, le bouddhisme partage avec cette dernière un engagement commun à découvrir la vérité sur le monde. Le bouddhisme et la science établissent tous deux une distinction nette entre la manière dont les choses apparaissent et la manière dont elles sont réellement. Ils proposent tous deux d'ouvrir notre esprit à des perceptions de la nature réelle des choses, qui nous est normalement cachée par des idées fausses basées sur la perception sensorielle et le "bon sens". Néanmoins, malgré cette affinité, il est important de reconnaître les grandes différences d'objectif et d'orientation qui distinguent le bouddhisme de la science. Si les deux peuvent partager certaines conceptions sur la nature de la réalité, la science est avant tout un projet visant à produire des connaissances objectives et factuelles, en diffusant des informations dans l'espace public. Le bouddhisme, quant à lui, constitue un chemin spirituel destiné à promouvoir la transformation intérieure et la réalisation du bien suprême, appelé éveil, libération ou Nibbāna. Dans le bouddhisme, la quête de la connaissance n'est pas considérée comme une fin en

soi, mais parce que la cause principale de notre servitude et de notre souffrance est l'ignorance, c'est-à-dire le fait de ne pas comprendre les choses telles qu'elles sont réellement. Le remède nécessaire pour nous guérir est donc la compréhension ou la vision pénétrante.

Encore une fois, la connaissance acquise par la pratique du Dhamma diffère considérablement de celle recherchée par la science à plusieurs égards importants. Plus important encore, la connaissance recherchée n'est pas simplement l'acquisition d'informations objectives sur la constitution et le fonctionnement du monde physique, mais une compréhension personnelle profonde de la nature réelle de notre existence personnelle. Le but n'est pas de comprendre la réalité de l'extérieur, mais de l'intérieur, du point de vue de notre propre expérience de vie. On ne recherche pas des connaissances factuelles, mais une compréhension ou une sagesse, une connaissance personnelle, inévitablement subjective, dont toute la valeur réside dans son impact transformateur sur la vie de chacun. Le souci du monde extérieur ne se pose que dans la mesure où le monde extérieur est inextricablement lié à l'expérience en tant qu'objet de connaissance. Comme le dit le Bouddha : "C'est dans ce corps, avec ses perceptions et ses pensées, que je déclare qu'il y a le monde, l'origine du monde, la cessation du monde et le chemin menant à la cessation du monde" (AN 4.45).

Comme le bouddhisme prend l'expérience personnelle comme point de départ, sans chercher à l'utiliser comme tremplin vers une connaissance impersonnelle et objective, il inclut dans son domaine tout l'éventail des qualités révélées par l'expérience personnelle. Cela signifie qu'il accorde une importance primordiale aux valeurs. Mais, plus encore, les valeurs pour le bouddhisme ne sont pas seulement des projections de jugements subjectifs façonnés selon nos caprices, nos besoins sociaux ou notre conditionnement culturel. Elles sont inscrites dans la trame de la réalité, tout comme les lois du mouvement et de la thermodynamique. Nous pouvons donc évaluer, juger et classer les valeurs selon leur vérité ou leur fausseté, leur validité ou leur manque de validité. Une partie de notre tâche pour donner un sens à notre existence est de découvrir le véritable schéma des valeurs. Pour connaître la véritable échelle des valeurs, nous devons tourner notre attention vers l'intérieur et utiliser des critères d'investigation subjectifs. Ce que nous découvrons n'est pas privé ou arbitraire, mais fait partie intégrante de l'ordre objectif, imprégné de la même légalité que celle qui régit les mouvements des planètes et des étoiles.

L'affirmation de la réalité objective de la valeur entraîne une distinction majeure entre le bouddhisme et la science. Pour qu'une connaissance libératrice, celle de l'éveil, puisse émerger, l'investigateur doit subir une profonde transformation personnelle guidée par la perception intérieure des valeurs authentiques. Alors que les sciences naturelles peuvent être étudiées de manière purement intellectuelle, la quête bouddhiste dans son ensemble est une discipline existentielle qui ne peut être mise en œuvre qu'en régulant son comportement, en purifiant son esprit et en développant sa capacité à être attentif à ses propres processus physiques et mentaux. Cette formation exige le respect de l'éthique tout au long du parcours. Les directives éthiques soutiennent et imprègnent donc toute la formation, depuis son point de départ dans l'action juste jusqu'à son aboutissement dans la libération suprême de l'esprit.

Ce qui est notable, c'est que les dimensions éthique et cognitive de la formation bouddhiste convergent vers un même point : la compréhension de la vérité du non-soi (*anattā*). C'est précisément là que la science contemporaine se rapproche du bouddhisme, en découvrant que la réalité est composée de processus sans substance ultime cachée derrière la succession des événements. Cette correspondance met de nouveau en évidence une différence fondamentale. Dans le bouddhisme, la nature impermanente et dépourvue de substance de la réalité ne constitue pas simplement une vérité factuelle que l'on peut saisir grâce à une connaissance objective. C'est avant tout une vérité

#### 40. Deux chemins menant à la connaissance

existentielle, un principe transformateur qui offre la clé d'une compréhension juste et d'une libération juste. Pour utiliser cette clé afin d'ouvrir la porte de la liberté spirituelle, son seul but, nous devons guider notre conduite en partant du principe que l'idée d'un soi substantiel est une illusion. Adhérer intellectuellement au concept du non-soi et le considérer comme un jouet pour l'esprit ne suffit pas. Il faut pénétrer ce principe en s'entraînant à découvrir l'absence de soi dans les profondeurs les plus subtiles de notre propre esprit.

Il faut espérer que les penseurs bouddhistes et les scientifiques ouverts d'esprit puissent, en partageant leurs idées et leurs réflexions, trouver un moyen efficace de combler le fossé entre la connaissance objective et la sagesse spirituelle et ainsi parvenir à une réconciliation entre la science et la spiritualité. De cette façon, la pratique spirituelle deviendra partie intégrante de la quête de savoir, et la pratique spirituelle combinée à la connaissance deviendront les outils permettant d'atteindre le bien suprême, l'éveil et la liberté spirituelle. Cela a toujours été la position du bouddhisme, comme le montrent ses textes les plus anciens. Nous devons nous rappeler que le Bouddha, l'Éveillé, n'est pas seulement, comme le scientifique, un *lokavidū*, "un connaisseur du monde", mais aussi, et surtout, un *vijjācaranasaṃpanno*, "un être parfait en connaissance et en conduite".

*Extrait de la lettre d'information n° 42 de la BPS, 2e envoi 1999.*

## 41. ANICCĀ VATA SAṄKHĀRĀ

*Aniccā vata saṅkhārā* : "Hélas, toutes les formations sont impermanentes ! " C'est l'expression que l'on utilise au Sri Lanka, ainsi que dans d'autres pays bouddhistes, lors du décès d'un être cher. Cependant, dans cet essai, je n'ai pas utilisé cette phrase pour écrire une nécrologie, mais simplement pour aborder le sujet de cet essai, le mot *saṅkhārā*. Parfois, un seul mot pāli a des implications si riches que le simple fait de les mettre en évidence suffit pour apporter autant de compréhension du Dhamma qu'un long article explicatif. C'est le cas du mot *saṅkhārā*. Ce mot se trouve au cœur même du Dhamma et en explorer les différentes significations permet de saisir la vision de la réalité du Bouddha.

Le terme *saṅkhārā* dérive du préfixe *saṃ*, qui signifie "ensemble", et du nom *kāra*, "faire" ou "agir". Les *saṅkhārās* sont donc des "actions conjointes", des choses qui agissent de concert avec d'autres choses, ou qui sont créées par la combinaison d'autres choses. Les traducteurs ont rendu ce mot de diverses manières : formations, confections, activités, processus, forces, composés, compositions, fabrications, déterminations, synergies, constructions. Toutes ces tentatives visent à saisir le sens d'un concept philosophique pour lequel nous n'avons pas d'équivalent exact. Toutes les traductions anglaises sont donc forcément imprécises. Je me sers moi-même des termes "formations" et "formations volitives", en étant conscient que ce choix n'est pas parfait non plus.

Cependant, il est impossible de trouver un équivalent anglais exact pour *saṅkhārā*. En explorant son usage courant, nous pouvons toutefois mieux comprendre comment ce mot fonctionne dans le "monde des pensées" du Dhamma. Dans les suttas, ce terme apparaît dans trois contextes doctrinaux majeurs. Le premier est dans la formule en douze étapes de la coproduction conditionnée (*paṭicca-samuppāda*), où les *saṅkhārās* constituent le deuxième maillon de la chaîne. Ils sont considérés comme étant conditionnés par l'ignorance et fonctionnant comme une condition pour la conscience. En rassemblant des passages de divers suttas, nous pouvons voir que les *saṅkhārās* sont les volitions karmiquement actives responsables de la génération de la renaissance et donc du maintien du mouvement vers l'avant du *samsāra*, le cycle des naissances et des morts. Dans ce contexte, *saṅkhārā* est pratiquement synonyme de *kamma*, un mot auquel il est étymologiquement apparenté.

Les suttas distinguent les *saṅkhārās* actifs dans la coproduction conditionnée en trois catégories : corporels, verbaux et mentaux. Ces derniers sont eux-mêmes subdivisés en méritoires, démeritoires et "imperturbables", c'est-à-dire les volontés présentes dans les quatre méditations immatérielles. Lorsque l'ignorance et le désir sous-tendent notre flux de conscience, nos actions volontaires du corps, de la parole et de l'esprit deviennent des forces capables de produire des résultats. Parmi ces résultats, le plus important est le renouvellement du flux de conscience après la mort. Ce sont les *saṅkhārās*, soutenues par l'ignorance et alimentées par le désir, qui poussent le flux de la conscience vers un nouveau mode de renaissance, et c'est précisément le caractère karmique des *saṅkhārās* qui détermine l'endroit où la conscience s'établit. Si l'on s'engage dans des actions méritoires, les *saṅkhārās* ou formations volitives propulseront la conscience vers une sphère de renaissance heureuse. Si l'on s'engage dans des actions démeritoires, les *saṅkhārās* propulseront la

conscience vers une renaissance misérable. Et si l'on atteint les méditations sans forme, ces saṅkhārās 'imperturbables' propulseront la conscience vers une renaissance dans les royaumes 'sans forme'.

Le mot saṅkhārā apparaît également dans le domaine des cinq agrégats, et plus précisément dans le quatrième agrégat : le *saṅkhārā-khandha*, l'agrégat des formations volitives. Les textes définissent le *saṅkhārā-khandha* comme les six classes de volition (*cha cetanākāyā*) : la volition liée aux formes, aux sons, aux odeurs, aux goûts, aux objets tactiles et aux pensées. Bien que ces saṅkhārās correspondent étroitement à ceux de la formule de la coproduction conditionnée, ils ne sont pas identiques à tous égards. L'agrégat des formations volitives a une portée plus large et inclut toutes les formes de volition, pas seulement celles qui ont un pouvoir karmique. Il comprend également celles qui sont des résultats karmiques et celles qui sont karmiquement inopérantes. Dans la littérature pāli ultérieure, le *saṅkhārā-khandha* évolue pour englober tous les facteurs de l'esprit, à l'exception des sensations et des perceptions, qui sont assignées à leurs propres agrégats. Ainsi, le *saṅkhārā-khandha* inclut des facteurs éthiquement variables, comme le contact, l'attention, la pensée et l'énergie ; des facteurs sains tels que la générosité, la bienveillance et la sagesse, ainsi que des facteurs malsains comme l'avidité, la haine et l'illusion. Comme tous ces facteurs surgissent en conjonction avec la volition et participent à l'activité volitive, les premiers maîtres bouddhistes ont choisi de les attribuer à l'agrégat des formations volitives.

Le troisième domaine majeur où le mot *saṅkhārā* est utilisé est celui où il désigne toutes les choses conditionnées. Dans ce contexte, il acquiert une forme passive : il désigne tout ce qui est formé par une combinaison de conditions, tout ce qui est conditionné, construit ou composé. Dans ce sens, il pourrait être traduit simplement par "formations", sans l'adjectif qualificatif. Les saṅkhārās incluent alors les cinq agrégats, et pas seulement le cinquième. Le terme inclut également les objets et situations externes comme les montagnes, les champs et les forêts ; les villes ; la nourriture et les boissons ; les bijoux, les voitures et les ordinateurs.

Le fait que les saṅkhārās puissent inclure à la fois les forces actives et les choses produites par celles-ci est très significatif et assure à ce terme son rôle de pierre angulaire de la vision philosophique du Bouddha. Car ce que le Bouddha souligne, c'est que les saṅkhārās dans leurs deux sens actifs – les formations volitives opérant dans l'origine dépendante et les volitions karmiques dans le quatrième agrégat – construisent les saṅkhārās au sens passif : "Elles construisent le conditionné ; c'est pourquoi elles sont appelées formations volitives. Et quelles sont les choses conditionnées qu'elles construisent ? Elles construisent le corps, les sensations, les perceptions, les formations volitives et la conscience ; c'est pourquoi on les appelle formations volitives" (SN 22:79).

Bien que les choses inanimées extérieures puissent être dues à des causes purement physiques, les saṅkhārās qui composent notre être personnel, les cinq agrégats, sont tous le produit des saṅkhārās karmiquement actifs que nous avons engendrés dans nos vies antérieures. Dans la vie présente également, les cinq agrégats sont constamment maintenus, rénovés et prolongés par l'activité volitive dans laquelle nous nous engageons maintenant, qui devient à nouveau une condition pour l'existence future. Ainsi, enseigne le Bouddha, ce sont nos propres saṅkhārās karmiques qui ont construit l'édifice actuel de notre être personnel, et ce sont nos saṅkhārās actuelles qui construisent actuellement les édifices de l'être personnel que nous habiterons dans nos vies futures. Ces édifices ne sont rien d'autre que des saṅkhārās en tant que choses conditionnées, les formations conditionnées incluses dans les cinq agrégats.

Le fait le plus important à comprendre au sujet des saṅkhārās est qu'elles sont toutes impermanentes : "Hélas, les formations sont impermanentes". Elles sont impermanentes non seulement dans le sens où leurs manifestations grossières finiront par prendre fin, mais plus

précisément parce qu'au niveau subtil, subliminal, elles sont constamment en train de surgir et de disparaître, éternellement en train de se former et de se dissoudre. C'est pourquoi le Bouddha affirme que tous les saṅkhārās sont souffrance (*sabbe saṅkhārā dukkhā*), souffrance, non pas parce qu'ils sont tous réellement pénibles et stressants, mais parce qu'ils sont marqués du sceau de l'impermanence et ne peuvent donc pas procurer un bonheur et une sécurité stables.

Pour atteindre la libération totale de la souffrance, qui inclut non seulement la souffrance expérientielle, mais aussi l'insatisfaction inhérente à toute existence conditionnée, nous devons nous libérer des saṅkhārās. Et ce qui se trouve au-delà des saṅkhārās est ce qui n'est pas construit, pas assemblé, pas composé. C'est le Nibbāna, l'Inconditionné (*asaṅkhata*), l'opposé de ce qui est *saṅkhata*, un mot qui est le participe passé correspondant à *saṅkhārā*. Le Nibbāna est appelé l'Inconditionné précisément parce qu'il s'agit d'un état qui n'est ni lui-même un *saṅkhārā*, ni construit par des *saṅkhārās*; un état décrit comme *visaṅkhāra*, "dépourvu de formations", et comme *sabbasaṅkhāra-samatha*, "l'apaisement de toutes les formations".

Ainsi, lorsque nous examinons le mot *saṅkhāra* dans ses moindres détails, nous voyons condensée en lui toute la vision du monde du Dhamma. Les saṅkhārās actifs, qui consistent en des volitions karmiquement actives, créent perpétuellement les saṅkhārās des cinq agrégats qui constituent notre être. Tant que nous continuons à nous identifier aux cinq agrégats (le fruit de l'ignorance) et à chercher le plaisir en eux (le fruit du désir), nous continuons à produire les formations volitives qui construisent les combinaisons futures des agrégats. Ces agrégats, impermanents, peu fiables et trompeurs, sont la souffrance dont nous devons nous libérer.

Cependant, lorsque nous nous engageons dans la pratique du Dhamma, nous mettons un frein à cette génération incessante de saṅkhārās. Nous apprenons à voir la véritable nature des saṅkhārās, de nos cinq agrégats : ils sont impermanents, sujets à la souffrance et dépourvus d'un soi substantiel. Ainsi, le moteur alimenté par l'ignorance et le désir est arrêté à sa racine et le processus de construction karmique, la production de saṅkhārās actifs, est efficacement déconstruit. En mettant fin à la construction de la réalité conditionnée, nous ouvrons la porte à ce qui est toujours présent, mais non construit, non conditionné : l'*asaṅkhata-dhātu*, l'élément inconditionné. C'est le Nibbāna, le Sans-mort, l'apaisement des activités volitives, la libération finale de toutes les formations conditionnées, donc de l'impermanence et de la mort. C'est pourquoi notre verset conclut : "La cessation des formations est la félicité !"

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 43, 3e envoi 1999.*

## 42. TROUVER NOTRE VOIE DANS LE NOUVEAU MILLENAIRE

Bien que nos calculs du passage du temps soient aussi insignifiants devant l'immensité du processus cosmique qu'une plume dans une tempête, il est toutefois naturel, en tant qu'êtres humains, de cultiver l'espoir à l'aube d'un nouveau millénaire. Presque tous les êtres humains nourrissent des espoirs pour eux-mêmes et pour leurs proches : une bonne santé, un revirement de fortune inattendu, la réalisation de leurs souhaits les plus chers. Nous devons également cultiver l'espoir pour notre monde et pour l'humanité entière, que, malgré les sombres prédictions concernant les dangers qui nous attendent, le passage à un nouveau millénaire marquera le début d'une nouvelle ère de paix, de prospérité générale et de bonne volonté.

Les adeptes de diverses religions se tournent également vers le nouveau millénaire. En tant que bouddhistes, nous pouvons brièvement réfléchir à ce que le Dhamma peut apporter au monde au cours des prochaines années. Vu sous un certain angle, on pourrait dire que ce que le bouddhisme apporte au monde d'aujourd'hui, c'est ce qu'il lui a apporté pendant les vingt-cinq derniers siècles : un diagnostic lucide de la condition humaine et une voie claire pour atteindre la libération totale de la souffrance. Cependant, si cette affirmation est vraie en elle-même, elle n'est pas suffisante, car elle ne tient pas compte du fait qu'à chaque époque, les aspects du Dhamma à mettre en avant et la manière de les exprimer doivent répondre aux problèmes spécifiques auxquels sont confrontés les gens de cette époque. La profondeur de l'enseignement du Bouddha réside non seulement dans la puissance de ses généralités, mais aussi dans sa capacité à s'ajuster aux problèmes précis qui animent l'esprit de son époque. Ainsi, pour que le Dhamma retrouve sa vitalité et sa force, il ne suffit pas de répéter des formules sacrées héritées du passé, aussi vraies soient-elles en elles-mêmes. Nous devons plutôt concentrer l'optique des enseignements du Bouddha sur les problèmes profonds auxquels font face les êtres humains d'aujourd'hui. Il s'agit de déterminer comment ces enseignements peuvent aider à résoudre ces problèmes de la manière la plus efficace possible. Si ce que le Bouddha a enseigné n'est que la souffrance et la cessation de la souffrance, alors le point de départ de toute présentation convaincante de la voie vers la cessation de la souffrance doit commencer par les manifestations spécifiques de souffrance propres à notre époque.

Au cours des dernières décennies du 20e siècle, deux manifestations de la souffrance sont devenues si répandues qu'elles semblent presque caractéristiques de notre époque. D'une part, il y a ce sentiment persistant de manque de sens, l'impression d'être aliéné de la vie, qui est maintenant presque aussi répandu dans les quartiers les plus modernes d'Asie qu'en Occident. De l'autre, plus prévalente dans le monde en voie de développement, est la violence entre communautés. Le premier défi émane de la conscience individuelle, tandis que le second découle des interactions entre les différentes sphères sociales. Si le Dhamma veut contribuer au bien-être de l'humanité dans les années et les décennies à venir, il doit nous montrer comment sortir de l'abîme du non-sens et offrir des lignes directrices pour réduire la sévérité de la violence collective.

Le sentiment d'absence de sens, un phénomène social omniprésent, a émergé avec l'avènement de la civilisation industrielle moderne. Chaque nouvelle avancée des sciences naturelles portait un coup supplémentaire à la vision chrétienne organique du monde qui dominait pendant le Moyen Âge. Les êtres humains ont cessé de se percevoir comme les créatures les plus élevées de

l'univers, chéries par un père aimant qui avait façonné l'univers afin qu'elles y trouvent leur chemin vers la rédemption. Au contraire, sous l'influence des sciences mécanistes, nous en sommes venus à nous considérer comme le produit fortuit de causes purement naturelles, naissant et mourant dans un univers froid et indifférent à nos espoirs. Notre existence est inexplicable en termes de source objective de sens. Elle n'incarne aucun but supérieur à la lutte brutale pour survivre et propager nos gènes avant que la mort ne tire le rideau sur toutes nos aspirations fébriles.

La perte de sens a été exacerbée par l'effondrement des formes traditionnelles d'ordre social sous l'effet du capitalisme industriel. L'expansion urbaine et la routine imposée par le travail au bureau et à l'usine ont rompu les liens de solidarité sociale, ce qui a fait en sorte que chaque individu en est venu à se considérer comme une entité isolée, en compétition acharnée avec les autres pour la domination. L'ego individuel est ainsi devenu le centre ultime de l'expérience et le seul déterminant de valeur. Or, il s'agit d'un ego isolé sur lequel les vertus altruistes enseignées par l'éthique religieuse, telles que la générosité et le sacrifice de soi, n'ont plus aucune prise. L'altruisme et la retenue ont fait place au nouveau credo de l'auto-indulgence, mettant l'accent sur la richesse, le pouvoir et la consommation ostentatoire comme objectifs suprêmes de la vie.

À mesure que la technologie occidentale et sa ramifications, la culture consumériste, se sont répandues aux quatre coins du monde, la perte de sens et le sentiment d'aliénation sont devenus endémiques dans de nombreux pays. Aujourd'hui, ce sentiment d'absence de sens a atteint une ampleur véritablement mondiale. La culture du narcissisme, qui exalte la quête effrénée de l'auto-glorification, a étendu ses tentacules partout, ne laissant derrière elle que des esprits agités et des vies vides. Obsédés par la gratification rapide et facile, nous passons notre vie sous l'emprise de la peur que toutes nos réalisations soient vaines, incapables de nous apporter une satisfaction profonde et durable. Et lorsque cette peur se révèle, c'est l'abîme qui s'ouvre, la prise de conscience que nous avons gaspillé notre vie à poursuivre des rêves vains. C'est pourquoi les maladies mentales, la toxicomanie, l'alcoolisme et le suicide sont particulièrement répandus dans les régions les plus prospères du monde.

Il est révélateur que, malgré les réalisations impressionnantes de la science et de la technologie, une culture fondée sur la simple maîtrise de la nature extérieure ne parvienne pas à répondre aux exigences profondes de l'esprit humain. Pour ceux qui dérivent dans un océan d'absence de sens, l'enseignement du Bouddha offre un sens tiré d'une tradition spirituelle profonde qui allie une profondeur métaphysique, une grande acuité psychologique et les normes éthiques les plus élevées. Sans appeler à une foi aveugle dans des croyances dogmatiques ou des postulats spéculatifs, le Bouddha pointe directement vers les lois universelles immuables qui sous-tendent le bonheur et la souffrance. Il insiste sur le fait que nous pouvons les découvrir par nous-mêmes, simplement en réfléchissant clairement à notre expérience immédiate. Il nous propose des méthodes de pratique qui nous permettent, graduellement, d'extraire les racines enfouies de la souffrance et de cultiver les causes qui mènent au plus grand bonheur.

Son message fait appel à l'expérience immédiate. Nous pouvons constater par nous-mêmes que la souffrance domine dans un esprit animé par l'avidité, la haine et l'illusion, et que le bonheur s'accroît lorsque l'esprit est imprégné des vertus de générosité, de bienveillance et de compréhension. En partant de cette expérience, accessible à toute personne capable de réflexion, nous pouvons extrapoler et voir que pour un esprit entièrement libéré de toutes les souillures égocentriques et orné d'un détachement, d'un amour et d'une sagesse parfaits, le bonheur et la paix deviennent illimités et irréversibles. Ainsi, en nous montrant le chemin vers la paix intérieure et le bonheur, le Dhamma nous

offre une issue à l'abîme de l'absence de sens, un moyen de donner à notre vie un sens et un but élevés.

Un deuxième type de souffrance qui est devenu omniprésent à notre époque est la violence sociale, qui continue de causer tant de misère à travers le monde. Certes, la violence entre communautés n'est pas propre à notre époque ni le produit de la civilisation moderne, elle infecte les relations humaines depuis la préhistoire. Mais ce qui est particulièrement troublant dans le monde actuel, c'est l'irruption de violences entre différentes communautés ethniques qui, par le passé, avaient réussi à coexister dans une relative stabilité et une certaine acceptation mutuelle. Nous avons récemment été témoins de ces explosions de haine et de violence dans les Balkans, en Russie, en Indonésie, en Afrique centrale, dans le nord de l'Inde et, malheureusement, dans notre propre pays, le Sri Lanka. La violence ne se manifeste pas seulement dans les conflits qui opposent des groupes d'origines ethniques distincts et qui appartiennent à des communautés différentes, mais aussi dans l'oppression économique, dans l'écart croissant entre riches et pauvres, dans les industries d'armement gigantesques qui prospèrent grâce aux conflits violents, dans l'exploitation sexuelle des femmes et des enfants, dans le trafic de drogue, ainsi que dans la destruction irresponsable de l'environnement, qui risque de détruire les systèmes vitaux permettant à la vie de subsister sur terre.

Le bouddhisme ne peut prétendre offrir une solution détaillée à toutes les formes innombrables que prend la violence dans le monde actuel. Cependant, les valeurs mises en avant par le Dhamma montrent ce qui est nécessaire pour parvenir à une solution durable. Ce qui est nécessaire pour que la paix et l'harmonie règnent véritablement entre les êtres humains ce n'est pas la négociation d'un traité global dans lequel les parties en conflit font des compromis sur leurs revendications intransigeantes et instables. Ce qui est vraiment nécessaire c'est un nouveau mode de perception, l'acceptation d'une conscience universelle qui transcende le point de vue étroit de l'intérêt personnel, égocentrique ou ethnocentrique. Il s'agit d'une conscience qui considère l'autre comme étant fondamentalement semblable à soi-même, qui se détache de la voix insistance de l'intérêt personnel et s'élève à une perspective universelle où le bien-être de tous est aussi important que notre propre bien-être.

Nous pouvons voir l'ébauche de cette perspective universelle dans un principe qui est à la base de l'éthique bouddhiste. Ce principe, plus fondamental encore pour ses idéaux éthiques que les cinq préceptes ou tout autre code de conduite formalisé, consiste à se servir de soi-même comme référence pour guider nos relations avec autrui. Lorsque nous appliquons ce principe, nous pouvons comprendre que, tout comme nous souhaitons tous vivre heureux et exempts de souffrance, tous les autres êtres souhaitent également vivre heureux et exempts de souffrance ; tout comme nous ressentons tous de l'aversion vis-à-vis de la douleur et de la misère et désirons vivre en paix, tous les autres êtres éprouvent de l'aversion pour la douleur et la misère et désirent vivre en paix. Lorsque nous aurons compris ce sentiment profond que nous partageons avec tous les autres êtres, non pas comme une simple idée, mais comme le fruit d'une réflexion claire, nous traiterons les autres avec la même bienveillance et la même attention que celles que nous souhaitons recevoir de leur part. Cela doit s'appliquer tant au niveau communautaire que dans nos relations personnelles. Nous devons apprendre à considérer les autres communautés comme essentiellement semblables à la nôtre, ayant droit aux mêmes avantages que ceux que nous souhaitons pour notre propre groupe. Même si nous ne pouvons pas ressentir de l'amour ou de la compassion pour tous les êtres, nous réaliserons qu'un impératif moral exige que nous les traitions avec justice et bienveillance.

Ainsi, le message du Dhamma aux êtres humains pour le prochain millénaire pourrait se résumer brièvement à ces deux dons. Dans le domaine personnel, il nous offre un chemin clairement

#### 42. Trouver notre voie dans le nouveau millénaire

défini qui donne à la vie un sens profond et un but ancré dans l'ordre cosmique. Ce chemin peut être réalisé dans notre expérience immédiate. Dans la dimension communautaire de l'existence humaine, il offre une ligne directrice éthique pour une action juste. Si elle est appliquée avec diligence, elle peut susciter un engagement en faveur d'une vie non violente. Bien qu'il soit beaucoup trop ambitieux d'espérer que ces deux bénédictions deviennent l'héritage commun de toute l'humanité, nous pouvons au moins espérer qu'un nombre suffisant de personnes les accepteront pour faire du XXI<sup>e</sup> siècle un siècle plus heureux et plus radieux que celui que nous sommes sur le point de quitter.

*Extrait de la lettre d'information n° 44 de la BPS, 1er envoi 2000.*

## 43. DEUX STYLES DE MÉDITATION VIPASSANĀ

La pratique de la méditation *vipassanā* connaît aujourd’hui un succès mondial. Toutefois, pour atteindre ce succès, elle a subi une subtile transformation. Plutôt que d'être enseignée comme partie intégrante de la voie bouddhiste, elle est désormais souvent présentée comme une discipline laïque dont les fruits concernent davantage la vie dans le monde que la libération supramondaine. De nombreux méditants témoignent des bienfaits tangibles qu'ils ont tirés de cette pratique, qui vont d'une amélioration de leurs performances professionnelles et de leurs relations interpersonnelles à un calme plus profond, une plus grande compassion et une conscience accrue. Cependant, si ces bienfaits sont certainement louables, ils ne constituent pas en eux-mêmes le but ultime que le Bouddha lui-même a présenté comme l'objectif ultime de son enseignement. Dans la terminologie des textes, ce but est l'atteinte du *Nibbāna*, la destruction de toutes les souillures ici et maintenant, et la délivrance du cycle sans commencement des renaissances.

La pression qui a probablement le plus influencé l'expression contemporaine de la méditation *Vipassanā* a été la nécessité de transposer cette pratique dans un environnement largement sécularisé, éloigné de son cadre traditionnel, celui de la foi et de la doctrine bouddhistes. Compte tenu du climat sceptique de notre époque, il est tout à fait approprié d'inviter les nouveaux venus au *Dhamma* à explorer par eux-mêmes le potentiel de cette pratique. La dernière chose dont ils ont besoin, c'est sans doute qu'on leur impose dès le début tout le programme de la doctrine bouddhiste.

Toutefois, même si nous abordons initialement la méditation avec un esprit ouvert et exploratoire, nous arrivons inévitablement à un carrefour où nous devons faire un choix. Soit nous continuons la méditation comme une discipline purement naturaliste et non religieuse, soit nous replaçons la pratique dans son cadre originel, celui de la foi et de la compréhension bouddhistes. Si nous choisissons la première voie, nous avons la possibilité de continuer à approfondir notre méditation et de récolter des bénéfices encore plus grands : un calme plus profond, plus d'équanimité, une plus grande équanimité et une ouverture accrue. Nous pouvons même atteindre une sorte de pénétration du ici et maintenant. Cependant, ces bienfaits, aussi désirables soient-ils, ne sont pas complets en eux-mêmes. Ils restent incomplets par rapport aux enseignements du Bouddha. Pour que la pratique de la méditation *vipassanā* réalise tout le potentiel que lui attribue le Bouddha, elle doit être accompagnée de plusieurs autres qualités qui la relient à son enseignement.

Au premier rang de ces qualités se trouve la paire complémentaire que constituent la foi et la vue juste. Sur la voie bouddhiste, la foi (*saddhā*) ne signifie pas une croyance aveugle, mais une volonté de se montrer ouvert à certaines propositions qui dépassent notre compréhension actuelle et que nous ne pouvons pas vérifier par nous-mêmes. Ces propositions concernent à la fois la nature de la réalité et les niveaux supérieurs du chemin. Selon la carte traditionnelle de la formation bouddhiste, la foi est considérée comme une condition préalable aux étapes ultérieures comprises dans la triade de la vertu, de la concentration et de la sagesse. Les textes canoniques ne semblent pas envisager la possibilité qu'une personne qui n'a pas foi dans les principes spécifiques du *Dhamma* puisse s'engager dans la pratique de la méditation *vipassanā* et en tirer des résultats positifs. Pourtant, aujourd'hui, ce phénomène est extrêmement répandu. Il est désormais assez courant que les méditants entrent en

contact avec le Dhamma grâce à une méditation vipassanā intensive, puis utilisent cette expérience comme pierre de touche pour évaluer leur relation avec l'enseignement.

À ce stade, le choix qu'ils font divise les méditants en deux groupes distincts. Le premier est composé de ceux qui se concentrent exclusivement sur les bienfaits tangibles que leur procure la pratique ici et maintenant, mettant de côté toute préoccupation concernant ce qui se trouve au-delà de leur propre expérience. L'autre groupe est constitué de ceux qui reconnaissent que la pratique découle d'une source de compréhension plus profonde et plus vaste que la leur. Pour suivre cette sagesse jusqu'à sa source, ces méditants sont prêts à mettre de côté leurs propres hypothèses familiaires et à s'ouvrir aux révélations de l'enseignement, embrassant ainsi le Dhamma dans son intégralité.

Le fait que la méditation vipassanā puisse être pratiquée sérieusement même en dehors du domaine de la foi bouddhiste soulève une question intéressante qui n'a jamais été explicitement abordée dans les textes canoniques et les commentaires. Si la méditation vipassanā peut être pratiquée uniquement pour ses bienfaits immédiats, quel rôle la foi joue-t-elle dans le développement de la voie ? Il est certain que la foi, en tant qu'acceptation totale de la doctrine bouddhiste, n'est pas une condition nécessaire à la pratique bouddhiste. Comme nous l'avons vu, ceux qui ne suivent pas le Dhamma comme chemin vers la libération spirituelle peuvent tout de même accepter les préceptes éthiques bouddhistes et pratiquer la méditation comme moyen d'atteindre la paix intérieure.

La foi doit donc jouer un rôle différent de celui d'une simple source de motivation à l'action, mais la nature exacte de ce rôle reste problématique. Il est possible que la réponse à la question émerge en examinant ce que la foi signifie dans le cadre de la pratique bouddhiste. Il devrait être clair d'emblée que la foi ne peut pas s'expliquer simplement par le respect du Bouddha, ou par un mélange de dévotion, d'admiration et de gratitude. Car, même si ces qualités sont souvent associées à la foi, elles peuvent exister indépendamment de celle-ci.

Si nous examinons la foi de plus près, nous constatons qu'elle comporte des composantes émotionnelles, mais également une dimension cognitive. Cette dernière consiste en une disposition à accepter le Bouddha comme le seul découvreur et proclamatrice de la vérité libératrice. De ce point de vue, la foi est nécessairement une décision. Comme le suggère le mot "décision" (à savoir, décider = couper), placer sa foi en quelque chose revient à exercer un acte de discrimination. Ainsi, la foi bouddhiste implique, au moins implicitement, le rejet des affirmations d'autres maîtres spirituels qui revendiquent être les détenteurs du message libérateur au même titre que le Bouddha. En tant que décision, la foi implique également l'acceptation. Elle implique une volonté de s'ouvrir aux principes révélés par l'Éveillé, de les considérer comme des guides fiables pour la connaissance et la conduite.

Cette décision distingue ceux qui abordent la pratique de la méditation vipassanā comme une discipline purement naturaliste de ceux qui la pratiquent dans le cadre de la foi bouddhiste. Les premiers, en suspendant tout jugement sur l'image de la condition humaine transmise par le Bouddha, limitent les fruits de la pratique à ceux qui sont compatibles avec une vision séculière et naturaliste du monde. Les seconds, en acceptant la révélation du Bouddha sur la condition humaine, accèdent au but que le Bouddha lui-même présente comme étant l'objectif ultime de la pratique.

Le deuxième pilier qui soutient la pratique de la méditation vipassanā est le corollaire cognitif de la foi, à savoir la vue juste (*sammādiṭṭhi*). Bien que le mot "vue" puisse suggérer que le pratiquant voit réellement les principes considérés comme justes, c'est rarement le cas au début de la formation. À l'exception de quelques disciples exceptionnellement doués, la vue juste signifie initialement la croyance juste, l'acceptation des principes et des doctrines en se fondant sur la confiance en l'éveil du Bouddha. Bien que certains bouddhistes modernistes soutiennent parfois que le Bouddha ait affirmé

#### 43. Deux styles de méditation vipassanā

qu'il ne fallait croire que ce que l'on peut vérifier soi-même, cette déclaration n'apparaît pas dans le canon pāli. Le Bouddha dit qu'on ne doit pas accepter ses enseignements sans réserve, mais qu'on doit plutôt s'interroger sur leur sens et tenter de vérifier leur vérité par soi-même.

Contrairement au modernisme bouddhiste, le Bouddha a enseigné de nombreux principes qu'il considérait comme essentiels à la bonne compréhension que nous ne pouvons, dans notre état actuel, percevoir par nous-mêmes. Ces principes ne sont pas négligeables, car ils définissent le cadre de l'ensemble du programme de libération du Bouddha. Non seulement ils décrivent les dimensions plus profondes de la souffrance dont nous devons nous libérer, mais ils indiquent également la direction dans laquelle se trouve la véritable libération et prescrivent les étapes qui mènent à la réalisation de cet objectif.

Ces principes comprennent les dogmes de la vue juste "mondaine" et "transcendante". La vue juste mondaine est le type de compréhension correcte qui mène à une destination heureuse dans le cycle des renaissances. Elle implique l'acceptation des principes du kamma et de ses fruits, de la distinction entre les actes méritoires et ceux qui ne le sont pas, ainsi que de la vaste étendue et des multiples domaines du samsāra dans lesquels la renaissance peut avoir lieu. La vue juste transcendante est celle qui conduit à la libération du samsāra dans son intégralité. Elle implique la compréhension des Quatre Nobles Vérités dans leurs ramifications les plus profondes, comme offrant non seulement un diagnostic de la détresse psychologique, mais aussi une description de l'asservissement samsārique et un programme pour la libération finale. C'est la vue juste transcendante qui vient en tête du Noble Octuple Sentier. Elle guide les sept autres facteurs vers la cessation de la souffrance.

Si les techniques propres à la méditation vipassanā peuvent être identiques pour ceux qui la pratiquent comme une discipline purement naturaliste et ceux qui l'adoptent dans le cadre du Dhamma, les deux styles de pratique diffèrent néanmoins profondément quant aux résultats que ces techniques peuvent produire. Lorsqu'elle est pratiquée dans le contexte d'une compréhension naturaliste, la méditation vipassanā peut apporter davantage de calme, de compréhension et d'équanimité. Elle peut même entraîner des expériences de vision pénétrante. Elle permet aussi de purifier l'esprit des souillures les plus grossières et aboutir à une acceptation sereine des vicissitudes de la vie. Pour ces raisons, il ne faut pas sous-estimer cette forme de pratique. Cependant, d'un point de vue plus profond, cette appropriation de la méditation bouddhiste reste incomplète. Elle se limite à la sphère de l'existence conditionnée, toujours liée au cycle du kamma et à ses fruits.

Cependant, lorsque la méditation vipassanā est soutenue par une foi profonde dans le Bouddha en tant qu'enseignant parfaitement éveillé, et illuminée par la sagesse de son enseignement, elle acquiert une nouvelle capacité qui fait défaut à l'autre approche. Elle fonctionne alors avec le soutien de la dépassion, progressant vers la libération ultime. Elle devient la clé qui ouvre les portes du Sans-mort, le moyen d'atteindre une liberté qui ne peut jamais être perdue. Ainsi, la méditation vipassanā transcende les limites du conditionné. Elle se transcende elle-même afin d'atteindre son objectif ultime, soit l'éradication de tous les liens de l'existence, et la libération du cycle sans commencement de la naissance, du vieillissement et de la mort.

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 45, 2e envoi 2000.*

## 44. LA RE-NAISSANCE A-T-ELLE UN SENS ?

Les nouveaux venus au bouddhisme sont généralement impressionnés par la clarté, la franchise et le côté pratique et terre-à-terre du Dhamma tel qu'il est présenté dans les enseignements fondamentaux, comme les Quatre Nobles Vérités, le Noble Octuple Sentier et la triple formation. Ces enseignements, aussi limpides que le jour, sont accessibles à tout chercheur sérieux qui souhaite trouver un moyen de mettre fin à la souffrance. Cependant, lorsque ces chercheurs rencontrent la doctrine de la renaissance, ils sont souvent sceptiques et la rejettent, la perçevant comme dénuée de sens. À ce stade, ils soupçonnent que l'enseignement s'est écarté de sa voie initiale, passant de la voie bien tracée de la raison à celle de la fantaisie et de la conjecture. Même les exégètes modernistes du bouddhisme semblent avoir du mal à prendre au sérieux l'enseignement de la renaissance. Certains la rejettent en tant qu'héritage culturel, une 'métaphysique indienne ancestrale' préservée par le Bouddha en raison de son respect pour la vision du monde de son époque. D'autres la perçoivent comme une métaphore du changement des états mentaux, les royaumes de la renaissance étant interprétés comme des symboles d'archétypes psychologiques. Quelques critiques vont jusqu'à remettre en question l'authenticité des textes sur la renaissance en affirmant qu'ils ont été forcément interpolés.

Un bref coup d'œil aux suttas pâlis montre que ces affirmations manquent de substance. L'enseignement sur la renaissance apparaît presque partout dans le Canon et est étroitement lié à de nombreuses autres doctrines, de sorte que l'éliminer réduirait presque le Dhamma à néant. De plus, quand les suttas évoquent la renaissance dans les cinq royaumes (les enfers, le monde animal, le monde des esprits, le monde humain et les cieux), ils ne suggèrent jamais que ces termes ont une signification symbolique. Au contraire, ils disent même que la renaissance survient "à la dissolution du corps après la mort", ce qui indique clairement qu'ils comprennent l'idée de renaissance au sens littéral.

Dans cet essai, je ne chercherai pas à prouver la valeur scientifique du concept de la renaissance. Mon objectif est plutôt de démontrer que *l'idée de renaissance a un sens*. J'affirmerai qu'elle "a un sens" de deux manières : premièrement, en ce qu'elle est *intelligible*, ayant un sens à la fois intrinsèquement et par rapport au Dhamma dans son ensemble ; et deuxièmement, en ce qu'elle nous aide à *donner un sens*, à comprendre notre propre place dans le monde. Je vais tenter d'établir cela en relation avec trois domaines du discours : l'éthique, l'ontologie et la sotériologie. Ne vous laissez pas intimider par ces termes savants ; ils prendront tout leur sens graduellement.

Tout d'abord, l'enseignement sur la renaissance a un sens en relation avec *l'éthique*. Le concept de la renaissance est au cœur de la théorie éthique du bouddhisme primitif. Il incite à éviter le mal et à faire le bien. Dans ce contexte, la doctrine de la renaissance est corrélée au principe du kamma. Ce dernier affirme que toutes nos actions moralement déterminées, nos actes sains et malsains, ont un pouvoir intrinsèque qui engendre des fruits correspondant à leur qualité morale. Lus ensemble, les deux enseignements de la renaissance et du kamma montrent qu'un équilibre moral existe entre nos actions et la qualité de notre vie, de telle sorte que les bonnes actions morales apportent des résultats agréables, et les mauvaises actions des résultats désagréables.

Il est évident qu'un tel équilibre moral ne peut pas être atteint en une seule vie. On peut voir, souvent de manière émouvante, que des gens sans scrupules moraux peuvent connaître le bonheur, la considération et le succès, tandis que ceux qui mènent une vie d'une intégrité irréprochable sont accablés par la douleur et la misère. Pour que le principe de l'équilibre moral fonctionne, il faut qu'il existe une forme de survie au-delà de la vie présente, car le kamma ne peut apporter sa juste rétribution que si notre flux de conscience individuel ne prend pas fin avec la mort. Deux formes de survie sont possibles : d'une part, une vie éternelle après la mort au paradis ou en enfer ; d'autre part, une succession de re-naissances. Parmi ces options, celle de la re-naissance semble beaucoup plus conforme à la justice morale que celle d'une vie éternelle après la mort, car toute bonne action finie semble devoir épuiser son potentiel, et aucune mauvaise action finie, aussi mauvaise soit-elle, ne devrait justifier une damnation éternelle.

Il se peut que cette insistance sur une certaine forme d'équité morale soit une illusion, une exigence irréaliste que nous superposons à un univers froid et insensible à nos espoirs. Il n'existe aucun moyen logique de prouver la validité de la re-naissance et du kamma. Les naturalistes ont peut-être raison de soutenir que l'existence personnelle prend fin avec la mort, et avec elle toute perspective de justice morale. Néanmoins, je crois qu'une telle thèse va à l'encontre de l'une de nos intuitions morales les plus profondes, soit celle selon laquelle une certaine forme de justice morale doit finalement prévaloir. Pour le démontrer, examinons deux extrêmes en matière d'actions éthiques. Prenons comme exemple extrême d'actes répréhensibles ceux d'Adolf Hitler, qui a été directement responsable de la mort inhumaine de près de dix millions de personnes. Comme cas extrême d'action morale, considérons un homme qui sacrifie sa propre vie pour sauver celle d'inconnus. Cependant, si la vie ne se prolonge pas au-delà de la mort, ces deux personnes partagent un destin similaire. Avant de mourir, Hitler ressent peut-être une once de désespoir. Tandis que, le courageux héros goûte à la satisfaction d'avoir accompli une action noble. Au-delà, il n'y a plus rien, sinon dans la mémoire des autres. Tous deux sont anéantis, réduits à de la chair et à des os sans vie.

Le naturaliste a peut-être raison de conclure que ceux qui croient en la survie et la rétribution ne font que projeter leurs propres désirs sur le monde. Mais je pense que quelque chose en nous nous pousse à refuser de condamner Hitler et notre héros rempli de compassion au même sort. La raison pour laquelle nous résistons est que nous sentons au fond de nous-mêmes que le monde fonctionne selon un principe de justice morale. Ce principe régit le cours des événements de telle sorte que nos bonnes et mauvaises actions se répercutent sur nous-mêmes et produisent les fruits appropriés. Alors que le naturaliste soutient que cette intuition n'est rien d'autre qu'une projection de nos propres idéaux sur le monde, je soutiens que le fait même que nous puissions concevoir une exigence de justice morale a une importance qui dépasse le simple domaine psychologique. Aussi vague soit-il, notre sens subjectif de la justice morale reflète une réalité objective, un principe d'équilibre moral, qui n'est pas une simple projection, mais qui est inscrit dans les fondements mêmes de la réalité.

Les considérations ci-dessus ne visent pas à faire de la croyance en la re-naissance un fondement nécessaire de l'éthique. Le Bouddha lui-même ne cherche pas à fonder l'éthique sur les idées du kamma et de la re-naissance, mais utilise un raisonnement moral basé sur des principes naturalistes qui ne nécessitent pas la survie personnelle ni le fonctionnement du kamma. L'essentiel de son raisonnement est simplement que nous ne devons pas maltraiter les autres en leur faisant du mal, en leur volant leurs biens, en les exploitant sexuellement ou en les trompant, car nous-mêmes n'aimerions pas être traités de cette manière. Néanmoins, bien que le Bouddha ne base pas l'éthique sur la théorie de la re-naissance, il utilise la croyance au kamma et à la re-naissance comme une forte incitation à adopter un comportement moral. Lorsque nous reconnaissions que nos bonnes et

mauvaises actions peuvent se retourner contre nous, déterminer nos vies futures et nous apporter le bonheur ou la souffrance, cela nous motive à éviter les mauvaises actions et à poursuivre diligemment le bien.

Le Bouddha inclut la croyance en la re-naissance et au kamma dans sa définition de la vue juste, et leur négation explicite dans celle de la vue erronée. Cela ne signifie pas que le désir de bénéficier des fruits du bon kamma devrait constituer notre principale motivation à mener une vie morale, mais plutôt que l'acceptation de ces enseignements nous inspire et renforce notre engagement envers les idéaux éthiques. Ces deux principes élargissent le contexte dans lequel se déroule notre recherche d'une vie morale. Ils nous montrent que nos conditions de vie actuelles, nos dispositions et nos aptitudes, nos vertus et nos défauts résultent de nos actions dans nos vies antérieures. Lorsque nous prenons conscience que nos conditions actuelles reflètent notre passé kammique, nous réalisons également que nos actes présents sont l'héritage que nous transmettrons à nos descendants kammiques, c'est-à-dire à nous-mêmes dans nos vies futures. L'enseignement de la re-naissance nous permet ainsi d'affronter l'avenir avec détermination, dignité et courage. Si nous reconnaissons que nous pouvons encore nous racheter, même si nos conditions actuelles sont débilitantes ou limitantes, nous serons incités à exercer notre volonté pour atteindre notre bien futur. Par nos actions présentes, en corps, en parole et en esprit, nous pouvons nous transformer. En nous transformant, nous pouvons surmonter tous les obstacles internes et externes, et avancer vers le but final.

Les enseignements sur le kamma et la re-naissance ont une dimension éthique beaucoup plus profonde que de simples conseils sur la responsabilité morale. Ils nous montrent non seulement que nos vies personnelles sont façonnées par notre propre passé kammique, mais aussi que notre univers a un sens éthique. Ensemble, ils font de l'univers un cosmos, un tout ordonné et intégré, dont les dimensions transcendent le simple domaine physique. Les niveaux d'ordre que nous percevons grâce à l'observation directe ou à la recherche scientifique ne représentent pas tous les échelons de l'ordre cosmique. Il existe un système et un modèle, non seulement dans les domaines physique et biologique, mais aussi dans le domaine éthique. Les enseignements du kamma et de la re-naissance révèlent la nature exacte de ce modèle. Même si cet ordre éthique est invisible à nos yeux physiques et ne peut être détecté par des instruments scientifiques, cela ne signifie pas qu'il n'est pas réel. Au-delà de notre perception ordinaire, une loi morale régit nos actions et, par le biais de nos actions, notre destin. C'est tout simplement le principe du kamma, qui opère à travers la succession des re-naissances, qui lie nos actions volitives à la dynamique du cosmos, faisant ainsi de l'éthique une expression de l'ordre intrinsèque du cosmos.

L'enseignement de la re-naissance, associé à la doctrine du kamma, implique que nous vivons dans un univers gouverné par des principes moraux. Nos actions, guidées par notre moralité, produisent des fruits qui correspondent d'une certaine manière à leur qualité éthique. Bien que la loi morale qui relie nos actions à leurs fruits ne puisse être démontrée expérimentalement de la même manière que les lois physiques et chimiques, cela ne signifie pas qu'elle n'existe pas. Cela signifie seulement que la loi morale fonctionne, tout comme les quarks et les quasars, au-delà du seuil de la perception sensorielle. Elle n'est pas simplement une projection de nos idéaux subjectifs, elle insère plutôt nos actions volitives dans un ordre cosmique global parfaitement objectif, puisqu'elle fonctionne indépendamment de nos désirs, de nos opinions et de nos croyances. Ainsi, lorsque nous soumettons notre comportement à la règle de l'éthique, nous agissons non seulement d'une manière qui mérite l'approbation morale, mais, en nous conformant aux principes éthiques, nous ne faisons rien de moins que nous aligner sur le Dhamma, la loi universelle de la justice et de la vérité qui est le fondement du cosmos.

Cela nous amène à l'aspect ontologique de l'enseignement bouddhiste sur la re-naissance et à ses implications pour la compréhension de la nature de l'être. Le bouddhisme considère le processus de re-naissance comme faisant partie intégrante du principe de conditionnalité qui régit toute existence. L'univers sensible est gouverné par différents ordres de causalité superposés de telle manière que les ordres supérieurs dominent les ordres inférieurs. Ainsi, l'ordre du kamma, qui régit le processus de la re-naissance, domine les ordres inférieurs de la causalité physique et biologique. Il oriente leurs énergies vers la réalisation de son propre potentiel. Le Bouddha ne postule pas l'existence d'un juge divin qui régit le fonctionnement du kamma et qui nous récompenserait ou nous punirait pour nos actes. Le processus kammique fonctionne de manière autonome, sans superviseur ni directeur, grâce au pouvoir intrinsèque de l'action volitive. Entrelacées avec d'autres ordres dans le vaste et complexe réseau de la conditionnalité, nos actions produisent leurs conséquences aussi naturellement que les graines dans un champ produisent les herbes et les fleurs qui leur sont propres.

Pour comprendre comment le kamma peut produire ses effets à travers la succession des re-naissances, nous devons inverser notre conception habituelle du lien qui unit la conscience et la matière. Sous l'influence de préjugés matérialistes, nous supposons que l'existence matérielle détermine la conscience. Parce que nous voyons des corps naître dans ce monde et que nous observons comment l'esprit mûrit en tandem avec le corps, nous considérons implicitement le corps comme la base de notre existence et l'esprit ou la conscience comme un produit dérivé de processus matériels aléatoires. La matière acquiert alors un statut privilégié en tant que "réalité objective", tandis que l'esprit devient un intrus accidentel dans un univers intrinsèquement dénué de sens.

Selon le point de vue bouddhiste, la conscience et le monde sont en relation de création mutuelle qui nécessite les deux termes de manière égale. Tout comme il ne peut y avoir de conscience sans un corps qui lui sert de support physique et un monde qui lui sert de sphère de cognition, il ne peut y avoir d'organisme physique ni de monde sans une forme de conscience qui les constitue en tant qu'organisme et monde. Bien que, temporellement, ni l'esprit ni la matière ne puissent être considérés comme étant antérieurs l'un à l'autre, en termes d'importance pratique, le Bouddha dit que l'esprit est le précurseur. Il est le précurseur, non pas au sens où il apparaît avant le corps ou qu'il est indépendant de tout substrat physique, mais au sens où le corps et le monde dans lequel nous nous trouvons reflètent notre activité mentale.

C'est l'activité mentale, sous forme de volition, qui constitue le kamma. C'est notre réserve de kamma qui dirige le flux de la conscience de la vie passée vers un nouveau corps. Le Bouddha explique ainsi : "Ce corps, ô moines, est un ancien kamma qu'il faut considérer comme ayant été généré et façonné par la volition, comme quelque chose qui peut être ressenti" (SN 11:37). Non seulement le corps, en tant qu'ensemble composite, est le produit du kamma passé, mais aussi les facultés sensorielles (voir SN 25:146). L'œil, l'oreille, le nez, la langue, le corps et l'esprit sont également façonnés par notre kamma passé. Ainsi, le kamma façonne et influence dans une certaine mesure toutes nos expériences sensorielles. Puisque le kamma est expliqué en dernier ressort, comme la volition (cetanā), cela signifie que le corps particulier dont nous sommes dotés, avec toutes ses caractéristiques distinctives et ses facultés sensorielles, trouve ses racines dans nos activités volitives dans nos vies antérieures. La manière précise dont la volition passée peut influencer le développement du zygote dépasse le champ de l'explication scientifique, mais si l'on en croit les paroles du Bouddha, une telle influence doit être réelle.

Le flux individuel de conscience est le canal par lequel l'influence kammique se transmet d'une vie à l'autre à travers la succession des re-naissances. La conscience englobe les deux phases de notre existence, celle où nous générerons un nouveau kamma et celle où nous récoltons les fruits de l'ancien

kamma. Ainsi, dans le processus de la re-naissance, la conscience établit un pont entre l'existence passée et la nouvelle.

La conscience n'est pas une entité unique qui transmigre, un soi ou une âme, mais un flux d'actes de conscience évanescents, qui surgissent, persistent brièvement puis disparaissent. Cependant, l'ensemble de ces instants de conscience, bien qu'ils soient évanescents, sont unifiés en un tout par les relations causales qui existent entre toutes les occasions de conscience dans un continuum individuel. À un niveau profond, chaque occasion de conscience hérite de son prédecesseur l'ensemble de l'héritage kammique de ce flux particulier ; en périsant, elle transmet à son tour ce contenu à son successeur, augmenté de sa propre contribution. Ainsi, nos actes volitifs n'épuisent pas tout leur potentiel dans leurs effets immédiatement visibles. Chaque acte volitif que nous accomplissons, lorsqu'il passe, laisse derrière lui une trace subtile sur le flux continu de la conscience. L'acte dépose dans le flux de la conscience une graine qui a le potentiel de porter des fruits, de produire un résultat correspondant à la qualité éthique de l'acte.

Lorsque des circonstances favorables se présentent, les graines kammiques déposées dans notre continuum mental, émergent de leur état latent et produisent leurs fruits. La fonction la plus importante du kamma est de générer une re-naissance dans un royaume adapté, un royaume qui offre un terrain propice pour déployer son potentiel accumulé. Le pont entre l'existence passée et la nouvelle est, comme nous l'avons vu, le flux évolutif de la conscience. C'est dans ce flux de conscience que le kamma a été créé par l'exercice de la volonté. Ce même flux de conscience, qui continue à s'écouler, transporte les énergies kammiques dans la nouvelle existence ; et c'est encore ce même flux de conscience qui fait l'expérience des fruits. On peut concevoir qu'au niveau le plus profond, tous les courants individuels de conscience soient intégrés dans une matrice unique et globale, de sorte que, sous la surface des événements, les accumulations kammiques distinctes de tous les êtres vivants s'entrecroisent, se chevauchent et fusionnent. Bien que cette hypothèse soit spéculative, elle pourrait nous aider à expliquer les étranges coïncidences que nous rencontrons parfois, qui contredisent nos hypothèses sur l'ordre rationnel.

La fonction génératrice du kamma dans la production d'une nouvelle existence est décrite par le Bouddha dans un sutta court mais incisif préservé dans l'Ānguttara Nikāya (AN 3:76). Le vénérable Ānanda s'approche du Maître et dit : "On parle d'existence, Banthé. De quelle manière y a-t-il existence ?" Le Bouddha répondit : "S'il n'y avait pas de kamma portant ses fruits dans le domaine de la sensualité, aucune existence dans la sphère des sens ne pourrait être discernée. S'il n'y avait pas de kamma portant ses fruits dans le domaine de la forme, aucune existence dans la sphère des formes ne pourrait être discernée. S'il n'y avait pas de kamma portant ses fruits dans le domaine du sans-forme, aucune existence dans la sphère du sans-forme ne pourrait être discernée. Par conséquent, Ānanda, le kamma est le champ, la conscience est la graine, et le désir est l'humidité qui permet aux êtres, obstrués par l'ignorance et enchaînés par le désir, de s'établir dans un nouveau domaine de l'existence, soit bas (sphère des sens), intermédiaire (sphère des formes), ou élevé (sphère sans forme)."

Tant que l'ignorance et le désir, les deux racines du cycle des re-naissances restent intacts dans notre continuum mental, un kamma particulièrement puissant prendra le dessus au moment de la mort. Il propulsera alors le flux de conscience vers le royaume de l'existence qui correspond à sa propre "fréquence vibratoire". Lorsque la conscience, telle une graine, est plantée ou "établie" dans ce royaume, elle germe dans le reste de l'organisme psychophysique, résumé par l'expression "nom et forme" (*nāma-rūpa*). À mesure que l'organisme mûrit, il fournit le terrain propice pour que d'autres kammas passés aient l'occasion de produire leurs résultats. Puis, dans cette nouvelle existence, en

#### 44. La re-naissance a-t-elle un sens ?

réponse à nos diverses expériences induites par le kamma, nous nous engageons dans des actions qui engendrent un nouveau kamma capable de générer une nouvelle re-naissance. Ainsi, le cycle de l'existence continue de tourner d'une vie à l'autre, tandis que le flux de conscience, emporté par le désir et guidé par le kamma, prend des modes d'incarnation successifs.

L'implication ultime de l'enseignement du Bouddha sur le kamma et la re-naissance est que les êtres humains sont les maîtres ultimes de leur propre destin. Par nos actions malsaines, enracinées dans l'avidité, la haine et l'illusion, nous créons un kamma malsain, cause génératrice de mauvaises re-naissances, de souffrances futures et d'asservissement. Par nos actions vertueuses, enracinées dans la générosité, la bienveillance et la sagesse, nous embellissons notre esprit et créons ainsi un kamma qui produit une re-naissance heureuse. En utilisant la sagesse pour creuser plus profondément sous la surface des choses, nous pouvons découvrir les vérités subtiles que cache notre préoccupation pour les apparences. Nous pouvons ainsi déraciner les souillures qui nous lient et gagner la paix de la délivrance, la liberté, au-delà du cycle du kamma et de ses fruits.

*Extrait des bulletins d'information BPS n° 46 et 47, 3e envoi 2000 et 1er envoi 2001.*

## 45. QUE SIGNIFIE "ÊTRE ÉVEILLÉ" ?

Le mot "bouddha" était déjà connu et utilisé en Inde avant l'apparition du Bouddha. Il signifie "éveillé". Les chercheurs spirituels se posaient souvent la question : "Qui est un bouddha ? Qui est éveillé ?"

Un jour, un brahmane âgé nommé Brahmāyu apprit que l'ascète Gotama se trouvait dans sa ville et qu'il était considéré comme un Bouddha. Il décida donc de lui rendre visite. Lorsque le vieux brahmane arriva, le Bouddha était en pleine discussion avec de nombreuses personnes. Tout le monde s'écarta pour laisser passer le vieux brahmane, qui était très distingué. Le Bouddha réalisa également qu'il s'agissait d'un brahmane très respecté, le maître de plusieurs générations de disciples. Il demanda à Brahmāyu de venir s'asseoir à côté de lui, devant l'assemblée.

Brahmāyu lui dit alors : "Vénérable Gotama, j'aimerais vous poser quelques questions." Le Bouddha l'invita à poser les questions qui lui tenaient à cœur, et le brahmane formula ses questions sous la forme d'un quatrain dont le sens était : "Comment peut-on être appelé un Bouddha, un Être Éveillé ?" Le Bouddha répondit en vers :

"J'ai connu ce qui doit être connu ;  
J'ai abandonné à ce qui doit être abandonné ;  
J'ai développé ce qui doit être développé ;  
C'est pourquoi, ô brahmane, je suis un Bouddha."

Cette réponse nous indique, de manière très concise, trois caractéristiques d'un Être Éveillé. Ce ne sont pas seulement trois caractéristiques d'un Bouddha ; ce sont également trois objectifs que nous poursuivons en suivant l'enseignement du Bouddha. Si on vous demandait : "Quel est votre objectif fondamental en prenant refuge dans le Triple Joyau ? Quel est votre objectif en suivant les préceptes ? Quel est votre but en pratiquant la méditation ?" Votre réponse devrait se résumer à ces trois points : connaître pleinement ce qui doit être connu, abandonner ce qui doit être abandonné et développer ce qui doit être développé. Ce sont les objectifs de la voie bouddhiste et les trois accomplissements qui marquent l'éveil.

Si vous connaissez bien le premier sermon du Bouddha, vous reconnaîtrez immédiatement que ces trois tâches correspondent à trois des quatre nobles vérités. La première noble vérité est la noble vérité de *dukkha*, généralement traduite par souffrance, insatisfaction ou stress. Quelle est la tâche à accomplir en relation avec cette noble vérité de la souffrance ? La noble vérité de la souffrance doit être correctement *connue*, pleinement connue, pleinement comprise. La noble vérité de l'origine, ou cause, de la souffrance est le désir, et la tâche à accomplir en relation avec cette vérité est l'abandon : le désir doit être *abandonné*. La quatrième noble vérité, le Noble Octuple Sentier, est la vérité qui doit être *développée*. La seule noble vérité qui n'est pas mentionnée dans le verset du Bouddha est la troisième vérité, la noble vérité de la cessation de la souffrance. Celle-ci a également sa propre tâche : la cessation de la souffrance doit être "réalisée". Mais lorsque les trois autres tâches sont accomplies, la réalisation de la noble vérité de la cessation de la souffrance s'ensuit naturellement.

Que signifie dire que notre tâche consiste à "connaître ce qui doit être connu" ? Ce que nous devons connaître, ce que nous devons comprendre, c'est ce qui est le plus proche de nous-mêmes, ce que nous appelons habituellement notre 'moi'. Ce que nous appelons habituellement notre 'moi' est ce complexe composé du corps et de l'esprit. Pour la plupart d'entre nous, depuis notre naissance jusqu'à notre mort, notre esprit est tourné vers l'extérieur, engagé dans une quête incessante de plaisir et de satisfaction sensuelle, à la recherche d'une amélioration de notre "moi" et de la confirmation de notre sentiment d'identité egoïque. Rares sont ceux qui s'arrêtent pour se poser la question suivante : "Qu'est-ce que j'appelle "mon moi" ? Qu'est-ce que le "je" derrière la référence que je fais à moi-même ?" Et pourtant, si vous y réfléchissez un instant, vous verrez que c'est la question la plus importante que nous puissions nous poser. Si, depuis le jour de votre naissance jusqu'à votre dernier souffle, la meilleure réponse que vous pouvez donner à la question "Qui êtes-vous ? Quelle est votre identité ?", c'est de sortir votre permis de conduire ou de montrer votre certificat de naissance, sans vraiment savoir qui vous êtes ni ce que vous êtes, alors vous avez plutôt mal réussi votre voyage de la naissance à la mort.

Notre tâche, lorsque nous suivons les enseignements du Bouddha, consiste à examiner ce que nous appelons "moi", "mon moi", "ce que je suis". Nous considérons généralement ces termes comme désignant une sorte d'entité persistante, un ego, un moi substantiel doté d'une identité réelle. Mais le Bouddha enseigne que toutes ces idées sont des illusions. Lorsque nous regardons, lorsque nous examinons les référents des termes "je", "moi" et "moi-même", nous ne trouvons que des composantes de l'expérience corporelle et mentale.

Pour faciliter l'investigation, le Bouddha a classé ces composantes de l'expérience physique et mentale en cinq groupes. On les appelle les "cinq agrégats d'attachement", car ce sont les choses auxquelles nous nous attachons habituellement avec les idées "ceci est à moi, ceci est ce que je suis, ceci est mon vrai moi".

Nous trouvons donc, sous-jacents à ces notions de "moi" et de "soi", ces cinq agrégats : l'agrégat de la *forme corporelle*, la substance matérielle qui constitue notre corps ; l'agrégat des *sensations* : les sensations agréables, douloureuses ou neutres ; l'agrégat de la *perception* : la fonction mentale qui identifie les caractéristiques des choses, les actes qui consistent à identifier, reconnaître et se souvenir ; l'agrégat des *formations volitives*, les diverses fonctions liées à la volonté ; et l'agrégat de la *conscience* : la lumière de la conscience qui émerge à partir des six bases des sens.

Pour chacun d'entre nous, cela représente la totalité de ce que nous appelons notre 'moi'. En suivant les enseignements du Bouddha, notre tâche est donc de connaître et de comprendre la véritable nature de ces cinq agrégats. Nous parvenons ainsi à connaître ce qui constitue notre véritable identité. De la naissance à l'âge adulte, puis à la vieillesse et à la mort, tout le processus de la vie n'est qu'une succession des cinq agrégats liés entre eux en tant que conditions et phénomènes conditionnés. L'agrégat corporel, ou forme, est la base sur laquelle les agrégats mentaux apparaissent et disparaissent. Grâce à la pratique de la méditation, nous examinons très profondément et avec une grande concentration, la nature de ces cinq agrégats tels qu'ils se manifestent à chaque instant. Nous les voyons apparaître, subsister et se dissoudre, ce qui nous donne un aperçu de l'impermanence. De la compréhension de l'impermanence découle la compréhension de la souffrance, la nature insatisfaisante des cinq agrégats. Nous réalisons alors que ces cinq agrégats changeants sont instables, incertains et peu fiables, et qu'ils ne peuvent pas être considérés comme notre 'moi' : ils sont vides et dépourvus de substance.

Le deuxième projet que l'enseignement du Bouddha nous assigne est "d'abandonner ce qui doit être abandonné". Ce qui doit être abandonné, ce sont les souillures, tous les états mentaux qui

causent la souffrance et le malaise dans nos vies. L'enseignement du Bouddha expose une méthode détaillée d'investigation de l'esprit qui nous permet de comprendre comment celui-ci fonctionne. Mais cette investigation n'est pas entreprise de manière neutre, comme le ferait la psychologie contemporaine pour décrire le fonctionnement de l'esprit. La psychologie bouddhiste définit clairement et explicitement ses valeurs. Elle établit des distinctions éthiques nettes, sans hésitation ni ambiguïté, car ces distinctions éthiques ont des implications vitales pour notre désir d'atteindre le bonheur et d'éviter la souffrance.

Selon l'enseignement du Bouddha, les actions contraires à l'éthique ainsi que les états mentaux impurs ne peuvent jamais conduire au bonheur véritable et durable. Au contraire, ils ne peuvent que donner lieu à la souffrance et au malheur. Il est vrai que les états d'esprit souillés, en particulier l'avidité et le désir, procurent du plaisir et de la jouissance. Si ce n'était pas le cas, le monde serait rempli de personnes éveillées. Et pourtant, le plaisir qui accompagne le désir et l'avidité actuels n'est qu'un voile superficiel recouvrant une mauvaise graine. Lorsque cette graine germera et portera ses fruits, elle apportera de la douleur et de la souffrance, soit dans cette vie, soit dans une vie future. En revanche, les états d'esprit sains peuvent parfois s'accompagner d'une souffrance immédiate, car nous devons aller à contre-courant, contre le fonctionnement naturel de l'esprit, pour les développer. Mais lorsque ces états sains portent leurs fruits, ils conduisent inévitablement au bonheur, à la paix et au bien-être intérieurs. Encore une fois, cela fait partie de la même loi, la loi de la causalité morale.

Les états mentaux malsains sont appelés *kilesas*. Ce mot peut être traduit par *afflictions*, car ils apportent la souffrance. Il peut également être traduit par *souillures*, car ils souillent et corrompent l'esprit. Le Bouddha a analysé la nature de ces souillures et a magnifiquement expliqué comment elles peuvent toutes être ramenées aux trois “souillures fondamentales” que sont l'avidité, la haine et l'ignorance. Notre tâche, en suivant l'enseignement du Bouddha, par la pratique du Dhamma, est de surmonter, d'éliminer, d'abandonner les souillures de l'avidité et de la haine qui donnent naissance à de nombreuses autres souillures secondaires. Mais l'avidité et la haine proviennent en fin de compte de l'ignorance. Ainsi, pour éliminer toutes les souillures, nous devons éliminer l'ignorance.

L'ignorance est ce qui recouvre les cinq agrégats, ce que nous appelons “moi”, “mien” et “moi-même”. Ainsi, pour surmonter l'ignorance ou l'illusion, il faut d'abord accomplir la première tâche, qui est de “connaître ce qui doit être connu”. Lorsque nous connaissons ce qui doit être connu, l'ignorance disparaît, ainsi que l'avidité, la haine et toutes les autres souillures. Toutefois, on ne peut pas y parvenir simplement en le désirant. Nous ne pouvons pas nous contenter de penser “Je veux savoir ce qui doit être connu” et espérer le savoir immédiatement. C'est pourquoi la pratique du bouddhisme est un processus qui consiste à “suivre un chemin”. Le grand cadeau que le Bouddha offre au monde n'est pas simplement une philosophie profonde, ni une psychologie pénétrante, mais plutôt une voie concrète, progressive et structurée que chacun peut cultiver dans tous les domaines de sa vie.

Cultiver la voie signifie “développer ce qui doit être développé”. Il s'agit du troisième projet mentionné dans le verset de quatre lignes du Bouddha : “Ce qui doit être développé, je l'ai développé.” Ainsi, ce que le Bouddha a développé est précisément ce que nous devons développer. On cultive la voie afin “d'abandonner ce qui doit être abandonné”, à savoir les souillures. Et encore une fois, on cultive la voie afin “de connaître ce qui doit être connu”, les cinq agrégats.

Comment le développement du chemin permet-il d'y parvenir ? Le chemin est structuré de sorte qu'il ne progresse pas brusquement, mais graduellement, étape par étape, afin de nous aider à gravir les échelons qui mènent à la liberté ultime de l'éveil. Pour commencer, il faut contrôler les manifestations les plus grossières des souillures. Pour ce faire, on observe les préceptes. On observe

#### 45. Que signifie "être éveillé" ?

les cinq préceptes ou les huit préceptes. Ceux-ci contrôlent les manifestations les plus grossières des souillures, celles qui se manifestent sous la forme d'actions malsaines.

Observer les préceptes ne consiste pas seulement à s'abstenir d'actions négatives et malsaines. Il faut également cultiver leurs contraires : les actions vertueuses et saines. Celles-ci imprègnent l'esprit de qualités pures et purificatrices. Il faut avoir de la compassion et être bienveillant envers autrui, maintenir des relations honnêtes, communiquer avec authenticité, se comporter de façon responsable envers sa famille et la société, adopter un mode de vie juste, être diligent, respectueux des autres, faire preuve de patience dans les conditions difficiles, être humble et intègre. Toutes ces vertus contribuent progressivement à purifier l'esprit et à le rendre clair, pur et rayonnant.

Pour développer ce qui doit être développé, il ne suffit pas de cultiver la moralité. Il faut aller plus loin et cultiver la concentration. Lorsque nous essayons de recueillir et de concentrer l'esprit, nous commençons à comprendre son fonctionnement. Nous développons une meilleure compréhension de la façon dont notre propre esprit fonctionne. En comprenant le fonctionnement de notre propre esprit, nous parvenons progressivement à en changer la forme. Tout d'abord, nous commençons à affaiblir et à miner les qualités malsaines qui souillent l'esprit. Nous grattons la terre dans laquelle les racines malsaines se sont enfoncées. Nous devons nous rappeler que ces racines malsaines sont ancrées dans notre esprit depuis des temps immémoriaux. Ce processus n'est ni rapide ni facile. Il nécessite des efforts progressifs, persistants et assidus.

En pratiquant régulièrement, l'esprit finit par atteindre une concentration stable. Il acquiert les compétences nécessaires pour rester concentré sur un objet de manière constante, sans dévier, ce qui permet à la sagesse de se manifester. La sagesse est la troisième qualité à développer. Elle se développe par la réflexion et par l'investigation.

La sagesse ne naît pas uniquement de la concentration méditative. Même dans votre vie quotidienne, en étudiant les enseignements du Bouddha, en particulier les discours importants sur le développement de la sagesse tels que les enseignements sur les cinq agrégats, la coproduction conditionnée et les Quatre Nobles Vérités, vous explorez le Dhamma et créez ainsi les conditions favorables à l'émergence de la sagesse. En étudiant et en réfléchissant aux enseignements, vous commencez déjà à ébranler les profondes racines de l'ignorance. Vous développez une sagesse conceptuelle qui affaiblit les bases de l'ignorance.

Mais la sagesse ultime ne peut s'acquérir que par l'expérience. Lorsque l'on a développé un esprit fortement concentré, on l'utilise pour examiner les cinq agrégats. En observant notre propre expérience, on voit directement leur nature réelle, les "caractéristiques véritables des phénomènes". En général, on voit d'abord l'apparition et la disparition des cinq agrégats. C'est-à-dire qu'on voit leur impermanence. On voit que, parce qu'ils sont impermanents, ils sont insatisfaisants. Il n'y a rien en eux qui vaille la peine de s'y attacher. Et parce qu'ils sont impermanents et insatisfaisants, on ne peut s'identifier à aucun d'entre eux comme étant un "soi" véritablement existant. C'est la nature vide ou sans "soi" des cinq agrégats. Cela marque l'émergence de la sagesse profonde de la vision pénétrante.

Grâce à cette sagesse, on creuse de plus en plus profondément dans les racines de l'ignorance jusqu'à ce que l'on parvienne à comprendre pleinement la nature des cinq agrégats. Quand on y parvient, on peut alors dire que l'on a "connu ce qui doit être connu".

Et en connaissant pleinement ce qui doit être connu, les souillures "qui doivent être abandonnées ont été abandonnées" ; et le chemin "qui doit être développé a été développé". On réalise alors ce qui doit être réalisé, l'extinction de la souffrance ici et maintenant. Et, selon les propres mots du Bouddha, c'est ce qui fait un Être Éveillé.

*Extrait de la lettre d'information n° 55 de BPS, 1er envoi 2006.*

## 46. L'AMITIÉ SPIRITUELLE

Les personnes qui découvrent le bouddhisme ont tendance à le considérer comme une voie spirituelle purement individuelle. Elles pensent que la manière correcte de suivre le Dharma consiste à s'isoler dans sa chambre, à éteindre la lumière et à consacrer tous ses efforts à la pratique de la méditation. Toutefois, si nous examinons les textes bouddhistes, nous constatons que le Bouddha a souvent mis en évidence l'importance de l'amitié spirituelle pour soutenir la pratique bouddhiste. Un jour, le vénérable Ānanda, l'assistant du Bouddha, vint le voir et lui dit que, selon lui, la moitié de la vie spirituelle dépendait de l'amitié spirituelle. Le Bouddha le corrigea immédiatement et dit : "Ne dis pas cela, Ānanda ! Ne dis pas cela, Ānanda ! L'amitié spirituelle ne représente pas la moitié de la vie spirituelle. Elle est toute la vie spirituelle !" Le Bouddha, en parlant de lui-même, ajouta : "Dans le monde entier, je suis le suprême ami spirituel des êtres vivants, car c'est en dépendant de moi, en s'appuyant sur moi, que ceux qui sont soumis à la naissance, à la vieillesse et à la mort se libèrent de la naissance, de la vieillesse et de la mort." (SN 45.2)

Je voudrais faire une distinction entre deux types d'amitié spirituelle, que l'on pourrait appeler "horizontale" et "verticale". Ce que j'appelle amitié spirituelle horizontale est l'amitié entre des personnes qui se trouvent à peu près au même niveau dans leur cheminement ; c'est l'amitié entre des "partenaires" dans la voie, et ce qui les unit en tant qu'amis spirituels, c'est leur engagement commun à suivre la voie bouddhiste.

Les gens se rassemblent et s'unissent en tant qu'amis pour diverses raisons. Nous tenons généralement pour acquis le côté sociable de la nature humaine. Toutefois, pour comprendre la nature et l'importance de l'amitié, il est instructif de réfléchir aux facteurs qui rassemblent les gens et les unissent en tant qu'amis. Cela nous donnera un critère pour évaluer nos propres amitiés et déterminer celles qui sont bénéfiques et celles qui sont néfastes.

Selon le Bouddha, les gens se rassemblent et s'unissent en raison d'un "élément" spécifique. Cet "élément", est leur disposition de base ou leur trait de caractère. Ainsi, selon le Bouddha, ceux qui ont une disposition inférieure se rassemblent et s'unissent avec ceux qui ont une disposition similaire, tandis que ceux qui ont une disposition supérieure font de même.

En examinant mentalement notre monde, on peut constater que, le samedi soir, de nombreuses personnes se retrouvent dans des boîtes de nuit pour danser et s'amuser, d'autres préfèrent les bars pour socialiser autour d'un verre, d'autres encore assistent à des matchs sportifs, tandis que certains se réunissent pour regarder des films considérés comme vulgaires. Ce sont ces activités qui les unissent dans l'amitié. C'est ainsi que les personnes de disposition inférieure se rassemblent et s'unissent.

Mais d'autres se réunissent pour écouter des enseignements sur le Dharma, participer à des retraites de méditation et étudier le Dharma. Ce qui les unit, c'est leur engagement commun envers le Dharma. Ainsi, la caractéristique déterminante de l'amitié spirituelle réside dans l'engagement commun envers un enseignement spécifique, en l'occurrence celui du Bouddha. C'est un engagement envers la pratique du même chemin, un engagement basé sur des idéaux et des aspirations similaires, une unité fondée sur la participation à des pratiques similaires. S'unir à d'autres dans un engagement

commun envers la voie spirituelle renforce et élève notre propre pratique. Lorsque nous essayons de pratiquer seuls, nous pouvons avoir l'impression de marcher dans un désert. Cela peut être une expérience solitaire, car le paysage qui nous entoure est rude et aride, et nous ne trouvons pas de rafraîchissement ni d'inspiration auprès des autres pour nous redonner de l'énergie. Cependant, lorsque nous nous rassemblons avec d'autres dans une amitié spirituelle basée sur des aspirations partagées, cela renforce notre propre énergie. Lorsque nous marchons sur un chemin commun, que nous nous engageons dans des pratiques communes, nous trouvons l'encouragement, la force et l'inspiration nécessaires pour continuer notre pratique. C'est comme traverser le désert en caravane. Les autres nous aident à porter les provisions, nous pouvons prendre des pauses pour discuter, nous avons le sentiment de partager les épreuves du chemin et nous nous réjouissons ensemble à l'approche de notre destination.

En nous associant avec d'autres dans une amitié spirituelle, nous ne transformons pas seulement notre manière de pratiquer, nous transformons aussi la nature même de nos amitiés.

Dans notre vie mondaine, nos amitiés sont étroitement liées à des attachements personnels, qui sont eux-mêmes enracinés dans nos propres besoins égocentriques. Même si nous pensons aimer l'autre, c'est souvent parce que cette relation satisfait d'une manière ou d'une autre un de nos besoins profonds. Si cette personne n'est plus capable de combler ce besoin, nos sentiments peuvent rapidement devenir hostiles. Notre amour peut alors se transformer en ressentiment, voire en inimitié.

Mais lorsque nous nous engageons dans une amitié spirituelle fondée sur le dévouement à un objectif commun, cette amitié nous aide à transformer nos attachements et nos pulsions égocentriques. Plus encore, elle nous aide à transcender la notion même de l'ego, le "soi" en tant que réalité substantielle. Nous découvrons que l'amitié spirituelle ne consiste pas à satisfaire nos propres besoins ou ceux de l'autre personne. Il s'agit pour chacun d'entre nous de contribuer le mieux possible à nous éléver mutuellement et à nous rapprocher des idéaux du Dharma.

Dans l'amitié spirituelle, nous nous intéressons à l'autre personne non pas parce qu'elle nous satisfait, mais parce que nous voulons la voir grandir et évoluer vers plus de sagesse, plus de vertu, plus de compréhension. Nous voulons que les qualités positives de l'autre atteignent leur maturité et portent leurs fruits au profit des autres. C'est l'essence même de l'amitié spirituelle "horizontale" : un vif désir d'aider ses amis à progresser dans la pratique du Dharma, à cultiver un esprit sain et à développer leur potentiel de bonté et de compréhension.

L'autre aspect de l'amitié spirituelle est ce que j'appelle l'amitié "verticale". Elle consiste en l'amitié spirituelle entre des personnes qui se situent à des stades très différents du chemin. On pourrait aussi l'appeler une amitié "asymétrique", parce que la relation entre les deux membres n'est pas une relation d'égalité. Ce type d'amitié spirituelle est le lien qui unit les disciples aînés et juniors sur le chemin, en particulier le lien entre un maître et un étudiant.

Comme la relation entre les deux n'est ni égale ni symétrique, si cette relation doit être mutuellement bénéfique, différentes qualités sont requises de la part du maître et de l'étudiant. Dans une relation qui s'articule autour du Dharma, le maître idéal devrait avoir une connaissance approfondie des textes bouddhistes ainsi qu'une grande expérience de la pratique et de l'enseignement. Peu de maîtres sont à la hauteur de cet idéal sous tous les aspects. La plupart des étudiants doivent donc se contenter de maîtres qui, tout comme eux, sont encore loin d'être parfaits. Cependant, deux qualités sont indispensables chez un maître : une compréhension claire des principes fondamentaux du Dharma et un engagement sincère dans la pratique correcte. Outre ses connaissances et son expérience pratique, le maître doit être disposé ou désireux d'enseigner. Cette

disposition ou ce désir d'enseigner ne doivent toutefois pas provenir d'une ambition personnelle ou d'un égoïsme, ni du désir d'être un maître exceptionnel entouré d'une foule de disciples admiratifs. L'enseignant doit plutôt se considérer comme un humble transmetteur de la tradition. Son désir d'enseigner doit être motivé par la compassion pour ses étudiants et par un souhait sincère de les éléver en améliorant leurs connaissances et leur expérience pratique.

L'enseignant doit traiter ses étudiants avec bienveillance et douceur lorsqu'ils sont disciplinés et obéissants. Cependant, il ne doit pas être trop indulgent envers ses étudiants, mais il doit maintenir une distance appropriée pour préserver sa dignité en tant qu'enseignant. Et s'il est un véritable enseignant spirituel et pas seulement quelqu'un qui transmet des connaissances, il doit être prêt à discipliner ses étudiants quand c'est nécessaire, en les réprimandant, en leur signalant leurs fautes et en essayant de les corriger.

L'étudiant doit adopter une attitude appropriée envers son enseignant. Dans la formation spirituelle bouddhiste, l'attitude requise est très différente de celle d'un étudiant à l'université. Elle doit être orientée vers la compréhension et la réalisation spirituelles. Alors que les études universitaires peuvent mener au succès, quel que soit le caractère de l'étudiant, dans l'étude du Dharma, le succès dépend directement de la purification du caractère. Ainsi, dès le départ, les étudiants doivent posséder les qualités propices à la croissance spirituelle.

Les étudiants doivent avoir foi en leur enseignant, être convaincus de sa supériorité et de sa capacité à les aider et à les guider dans leur développement spirituel. Il ne s'agit bien sûr pas d'une foi aveugle, mais plutôt d'une confiance dans les capacités spirituelles de l'enseignant. C'est la conviction que l'enseignant a consacré beaucoup de temps à sa propre formation spirituelle, ce qui lui permet d'être suffisamment qualifié pour guider l'étudiant au moins quelques pas plus loin dans la pratique du Dharma. Le maître et l'étudiant sont unis par une foi commune, la foi dans le Triple Joyau, la foi dans l'efficacité du Dharma comme chemin menant à la libération et à la réalisation du bonheur suprême. Les étudiants doivent cependant partir du principe que, en raison de son rôle, le maître a une foi plus profonde et plus solide que la leur. Ses conseils et ses directives doivent donc être considérés comme dignes de confiance. Cela ne signifie pas qu'ils doivent considérer le maître comme infaillible, accepter tous ses conseils ou docilement suivre tous ses ordres. Le Bouddha respectait la capacité des êtres humains mûrs à porter des jugements indépendants ; il ne partageait pas l'opinion de nombreux enseignants religieux indiens selon laquelle les disciples devaient considérer les paroles de leur maître comme une loi absolue. Dans le Vinaya, le code de discipline monastique bouddhiste, il est permis aux disciples de corriger leur enseignant si celui-ci adopte un comportement inapproprié ou s'il donne une interprétation erronée de l'enseignement. Ce principe, établi il y a plus de deux mille ans, est toujours valable aujourd'hui et devrait régir les relations entre les enseignants et leurs étudiants.

Permettre aux étudiants d'évaluer les idées et la manière dont se comportent leurs enseignants ne signifie pas qu'ils peuvent agir sans respect. Au contraire, on ne peut progresser dans le Dharma que si l'on est respectueux et révérencieux envers ses enseignants. Il ne faut jamais être obstiné, orgueilleux ou arrogant envers qui que ce soit, et encore moins envers celui ou celle qu'on considère comme son guide dans la compréhension et la pratique du Dharma. La pratique du Dharma a pour but de subjuguer l'ego, le faux sentiment du "soi". Agir de manière à renforcer le sens du "soi" va à l'encontre du but même de la pratique du Dharma.

La relation entre l'étudiant et le maître offre un terrain idéal pour que les deux puissent travailler à surmonter les exigences importunes de l'ego. L'étudiant saisit cette occasion en développant une attitude respectueuse envers le maître. Il manifeste ce respect dans son

comportement physique et verbal, par exemple en se levant quand le maître entre dans la pièce, en joignant les mains en *añjali* dans sa direction, en lui adressant la parole poliment et humblement. L'enseignant peut aussi, par le biais de cette relation, maîtriser son propre ego : en refusant d'adopter une attitude arrogante envers l'étudiant, en le traitant avec bienveillance et considération, en partageant ses connaissances avec lui.

Une qualité que le Bouddha considérait comme essentielle chez un étudiant qualifié est appelée (en pāli) *suvaco*, ce qui signifie “qui écoute, qui suit les conseils donnés”. Un tel étudiant est prêt à écouter son enseignant et à accepter ses conseils sans ressentiment, sans rancune, sans contester, sans se plaindre. La croissance spirituelle dans le Dharma est un processus qui consiste à abandonner ses défauts et à les remplacer par les vertus opposées. Pourtant, trop souvent, nous sommes aveugles à nos propres défauts, incapables ou refusant de les voir.

Un enseignant compétent est semblable à un miroir : il nous reflète sans détour nos défauts, les soulignant avec insistance, nous rappelant les défauts que nous nous efforçons constamment de dissimuler à nous-mêmes. Car ce n'est que lorsque nous sommes prêts à les reconnaître que nous pouvons les corriger. Si nous persistons à les nier, en prétendant être parfaits, nous nous enfoncerons davantage dans l'erreur, comme un buffle dans la boue. Mais lorsque nous nous ouvrons à l'enseignant et que nous manifestons notre désir de voir nos propres défauts, de maîtriser notre propre volonté, nous faisons alors un pas important pour les corriger. C'est grâce à ce processus continu et constant d'élimination de nos défauts et de maîtrise de nos tendances égocentriques que nous progressons dans la direction indiquée par le Bouddha, celle qu'ont suivie tous les Êtres Nobles du passé. C'est ainsi que nous pouvons recueillir les précieux joyaux des vertus nobles et les ancrer dans notre cœur et notre esprit, afin de briller de mille feux dans le monde. C'est pourquoi le Dhammapada dit que, lorsque le maître montre les défauts d'un étudiant et tente de les corriger, l'étudiant doit avoir l'impression que le maître lui montre un trésor caché.

*Extrait de la lettre d'information n° 57 de la BPS, 1er envoi 2007.*

## 47. TROUVER UN POINT DE DÉPART

Lorsque l'on se lance à la recherche d'une religion, comment faire le bon choix ? Les différentes religions nous offrent des perspectives tellement différentes sur la nature de la vie humaine, ainsi que des voies tellement différentes pour la vivre qu'il est impossible de trouver un cadre unificateur permettant de concilier leurs affirmations contradictoires. Cependant, ce choix est d'une importance capitale. La plupart des religions nous disent que le monde a été créé par un Dieu tout-puissant et que, si nous voulons trouver le salut, nous devons accepter ce Dieu dans la foi et l'aimer de tout notre être. Le problème auquel nous sommes confrontés, cependant, est que les différentes religions décrivent leur Dieu de manière très différente, incompatibles les unes avec les autres, sans qu'il y ait un moyen de savoir laquelle est vraie et laquelle est fausse, ou si elles sont toutes erronées. Certaines religions enseignent que nous ne vivons qu'une seule fois sur Terre, puis que nous passons l'éternité dans un autre royaume selon notre conduite dans cette vie ; d'autres religions enseignent que nous passons par plusieurs vies, dans ce monde et dans d'autres, jusqu'à notre libération de la chaîne des re-naissances.

Le bouddhisme est une religion non théiste qui enseigne la re-naissance. Elle rejette l'idée d'un Dieu créateur, mais enseigne que nous migrons d'une vie à l'autre dans le royaume humain et dans d'autres royaumes en fonction de notre karma, c'est-à-dire de nos actions intentionnelles. Lorsque j'enseigne le Dhamma, je n'hésite pas à partager ces principes fondamentaux de la doctrine bouddhiste. Il est fréquent que de nouvelles personnes qui découvrent le bouddhisme me demandent dans quelle mesure elles doivent accepter la doctrine bouddhiste avant d'intégrer les pratiques bouddhistes dans leur vie quotidienne. Doivent-ils croire à la re-naissance ? Croire aux paradis et aux enfers ? Croire aux dieux et aux fantômes affamés ?

Je n'encourage jamais autrui à accepter, sans réserve, toutes les doctrines et les croyances du bouddhisme traditionnel. Pour moi, ces enseignements ne sont pas des dogmes qu'il faut accepter aveuglément. J'aime mieux entendre une personne qui vient me voir exprimer ses doutes et ses réserves, car cela montre qu'elle réfléchit de manière critique. Je sais alors que cette personne est prête à examiner les enseignements avec le plus grand sérieux. Une fois qu'elle aura acquis de la confiance dans le Dhamma, cette confiance sera probablement solide et durable.

Le Bouddha lui-même ne s'attendait pas à ce que ceux qui venaient le consulter pour obtenir des conseils se soumettent à lui et croient aveuglément tout ce qu'il disait. La foi est essentielle pour progresser sur le chemin bouddhiste, car elle est la graine à partir de laquelle toutes les qualités saines se développent, la lumière qui nous guide à travers les ténèbres du doute et de la confusion. Mais pour que la foi germe et développe des racines saines, elle doit être semée dans un sol fertile, et le sol propice à la foi n'est pas un esprit soumis à une croyance imposée par des exigences dogmatiques, par la crainte du châtiment ou l'espérance d'une récompense dans une vie future. Le Bouddha considérait ceux qui l'interrogeaient comme des adultes rationnels, en mesure de prendre des décisions judicieuses. Plutôt que de recourir à la menace et à la corruption, il faisait appel à deux capacités dont nous disposons tous, des capacités sur lesquelles nous pouvons nous appuyer pour trouver un point de départ approprié pour résoudre nos doutes spirituels. L'une d'entre elles est notre capacité à

réfléchir sur notre propre expérience, à l'évaluer avec honnêteté et lucidité. L'autre est la capacité d'extrapoler à partir de notre expérience. C'est-à-dire de tirer des conclusions de ce qui se trouve dans le champ de notre expérience immédiate et de les appliquer à des domaines plus vastes de notre vie qui nous concernent, mais qui ne sont pas directement observables.

Le point de départ de toute réflexion bouddhiste est un besoin universel qui réside au plus profond de notre être : le désir d'éviter la douleur et la souffrance et de trouver le bonheur et le bien-être. Reconnaître cette vérité ne nous oblige pas à adhérer à des doctrines qui dépassent le cadre de notre propre expérience. Il suffit de regarder dans notre propre esprit pour comprendre que le désir d'éviter la douleur et la souffrance et d'atteindre le bonheur et le bien-être véritable sous-tend toutes nos pensées et toutes nos actions. Ce désir est ce qui façonne notre vie, qui s'exprime dans nos projets, nos visions et nos actions. C'est cette aspiration à se libérer de la souffrance et à atteindre le bonheur qui se diffuse en mille espoirs et en mille craintes.

À partir de cette observation, nous pouvons résumer notre objectif fondamental en deux questions : (1) Que pouvons-nous faire pour éviter la souffrance ? et (2) Que pouvons-nous faire pour atteindre le bonheur ? Lorsque nous posons ces questions, nous réalisons que, la plupart du temps, nous agissons en réalité pour éviter la souffrance et atteindre le bonheur. Pourtant, si nos actions ordinaires, non guidées, basées sur l'instinct spontané et l'intérêt personnel calculé, nous garantissaient automatiquement le bonheur auquel nous aspirons si profondément, nous ne serions pas mécontents de notre vie de tous les jours et ne ressentirions pas le besoin d'une guidance spirituelle. Notre problème est que nos actions naturelles et quotidiennes ne satisfont pas notre désir d'un bonheur de plus haut niveau. Au contraire, elles nous maintiennent dans des routines ennuyeuses et fastidieuses, ou, si nous agissons de manière peu judicieuse, nous plongent dans les conflits et la misère. Par conséquent, les questions que nous formulons doivent être exprimées plus précisément. Ce que nous devons nous demander est : (1) Que devons-nous faire pour éviter les souffrances et les dommages à long terme ? et (2) Que devons-nous faire pour atteindre le bonheur et le bien-être à long terme ?

Cette reformulation diffère de la précédente à trois égards. Premièrement, elle qualifie la souffrance que nous voulons éviter et le bonheur que nous voulons atteindre de "durables", ce qui signifie que ce que nous recherchons n'est pas simplement une satisfaction passagère qui peut rapidement être suivie d'amertume et de regrets, mais des avantages stables, solides et durables. Deuxièmement, elle établit un lien entre la "souffrance" et le "préjudice", indiquant que nous ne cherchons pas seulement à éviter la douleur ressentie, mais aussi le préjudice personnel, qui peut inclure une atteinte à la structure morale de notre caractère. Troisièmement, elle associe le "bonheur" au "bien-être", indiquant que notre objectif n'est pas seulement un état de plaisir ressenti, un pic d'euphorie, mais un état de bien-être intérieur à l'abri de toute perte future.

Une fois que nous avons formulé les questions en ces termes, le Bouddha nous invite à utiliser notre propre expérience comme guide pour trouver les bonnes réponses. Tout d'abord, il nous indique les sources où nous ne devons pas chercher les réponses. Dans le fameux discours du Kālāma Sutta (Aṅguttara Nikāya III, 65), il nous met en garde contre les traditions, les lignées de maîtres et les textes sacrés. Les traditions, les lignées et les textes sacrés ne sont pas dénués de valeur. Ils peuvent nous apporter des réponses utiles. Cela ne signifie pas qu'ils sont faux. Cela signifie simplement qu'ils ne sont pas à l'abri du doute. Les traditions ont peut-être été transmises de manière irréprochable, mais elles peuvent être erronées. Les textes peuvent être considérés comme sacrés, révélant une vérité divine. Cependant, ils peuvent également être l'œuvre d'auteurs humains et leurs enseignements peuvent ne pas être exempts d'imperfections. De même, le Bouddha nous met en garde contre la

logique et le raisonnement abstrait. Là encore, cela ne signifie pas que la logique et le raisonnement soient inutiles. Cela signifie simplement que les réponses qu'ils apportent seront toujours sujettes à caution. Une démarche logique peut sembler impeccable, des prémisses à la conclusion. Cependant, les prémisses sont axiomatiques, tenues pour acquises, et peuvent être discutables. De plus, le passage d'une étape du raisonnement à la suivante peut être erroné. Ainsi, même lorsqu'elle est employée avec la plus grande habileté, la logique peut conduire à des conclusions contradictoires. De plus, le Bouddha nous dit de ne pas nous laisser emporter par des orateurs impressionnantes et des enseignants charismatiques. Cela ne veut pas dire que nous ne pouvons pas apprendre d'autres personnes, ou encore que les conseils donnés par les enseignants spirituels sont intrinsèquement peu fiables. C'est simplement que différents enseignants, tout aussi impressionnantes et charismatiques les uns que les autres, peuvent enseigner des choses différentes, que chacun prétend détenir la vérité suprême ; ils peuvent donner des réponses différentes aux questions spirituelles les plus profondes. Nous recherchons cependant une base solide sur laquelle nous appuyer, des vérités qui ne peuvent être mises en doute ni remises en question.

Ce que nous cherchons, c'est une base sûre et solide sur laquelle nous pouvons établir notre foi ; nous ne voulons pas commencer par une démarche de foi. Le Bouddha nous dit donc de commencer par les choses que nous pouvons découvrir par nous-mêmes et de les prendre comme point de départ. Lorsque nous savons par nous-mêmes ce qui nous cause du tort et de la souffrance, nous savons aussi ce que nous devons éviter. De même, quand nous savons par nous-mêmes ce qui nous apporte le bien-être et le bonheur, nous savons ce que nous devons rechercher et développer. Le Bouddha ne nous laisse cependant pas livrés à nous-mêmes. Il ne se contente pas de nous enseigner une méthode de méditation à pratiquer et de nous dire de ne pas nous préoccuper de questions plus vastes, mais plutôt de concentrer notre esprit sur l'objet de notre méditation. Il ne fonde pas non plus la vie spirituelle sur une simple technique, il l'inscrit dans un contexte. Pour trouver ce contexte, nous devons commencer par clarifier le but de notre pratique.

Pour nous aider à clarifier notre objectif, le Bouddha nous pose certaines questions qui orientent notre réflexion dans la bonne direction. Ces questions ne nous entraînent pas dans les méandres de la spéulation métaphysique, dans des théories sur l'origine et la fin du monde. Elles ne font pas appel à la croyance en des choses qui se situent au-delà du champ de l'observation. Elles nous conduisent plutôt à examiner notre propre esprit et à réfléchir à nos propres actions. Les questions qu'il pose, ou qu'il veut que nous nous posions, concernent l'intentionnalité, les motivations fondamentales de la pensée, des émotions et des actions. Le Bouddha veut que nous nous demandions si, lorsque l'avidité, la haine et l'ignorance surgissent dans notre esprit, est-ce bénéfique ou préjudiciable ? La réponse, bien sûr, est que l'avidité, la haine et l'ignorance ne sont pas bénéfiques. Elles peuvent nous procurer du plaisir, mais ce plaisir est éphémère et peut facilement être suivi par une souffrance durable. Nous pouvons constater qu'elles surgissent pour notre propre préjudice et nous incitent à agir d'une manière qui cause du tort et de la souffrance à autrui. Le degré de mal et de souffrance qu'elles engendrent n'est peut-être pas évident dans chaque situation individuelle. Cependant, lorsque nous considérons les conséquences de l'avidité, de la haine et de l'ignorance en tant que motivations pour agir à l'échelle mondiale, le danger devient effrayant. En y réfléchissant, on peut se rendre compte que les actions découlant de l'avidité, de la haine et de l'ignorance peuvent être terriblement destructrices. En effet, une telle réflexion nous révèle une réalité qui saute aux yeux dans les actualités quotidiennes : une violence et une brutalité insensées, des guerres atroces, une surexploitation imprudente de nos ressources naturelles ; un monde où les principaux instigateurs du mal recourent sans scrupules à des stratagèmes mensongers pour échapper à leurs responsabilités. Si

nous pouvons voir cela à l'échelle mondiale, nous pouvons alors analyser n'importe quel exemple d'avidité, de haine et d'ignorance. Nous réalisons alors que ce sont ces petites graines, ces forces malsaines qui motivent nos pensées et nos actions, qui engendrent les terribles catastrophes qui causent tant de misère. Nous voyons alors très clairement que si nous voulons assurer notre propre bien-être et notre propre bonheur, et promouvoir le bien-être et le bonheur des autres, il est nécessaire de restreindre et de surmonter notre propre avidité, notre propre haine et notre propre ignorance. Cela devient donc la première étape sur le chemin spirituel.

La série de questions suivantes, posées par le Bouddha, met en évidence l'autre aspect de l'esprit. Il nous demande de considérer si, lorsque la non-avidité, la non-haine et la non-ignorance surgissent dans notre esprit, est-ce bénéfique ou préjudiciable ? Ces trois termes, exprimés négativement, sont synonymes de générosité, de bienveillance et de sagesse. En y réfléchissant, nous voyons que la générosité, la bienveillance et la sagesse surgissent pour notre propre bien-être et notre propre bonheur. Lorsque nous sommes capables de donner librement aux autres, par souci de leur bien-être, nous ressentons une certaine légèreté et une paix, car nous ne sommes plus sous l'emprise de l'attachement. Lorsque notre cœur s'élève au-dessus de la colère et de la haine et qu'il rayonne de bienveillance, un souhait sincère pour le bien-être et le bonheur des autres, nous ressentons de la joie et de l'harmonie.

Lorsque notre esprit est illuminé par la compréhension, lorsque nous voyons et comprenons les principes fondamentaux, nous faisons l'expérience de la luminosité et de la clarté. Nous comprenons alors que pour assurer notre propre bien-être et notre propre bonheur, et promouvoir le bien-être et le bonheur des autres, il est nécessaire de cultiver la générosité, la bienveillance et la sagesse. Cela devient donc la deuxième étape sur le chemin spirituel.

Ainsi, nous pouvons comprendre, ici et maintenant, que l'avidité, la haine et l'ignorance sont les racines du mal et de la souffrance, tandis que la non-avidité, la non-haine et la non-ignorance c'est-à-dire la générosité, la bienveillance et la sagesse sont les racines du bonheur et du bien-être. À partir de cette prémissse, nous pouvons être certains que tous les enseignements spirituels, quels que soient les autres principes qu'ils enseignent, doivent avoir pour objectif principal l'élimination de l'avidité, de la haine et de l'ignorance, et doivent promouvoir des valeurs telles que la générosité, la bienveillance et la sagesse.

Selon le Bouddha, cette compréhension ne marque pas encore la réalisation de la vue juste, la vue qui mène vers le but ultime de son enseignement, la libération de la souffrance. La vue juste commence par l'acceptation du principe du karma, qui affirme que nos actions portent inévitablement leurs fruits ou leurs conséquences, et ce principe repose sur l'acceptation de son corollaire, l'idée de la renaissance. Mais la compréhension des conséquences immédiatement visibles des racines malsaines et saines offre un point de départ pour placer sa confiance dans le Bouddha, qui enseigne une doctrine bonne et bénéfique à tous égards, un enseignement qui ne peut induire en erreur. Une fois que l'on a acquis confiance dans le Bouddha en examinant les aspects de son enseignement qui relèvent de notre expérience immédiate, on peut alors lui accorder notre confiance en tant que source de vérité sur des sujets qui dépassent le champ de notre expérience immédiate. Sur la base de cette confiance, on peut se consacrer de tout cœur à la pratique de son enseignement.

L'objectif ultime de l'enseignement du Bouddha est enraciné dans la certitude initiale que nous acquérons grâce à la réflexion. Au départ, nous acquérons la conviction qu'une discipline spirituelle digne de ce nom doit nous aider à surmonter l'avidité, la haine et l'ignorance. Le but ultime de la voie du Bouddha est le Nibbāna. Dans les suttas, le Nibbāna est décrit comme "l'extinction de l'avidité, l'extinction de la haine, l'extinction de l'ignorance". La pratique du Dhamma consiste en un processus

#### 47. Trouver un point de départ

graduel d'élimination de l'avidité, de la haine et de l'ignorance pour les remplacer par une plus grande générosité, une plus grande bienveillance et compassion, une plus grande sagesse et compréhension. La confiance qui découle de la foi dans le Bouddha est la conviction qu'il est possible d'éradiquer complètement l'avidité, la haine et l'ignorance. Grâce à cette foi, nous entreprenons la pratique du chemin du Bouddha, sachant que ce chemin mène à la fin de l'avidité, de la haine et de l'ignorance.

*Extrait de la lettre d'information BPS n° 58, 2e envoi 2007.*

## 48. UNE ÉTHIQUE SOCIALE BOUDDHISTE POUR LE NOUVEAU SIÈCLE

L'arrivée d'un nouveau siècle est toujours une période de grande effervescence et de grandes attentes, et, lorsque le nouveau siècle marque également l'aube d'un nouveau millénaire, nos attentes peuvent être particulièrement élevées. Un optimisme inné nous pousse à croire que le nouveau sera toujours meilleur que l'ancien, que l'année ou le siècle suivant apportera inévitablement la réalisation de nos rêves les plus fous. Malheureusement, la vie n'est pas aussi simple que cela. Le simple tic-tac de l'horloge et le changement de calendrier ne suffisent pas pour défaire les nœuds dans lesquels nous nous sommes empêtrés par nos décisions irréfléchies et nos actions inconsidérées au fil des mois, des années et des décennies qui ont précédé.

L'expérience passée devrait nous avoir enseigné une leçon essentielle : il est crucial de regarder au-delà des apparences des événements pour y déceler les tendances sous-jacentes qui révèlent des problèmes futurs. Cette vérité est mise en évidence lorsqu'on examine la transition du XIXe au XXe siècle en Occident. La fin du XIXe siècle fut une époque d'optimisme fervent, de rêves utopiques nourris par une foi inébranlable en un idéal glorifié appelé le progrès. Les fondements du culte du progrès reposaient sur la science et la technologie. La science s'était transformée en un nouveau Prométhée, un Prométhée infaillible qui avait révélé les secrets cachés de la nature et les avait partagés avec une humanité débordante d'espoirs ardents. Chaque décennie apportait une percée majeure dans la connaissance, chaque nouvelle théorie scientifique étant suivie d'une réussite correspondante dans l'utilisation des forces de la nature pour satisfaire nos besoins. Cela entraîna une formidable avancée technologique qui laissait entrevoir la possibilité de libérer l'humanité de ses limitations historiques les plus tenaces.

Le siècle suivant montra à quel point cet optimisme était vraiment myope. En effet, pour ceux qui regardaient attentivement, les prémisses de la destruction étaient déjà présentes, sous les pieds des conquistadors triomphants. Elles se manifestaient sur le front intérieur, dans l'existence misérable de millions de travailleurs contraints à des tâches dégradantes dans les usines, les mines et les ateliers clandestins ; dans la colonisation impitoyable du monde non occidental, le pillage de ses ressources et l'asservissement de ses peuples ; dans les conflits et les tensions grandissantes entre des empires avides de pouvoir à l'échelle mondiale. Au cours de la première moitié du XXe siècle, les tensions explosèrent à deux reprises, lors de deux guerres mondiales qui firent des millions de morts. Ces guerres, suivies de la guerre froide, révélèrent les forces primordiales sombres qui se cachaient sous le vernis de la civilisation occidentale. Il est certainement significatif que notre découverte du secret le plus profond de la nature, la convertibilité de la matière et de l'énergie, nous ait dotés d'une capacité d'autodestruction totale : un pouvoir illimité et une destruction totale dans un même paquet.

Notre monde actuel, à l'aube du 21e siècle, est un paradoxe saisissant. C'est un monde d'une immense richesse, mais aussi d'une pauvreté écrasante. Près d'un quart de la population mondiale, soit 1,3 milliard de personnes, vit dans une extrême précarité. C'est également un monde qui a connu des progrès considérables en matière de médecine et de soins de santé, mais où 11 millions de

personnes meurent encore chaque année de maladies facilement traitables. Un monde où l'industrie des armes légales génère des milliards de dollars de revenus, alors que 7 millions d'enfants meurent de faim chaque année et que 800 millions de personnes souffrent de malnutrition sévère. Le plus inquiétant est peut-être la perspective d'une croissance économique illimitée dans un monde dont les ressources sont limitées et s'épuisent rapidement. En dépit de nos audacieuses avancées vers l'avenir, notre monde est encore profondément blessé. Il est urgent de trouver une solution, un remède, pour que l'humanité survive intacte jusqu'à la fin du nouveau siècle.

Dans cet article, je souhaite proposer une réponse bouddhiste Theravāda à la nécessité de guérir les blessures du monde. Les manuels populaires sur les religions du monde décrivent généralement le bouddhisme Theravāda comme une religion de salut individuel qui considère comme idéal un éveil purement privé à atteindre par le renoncement et la méditation. Bien que le bouddhisme Theravāda mette l'accent sur la nature inévitablement personnelle de l'objectif ultime, si nous examinons attentivement les suttas ou les discours du Bouddha, nous verrons qu'il était parfaitement conscient des problèmes auxquels les êtres humains font face dans les dimensions sociales de leur vie. Son enseignement n'était pas seulement axé sur la libération finale, mais aussi sur la résolution de ces problèmes sociaux. Bien que ces textes soient moins nombreux que ceux qui traitent de l'éthique personnelle, de la méditation ou de la philosophie, ils témoignent tout de même de la profonde perspicacité sociologique du Bouddha. Ils offrent encore aujourd'hui des directives pratiques et claires pour concevoir une éthique sociale capable de résoudre les problèmes de notre époque.

Le premier principe que nous donne l'enseignement du Bouddha pour répondre à ces problèmes est méthodologique : éviter de se précipiter vers des conclusions hâtives et plutôt chercher les causes sous-jacentes à tous les niveaux, sans s'arrêter avant d'avoir atteint les racines les plus profondes. Malheureusement, la tendance actuelle est tout à fait différente lorsqu'il s'agit de s'attaquer aux problèmes sociaux. En particulier, les sphères politiques et économiques ont tendance à aborder les questions humaines complexes, dont les causes sont profondes, en les réduisant à des problèmes techniques susceptibles d'être résolus par l'application de la meilleure solution technique. Par conséquent, il est souvent suggéré de mettre en place un traité visant à réduire les émissions de gaz à effet de serre afin de lutter contre le réchauffement climatique. Si la criminalité et la violence sont en hausse, il est nécessaire d'augmenter la présence et la sévérité de la force policière. Si la toxicomanie chez les jeunes atteint des proportions inquiétantes, il est nécessaire de mettre en place des mesures plus efficaces contre le trafic de drogue. Ces mesures peuvent effectivement servir de bouclier protecteur contre les manifestations les plus évidentes des problèmes qu'elles cherchent à résoudre. Ces mesures peuvent s'avérer utiles et efficaces à court terme, mais elles ne sont pas une solution à long terme. Elles ne font que masquer les symptômes sans traiter les causes sous-jacentes. Il est important de ne pas les confondre avec des solutions qui s'attaquent aux causes profondes des problèmes.

En adoptant une perspective bouddhiste sur les maux qui assaillent notre monde d'aujourd'hui, nous réalisons rapidement qu'ils ne sont que les symptômes d'un problème plus profond et plus insidieux : un signal d'alarme indiquant que fondamentalement quelque chose ne va pas dans la manière dont nous menons nos vies. Nous considérons ces blessures superficielles comme les symptômes d'une blessure plus profonde et insidieuse qui se cache au plus profond de notre être. Cette plaie insatiable épouse notre énergie vitale et diffuse son venin dans l'atmosphère, les cours d'eau et les mers, les forêts et les terres cultivées, nos vies familiales et nos foyers, nos relations sociales et nos programmes politiques. Ainsi, du point de vue bouddhiste, la guérison de nos blessures communes nécessite une intervention chirurgicale radicale, c'est-à-dire un profond changement dans

nos opinions, nos attitudes et nos modes de vie collectifs. Le mot "valeurs" est très à la mode pour exprimer notre besoin. On nous répète que la raison pour laquelle les conditions sociales se sont détériorées est que les gens ont abandonné les valeurs traditionnelles, et qu'il suffit d'une renaissance de ces valeurs pour résoudre nos problèmes. Si une telle recommandation peut susciter des vagues de nostalgie chez ceux qui sont perturbés par la propagation du désordre moral, il faut se rappeler qu'un simple appel au retour des valeurs traditionnelles serait totalement inefficace si nous ne sommes pas prêts à apporter des changements audacieux dans les fondements sur lesquels elles s'appuient, c'est-à-dire les objectifs, les buts et le sens qui déterminent la dimension sociale de notre existence. Vouloir restaurer les valeurs personnelles dans une société corrompue et dégradée, c'est un peu comme essayer d'embellir une décharge toxique en y plantant des roses le long du ruisseau. Tant que la décharge sera là, les roses pousseront chétives et déformées.

La transformation dont nous avons besoin doit aller au-delà du simple plan personnel. Elle doit toucher les deux aspects de notre existence, l'intérieur et l'extérieur, le personnel et le social. Ces deux dimensions de notre vie sont inextricablement liées et se conditionnent mutuellement. De sorte que nos valeurs reflètent les réalités sociales et économiques, tandis que les réalités sociales et économiques sont façonnées par nos valeurs. Ainsi, même si c'est dans notre vie personnelle que nous avons le plus de pouvoir pour induire des changements, ces changements doivent aussi se répercuter sur les autres sphères de notre existence, comme les relations interpersonnelles, l'ordre social, le programme politique et la relation avec l'environnement. Pour éviter que les valeurs personnelles ne se transforment en une belle façade masquant le désordre social et la décadence, il est nécessaire d'effectuer un examen de conscience critique, même douloureux. Nous devons être prêts à examiner en toute honnêteté nos propres priorités, à reconnaître les dangers pour nous-mêmes et pour les autres de nous laisser emporter par l'égoïsme et l'égocentrisme qui semblent actuellement prévaloir dans le monde. Sans une telle autocritique honnête, toute demande d'un retour aux valeurs, même aux valeurs bouddhistes, ne peut être qu'un discours pieux, peut-être réconfortant sur le plan personnel, mais impuissant à apporter un changement réel.

Lorsque nous nous proposons de diagnostiquer nos problèmes mondiaux à la lumière d'une perspective bouddhiste, nous devons reconnaître qu'un diagnostic adéquat doit tenir compte de multiples niveaux de causalité. L'une des idées les plus marquantes du Bouddha est que les phénomènes ne découlent pas d'une cause unique, mais d'un enchevêtrement complexe de nombreuses conditions opérant à différents niveaux. Les disciplines académiques abordent les problèmes dans un cadre de référence restreint et rigide, tandis que la perspective bouddhiste adopte une approche globale qui tient compte de multiples niveaux de causalité, qui s'entremêlent et se superposent, se renforçant mutuellement à certains moments. Cela permet une solution plus globale, car lorsque les problèmes sont abordés à partir d'un cadre de référence limité, l'angle adopté pour les considérer implique déjà la solution. Ce n'est qu'en adoptant une perspective "grand angle" que nous pouvons percevoir les diverses facettes dans lesquelles le problème se manifeste, et ainsi comprendre l'ensemble des facteurs à prendre en considération pour concevoir une solution.

Nous devons également tenir compte de l'impact spécifique de chaque type de causalité, autrement dit, la contribution relative qu'ils apportent au problème dans son ensemble. Selon le Bouddha, le facteur causal le plus puissant et le plus important dans la vie humaine est l'esprit. Bien que l'esprit soit invisible, intangible, sans poids et sans dimensions, il est le moteur invisible derrière tous les autres modes de causalité, que ce soit sur le plan social, politique ou économique. Cependant, l'esprit n'opère pas dans le vide. Il est inévitablement immergé dans un contexte historique et personnel spécifique, soumis à l'impact d'une grande variété d'influences qui façonnent ses

perspectives et déterminent ses dispositions. Mais si tel est le cas, nous devons également noter que ces mêmes influences extérieures sont, elles-mêmes, dans une certaine mesure, des résultats de l'activité mentale. Ainsi, les autres ordres de causalité affectant l'esprit, tels que le social, l'économique, le culturel ou le politique, peuvent eux aussi être considérés comme des objectivations de l'esprit, incarnant et "extériorisant" des attitudes, des points de vue et des motivations psychologiques spécifiques. C'est pourquoi le Bouddha a enseigné que "toutes les conditions sont précédées par l'esprit, dominées par l'esprit, façonnées par l'esprit" (*Dhammapada*, versets 1-2).

Lorsque nous reconnaissions l'influence prépondérante de l'esprit sur tous les autres niveaux de causalité, nous comprenons instantanément que la priorité absolue pour soigner les maux qui assaillent notre monde actuel est de guérir les blessures de nos esprits. Pendant des siècles, et plus particulièrement depuis le début de la révolution scientifique en Occident, nous avons été obsédés par la volonté de dominer et de contrôler le monde extérieur. Toutefois, notre enthousiasme à vouloir maîtriser et exploiter le monde extérieur pour nos fins matérielles nous a fait ignorer une dimension encore plus vitale de notre être : notre propre esprit.

C'est pourquoi nos triomphes dans les domaines des connaissances scientifiques et de la technologie ont été marqués par un déséquilibre douloureux. Alors que nous avons fait des progrès étonnantes dans la compréhension du monde, nous avons fait très peu de progrès dans la compréhension de nous-mêmes. Nous avons exploité les pouvoirs cachés de la nature, mais nous n'avons pas su apprivoiser celui qui la contrôle. C'est précisément pour cette raison que nos glorieuses avancées scientifiques et technologiques ont eu un impact mitigé sur l'humanité dans son ensemble. Bien que ces avancées aient incontestablement apporté des bienfaits matériels, elles ont également entraîné la dévastation et la pauvreté, le gaspillage et le carnage, l'appauprissement et la misère pour des millions de gens.

Les besoins fondamentaux des êtres humains sont en réalité très simples. En principe, ils devraient être facilement satisfaits en abondance pour tous. Ils comprennent un niveau acceptable de sécurité matérielle, de l'air frais et de l'eau potable, une alimentation nourrissante, un logement confortable, des soins médicaux, l'éducation et l'information, ainsi que suffisamment de loisirs pour développer ses talents et ses facultés. Toutefois, dans le système actuel, une poignée de personnes seulement, représentant une infime fraction de la population mondiale, jouissent d'un luxe dépassant celui des empereurs de la Rome antique, tandis qu'un milliard d'individus, soit environ un quart de la population mondiale, vivent sous le seuil de pauvreté. N'est-il pas ironique que, malgré notre capacité à envoyer des sondes spatiales sur des planètes distantes et à les contrôler avec une grande précision, nous soyons encore incapables de subvenir aux besoins alimentaires de tous les enfants du monde ? N'est-il pas alarmant que, malgré les preuves irréfutables de la menace pour la santé et la survie que représentent l'aggravation de la pollution, le changement climatique sans précédent et l'épuisement de nos ressources naturelles, les nations les plus responsables de cette crise persistent à adopter un mode de vie excessif et gaspilleur ? Ce qui entrave la satisfaction des besoins essentiels de tous les habitants de la planète n'est pas un manque de ressources, mais un manque de volonté, un échec profondément enraciné dans l'égoïsme et l'avidité.

Dans l'enseignement du Bouddha, les forces obscures de l'esprit responsables de la souffrance humaine sont appelées les souillures mentales (*kilesa*), dont les plus puissantes sont les trois "racines malsaines" : l'avidité, la haine et l'illusion. L'enseignement classique du Bouddha se focalise sur le rôle des souillures dans nos vies personnelles, montrant comment elles sont les causes déterminantes de la souffrance psychologique et existentielle. Aujourd'hui, cependant, alors que notre monde est de plus en plus intégré dans un ordre mondial unique, un changement de perspective est nécessaire si

nous voulons analyser et résoudre notre situation difficile commune. Étant donné que les institutions et les organisations exercent une influence croissante sur nos conditions de vie et sur notre destin, nous devons examiner de près comment les souillures mentales prennent une expression collective. Nous devons mettre en évidence les effets néfastes de nos systèmes économiques et politiques, ainsi que comprendre comment nos modes d'organisation sociale, qu'ils soient nationaux ou internationaux, alimentent l'avidité, la haine et l'illusion dans nos esprits. Car ces structures ne se contentent pas d'objectiver les souillures de l'esprit ; elles les renforcent également et rendent leur emprise de plus en plus difficile à surmonter. Par des stratégies puissantes, souvent cachées sous le camouflage et la tromperie, elles nourrissent et soutiennent la masse de vues déformées, d'attitudes malsaines et de politiques risquées qui font tant de ravages dans nos sociétés et nos vies.

L'exemple le plus frappant de ce potentiel destructeur au cours de la dernière décennie du XXe siècle est peut-être le système économique de libre marché non réglementé, qui a aujourd'hui acquis une portée mondiale. Les grandes entreprises multinationales qui dominent l'économie mondiale et sont guidées par la quête de profit, sont devenues des représentations institutionnelles de l'avidité. Bien que leur communication publique soit remarquable, leur véritable objectif n'est pas de satisfaire les besoins réels des êtres humains, mais de maximiser les bénéfices avec un minimum de dépenses. Le profit est le moteur de la croissance des entreprises, et chaque objectif de profit atteint ne fait que générer un objectif encore plus élevé. L'idéal n'est jamais un équilibre durable, mais la réalisation d'un profit illimité sans frais.

Selon les responsables de la culture d'entreprise, seul le succès économique compte. Des études approfondies ont révélé que, dans leur quête de gains financiers accrus, les entreprises sont tout à fait prêtes à mettre en danger le bien-être de la main-d'œuvre, la santé des clients, la stabilité de la société, les normes et valeurs traditionnelles, l'harmonie de la communauté et la durabilité de l'environnement naturel. Selon elles, si le résultat est une marge bénéficiaire plus importante, tout cela peut être sacrifié sans sourciller.

L'économie des entreprises n'est pas seulement motivée par sa propre avidité intrinsèque, mais son succès même dépend de sa capacité à susciter la convoitise chez les autres. Pour qu'une entreprise vende ses produits, se développe et prospère, elle doit créer un désir d'acheter ces produits chez les consommateurs. Cependant, et dans la mesure où ils ne répondent pas à des besoins humains réels (ce qui est souvent le cas), les désirs doivent être provoqués par des stratégies délibérées visant à susciter l'intérêt et l'engagement. Les études de marché et la publicité sont les deux faces d'une même pièce. Elles utilisent tous les moyens à leur disposition pour promouvoir les produits de leurs clients, que ce soit la télévision, la radio, les panneaux d'affichage, les journaux, les images, les jingles, les slogans ou les chansons. Tout est bon pour marteler le message : "Achetez ceci, achetez cela". La sophistication psychologique qui sous-tend l'industrie de la publicité est tout simplement stupéfiante. Il n'y a guère de faiblesse humaine qu'elle hésite à exploiter pour promouvoir les ventes. L'attirance sexuelle et le statut, la fierté et la cupidité, la peur et l'inquiétude, l'arrogance et la vanité, tout est bon pour augmenter les profits.

Les annonces publicitaires diffusent un message implicite, un message qui n'est pas exprimé directement, mais qui est renforcé par une myriade d'images et de slogans. Ce message sous-jacent est que la consommation est la clé du bonheur. On nous fait croire que le secret du bonheur est la satisfaction de nos désirs. Le bonheur est assimilé à l'accumulation de richesse et au plaisir des possessions matérielles. Plus ces biens sont chers et somptueux, plus la promesse de bonheur est alléchante. Dans cette perspective consumériste, la satisfaction des désirs matériels n'est rien de moins que le Bien, l'objectif ultime et absolu de l'existence humaine.

Si nous utilisons les enseignements du Bouddha comme une perspective pour examiner le système économique des entreprises et ses ramifications, la culture de consommation, nous verrons qu'elle est en fin de compte préjudiciable au bien-être de ses maîtres et de ses serviteurs. En utilisant les outils d'analyse bouddhistes, examinons de manière succincte le fonctionnement interne de ce système. Tout d'abord, il est clair qu'un tel ordre social est fondé sur l'ignorance ou l'illusion (*avijjā, moha*), c'est-à-dire la croyance que la richesse matérielle et la consommation sont les clés d'une vie réussie. Selon les textes bouddhistes, lorsque l'ignorance s'infiltre dans nos systèmes cognitifs, elle entraîne une série de "distorsions" (*vipallāsa*) qui altèrent notre perception (*saññā*), notre pensée (*citta*) et nos convictions (*ditthi*). Le Bouddha évoque quatre de ces distorsions : considérer l'impermanent comme permanent, confondre la douleur (ou la souffrance) avec le plaisir, attribuer une existence propre à ce qui est sans substance et percevoir le laid comme beau. Au niveau le plus élémentaire, nous percevons les choses à travers ces distorsions. Lorsque nous prenons en considération ces perceptions déformées dans nos réflexions, nous commençons à penser à partir d'elles. Finalement, sous l'influence combinée de la perception et de la pensée faussées, nous adoptons des points de vue, c'est-à-dire des croyances, des doctrines ou encore des idéologies, qui confirment les notions erronées de permanence, de plaisir, d'individualité et de beauté.

Dans la société de consommation actuelle, ces distorsions, qui sont des expressions conceptuelles de l'ignorance, sont omniprésentes et influencent la pensée, les attitudes, les principes et les politiques des producteurs comme des consommateurs. Les illusions de permanence, de plaisir, de soi et de beauté sont alimentées par les représentations qui sont devenues si intimes dans nos existences : la famille parfaite utilisant une marque spécifique de savon, la femme séduisante à côté du dernier modèle de voiture, le cow-boy viril fumant une marque de cigarettes particulière, le directeur confiant sirotant une marque de whisky spécifique. Cette campagne publicitaire agressive entraîne inévitablement l'exacerbation de l'envie et de l'avidité comme moteur de l'activité sociale et économique. Dans l'économie de marché, la production ne vise pas à satisfaire les besoins réels, mais à maximiser les bénéfices commerciaux, ce qui implique de subtilement manipuler et de cultiver les désirs humains pour accroître les profits.

Conformément aux impératifs internes de ce système, l'exigence fondamentale pour assurer sa survie physique se métamorphose en un désir insatiable de prestige, de domination et de plaisirs matériels. Les dirigeants du commerce s'évertuent à nous faire ressentir une insatisfaction constante, à nous pousser à nous sentir inadéquats, à nous inciter à consommer toujours plus. Par conséquent, le ressentiment et l'envie remplacent le sentiment de satisfaction ; l'excitation remplace la satisfaction ; la valeur du prestige éclipse la valeur de la vie. Le seul mot à bannir des dictionnaires est "assez". Pour qu'une économie axée sur les entreprises puisse prospérer, il ne doit jamais y avoir assez, mais toujours une soif insatiable : pour ce qui est plus grand, plus rapide et meilleur ; pour la nouveauté et la variété.

Dans une société nouvellement prospère, les jeunes sont peut-être la population la plus vulnérable aux tactiques de la publicité commerciale. Les promoteurs du consumérisme le savent très bien. Ils savent comment tirer profit des tendres besoins psychologiques des jeunes : leur rébellion et leur audace, leurs compulsions et leurs angoisses. Ils tentent de créer une culture spécifique de la jeunesse qui attache du prestige et de l'importance aux produits appropriés. Ils savent aussi comment contrôler les modes et les styles pour que l'acquisition de produits de remplacement devienne une demande récurrente qui déclenche des périodes d'achats régulières. Les cultures religieuses qui s'appuient sur des valeurs traditionnelles telles que la simplicité, le contentement et l'autocontrôle peuvent être profondément affectées par la culture d'entreprise mondiale. Celle-ci peut rompre la

lignée de transmission des valeurs traditionnelles d'une génération à l'autre, ce qui peut être traumatisant pour ces cultures.

En résumé, la glorification de la recherche du profit engendre un ordre social où les moteurs cachés de l'activité sociale sont les deux souillures mentales jumelles que sont l'ignorance et l'avidité. Les experts qui défendent ce système, les partisans du libre-échange et de la mondialisation, nous disent que le fonctionnement sans entrave de l'économie est la condition préalable au bonheur général de l'humanité, "le plus grand bonheur du plus grand nombre". Mais ce que Bouddha enseigne est tout le contraire. Dans un ordre social régi par l'ignorance et l'avidité, dans lequel la cupidité, la croissance effrénée et la concurrence sont les moteurs de l'activité humaine à grande échelle, le résultat inéluctable est la souffrance et les conflits. Les Quatre Nobles Vérités décrivent cette réalité sous un angle psychologique : "L'avidité est la source de la souffrance." Ailleurs, Bouddha fait la même remarque en se référant spécifiquement à la rupture de la cohésion sociale : "De l'avidité naît la quête du profit, de cette quête découle le gain du profit, du gain découle la discrimination, de la discrimination découle le désir et la convoitise, du désir et de la convoitise découle l'attachement, de l'attachement découle la possessivité, de la possessivité découle l'égoïsme, de l'égoïsme découle l'accumulation ; et de l'accumulation découlent de nombreux comportements nuisibles et malsains, tels que la prise de bâtons et de couteaux, les querelles, les conflits et les disputes, les récriminations, la calomnie et le mensonge." (Mahānidāna Sutta, DN 15).

Ironiquement, l'interconnexion de la population mondiale dans l'économie globalisée s'accompagne d'une atomisation progressive des individus, ce qui entrave leur capacité à fonctionner comme membres coopératifs et responsables de leur société. En effet, la culture d'entreprise tend à réduire les gens à de simples consommateurs, dont l'existence se résume à une expérience privée intense et variée. De manière subtile, en opérant en deçà du seuil de perception, la conception consumériste de la bonne vie détruit les liens qui unissent les membres d'une communauté en un tout unifié. En s'appuyant sur des valeurs qui alimentent l'égoïsme et l'intérêt personnel, elle supplanté l'unité sociale par un individualisme social qui confine chaque personne dans son propre monde, centré sur ses préoccupations privées. La cohésion d'êtres humains autonomes, responsables et disciplinés, pilier d'une véritable communauté, laisse place à une "culture du narcissisme" où chaque individu est obsédé par la maximisation de son statut, de sa richesse, de sa position et de son pouvoir, des marqueurs extérieurs de succès matériel. Si nous nous interrogeons sur la rareté actuelle de la discipline sociale et de la prise de responsabilité, une réflexion sur ce qui vient d'être énoncé peut apporter une réponse.

Dans une culture occidentale "développée", il n'est pas surprenant que l'unité la plus fondamentale de la société, la famille, ait été pratiquement démantelée. Aux États-Unis, pionniers de l'établissement du "nouvel ordre Mondial", environ la moitié des mariages se terminent prématurément par un divorce et près de cinquante pour cent des enfants américains grandissent dans des foyers monoparentaux. Même si les liens familiaux perdurent, l'atmosphère de la vie familiale a radicalement changé par rapport à ce qu'elle était. La famille n'est plus une unité harmonieuse et soudée par des liens d'amour, de respect, d'abnégation et de coopération. Elle s'est transformée en un accord mutuellement bénéfique, une alliance de convenance, où chaque membre cherche avant tout son propre intérêt, souvent aux dépens et au mépris des autres.

Nous avons vu précédemment que la dynamique interne de la culture consumériste débute avec l'ignorance ou l'illusion, l'hypothèse selon laquelle on peut trouver le bonheur grâce à la cupidité et au plaisir des possessions matérielles. Cette croyance engendre le désir et l'envie d'acquérir et de profiter de ces biens, ce qui conduit finalement à la frustration, à la rivalité et au conflit, c'est-à-dire à

la souffrance individuelle et collective. Dans une société guidée par le Dhamma, et je n'emploie pas ce terme dans le sens restreint du bouddhisme, mais plutôt pour désigner la loi universelle de la justice et de la vérité, la dynamique intérieure serait à l'opposé de celle qui anime le modèle de consommation. Dans une société juste, l'ignorance serait remplacée par la connaissance ou la sagesse, une compréhension de base partagée des principes fondamentaux d'une vie saine. Dans une société où le bouddhisme est prédominant, cela inclurait la loi du *kamma* et ses fruits, les bienfaits de la générosité et d'une conduite éthique, ainsi qu'un aperçu des Quatre Nobles Vérités et des trois caractéristiques de l'existence. Les personnes qui orientent leur vie grâce à ces connaissances n'ont pas besoin d'être des êtres parfaits, et, dans une société de masse, très peu d'entre elles atteindront un quelconque degré de sainteté. Mais, quand les gens sont guidés par les principes du Dhamma, ils comprennent où se trouve leur véritable bien-être. Cette compréhension leur permet de faire clairement la distinction entre ce qui est réellement dans leur intérêt et ce qui, au départ, semble attirant, mais qui, finalement, leur cause préjudice.

En termes pratiques, c'est la distinction cruciale. Une personne plongée dans l'ignorance est facilement victime de l'avidité, poursuivant aveuglément la richesse, le pouvoir et le prestige, et attirant ainsi la souffrance sur elle-même et sur les autres. Une personne guidée par le Dhamma comprend le vrai bien, l'objectif ultime de la vie. Cette compréhension suscite un désir, mais un désir d'une nature opposée à la convoitise. La convoitise est un désir insatiable, une soif égoïste de plaisir sensuel, de pouvoir et de prestige. En revanche, le désir éveillé par une véritable compréhension est un désir sain, appelé dans les textes "désir du bien" (*atthakāma*) ou "désir de vérité" (*dhammachanda*). Animé par ce désir sain, un individu s'engagera dans des actions vertueuses qui conduiront à l'accomplissement du bien, et ces actions contribueront à son propre bien-être et à celui de la communauté.

Pour le bouddhisme, l'objectif ultime est le Nibbāna, la libération de l'ignorance et de l'avidité, la libération du cycle sans fin des renaissances. Dans cet article, je ne veux pas donner une explication philosophique du Nibbāna, mais une explication pratique qui mettra en évidence l'influence du Dhamma sur notre quête d'une éthique sociale viable. Pour ce faire, j'ai l'intention d'examiner la dimension expérientielle du Nibbāna d'une manière qui ne soit pas rigoureusement liée aux principes spécifiques de la doctrine bouddhiste. L'une des raisons pour lesquelles j'adopte une approche aussi générale est que je souhaite esquisser un modèle d'ordre social juste pouvant être facilement adopté par les adeptes d'autres traditions religieuses, ainsi que par ceux qui n'ont pas de convictions religieuses, mais qui reconnaissent la nécessité d'une alternative saine à l'idéal consumériste. Aucune tradition spirituelle ne peut à elle seule "guérir les blessures du monde". Nous vivons dans une société et un monde pluralistes, et il faut que tous les hommes et toutes les femmes ayant une sensibilité spirituelle, quelle que soit leur foi, fassent un effort de coopération. Bien que chaque religion et chaque voie spirituelle aient leur propre point de vue, il y a un dénominateur commun : la reconnaissance de la valeur intrinsèque de chaque individu. Il faut redécouvrir et préserver cette perception, afin de lutter contre l'influence déshumanisante de l'économie de marché et de sa conséquence, la société de consommation.

En termes d'expérience vécue, le but ultime du bouddhisme combine quatre attributs principaux : le bonheur, la paix, la liberté et la sécurité. Dans la langue originale du canon bouddhiste, le pāli, le Nibbāna est défini comme étant le bonheur suprême (*parama sukha*), l'état suprême de paix sublime (*anuttara santivarapada*), la libération ou la délivrance (*vimutti*) et la sécurité suprême contre l'esclavage (*anuttara yogakkhema*). Bien que ces aspects du Nibbāna puissent sembler très éloignés de notre condition actuelle, une réflexion approfondie révèlera qu'ils sont étroitement liés aux

aspirations les plus profondes, voire aux désirs les plus fondamentaux de tous les êtres humains, quelle que soit leur affiliation religieuse. En examinant la véritable motivation qui sous-tend toutes nos actions, il devrait être immédiatement clair que ce que nous cherchons par-dessus tout est un état qui allie ces quatre qualités : le bonheur, la paix, la liberté et la sécurité. La raison pour laquelle nous ne pouvons pas les atteindre n'est pas que nous souhaitons leur contraire, car personne ne cherche délibérément le malheur, l'angoisse, la servitude ou le danger. C'est plutôt parce que nous les comprenons mal donc nous ignorons donc comment les atteindre.

Influencés par l'ignorance et l'illusion (*avijjā*), nous cherchons notre véritable bien dans la mauvaise direction, comme un homme qui veut se rendre de Kandy à Colombo en se dirigeant vers le nord sur la route de Matale :

1. Nous ne pouvons pas distinguer le *véritable bonheur* du plaisir des sens, alors nous cherchons le bonheur en nous adonnant frénétiquement à des plaisirs sensuels, qui sont éphémères, dégradants et liés à l'anxiété. Cependant, essayer d'extraire le vrai bonheur des plaisirs sensuels revient à tenter de calmer sa soif avec de l'eau de mer : plus on en boit, plus on a soif.

2. Nous pensons encore que la *paix* signifie l'absence de conflit ; nous tentons donc de l'atteindre en soumettant nos adversaires et en intimidant notre environnement pour servir nos désirs, sans nous rendre compte que ce processus est finalement autodestructeur.

3. Nous confondons la *liberté* avec la licence, c'est-à-dire la liberté d'agir selon notre impulsion, de faire ce qui nous plaît. Par conséquent, nous réclamons le droit de nous comporter impétueusement, sans en subir les conséquences et sans avoir à assumer la responsabilité de nos actes irresponsables.

4. Nous considérons la *sécurité* comme une protection contre les dangers extérieurs, nous nous protégeons dans des maisons aux murs élevés équipées de systèmes de sécurité de pointe. Cependant, nous ne nous sentons jamais entièrement en sécurité et vivons dans l'appréhension d'une menace qui nous assaille de l'intérieur.

Ce que le Bouddha enseigne avec tant de clarté, c'est que nous devons regarder en nous-mêmes pour atteindre l'objectif vital auquel nous aspirons. Il met l'accent sur le fait que le véritable bonheur, la paix, la liberté et la sécurité doivent être atteints en surmontant les obstacles mentaux qui nous entravent et nous lient si étroitement à la souffrance. Ces entraves sont les souillures de l'esprit : l'avidité, la haine et l'illusion, ainsi que leurs nombreuses ramifications, comme la colère, la malice, la jalousie, l'avarice, l'hypocrisie, l'entêtement, la vanité, l'arrogance et l'insouciance. Pour atteindre notre objectif, nous devons donc diriger le faisceau de notre lampe sur l'esprit lui-même, et investir notre énergie dans la tâche de l'auto-purification.

Si le Nibbāna lui-même, dans sa plénitude, peut sembler inaccessible à une personne ordinaire embourbée dans ses responsabilités quotidiennes, cela ne veut pas dire qu'il est complètement hors de portée. Car le Nibbāna est défini comme la destruction de l'avidité, de la haine et de l'illusion. Cela signifie donc qu'il faut atteindre cet objectif par un processus graduel, en mettant l'accent sur la réduction progressive de l'avidité, la haine et l'illusion dans notre vie quotidienne. Nous pourrions même parler de l'objectif comme d'un "retour en arrière" ou d'une "baisse", en le reliant à nos préoccupations quotidiennes, en précisant les conditions préalables à sa réalisation. Pour avancer vers le Nibbāna à partir de notre situation présente, nous devons diminuer l'influence des souillures sur notre conduite quotidienne : dans nos actions, nos paroles et nos pensées. Ce que nous devons faire, c'est remplacer l'avidité par la non-avidité : par la générosité, le détachement, le contentement et la simplicité. Au lieu d'amasser et d'accumuler des choses, le bouddhisme met en avant la valeur du don. La pratique de la générosité est le moyen le plus efficace de combattre l'avidité qui règne dans notre

esprit. De plus, c'est un excellent moyen de conférer des bienfaits aux autres. Au lieu d'entretenir la haine et le ressentiment, nous devons cultiver la bienveillance et la compassion envers les autres, coopérer avec eux afin d'atteindre nos objectifs communs, et faire face à l'adversité avec patience et sérénité. Au lieu de rester dans les nuages de l'illusion, nous devons développer la sagesse : acquérir la compréhension et la vision profonde des lois immuables qui sous-tendent l'existence humaine.

Le travail d'auto-purification doit être entrepris en suivant le Noble Sentier Octuple, avec ses trois sections : la vertu, la concentration et la sagesse. Chacune de ces trois branches du sentier vise à contrôler et à éliminer les souillures à des niveaux de plus en plus subtils. L'entraînement à la vertu, qui comprend la parole juste, l'action juste et le juste mode de vie, contrôle l'expression externe des souillures dans les actes transgressifs et les comportements qui contreviennent aux normes morales. L'entraînement à la concentration, qui inclut l'effort juste, l'attention juste et la concentration juste, vise à éliminer l'émergence active des souillures dans nos processus de pensée. L'entraînement à la sagesse, qui inclut la perception juste et l'intention juste, vise à éradiquer les souillures au niveau le plus fondamental, sous forme de graines subtiles enfouies au plus profond de l'esprit. Ce n'est que lorsque ces souillures ont été complètement extirpées par la sagesse, grâce à une compréhension directe de la véritable nature des phénomènes, que l'ignorance est définitivement éliminée et que la connaissance est atteinte. C'est ce qui permet de réaliser le Nibbāna, le plus haut degré de bonheur, de paix, de liberté et de sécurité, dès cette vie.

Je tiens à souligner ici que, si la pratique du Noble Sentier Octuple est inévitablement personnelle et nécessite des efforts et une diligence individuels, elle a des conséquences profondément et inextricablement sociales. Comme je l'ai mentionné précédemment, la société n'est pas une entité abstraite, mais la somme de ses membres individuels. Envisageons la société comme un organisme vivant. Ses membres sont alors analogues aux cellules qui le composent. De même que l'état de santé des cellules d'un corps affecte le bien-être global de l'organisme physique, les comportements, les attitudes et les valeurs des membres d'une société influencent inévitablement la santé de l'organisme social.

Nous ne devons pas nous faire d'illusions quant à la possibilité de mobiliser toute une société pour qu'elle suive le Noble Sentier Octuple. Même l'idée d'amener les gens à mener une vie décente et honnête, fondée sur des principes moraux sains, est déjà difficile. Les puissances maléfiques du matérialisme et du consumérisme ont atteint un niveau de séduction et de domination tel qu'il est trop facile de succomber à leur propagande, la considérant comme une vérité incontestable. Avec la tendance à l'économie mondiale, ceux qui dominent la culture d'entreprise ont pris le contrôle de presque tous les médias. Disperser le mirage consumériste est donc un défi des plus redoutables. Cependant, les germes de la destruction de ce système sont déjà en train de pousser de l'intérieur. Ils se manifestent par l'accentuation de la fracture mondiale entre les riches et les pauvres, par son assaut brutal contre tout ce qui entrave les bénéfices des entreprises, par son mépris pour les valeurs humaines fondamentales, et, ce qui est le plus important aujourd'hui, par son exploitation irresponsable des systèmes de survie de notre planète.

Aujourd'hui, nous nous trouvons à un carrefour où deux routes s'étendent dans deux directions différentes. Notre avenir, tant personnel que collectif, dépendra du chemin que nous choisirons. Le chemin qui nous a menés à l'impasse actuelle est celui d'une croissance effrénée guidée par un système économique axé sur les profits. Grâce à une meilleure compréhension du monde matériel, la science nous a dotés d'une capacité de domination sans précédent sur la nature. Nous sommes effectivement parvenus à exercer un contrôle remarquable sur notre environnement. Cependant, cette suprématie acquise dans le monde extérieur s'est accomplie au détriment de la maîtrise de nous-

mêmes. Poursuivre dans cette voie, en ne considérant que le développement externe, c'est mettre notre survie même en péril. La Conférence de Kyoto sur le changement climatique (1997) a clairement établi que ce risque est réel : presque tous les pays participants, occidentaux et orientaux, ont insisté sur leur droit de poursuivre une croissance économique sans entraves, même si cela signifie que la pollution de l'air et de l'eau deviendra insoutenable à l'avenir et que des changements climatiques imprévisibles pourraient entraîner des catastrophes à grande échelle. En effet, il semble que, dans leur course pour gagner une part de la bonne vie, les gens soient prêts à flirter avec la perspective que leur avidité effrénée puisse détruire les systèmes de soutien mêmes qui rendent la vie sur Terre possible.

L'autre voie consiste non pas à rejeter la science et la technologie, mais à reconnaître leur juste place dans l'échelle des valeurs humaines. Elles doivent servir la communauté humaine en soulageant la misère et en contribuant à sa prospérité matérielle, nécessaire à la poursuite d'autres objectifs : le développement culturel, intellectuel et spirituel. Il est plus urgent aujourd'hui de privilégier le développement intérieur plutôt que le développement extérieur. Se concentrer sur le développement intérieur ne consiste pas à se réfugier dans un domaine privé de fantaisie subjective ou à rejeter les exigences de la responsabilité sociale, mais plutôt à organiser nos priorités de manière à réaliser pleinement le potentiel humain au niveau le plus profond. Selon les grands maîtres spirituels, les objectifs de la vie humaine sont régis par une échelle de valeurs, et dans cette échelle, la valeur la plus élevée correspond au but le plus élevé. Dans le bouddhisme, cet objectif suprême est l'éveil et la libération, l'atteinte du Nibbāna, qui peut être réalisé en suivant le Noble Sentier Octuple.

Si les lois de la vie spirituelle ont toujours été vraies, ce que nous devons constater aujourd'hui, avec une clarté inédite, c'est l'inextricable dépendance de la dimension externe et matérielle de notre existence sur la dimension interne et psychologique. On nous fait comprendre de multiples façons que le monde que nous partageons est le reflet collectif de nos esprits. Ses structures sociales, économiques et politiques sont les projections extérieures de nos schémas de pensée et de nos systèmes de valeurs. C'est pourquoi notre bien-être commun et notre survie en tant qu'espèce dépend d'une transformation à grande échelle de la conscience. Cette transformation doit transcender toutes les frontières, Est et Ouest, Nord et Sud, en éliminant les stéréotypes et les préjugés tenaces qui, en réalité, sont autodestructeurs. En résumé, si je devais exprimer les implications du message du Bouddha pour nous aujourd'hui, à l'aube du XXI<sup>e</sup> siècle, ce serait ceci : nous devons reconnaître que les blessures qui afflagent notre monde sont les symptômes des blessures qui afflagent nos esprits. Les problèmes collectifs, de la prostitution infantile à la dévastation écologique, de la corruption politique à l'impérialisme des entreprises, sont des signes évidents des distorsions destructrices des points de vue et des valeurs qui se sont profondément ancrées dans nos cœurs. Le côté positif du message du Bouddha est que les êtres humains peuvent changer. Ils ne sont pas les prisonniers impuissants des souillures de l'esprit, mais, en reconnaissant leur situation difficile, leur souffrance et leur angoisse, ils peuvent commencer la tâche lente et difficile de s'attaquer aux causes et donc s'efforcer de se libérer.

Il est certain que des objectifs tels que la justice sociale, la lutte contre la pauvreté, la fin des conflits communautaires et la protection de notre environnement naturel méritent d'être prioritaires dans nos plans d'action. Mais l'enseignement du Bouddha nous amène à comprendre que nous ne pouvons pas raisonnablement espérer résoudre ces immenses problèmes sociaux si, dans nos vies personnelles, nous continuons à suivre les mêmes ornières familiaires d'avidité, d'insouciance et d'égoïsme. Pour soigner les plaies de notre monde, nous devons travailler à soigner les plaies profondes et cachées de notre cœur, celles de l'avidité, de la haine et de l'illusion. Certes, le message

est difficile à entendre, car les changements intérieurs exigent toujours plus d'efforts que les réalisations extérieures, surtout lorsque la première étape consiste à se comprendre soi-même. Toutefois, c'est la seule approche qui soit efficace, et elle mérite notre attention.

Je voudrais terminer cet article en parlant de la condition du bouddhisme en Asie. En observant le genre de mode de vie qui gagne du terrain dans l'Asie bouddhiste d'aujourd'hui, il semble que le véritable Dhamma perde rapidement de son influence. Bien qu'il y ait beaucoup de temples et de grandes statues de Bouddha surplombant les collines et les routes, ainsi que des moines visibles dans toutes les villes et tous les villages, une vie inspirée et guidée par le Dhamma, ancrée dans l'intégrité morale, la bienveillance et la compassion, le respect et l'empathie envers autrui, est dans un déclin alarmant. Pour éviter que le véritable Dhamma disparaisse, des mesures radicales et à long terme doivent être mises en place.

Pour que le Dhamma reste vivant pour les générations futures, il est essentiel de trouver des moyens de rendre l'enseignement pertinent pour la jeune génération. Étant donné la manière dont le bouddhisme est pratiqué en Asie aujourd'hui, il semble que les jeunes instruits n'y verront guère plus qu'un ensemble de rites et de rituels, peut-être utiles pour préserver leur identité culturelle et ethnique, mais sans grand intérêt pour nos préoccupations actuelles. Ce sont les jeunes qui doivent assurer la survie du bouddhisme pour la prochaine génération. Ils ont le mandat d'offrir ses riches connaissances et ses pratiques spirituelles à la communauté mondiale. Si nous laissons les jeunes sombrer dans le matérialisme et dans le culte de l'auto-indulgence, nous aurons perdu l'avenir du bouddhisme. Au mieux, tout ce qui subsistera sera la croûte extérieure de la religion, et non son essence vitale.

Pour que le bouddhisme survive, il faut extraire le véritable noyau spirituel du Dhamma de ses expressions institutionnelles souvent contraignantes et étouffantes. Tout d'abord, cela implique de ne pas associer le Dhamma à une identité ethnique ou à une fierté culturelle, mais de le considérer comme une voie vivante de développement spirituel et de transformation personnelle qui remet en question nos attitudes, nos objectifs et nos valeurs les plus profondes. Ce n'est que lorsque le Dhamma est utilisé comme un remède pour panser les plaies de nos propres esprits et cœurs, et ce n'est qu'en guérissant les blessures internes que nous pouvons entreprendre la tâche cruciale d'aider à guérir les plaies du monde.

*Extrait de Facing the Future : Four Essays on the Social Relevance of Buddhism, The Wheel Publication n° 438/400, 2000. Initialement présenté lors de la conférence du centenaire de la 'Young Men's Buddhist Association', Colombo, le 8 janvier 1998.*

## 49. UNE PERSPECTIVE BOUDDHISTE SUR LE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE ET SOCIAL

Dans cet article, j'utiliserai les enseignements du Bouddha comme un microscope pour analyser la vision actuelle du développement économique et social dans le monde. Si, comme je le soutiens, une approche bouddhiste du développement est fondamentalement incompatible avec le modèle dominant, il est important de comprendre les raisons de cette incompatibilité. Je vais donc examiner, d'un point de vue bouddhiste, le modèle de développement actuellement soutenu par la plupart des économistes et analystes sociaux traditionnels. Après avoir démontré ses défauts, je vais proposer quelques pistes pour un programme alternatif de développement économique et social basé sur les principes bouddhistes. Étant donné que je ne suis pas un économiste de formation, et que mes connaissances dans ce domaine sont limitées, mes commentaires seront assez généraux. Cependant, si ces derniers respectent les principes spirituels et éthiques du Dhamma, ils peuvent toujours être utiles.

La notion de développement économique et social est aujourd'hui devenue un cri de ralliement pour les politiciens, les dirigeants d'entreprise et les planificateurs politiques du monde entier. Elle exerce donc une influence considérable sur la vie de chaque être humain, que ce soit à titre individuel ou en tant que déterminant de la politique sociale. Bien que les textes bouddhistes aient établi des principes pour guider les êtres humains dans leurs activités économiques et sociales, les concepts actuels de développement économique et social qui influencent les politiques actuelles ne correspondent pas à des concepts équivalents dans les époques passées. Ainsi, pour aborder notre sujet de manière adéquate, il ne suffit pas de se référer aux textes canoniques. Nous devons plutôt tirer les conséquences de ces idées, telles que le développement économique et social, sur la politique sociale actuelle. Ensuite, nous devons utiliser les perspectives profondes du Dhamma pour les évaluer et juger de leur valeur.

L'objectif de développement économique et social que la plupart des pays en développement poursuivent aujourd'hui est celui qui est promu par l'Occident, et plus particulièrement par les États-Unis. Les responsables politiques et les grands entrepreneurs, tant à l'Est qu'à l'Ouest, ont intégré l'idée que le modèle économique occidental est la référence à suivre pour le reste du monde, offrant une solution miracle aux problèmes sociaux les plus persistants de l'humanité : la pauvreté, la violence et l'injustice. Le terme "développement" sous-entend une hiérarchie dans laquelle les pays sont classés en fonction de leur succès relatif pour atteindre cet idéal. Les nations qui réalisent avec succès cet idéal sont qualifiées de développées, tandis que celles qui ne l'ont pas encore atteint sont désignées comme étant en développement. On suppose généralement que tous les pays progressent sur une seule et même voie, l'Occident étant en tête et le reste du monde essayant de le rattraper.

La principale caractéristique d'un pays développé réside presque exclusivement dans sa puissante économie. Un pays développé est un pays dont l'économie est dominée par l'utilisation de la haute technologie dans la production industrielle et les services commerciaux. Le cheminement du progrès économique se caractérise selon deux axes : l'axe vertical représente l'innovation technologique et l'axe horizontal symbolise l'accroissement de la production et de la diffusion. Dans

une telle société, le reste de l'ordre social est subordonné à l'économie, ce qui permet à celle-ci de fonctionner de manière optimale. La rationalisation proposée pour expliquer ce mode d'organisation sociale est que l'économie efficace, caractérisée par la production en masse et la large distribution des biens, est un moyen indispensable pour favoriser le bien-être général. Selon ses partisans, l'accroissement continu de la production et de la distribution entraînera une surabondance de richesse qui se répercute sur l'ensemble de la population, assurant ainsi que chacun recevra une part du gâteau.

C'est à partir de cette théorie que l'Occident a poursuivi une croissance économique frénétique depuis la révolution industrielle, et c'est avec admiration pour les incroyables avancées technologiques et la richesse matérielle de l'Occident que le reste du monde a choisi de suivre son exemple. Ce modèle a profondément impressionné les dirigeants des pays asiatiques bouddhistes, qui semblent, presque sans exception, déterminés à mettre en place une économie axée sur l'industrie et l'utilisation de la technologie de pointe. Il est donc de la plus haute importance pour ceux qui sont responsables de l'avenir du bouddhisme dans ces pays de réfléchir à ce modèle dans ses nombreuses ramifications.

Un examen détaillé de cette perspective sur le développement économique et social exigerait certainement un article complet. Cependant, dans cette brève introduction, je vais aborder deux questions simples. Premièrement, est-il vraiment possible pour le reste du monde d'imiter le modèle occidental ? Deuxièmement, si c'est possible, est-ce réellement souhaitable pour nous de suivre cette voie ? La première question est tout à fait indépendante d'un point de vue bouddhiste, puisqu'elle ne nécessite aucun engagement religieux particulier. La deuxième question, cependant, introduit une perspective bouddhiste en demandant si l'approche occidentale du développement est vraiment compatible avec l'esprit qui sous-tend l'enseignement du Bouddha.

### **Est-ce faisable pour tous ?**

La première question peut être résolue très simplement. Non seulement il est impossible pour le reste du monde de suivre la voie du développement empruntée par l'Occident. Mais de plus, les économies occidentales (et celles des "pays nouvellement industrialisés") ne peuvent pas continuer sur cette voie plus longtemps sans mettre tout le monde en péril. La poursuite du développement économique continu par la haute technologie et l'industrialisation a entraîné des conséquences qui frisent le désastre, menaçant de saper les systèmes de soutien mêmes dont dépend la vie sensible.

L'économie humaine ne fonctionne pas dans un espace infini capable de fournir une quantité illimitée de ressources. Elle fonctionne plutôt dans un écosystème clos, limité et extrêmement vulnérable. Lorsque l'économie se développe, elle le fait en absorbant de plus en plus de ressources de l'écosystème et en le surchargeant de ses déchets. L'écosystème fixe une limite de 100 %, au-delà de laquelle il ne reste plus rien à consommer. Mais, bien avant que l'économie humaine atteigne cette limite, elle franchira un seuil au-delà duquel le fragile tissu de l'écosystème sera si gravement endommagé qu'il ne pourra plus soutenir des formes de vie supérieures.

Il est possible que nous soyons déjà très près de ce point de bascule. Malheureusement, nous ne pouvons pas être sûrs à l'avance. Les systèmes naturels peuvent se désagréger lentement, de la base vers le sommet, ce qui signifie que la catastrophe finale pourrait ne pas se produire immédiatement. Au cours des cinquante prochaines années, l'humanité devrait connaître une croissance démographique de 50 %. Cette évolution entraînera une pression accrue sur l'environnement, une pression qui sera exacerbée par la poursuite de la croissance économique

mondiale. Il est non seulement imprudent et irresponsable pour les pays en développement de s'engager dans une expansion industrielle, mais c'est aussi une question de survie pour notre espèce. Nous devons lutter sans relâche pour que le Nord réduise drastiquement ses niveaux actuels de production et de consommation et adopte de nouveaux modèles économiques plus propices à la santé écologique mondiale.

### Est-ce souhaitable ?

Ma deuxième question suppose (contrairement aux faits réels) que le modèle de développement économique occidental est écologiquement viable et demande s'il serait souhaitable d'un point de vue bouddhiste. Après avoir constaté que ce modèle présage un désastre écologique, il pourrait sembler inutile même de soulever cette question. Ce serait effectivement le cas si les êtres humains étaient véritablement aussi rationnels qu'ils le prétendent. Cependant, à l'instar de papillons de nuit attirés par une flamme, nos dirigeants et planificateurs politiques semblent toujours attirés par la croissance économique comme solution principale aux problèmes sociaux graves qui pèsent si lourdement sur leurs pays. Il est donc opportun d'évoquer brièvement ce sujet.

En réponse, je dirais succinctement que le modèle occidental n'est pas souhaitable, car il entraîne des conséquences économiques, sociales et culturelles inévitables, qui, selon le point de vue bouddhiste, sont manifestement pernicieuses. Examinons brièvement chaque catégorie.

a) *Économique*. Les partisans du capitalisme international soutiennent une croissance continue comme méthode pour éradiquer la pauvreté et garantir la prospérité globale. Cette idée, largement répandue, est résumée par l'adage "la marée montante soulèvera tous les bateaux". Cependant, après plus de cinquante ans de développement économique mondial ininterrompu, nous observons que l'écart entre les riches et les pauvres n'a jamais été aussi grand et qu'il s'est creusé presque proportionnellement au taux de croissance économique. Au fil des cinquante dernières années, l'écart de richesse s'est considérablement creusé, non seulement entre les pays riches et les pays pauvres, mais aussi à l'intérieur même de la majorité des pays. Bien que l'économie ait connu une croissance exponentielle (multipliée par cinq), que le commerce international ait explosé (doublé) et que les investissements étrangers directs aient augmenté significativement (de 24 à 36 fois), une proportion toujours plus importante de la population mondiale vit sous le seuil de pauvreté. La population du Nord, qui représente 20 % de la population mondiale, perçoit 80 % des revenus mondiaux, tandis que les 20 % les plus pauvres ne perçoivent que 1,4 %. Les revenus cumulés des 20 % les plus fortunés sont 60 fois supérieurs à ceux des 20 % les plus défavorisés. Ce ratio est deux fois plus élevé qu'en 1950, où ils n'étaient que 30 fois plus élevés. En bref, la croissance économique des cinquante dernières années n'a pas produit les avantages universels promis dans des termes aussi élogieux. Au contraire, la richesse créée a bénéficié à une infime minorité, l'élite financière et les entrepreneurs, tandis qu'un nombre croissant de personnes, y compris en Occident, sombrent dans la précarité et la pauvreté.

b) *Social*. Les répercussions sociales de la croissance industrielle sont tout aussi sombres. Une société bouddhiste traditionnelle est caractérisée par un fort sentiment de communauté et une grande cohésion sociale. Ses membres sont liés par un riche réseau de relations, depuis la famille jusqu'aux plus hauts échelons, ce qui leur procure un profond sentiment d'ancre personnel. La plupart des gens gagnent leur vie grâce à l'agriculture de subsistance, à l'artisanat et au petit commerce, des occupations qui les mettent en contact direct avec les consommateurs qui achètent leurs produits. Les conseils spirituels proviennent du Sangha, l'ordre des moines et des nonnes. Ceux-ci transmettent les enseignements du Bouddha à la communauté laïque et sont également au sommet

de la société civile en tant qu'exemples vivants des vertus spirituelles nécessaires pour atteindre le but ultime, le Nibbāna.

L'introduction de l'économie de marché, à partir de l'époque coloniale, a fait que les relations complexes de soutien se sont transformées en un enchevêtrement. Les petites exploitations agricoles ont été démantelées au profit de grandes propriétés cultivant des produits de rente destinés à être vendus sur le marché mondial. Les petites industries sont menacées d'extinction par l'arrivée des sociétés transnationales. Les artisans sont devenus inutiles face aux produits manufacturés en masse. Les petits commerces font faillite devant la concurrence des supermarchés et des chaînes de magasins.

Les gens perdent leur emploi, leurs terres et leurs entreprises. Le chômage explose, poussant une grande partie d'entre eux à migrer vers les villes, où ils cherchent un travail dans les usines ou un logement dans les bidonvilles, qui se multiplient. Là, ils font des tâches répétitives pendant de longues heures, souvent dans des conditions dangereuses, pour un salaire modique. Les liens étroits de la communauté sont soudainement brisés par les assauts de l'économie de marché. Le choc peut s'avérer traumatisant. Les gens se retrouvent à la dérive, perdus dans un océan de méfiance. Les liens personnels, qui caractérisaient la société traditionnelle, font place à des confrontations froides et impersonnelles entre des inconnus dans la foule. Au lieu de collaborer pour le bien commun, les gens se retrouvent engagés dans une lutte brutale pour la survie, qui ne peut être remportée qu'en manipulant les autres pour son propre bénéfice.

Les relations familiales se désintègrent également. D'abord, la famille étendue très soudée se transforme en famille nucléaire repliée sur elle-même. Cette dernière se divise à son tour, laissant derrière elle des mariages brisés, des adultes seuls et des enfants en manque d'affection. La nature dégradante de ce système social est manifeste par les symptômes de déclin qui sont présents partout dans le monde, au nord comme au sud comme le sans-abrisme, l'augmentation de la criminalité, la prostitution et la maltraitance des enfants, la délinquance juvénile, le suicide, l'alcoolisme et la toxicomanie en témoignent.

c) *Culturel*. Dans les sociétés bouddhistes traditionnelles, la quête de richesse et de biens matériels est reléguée à l'arrière-plan de la recherche de vertus éthiques et spirituelles. Le Dhamma, guide inégalé de la pensée et de l'action, encourage des qualités telles que la simplicité, la satisfaction, la générosité et le sacrifice de soi. La sagesse est considérée comme plus précieuse que la simple intelligence, et la pureté morale est plus valorisée que la richesse et le statut social. Mais, avec l'essor de la société industrielle, tout change. La volonté d'acquérir, de posséder et de consommer se transforme en un maître tyrannique dont les exigences sont implacables.

La dissolution des attitudes imposées par la culture bouddhiste traditionnelle est inhérente à la logique du capitalisme mondial. Il est donc naïf de s'attendre à une réforme simplement en injectant des préceptes bouddhistes dans les grandes entreprises. Le moteur de l'économie d'entreprise est la quête incessante de bénéfices, et pour y parvenir, elle doit méthodiquement éroder toutes les valeurs traditionnelles qui entravent l'appétit de posséder. Les dirigeants d'entreprise n'ont pas besoin d'y arriver par une attaque directe. Ils partagent généralement des valeurs morales. En manipulant subtilement les perceptions et les modes de pensée des gens à des niveaux subliminaux profonds, le système d'entreprise les transforme graduellement en consommateurs qui vivent pour acquérir et jouir sans entrave des produits de base fabriqués par la technologie. Les jeunes sont les personnes les plus vulnérables, car on les incite à créer leur propre sous-culture où la popularité et l'importance sont basées sur ce qu'ils possèdent, portent, chantent et mangent.

Les modes d'infiltration sont nombreux. Ils incluent la télévision, le cinéma, les vidéos et la musique, ceux-ci contribuent à l'émergence d'une culture dominante mondiale où toute diversité traditionnelle disparaît. Les chaînes de magasins et les centres commerciaux y contribuent aussi, en offrant les produits de base nécessaires pour maintenir un statut élevé. Mais l'agent d'attaque le plus direct est l'industrie publicitaire, qui instille dans l'esprit des gens la ferme conviction que leur seul but dans la vie est d'accumuler des biens et de profiter sans retenue ni scrupule.

### Repères bouddhistes pour le développement

À l'heure actuelle, il est difficile de proposer un plan pratique bien conçu pour le développement économique et social qui ait déjà fait ses preuves. Nous entrons à l'aube du troisième millénaire dans une nouvelle ère, où nous devons trouver de nouvelles solutions à des problèmes redoutables, par essais et erreurs. Il est toutefois évident que, face à une économie mondiale industrielle qui nous mène au bord du gouffre, nous n'avons d'autre choix que d'explorer des alternatives viables. Déjà, dans divers domaines, la recherche de nouveaux modèles est en plein essor. Je vais énumérer ci-dessous quelques principes directeurs simples pour une approche bouddhiste du développement.

La première tâche que le bouddhisme doit entreprendre consiste à renverser une étrange inversion de la logique qui est au cœur du modèle de développement fondé sur la croissance industrielle. Lorsque nous analysons ce modèle à la lumière des enseignements du Bouddha, il devient évident qu'il repose sur un degré extraordinaire d'abstraction par rapport à la réalité concrète de l'expérience vécue. Cette abstraction se déroule en au moins deux étapes. Tout d'abord, l'économie, qui occupait une place subordonnée dans l'ordre social des cultures traditionnelles, est sortie de son cadre naturel pour devenir le critère principal permettant de juger du bien-être d'une société.

Ensuite, comme si cela ne suffisait pas, on conçoit la santé de l'économie exclusivement en termes quantitatifs, à l'aide d'indicateurs tels que le PIB ou le PNB. Ces indicateurs ne mesurent que l'échange total de biens et de services monétaires dans un pays. Ils ne révèlent rien sur la nature qualitative des biens et services échangés ; ils ne tiennent pas compte des coûts sociaux et écologiques du développement économique ; ils ne disent rien sur la manière dont la richesse générée est distribuée dans une population. Pourtant, une obsession aveugle pour la croissance du PIB captive l'attention des décideurs politiques partout dans le monde et influence la formulation des politiques économiques et sociales dans la plupart des pays de la planète. Cette vision étroite entraîne un double parasitage : l'économie devient un parasite de l'ordre social et, ensemble, ils érodent l'écosystème fragile de la planète.

Les Quatre Nobles Vérités du Bouddha nous fournissent un outil puissant pour analyser les causes et les conséquences de cette distorsion de la vision. La cause : elle consiste en une vision erronée des choses, qui fait émerger l'avidité et qui soumet ensuite des sociétés entières à son emprise. Lorsque l'avidité est présente, comme nous l'enseignent les Quatre Vérités, la souffrance ne peut que suivre. C'est ce que confirme l'examen des débris laissés par la course mondiale au développement.

Le concept fondamental qui doit sous-tendre toute approche bouddhiste du développement économique et social est le "Dhamma", soit la loi naturelle et autosuffisante de la vertu et de la vérité, réalisée par le Bouddha lors de son éveil et transmise dans ses enseignements. La priorité accordée au Dhamma signifie que les politiques économiques et sociales doivent être orientées, du début à la fin, par des normes éthiques. Ces normes ne sont pas de simples questions de jugement subjectif, personnel et relatif, mais des lois universelles inscrites dans la nature même de l'être. Cela ne signifie

pas qu'il existe une seule et unique forme d'organisation sociale et économique qui soit valable pour tous les peuples, quelles que soient les circonstances. Il existe un grand nombre de solutions possibles, tout aussi variées que les paysages naturels. Toutefois, pour qu'un tel système contribue au bien-être réel des êtres humains, il doit reposer sur des principes éthiques solides qui encouragent les individus à rechercher l'intégrité morale dans leur vie. Un système social qui va à l'encontre du Dhamma et qui encourage ou tolère des comportements contraires à l'éthique ne peut qu'entraîner la misère et la détresse généralisées, non seulement chez les êtres humains, mais aussi dans l'ordre naturel tout entier. Nous en voyons la preuve concrète dans le capitalisme d'entreprise actuel, qui est fondé sur l'idée que l'égoïsme, l'avidité et la consommation effrénée sont les clés du progrès. Ce mastodonte nous entraîne inexorablement vers une catastrophe mondiale.

De la centralité du Dhamma dans l'ordre social découlent deux principes subsidiaires, l'un particulièrement pertinent pour la sphère économique, l'autre pour la sphère sociale. Le principe qui devrait régir la sphère économique est "la règle de la suffisance", qui signifie simplement savoir qu'assez est assez. La règle de la suffisance est à la fois une politique d'hygiène mentale contribuant à l'équilibre psychologique et une politique de sagesse écologique contribuant à la préservation de l'environnement naturel. Elle favorise ainsi une économie saine, au sens littéral du terme, c'est-à-dire une bonne gestion de la maison, soit l'organisation judicieuse de notre foyer intérieur (notre esprit) et de notre foyer extérieur (le monde naturel).

En tant que discipline d'hygiène mentale, la règle de la suffisance est basée sur l'idée que nos besoins sont hiérarchisés (comme je vais l'expliquer plus loin) et que, passé un certain stade, satisfaire certains besoins matériels peut devenir nuisible. Cela ne signifie pas que nous devons tous adopter un mode de vie ascétique et nous priver même des plaisirs innocents de la vie. Mais cela signifie que, lorsque les gens cherchent à acquérir des biens et à jouir de plaisirs sensuels au-delà de leurs capacités naturelles, ils le font au détriment d'autres besoins, sociaux et spirituels, qui sont tout aussi essentiels à leur épanouissement. En agissant ainsi, ils violent une loi de la nature humaine et causent du tort à eux-mêmes, ainsi qu'à ceux qui sont victimes de leur avidité.

Le principe de la suffisance est un principe de sagesse écologique qui enseigne qu'il existe des limites inhérentes à la croissance économique, dictées par la finitude insurmontable du système écologique. Si elle dépasse ces limites, l'expansion économique devient parasitaire, non seulement pour la santé physique et mentale des humains, mais aussi pour les capacités régénératrices de la nature. Appliqué à notre situation actuelle, ce principe nous enseigne que le développement économique, c'est-à-dire l'expansion continue de la production et l'innovation technologique obsessionnelle, est exactement ce dont nous n'avons pas besoin. Notre économie est déjà suffisamment grande, voire même trop grande, et nos technologies sont devenues trop sophistiquées, trop puissantes et trop imprégnées de risques moraux pour des êtres aussi faillibles que nous. Ce dont nous avons le plus besoin, c'est de rationaliser et de réduire : réduire la production d'armes, les industries consacrées au luxe superflu et la consommation ostentatoire qui alimente l'économie. Nous devons améliorer la qualité de nos technologies afin qu'elles soient plus humbles et plus humaines, plus respectueuses de la biosphère dans son ensemble. Et surtout, nous devons mettre davantage l'accent sur la justice économique et l'équité sociale, afin que tout le monde puisse bénéficier d'un niveau de vie décent.

Le principe qui devrait guider l'activité sociale est la règle de la coopération et de l'harmonie. Mais la coopération doit être imprégnée et animée par une motivation éthique. La coopération entre les superpuissances pour dominer l'ordre politique mondial dans leur propre intérêt égoïste n'est pas le type de coopération dont nous avons besoin ; les fusions, les rachats d'entreprises et les cartels

commerciaux formés pour contrôler l'économie mondiale ne sont pas le type de coopération qui correspond au Dhamma. Notre ordre social actuel favorise la compétition plutôt que la coopération ; le mot clé qui circule aujourd'hui est la compétitivité. Une telle emphase ne peut que générer des conflits et du ressentiment, fragmentant le système social en une multitude de factions hostiles. Une société fondée sur le Dhamma reconnaît que chaque personne doit viser à promouvoir le bien de l'unité plus grande à laquelle elle appartient et, au minimum, ne doit jamais rechercher son épanouissement personnel au détriment des autres. L'idéal est magnifiquement résumé dans les "six principes d'harmonie et de respect" enseignés par le Bouddha au Sangha : bienveillance dans les pensées, les paroles et les actes ; partage des gains légitimes ; observation d'un code moral commun ; et partage de vues libératrices.

Dans une perspective bouddhiste du développement social et économique, le bien-être des membres d'une société devrait être le critère principal qui devrait régir la formulation des politiques. Ce bien-être devrait être évalué de manière holistique en tenant compte d'un large éventail de facteurs. L'économie devrait occuper la place qui lui revient en tant que domaine subordonné et intégré dans le système social plus large. De son côté, le système social serait considéré comme une composante de l'écosystème global, sans lequel la vie ne serait pas possible. De cette manière, le développement économique serait encadré par des principes favorisant la santé et le bien-être de l'ordre social, tout en évitant de perturber les systèmes naturels dans lesquels s'inscrit la société humaine. Au contraire, une politique sociale bouddhiste reconnaîtrait l'importance de préserver l'environnement naturel, non seulement pour assurer un approvisionnement durable en ressources pour l'économie humaine, mais aussi en tant que bien intrinsèque et en relation avec l'enrichissement esthétique et l'intégrité psychologique de ses membres.

La société doit, elle aussi, être considérée comme une abstraction des individus qui la composent. Par conséquent, lorsque nous parlons d'améliorer le bien-être de la société, cela signifie en réalité que la politique sociale doit chercher à promouvoir le bien-être des individus. La manière dont nous y parvenons dépend de notre conception de la nature humaine. Si nous adoptons une vision matérialiste de la nature humaine, nos efforts se concentreront principalement sur la satisfaction de leurs besoins matériels. Nous n'aurons donc aucune raison de prendre en considération d'autres facteurs. En revanche, si nous adoptons une vision plus spirituelle de la nature humaine, nous reconnaîtrons que d'autres besoins, au-delà de la prospérité matérielle, doivent également être satisfaits.

Les enseignements du Bouddha proposent une conception très large de l'être humain, considéré comme une entité complexe dont les multiples besoins doivent être satisfaits pour assurer son bonheur et son bien-être. Ces besoins sont classés selon une hiérarchie claire, que nous pouvons regrouper en trois niveaux. À la base de cette hiérarchie se trouvent les besoins physiques, c'est-à-dire les conditions essentielles à l'existence : vêtements, nourriture, logement confortable, soins médicaux, moyens de transport, énergie, outils, etc. Au niveau suivant se trouvent les besoins sociaux : éducation, famille, amitié et intimité personnelle, participation à une communauté et travail valorisant. Au niveau le plus élevé se trouvent les besoins spirituels : rectitude morale, développement mental et sagesse pour comprendre la véritable nature de la vie.

Un système social fondé sur les principes bouddhistes créerait les conditions nécessaires pour que tous ces besoins soient satisfaits et veillerait à ce que personne ne soit frustré dans ses aspirations à mener une vie heureuse. Il commencerait par garantir à tous les membres de la société l'accès aux ressources matérielles nécessaires. Mais comme l'enseignement bouddhiste considère les besoins de manière hiérarchique, il n'encourage pas la fixation étroite sur l'acquisition matérielle et la satisfaction

des sens, qui sont si caractéristiques de la culture contemporaine. En soulignant que la recherche effrénée du luxe et de l'abondance est une cause profonde de la souffrance, le bouddhisme encourage la modération, la simplicité et le contentement. En exaltant la générosité comme une vertu fondamentale et la marque d'une personne supérieure, il encourage une répartition équitable des biens de première nécessité afin que personne ne soit privé de ces nécessités.

Selon le bouddhisme, cependant, la satisfaction matérielle ne constitue qu'une première étape vers l'accomplissement de buts plus élevés. Les êtres humains étant des créatures sociales qui se regroupent naturellement pour atteindre des fins communes, une société régie par les principes bouddhistes serait principalement composée de petites communautés où chaque membre aurait l'opportunité de contribuer positivement. Seules des structures sociales de petite taille peuvent préserver les gens du gouffre inquiétant du vide qui caractérise si profondément la vie urbaine moderne. D'un point de vue bouddhiste, les grandes métropoles polluées et les bureaucraties impersonnelles qui caractérisent notre époque sont des déviations de l'ordre naturel propice au véritable bien-être humain. Elles sont une caricature de notre besoin intrinsèque de participation communautaire. Les communautés locales qui s'alignent sur les principes bouddhistes se concentreraient sur la famille élargie comme principale unité de cohésion sociale. La famille serait guidée par les points de vue et les valeurs bouddhistes, qu'elle s'engagerait à transmettre de génération en génération.

Le modèle pour l'ensemble du réseau des relations sociales serait celui fourni dans le magnifique *Sigālovāda Sutta* (*Dīgha Nikāya* n° 31). Dans ce texte, le Bouddha décrit en détail les obligations mutuelles des parents et de leurs enfants, du mari et de la femme, des employeurs et employés, des amis, des enseignants et des élèves, des moines et des laïcs. Un mode d'organisation sociale particulier serait compatible avec une économie à petite échelle et locale, qui fonctionnerait avec des technologies simples et économies en ressources naturelles. Dans ce système économique, la production serait principalement destinée à la consommation locale, ce qui permettrait un contact direct entre les producteurs et les consommateurs. Il faudrait mettre au point des modalités pour intégrer les petites économies locales dans une économie nationale et mondiale plus large. Cependant, le moteur de l'ensemble du système serait la promotion du bien-être matériel et social, et non le profit commercial et l'expansion effrénée.

Mais même une économie prospère et un ordre social harmonieux ne peuvent satisfaire le besoin le plus profond du cœur humain : le besoin de sens, d'un but ultime autour duquel nos vies devraient s'articuler et d'une ligne directrice pour nous guider à travers le dédale des décisions difficiles. Ce besoin ne peut être comblé que par la religion, non pas en tant que moyen de renforcer le sentiment d'identité communautaire, ni en tant qu'héritage de rituels et de croyances transmises, mais bien comme une voie de transformation personnelle vers une réalité transcendance. Comme cette réalité occupe la place la plus élevée dans la hiérarchie ontologique, il est juste que les valeurs spirituelles soient les plus respectées dans notre échelle de valeurs.

Les valeurs spirituelles authentiques n'existent pas dans un domaine clos et séparé du reste de la vie. Elles se répandent et imprègnent tous les aspects de notre existence, les soutenant dans une vision unificatrice et les guidant vers le bien suprême. Ainsi, dans un ordre social sain et équilibré, la vision spirituelle guide l'élaboration des politiques économiques et sociales, assurant qu'elles ne se limitent pas à des objectifs mondains, mais visent au-delà d'elles-mêmes, vers la dimension transcendance. Dans une société à prédominance bouddhiste, le bien suprême est le *Nibbāna*. La vie économique et sociale serait considérée comme offrant la possibilité de progresser vers le *Nibbāna*. Si le but final n'est accessible qu'à ceux qui s'engagent sur la voie austère du renoncement, le chemin

bouddhiste se trouve dans la boue de la vie quotidienne et indique clairement et précisément les étapes nécessaires pour avancer vers le but final. Ainsi, dans un ordre social bouddhiste, la lutte incessante pour la subsistance matérielle ne serait pas perçue comme une simple série de problèmes techniques nécessitant une solution technologique, mais plutôt comme une opportunité de cultiver les vertus de l'esprit et du cœur qui mènent au plus haut. Cela nous donne le sens ultime du développement pour une société bouddhiste : le développement de la moralité, de la concentration et de la sagesse, qui atteint son apogée avec l'éveil complet et la libération de la souffrance.

Un véritable ordre social bouddhiste s'efforcerait d'offrir cette perspective à ses membres. Il subviendrait aux besoins d'une communauté monastique composée de moines et de nonnes renonçants, et assurerait leur subsistance matérielle. Ces renonçants guideraient à leur tour la communauté en transmettant les enseignements du Bouddha, et serviraient d'exemples inspirants, ceux qui ont quitté le cycle de la production et de la consommation pour se consacrer à une vie sainte.

Il convient d'ajouter un dernier point. Il est possible que le plan proposé ici soit beau et convaincant sur le papier, mais irréalisable dans la pratique en raison de son idéalisme. Je suis partiellement d'accord. La mise en œuvre de ce modèle serait extrêmement difficile et rencontrerait une résistance farouche de la part de secteurs puissants disposant de ressources et de pouvoir immenses. Nous devons cependant admettre que, dans un monde qui évolue progressivement vers la démocratie universelle, c'est au peuple, c'est-à-dire à vous et à moi, qu'il revient de décider des formes d'organisation sociale dans lesquelles nous vivons. Un système qui s'approprie des formes qui ne profitent qu'à quelques-uns au détriment de la majorité, qui crée de la misère et des privations pour la majorité, n'a aucune raison de continuer à exister. Tout ce qui le soutient, ce sont les ambitions démesurées de l'élite qui le dirige, ainsi que le tissu de mensonges qu'elle tisse pour dissimuler la vérité aux gens ordinaires.

Aujourd'hui, ce réseau de duperie se désagrège sur plusieurs fronts : catastrophes écologiques, chômage croissant et injustice économique, vagues de criminalité, exploitation et dégénérescence sociale visibles partout, en particulier dans les pays en voie de développement, où réside la majorité de la population mondiale. Un grand nombre de personnes, qui ont vu clair dans le mirage du progrès technologique et du capitalisme globalisé, réalisent que ce système est non seulement intenable, mais également nuisible, tant pour ceux qui en bénéficient que pour ceux qui en subissent les conséquences. Dans de nombreux milieux, organisations populaires, mouvements contre-culturels et groupes de réflexion alternatifs, on s'efforce de trouver un moyen de préserver cette planète à l'aube d'un nouveau siècle. À ces personnes, le bouddhisme propose un message à la fois noble et sublime, mais capable d'aborder en termes lucides les dures réalités de la vie sociale et économique. C'est une responsabilité pour la communauté bouddhiste de diffuser ce message, à la fois dans ses aspects spirituels et pratiques, pour le bien de tous les êtres vivants.

*Extrait de Facing the Future : Four Essays on the Social Relevance of Buddhism, The Wheel Publication n° 438/400, 2000. Présenté initialement lors de la Conférence bouddhiste internationale sur le message intemporel du Sammā Sambuddha, Colombo, 10 novembre 1998.*

## 50. LE VISAGE CHANGEANT DU BOUDDHISME

Lors des rares occasions où je visite un temple bouddhiste urbain ici au Sri Lanka, je suis toujours frappé par le fait que presque tous les fidèles présents sont des personnes d'âge mûr ou âgées, parfois accompagnées de leurs petits-enfants. Dans les vihāras de nos villes, les jeunes, et même les adultes dans la fleur de l'âge, brillent par leur absence. Dans un pays où 70 % de la population est bouddhiste, il est préoccupant de constater une telle disparité dans la participation aux rites religieux. Pour assurer la transmission du bouddhisme d'une génération à l'autre, il faut que la flamme de la foi religieuse soit transmise de génération en génération. Or, si la jeunesse invisible détient l'avenir du Sāsana, cet avenir ne semble pas très prometteur. Leur absence est peut-être un avertissement que le message du Dhamma ne touche pas le cœur des gens, que ses représentants ne parviennent pas à traduire ses principes dans un langage qui parle à ceux qui ont le plus besoin de ses conseils. Si cette tendance se poursuit, dans quelques générations, le bouddhisme pourrait devenir une simple relique de l'héritage culturel sri-lankais : joli à regarder, mais aussi inerte que les ruines d'Anuradhapura.

À première vue, les symboles de l'héritage bouddhiste du Sri Lanka sont omniprésents. Les moines jouent toujours un rôle important dans les cérémonies publiques. Des statues colossales de Bouddha nous regardent depuis les collines ; dans la plupart des villes, des haut-parleurs diffusent des chants *pirit* deux fois par jour. Paradoxalement, ces emblèmes extérieurs de la piété bouddhiste coexistent dans une tension palpable avec une maladie spirituelle maligne dont les symptômes se sont répandus dans toutes les couches de la société sri-lankaise. Une guerre civile acharnée et interminable se poursuit, entraînant des conséquences tragiques pour tout le pays. De plus, les grèves sont fréquentes dans les secteurs essentiels, faisant des pauvres et des personnes les plus démunies des otages. Les meurtres, les vols, les viols, le trafic de drogue et l'exploitation sexuelle des enfants sont devenus si courants que même les crimes les plus horribles ne choquent plus notre sens moral. L'alcool, la drogue et le suicide sont les échappatoires les plus courantes, en particulier pour les pauvres, mais leur popularité n'est guère un signe de prospérité du bouddhisme.

Si le bouddhisme ne parvient pas à pénétrer profondément dans le cœur de ceux qui le professent comme leur foi, nous devons nous demander pourquoi et ce qui peut être fait pour inverser cette tendance. Je vais aborder ces questions en commençant par demander quel rôle le bouddhisme est censé jouer dans nos vies. Pour ce faire, je vais examiner les deux aspects du bouddhisme, qui sont issus de l'enseignement originel du Bouddha. Je les appellerai les aspects libérateurs et accommodants du Dhamma.

L'aspect libérateur, découverte essentielle et unique du Bouddha, est le message d'une voie directe vers la libération de la souffrance. Cet aspect commence par la réalisation que la souffrance prend sa source en nous-mêmes, dans notre propre avidité, notre haine et notre ignorance, et surtout dans notre tendance à établir un sens du 'moi' séparé qui nous oppose à toutes les autres formes de vie. La solution radicale proposée par le Bouddha pour résoudre le problème de la souffrance est la destruction totale de l'illusion du 'moi'. Cela résulte en un mode d'existence totalement nouveau que le Bouddha a nommé "Nibbāna", soit l'extinction du feu du désir, la disparition de l'illusion du 'moi' avec ses flammes de désir égocentrique.

La réalisation de cet objectif exige cependant un prix bien plus élevé que ce que la plupart des gens sont prêts à payer : une discipline stricte de contemplation basée sur une éthique radicale de retenue. En tant qu'enseignant habile, le Bouddha a donc ajusté son enseignement en y incluant une autre dimension, adaptée à ceux qui ne sont pas capables de suivre la voie austère du renoncement. Cet aspect plus accommodant du Dhamma est un processus graduel de transformation qui s'étend sur plusieurs vies. Il consiste à établir les fondements pour atteindre Nibbāna en accomplissant des actions méritoires et en développant les vertus nécessaires. Il est important de souligner que la voie modérée du Dhamma n'est pas un stratagème ni une belle histoire inventée par le Bouddha pour apaiser les gens ou leur enseigner des vertus morales. Il s'agit plutôt d'un aspect intégral de l'enseignement originel issu de la vision du Bouddha sur les multiples dimensions de l'existence sensible ainsi que sur les perspectives de transmigration dans le cycle des re-naissances. Mais la fonction de cet enseignement dans son système d'entraînement est provisoire plutôt qu'ultime, mondaine plutôt que transcendance.

Je qualifie cette facette du bouddhisme d' "accommodante" pour deux raisons. Tout d'abord, elle adapte la doctrine de la délivrance aux capacités et aux besoins de ceux qui ne sont pas capables de suivre la voie austère de la méditation, considérée comme étant la voie directe vers le Nibbāna. Deuxièmement, elle aide les adeptes du bouddhisme au sein du samsāra en leur donnant des conseils salutaires pour les protéger des formes les plus intenses de la souffrance mondaine, en particulier de la chute dans les sphères inférieures de la re-naissance. Dans cette dimension, le bouddhisme offre une vision globale du monde, donnant aux hommes et aux femmes ordinaires un sens profond de leur place dans le cosmos. Il propose également un système de valeurs élevées, incluant des règles éthiques, pour les aider à vivre heureux au milieu des fluctuations de la vie quotidienne et en harmonie avec leurs semblables.

Bien que le message originel du Dhamma soit un message de libération, à mesure que le bouddhisme se répandait d'abord en Inde, puis dans toute l'Asie, l'équilibre entre ses deux facettes s'éloigna de la libération et se rapprocha de l'accommodation. Une telle évolution était tout à fait naturelle lorsqu'un enseignement spirituel, dont le cœur libérateur convenait aux renonçants, devint la religion d'une nation entière, comme cela arriva au Sri Lanka et dans d'autres pays asiatiques. Mais cet aspect du bouddhisme ne doit pas être sous-estimé ni opposé à sa dimension libératrice, car ils sont tous deux nécessaires pour atteindre les objectifs de l'enseignement du Bouddha. La voie de la renonciation menant à la libération finale a toujours été adaptée à une minorité, même parmi les membres de l'ordre monastique ; pour la majorité, la dimension accommodante du bouddhisme était nécessaire, à la fois comme vision du monde et comme moyen de préparer le terrain pour la pratique du Dhamma libérateur.

Au fil des siècles, le bouddhisme accommodant nous a présenté un univers ordonné, avec le Bouddha comme maître suprême, avec de multiples royaumes célestes peuplés de dieux bienveillants, gouvernés par une loi éthique liant nos actions présentes à notre destinée future. Grâce à sa doctrine du mérite, cette facette du bouddhisme incitait les gens à accomplir de bonnes actions, dont les fruits étaient évidents dans l'atmosphère bienveillante qui régnait dans les sociétés bouddhistes traditionnelles.

Depuis des temps immémoriaux, jusqu'à notre époque actuelle, l'image de l'univers proposée par le bouddhisme accommodant a servi de base incontestée à la propagation et à la pratique du Dhamma. Cependant, à partir de la fin du XVe siècle, un défi venu d'ailleurs a remis en question la certitude de cette vision du monde. Ce défi a pris la forme des puissances coloniales européennes, qui, par vagues successives, ont pris le contrôle des institutions sociales et politiques sur lesquelles

reposait le bouddhisme populaire. La conquête étrangère, les efforts missionnaires des Églises chrétiennes, la sécularisation de l'éducation et sa subordination à la domination coloniale ont considérablement ébranlé la confiance en soi des bouddhistes et la prééminence du Dhamma dans la vie de la population bouddhiste dans son ensemble.

Cette tendance a été exacerbée par le développement d'une perspective scientifique du monde. Bien que les principes fondamentaux de la méthode scientifique puissent résonner avec l'esprit bouddhiste de libre examen, la science a introduit une compréhension du monde qui, dans son parti pris matérialiste, a heurté les perspectives spirituelles de la tradition bouddhiste. Alors que le bouddhisme classique postule l'existence d'un univers à plusieurs niveaux, habité par de nombreuses classes d'êtres sensibles, qui transmigrent d'un royaume à l'autre selon leur karma, le naturalisme scientifique soutient que la vie est un processus entièrement physique, qui prend fin à la mort. Il nie toute survie de l'identité personnelle sous quelque forme que ce soit au-delà de la mort physique. Alors que la pensée bouddhiste considère l'esprit comme étant primordial et la matière comme étant subordonnée à l'esprit, le naturalisme considère la matière comme étant fondamentale et l'esprit comme étant dérivé, c'est-à-dire comme un sous-produit ou un aspect des processus matériels. Alors que le bouddhisme postule un but transcendant, une réalité supramondaine à atteindre par l'entraînement moral et spirituel, le naturalisme ne voit rien au-delà du monde empirique. Il considère que tous les codes éthiques et religieux sont d'origine purement humaine. En Occident également, l'essor des sciences combiné à une exigence persistante de liberté intellectuelle et morale, a contribué à reléguer le christianisme à une place de moindre importance dans la mentalité occidentale.

Ce n'était toutefois pas uniquement le pouvoir théorique de la science moderne qui menaçait la vision traditionnelle du monde bouddhiste et ses valeurs. En fait, au début du XXe siècle, les penseurs bouddhistes pouvaient encore compter sur la science comme une alliée dans leur lutte contre le triomphalisme chrétien. Ce qui a fait basculer la situation et renversé les valeurs bouddhistes traditionnelles, ce n'est pas la théorie, mais la pratique, c'est-à-dire l'exploitation de la technologie par un système économique libéral à la recherche de profits toujours plus importants.

L'union de la technologie et du libre marché a donné naissance à une culture de surconsommation insatiable, qui prône que la richesse matérielle et le plaisir des sens sont les seuls objectifs dignes de poursuite dans la vie. À l'heure actuelle, cette culture du consumérisme, alimentée par la publicité et les médias populaires, constitue peut-être la plus grande menace pour la spiritualité en tant que force influente dans la vie des gens. Dans les villes, cette culture entoure l'élite aisée d'un nuage d'hédonisme et d'auto-indulgence. Pour les pauvres des villes et des campagnes, impressionnés par les splendeurs présentées à la télévision, à la radio et au cinéma, elle engendre l'envie, le ressentiment et le désespoir. Dans un tel contexte, est-il surprenant que les problèmes tels que l'alcoolisme, la toxicomanie, le suicide et les crimes violents aient augmenté de façon considérable ?

Cette collision entre les visions du monde et les systèmes de valeurs sous-tend également la marginalisation de la forme traditionnelle du bouddhisme pratiquée dans les temples auprès de notre jeune génération. Dans le bouddhisme des temples aujourd'hui, le langage dans lequel l'enseignement est formulé, l'ambiance, la saveur, la teneur générale de l'enseignement, sont ancrés dans la vision du monde du bouddhisme accommodant du Moyen Âge. Cela peut être charmant, ennoblissant, voire même vrai à sa manière, mais cela n'aide pas à transmettre le message du Dhamma à ceux qui ont été élevés dans la modernité. Les enseignements du bouddhisme des temples proviennent d'une culture irrémédiablement disparue, d'une époque où les rôles étaient clairement définis et où tout avait sa place dans un ensemble cohérent et harmonieux. Mais nous vivons, nous respirons et nous marchons dans les rues du monde moderne, un endroit où tout change à une vitesse vertigineuse, où une

myriade de voix agressives se disputent notre attention, où toutes nos hypothèses les plus confortables sont remises en question. Pour ceux qui éprouvent de la difficulté à trouver leur place dans cet environnement, le bouddhisme des temples, sûr de lui-même, a cessé d'être "le Dhamma", le message d'éveil qui ouvre notre esprit et le remplit de lumière. Il n'est plus qu'un souvenir pittoresque du passé, capable parfois encore d'évoquer des sentiments de piété, mais sans grande pertinence pour les choix difficiles auxquels nous sommes confrontés dans le quotidien.

Une option pour résoudre ce conflit de visions du monde pourrait être de nous replier défensivement sur le passé, en essayant de préserver notre héritage culturel et religieux ancestral des ravages de la modernité, et en vantant la supériorité du bouddhisme sur tout ce qui est moderne. Il s'agit d'une position fondamentaliste qui n'est pas nécessairement agressive, mais qui préfère un repli nostalgique sur le passé plutôt qu'une adaptation innovante au présent. Dans cette perspective, l'arrivée de la culture moderne représente une menace intrinsèque pour le Dhamma. La seule façon de protéger ce précieux enseignement est de rejeter la modernité et de tenter de préserver l'héritage de la tradition avec un minimum de changements.

Cependant, pour survivre, tout organisme doit s'adapter aux changements de son environnement. Rejeter le nouvel environnement et lutter pour préserver le passé, c'est prendre le risque de la pétrification. Cela transforme le bouddhisme en une antiquité dépassée, sans pertinence, qui ne subsiste plus que comme un stimulant pour les sentiments de piété dévotionnelle. C'est l'approche adoptée par les cercles bouddhistes les plus traditionalistes. Leur conservatisme obstiné, qui lie les perspectives spirituelles du Dhamma à une culture et à un ordre social particuliers explique en partie le déclin de la pertinence du bouddhisme aux yeux de nombreux jeunes.

Pourtant, se réfugier dans le passé n'est pas le seul moyen de protéger le Dhamma de la destruction. En effet, une telle attitude conservatrice ne fait que préserver l'écorce, les aspects superficiels du bouddhisme, tout en éteignant sa vitalité intérieure. Une autre approche, plus optimiste, est possible, qui ne conclut pas hâtivement que l'avènement de la modernité sonnera nécessairement le glas du Dhamma. Sous cet angle, la crise actuelle de la culture bouddhiste pourrait être considérée comme un moyen de purification. Elle nous aide à séparer le bon grain de l'ivraie et à redécouvrir ce qui est véritablement intemporel dans le message du Bouddha. Il s'agit donc de mettre en évidence une nouvelle perspective, soit celle d'un passage de la dimension accommodante du bouddhisme à sa dimension libératrice.

Lorsque je parle de ce changement d'orientation, je ne veux pas dire que la vision traditionnelle du monde bouddhiste est fausse et qu'elle doit être abandonnée au profit de la vision purement naturaliste proposée par la science moderne. En fait, bien qu'il faille admettre l'existence d'éléments mythologiques inévitables dans la tradition bouddhiste, je pense que cette dernière offre une vision du monde beaucoup plus profonde et mieux adaptée à la réflexion philosophique, notamment grâce à sa reconnaissance du rôle crucial de l'esprit et des dimensions inconcevablement vastes de la réalité. Cette vision est beaucoup plus riche que celle, plate, qui nous a été transmise par une application abusive de la méthode scientifique hors de son champ légitime. Quoi qu'il en soit, l'une des caractéristiques impressionnantes de l'enseignement du Bouddha est l'indépendance de son essence libératrice par rapport à toute cosmologie particulière. Il peut répondre directement à nos préoccupations les plus fondamentales d'une manière immédiatement et personnellement vérifiable, quelle que soit la cosmologie adoptée. Dans notre situation actuelle, le progrès matériel et la réalisation du rêve consumériste nous obligent à reconnaître que la richesse ne procure pas le vrai bonheur, mais nous laisse vides et assoiffés d'une satisfaction plus profonde. Nous sommes ainsi amenés à voir la dure vérité, inscrite dans le Dhamma libérateur, selon laquelle le désir est la cause

de la souffrance. Nous voyons également que la libération de la souffrance ne peut pas être atteinte en cédant aux demandes incessantes du désir, mais seulement par la maîtrise de l'esprit, obtenue par un entraînement méthodique visant la connaissance de soi et la transformation de soi.

Bien qu'il soit difficile de prévoir quelles directions prendra le bouddhisme institutionnel dans les décennies à venir, on peut déjà percevoir plusieurs tendances importantes qui pourraient annoncer un véritable renouveau du Dhamma. L'une d'entre elles est la désillusion face aux prétendues bénédictions du consumérisme. La prise de conscience que le bonheur ne s'achète pas dans les centres commerciaux devrait éveiller en nous un désir urgent de trouver un sens plus authentique à notre vie, une paix et un bonheur qui ne dépendent pas de conditions extérieures. Nous en voyons déjà les premiers signes avec l'augmentation du nombre de bouddhistes laïcs qui sont prêts à s'engager dans le dur travail de la méditation, une discipline traditionnellement réservée aux moines. Pour ces personnes, la pratique du bouddhisme ne consiste pas tant en des rituels conventionnels qu'en un entraînement intérieur à poursuivre en privé ou en petits groupes avec des amis partageant les mêmes idées.

L'impact du matérialisme nous ramène ainsi au courant libérateur originel du Dhamma, submergé pendant des siècles par la dimension accommodante. Cependant, alors que l'ancien message mettait principalement l'accent sur le but comme étant la libération du cycle des renaissances, il faudrait aujourd'hui insister davantage sur les bienfaits de la pratique du Dhamma visibles ici et maintenant : sur le bonheur et l'épanouissement acquis grâce à une meilleure connaissance de soi et à la maîtrise de l'esprit. Cela ne remet pas en question la vérité de la doctrine de la re-naissance, ni la conception du but comme libération ultime du *samsāra*, mais simplement souligne que pour que ce but ultime ait un sens et soit pertinent pour nous, nous devons d'abord mettre de l'ordre dans notre vie quotidienne par la compréhension de soi et la maîtrise de soi. Sinon, il risque de rester le fantasme utopique qu'il est dans une grande partie du bouddhisme accommodant actuel.

Cependant, la quête de la paix intérieure ne représente pas la seule promesse du Dhamma pour l'époque qui s'annonce. Car nous vivons une époque charnière de l'histoire, où l'avenir de l'humanité, voire de notre planète comme entité biologique, dépend d'un équilibre fragile. Les moyens de communication instantanés et les transports rapides ont uni les peuples du monde entier en une seule famille dont chaque membre est, dans une certaine mesure, responsable du bien-être de l'ensemble, pas uniquement de tous les êtres humains, mais aussi de toute la communauté du vivant. Cependant, même si nos technologies nous ont donné la capacité d'offrir une vie décente à tous, des problèmes graves et d'une ampleur considérable subsistent. La pauvreté, les guerres, la famine, l'exploitation et l'injustice continuent de jeter une ombre sur notre avenir, faisant trop de victimes qui ne peuvent même pas exprimer leurs plaintes, et encore moins y remédier.

Ces problèmes, qui sont à la fois politiques, économiques, sociaux et écologiques, demandent des solutions. Or, l'une des tâches principales auxquelles font face toutes les grandes religions d'aujourd'hui consiste à être la voix de la conscience humaine. Considérer ces problèmes comme de simples obstacles temporaires pouvant être facilement résolus par des réformes politiques et sociales, c'est passer à côté de l'essentiel : ils sont sous-tendus, de diverses manières, par un égoïsme aveugle et obstiné, dont les conséquences sont pernicieuses. C'est précisément le rôle de la religion, dans son essence même, de s'attaquer à cette malignité et d'y remédier. Dans le passé, la religion a souvent été une force destructrice, créant des divisions plutôt que de l'unité. Cette tendance se manifeste encore aujourd'hui dans les différentes formes de fondamentalisme religieux qui se répandent dans le monde. Cependant, toutes les grandes traditions spirituelles ont comme essence une perception de

l'unité de l'humanité qui doit se traduire par une vie fondée sur l'amour et la compassion. C'est cet aspect de la religion qui rassemble, et non celui qui divise, qui doit être encouragé dans l'avenir immédiat.

L'une des principales tâches auxquelles le bouddhisme sera confronté dans le monde globalisé de demain sera d'élaborer une vision globale des solutions aux problèmes sociaux, économiques et politiques qui pèsent lourdement sur notre société actuelle. Il ne s'agit pas de mélanger religion et politique, mais de diagnostiquer avec précision les préjugés destructeurs de la conscience qui sont à l'origine de ces problèmes. Ce diagnostic doit mettre à nu la manière dont les souillures humaines, la même avidité, la même haine et la même ignorance qui sont à l'origine de la souffrance individuelle prennent une dimension collective ancrée dans les structures sociales. Il ne suffit pas de dénoncer la nature oppressive et néfaste de ces structures ; il faut aussi envisager et chercher des alternatives : de nouvelles perspectives d'organisation sociale et de relations humaines qui puissent garantir la justice politique, économique et sociale, la préservation de l'environnement naturel et la réalisation de notre potentiel spirituel.

Bien qu'un projet d'une telle ampleur représente un nouveau défi pour le bouddhisme, il est possible de relever une partie de ce défi grâce aux enseignements du Bouddha sur l'origine de la souffrance et les moyens de la surmonter. Cependant, il faut faire preuve de créativité pour appliquer ces enseignements aux problèmes spécifiques d'aujourd'hui. Cela signifie en réalité étendre la dimension libératrice du Dhamma en lui conférant une application collective, voire mondiale. Dans cette entreprise, les bouddhistes doivent collaborer avec les dirigeants d'autres religions qui poursuivent le même objectif. Malgré leurs divergences inévitables, les grandes religions s'accordent à penser que nos graves problèmes sociaux et communautaires découlent d'un aveuglement primordial engrainé dans l'illusion du soi, qu'il soit individuel ou qu'il s'étende jusqu'à devenir une identité ethnique ou nationaliste.

Du point de vue des grandes traditions spirituelles, ce que nous devons faire pour nous racheter et préserver la place de l'humanité sur Terre, c'est abandonner notre obsession pour les objectifs égocentriques et étroits, et nous réaligner avec la loi fondamentale de l'univers, le Dhamma intemporel. Le Bouddha enseigne que nous ne pouvons atteindre notre véritable bien que lorsque nous transcendons le point de vue du 'soi' et que nous mettons notre cœur au service du bien-être de tous. Ce principe n'est pas propre à une religion en particulier. Il est accessible à toute personne de bonne volonté. Ce que le bouddhisme nous offre, c'est un chemin clair pour nous maîtriser et faire naître la sagesse et la compassion dont nous avons tant besoin à l'aube du nouveau millénaire.

*Extrait de Facing the Future : Four Essays on the Social Relevance of Buddhism, The Wheel Publication No. 438/400, 2000. Une version antérieure de cet article a été publiée dans le supplément Millenium du journal The Island, le 1er janvier 2000.*

## 51. LE SAṄGHA À LA CROISÉE DES CHEMINS

Il ne fait guère de doute qu'aujourd'hui, au Sri Lanka, le bouddhisme se trouve à la croisée des chemins, et que son avenir est de plus en plus incertain. Le défi auquel il est confronté n'est pas une question de nombre ou de pouvoir, mais de pertinence. Ce n'est pas que le Dhamma ait perdu sa pertinence ; il est intemporel. Les bouleversements historiques et les vagues culturelles ne peuvent étouffer le message intemporel contenu dans les Quatre Nobles Vérités et le Noble Octuple Sentier. Le problème ne réside pas dans l'enseignement lui-même, mais dans ceux qui sont chargés de lui donner vie. Ce qui manque avant tout, c'est une combinaison de compétences que l'on peut résumer par trois mots simples : *la compréhension, l'engagement et la traduction*. *La compréhension* : une compréhension claire de la manière dont l'enseignement s'applique aux dures réalités de la vie humaine d'aujourd'hui, à une société et à un monde où les anciennes certitudes du passé se sont envolées comme des feuilles dans une tempête. *L'engagement* : la volonté de mettre en pratique les enseignements tels qu'ils ont été conçus, même si cela signifie défier les habitudes ancrées dans la tradition. *La traduction* : pas de "sermons" stéréotypés, pas de consolations mielleuses, pas de berceuses religieuses, mais des explications solides et sobres sur la manière dont les principes intemporels du Dhamma peuvent résoudre les problèmes et les dilemmes spécifiques de notre époque.

Alors que nous nous trouvons à ce carrefour, tournés vers l'avenir, trois options s'offrent à nous. La première consiste simplement à nous résigner à la décadence du Sāsana et à l'accepter comme un mouvement de balancier de l'histoire, triste, mais inévitable. La seconde consiste à nous lamenter et à nous plaindre, en rejetant la responsabilité sur les autres : le gouvernement, les moines ou les minorités. La troisième est de nous demander ce que nous pouvons faire pour endiguer la marée montante. Si nous adoptons cette troisième voie, nous pourrions commencer par noter que le Sāsana n'existe pas dans un royaume idéal qui lui est propre, mais seulement à travers les millions de personnes qui se disent bouddhistes et qui cherchent refuge dans le Triple Joyau.

Cette affirmation peut sembler évidente, voire banale. Cependant, si nous y réfléchissons quelques instants, nous verrons qu'elle a, malgré son évidence, d'énormes implications, car elle signifie que nous sommes nous-mêmes responsables, en dernier ressort, de la prospérité ou du déclin du Sāsana. Ce sont nos propres opinions, attitudes et comportements qui déterminent si le Sāsana va prospérer ou décliner. Reconnaître cela, c'est comprendre que le bien-être du Sāsana repose finalement sur nos propres épaules, et non sur celles d'un ministère d'État ou d'un conseil ecclésiastique. Tout comme la santé du corps dépend de la vitalité de ses cellules, la force du Sāsana dépend en fin de compte de nous-mêmes, les cellules de l'organisme vivant qu'est le bouddhisme.

Dans cet article, je vais me concentrer sur un groupe spécifique de bouddhistes au Sri Lanka actuel : le Saṅgha des Bhikkhus, l'ordre des moines. Je vais examiner, bien que brièvement, les problèmes auxquels il est confronté ainsi que ses perspectives pour l'avenir. Cette tâche est particulièrement importante, compte tenu du rôle central que joue le Saṅgha dans l'orientation de la destinée du Sāsana. Il est clair que, si le Saṅgha n'apprend pas à faire face aux forces considérables qui submergent la société actuelle, à l'avenir on le verra de plus en plus relégué au second plan.

La tradition bouddhiste définit méticuleusement les devoirs mutuels du Saṅgha et des laïcs. Ce sont les bases essentielles du Sāsana. Les moines doivent préserver l'enseignement par l'étude, la pratique, la prédication et l'exemple moral. Les laïcs doivent soutenir les moines en leur offrant les quatre nécessités : les robes, la nourriture, le logement et les médicaments. Cette relation intime entre les deux communautés a servi de fondation solide pour la continuité du Sāsana au fil des siècles. Bien que le bouddhisme au Sri Lanka ait parfois connu des moments difficiles où il était impossible de trouver un Saṅgha digne de ce nom, chaque fois qu'il a prospéré, c'est la relation entre l'ordre monastique et les laïcs qui en a été le moteur. Cette relation de soutien mutuel était ancrée dans une société agraire stable, avec des rôles sociaux clairement définis et un mode de vie régi par des normes religieuses et éthiques communes. C'est précisément ce qui a radicalement changé aujourd'hui. Une culture mondiale, animée par des innovations technologiques exponentielles et une économie de marché implacable, s'est imposée dans tous les coins de ce pays, surmontant tous les obstacles à sa domination. Par conséquent, l'ordre social tout entier a été ébranlé par des bouleversements qui ont touché autant les sphères du pouvoir économique et politique que les villages et les temples les plus reculés.

Cette offensive moderniste ne se limite pas à de simples triomphes extérieurs : elle s'étend jusqu'aux aspects les plus intimes de notre vie, de nos valeurs à notre vision du monde, en passant par notre identité personnelle. Pour le bouddhiste ordinaire, il en résulte une profonde désorientation, le sentiment d'être perdu dans un paysage étrange où les repères familiers ont disparu. En regardant en arrière, nous voyons un passé composé de certitudes réconfortantes que nous ne pourrons jamais retrouver. En regardant vers l'avenir, nous voyons un futur de plus en plus incertain. Au milieu de la confusion actuelle, le Dhamma demeure toujours un point de repère stable, capable d'apporter des réponses claires à nos questions les plus pressantes et de nous soulager du stress existentiel.

Cela nous mène droit au cœur du problème : la pertinence, la transmission du message intemporel de l'enseignement dans un langage capable d'aborder les problèmes difficiles, uniques et complexes que nous rencontrons alors que nous tentons de naviguer dans le monde postmoderne. Le défi le plus crucial auquel est confronté le Sāsana aujourd'hui est de survivre dans ce "nouvel ordre mondial". Il ne s'agit pas seulement de survivre au niveau institutionnel, en nom et en forme, mais aussi de contribuer à la restauration des valeurs humaines universelles et d'aider d'innombrables hommes et femmes à trouver un moyen de sortir de l'abîme intellectuel et moral. C'est précisément là que le rôle du Saṅgha prend toute son importance, car ce sont les moines et, j'ose le dire, les nonnes également qui devraient pouvoir offrir un refuge convaincant dans "ce monde devenu fou", une vision de la raison saine, de la bonté désintéressée et de la sérénité au milieu des tempêtes d'avidité, de conflits et de violence. Or, c'est précisément sur ce point qu'un gouffre béant existe, le Saṅgha d'aujourd'hui semble mal équipé pour relever un tel défi.

À mon avis, ce dont nous avons le plus urgemment besoin, ce n'est pas d'un renforcement de l'identité religieuse bouddhiste ou d'une politique gouvernementale qui accorde "une place d'honneur au bouddhisme". L'érection de nouvelles statues du Bouddha et la diffusion quotidienne de chants *pirit* par haut-parleurs ne suffiront pas pour insuffler un nouveau souffle au Sāsana. Nous avons besoin de moines et de nonnes intelligents, perspicaces et sensibles, capables de démontrer par leur vie et leur caractère le pouvoir spirituel ennoblissant et édifiant du Dhamma. Former des moines et des nonnes de cette envergure n'est pas chose facile, mais cette tâche ne doit pas être laissée au hasard. Elle exigera avant tout des changements profonds dans l'ensemble du système de recrutement et d'éducation monastique. Elle nécessitera donc une réflexion sérieuse et une

planification minutieuse de la part des anciens du Saṅgha. Cette tâche ne doit pas être prise à la légère, car on peut dire en toute vérité que l'avenir du bouddhisme dans ce pays est en jeu.

Tout comme le gouvernement srilankais a récemment révisé l'ensemble du système éducatif laïque du pays dans l'objectif de réformer la politique éducative, une réforme similaire devra être introduite au sein même du Saṅgha. Si l'on compare le programme d'enseignement dans les monastères bouddhistes avec le programme des séminaires chrétiens, la disparité est frappante. Dans les séminaires, les futurs prêtres et religieuses ne se contentent pas d'étudier le latin, la théologie et les Écritures Saintes. Ils explorent également tous les domaines du savoir moderne dont ils auront besoin pour jouer un rôle de premier plan dans le monde d'aujourd'hui, y compris l'analyse critique et comparative des religions. Selon mes observations, dans les *pirivens*, écoles monastiques bouddhistes, les jeunes moines (jamais de nonnes !) sont formés pour devenir des prêtres de village capables de préserver une culture religieuse qui n'a pas beaucoup évolué depuis le XVIIe siècle. On peut voir le résultat bizarre lorsque un moine formé dans le système *pirivena* doit prononcer un sermon devant un public qui peut comprendre un astrophysicien, un psychiatre, plusieurs analystes informatiques et même quelques érudits bouddhistes laïcs ayant étudié les méthodes de la recherche critique. Est-il surprenant de voir que les auditeurs ont tendance à regarder le plafond ou à échanger des sourires blasés ?

Dans ce qui suit, je me contenterai de lancer quelques suggestions au hasard. Il est essentiel que les personnes qui gèrent l'administration du Saṅgha et la formation des moines et des nonnes mettent en place un programme structuré. Je me concentrerai principalement sur les moines, car j'ai une meilleure connaissance de leur mode de vie et de leur formation. Mais il faudrait aussi que des changements correspondants soient envisagés pour les nonnes : leur statut, leur éducation et leurs fonctions devraient être considérablement améliorés, si le bouddhisme veut présenter une image respectable à un monde qui évolue rapidement vers une égalité complète entre les sexes.

Pour les moines, un changement radical pourrait être nécessaire dès le début, c'est-à-dire dans le système de recrutement. La méthode de recrutement qui prévaut actuellement dans le Saṅgha consiste à initier de jeunes garçons qui ne sont pas encore mûrs et capables de prendre leurs propres décisions. Souvent, ils sont "offerts" au Saṅgha par leurs parents, espérant ainsi gagner des mérites. Si les parents sacrifiaient un jeune qui semble avoir un tempérament enclin à la vie religieuse, l'effet ultime d'un tel système sur le Sāsana pourrait être positif. En effet, dans le passé, c'étaient généralement "les meilleurs et les plus brillants" qui étaient confiés au monastère. Aujourd'hui, cependant, l'enfant choisi est trop souvent celui qui semble être peu apte à réussir dans la vie laïque, comme le cancre, le rebelle ou le franc-tireur.

Je suis conscient que ce système d'ordination des enfants est profondément ancré dans la culture bouddhiste sri-lankaise. Je ne proposerais pas de l'abolir, car il a aussi des points positifs, malgré ses défauts. D'une part, il permet aux jeunes d'entrer sur la voie du renoncement avant d'avoir été exposés aux tentations de la vie séculière ; ainsi, dès leur plus jeune âge, il contribue à promouvoir la pureté intérieure et le détachement nécessaires pour supporter les rigueurs de la formation monastique. Un autre avantage est qu'il permet au jeune moine d'étudier le Dhamma et les langues des textes (le pāli et le sanskrit), alors que son esprit est encore frais, ouvert, réceptif et capable de mémoriser. Il favorise ainsi la vaste érudition, une des caractéristiques traditionnelles du moine cultivé.

Cependant, sans aller jusqu'à proposer l'abolition du recrutement des adolescents, je pense que le Saṅgha pourrait considérablement améliorer ses rangs en imposant des critères d'admission plus stricts. Une mesure qui pourrait être adoptée immédiatement serait d'allonger la période de

probation avant d'accorder l'ordination de novice. Par exemple, on pourrait obliger les garçons qui souhaitent devenir moines à vivre en tant que postulants laïcs dans des centres de formation pendant au moins deux ou trois ans avant d'être considérés comme éligibles à l'ordination de novice. Cela donnerait aux anciens du Saṅgha l'occasion de les observer de près dans des situations variées et de rejeter ceux qui ne semblent pas adaptés à la vie monastique. Si cela est impossible, il faudrait mettre en place un autre processus de sélection. Quelle que soit la méthode adoptée, les critères de sélection devraient être assez stricts, sans être inhumains, et les anciens ne devraient pas hésiter à rejeter les candidats qui ne sont pas à la hauteur. En effet, une chose est devenue douloureusement évidente pour tous les bouddhistes concernés et pour les non-bouddhistes (tant les résidents du Sri Lanka que les étrangers) qui jugent le Dhamma à travers les actions de ses adeptes : un trop grand nombre de jeunes qui ne le méritent pas portent la robe safran. Ces personnes indésirables ne font que ternir la réputation positive du Saṅgha et du bouddhisme en général.

Une sélection plus rigoureuse des candidats à l'ordination ne constitue toutefois qu'une mesure préliminaire pour exclure du Saṅgha ceux qui ne sont pas aptes à la vie monastique. Il est tout aussi essentiel d'offrir à ceux qui sont ordonnés des programmes de formation favorisant leur développement sain et équilibré. C'est une étape cruciale, car si les jeunes qui ont le potentiel pour la vie monastique ne reçoivent pas une formation adéquate, ils ne pourront pas s'épanouir dans le monastère. S'ils ne s'épanouissent pas, leur avenir en tant que moines sera compromis. Ils finiront soit par être déçus par le Saṅgha et retourneront à la vie laïque, soit, par crainte de la stigmatisation sociale liée au fait de quitter la robe, ils continueront à vivre comme moines dans un état perpétuel de frustration et de mécontentement. Cela explique peut-être pourquoi nous voyons tant de jeunes moines s'engager aujourd'hui dans la politique, les affaires et d'autres activités indignes de leur vocation.

Avant toute chose, il faut que le jeune moine trouve un sens et du bonheur dans la voie qu'il a choisie, une voie qui n'offre pas les satisfactions immédiates dont jouissent ses camarades restés dans le monde. Si peu de moines semblent aujourd'hui éprouver une joie véritable dans le Dhamma, je soupçonne que c'est parce que le Dhamma ne leur est pas présenté d'une manière qui inspire la joie. Pour que le Dhamma exerce sur le jeune moine un pouvoir magnétique l'attirant toujours plus profondément vers le cœur de la vie sainte, il doit répondre à ses besoins et à ses aspirations à un niveau intérieur profond. Cela signifie qu'il doit lui être présenté de manière à susciter une réponse immédiate, sincère et spontanée.

Les bouddhistes laïcs se plaignent souvent du manque de discipline dans le Saṅgha. Ils demandent aux anciens du Saṅgha d'imposer des contrôles plus stricts sur leurs étudiants. Je ne cherche pas à minimiser l'importance de ce problème. Je pense également qu'une application plus stricte des règles du Vinaya est essentielle, mais je soutiens aussi que le manque de discipline est davantage un symptôme qu'une cause. Ce qu'il faut d'abord, c'est moins une discipline plus stricte qu'un renouveau spirituel profond, débordant de vitalité. Un tel renouveau ne peut pas découler de l'imposition de contrôles disciplinaires plus stricts par la hiérarchie. Cela pourrait même se révéler contre-productif. Si elle n'est pas accompagnée d'autres mesures visant à apporter des changements plus fondamentaux dans la qualité de la formation, elle pourrait transformer le monastère en une sorte de prison ouverte, où la vie des moines serait plus proche d'une peine de réclusion à perpétuité que du chemin qui mène à la libération. La véritable discipline doit être acceptée librement, avec compréhension et appréciation. Cela ne peut se produire que lorsqu'on la considère comme une source de joie et de libération intérieure, et non comme une contrainte générant de la peur et de la frustration.

Si le Saṅgha veut retrouver sa force et sa vigueur, il est nécessaire que ceux qui reçoivent l'ordination trouvent un rôle significatif pour eux-mêmes dans leur vie de moine. Un tel rôle doit répondre à deux exigences contradictoires. D'une part, il doit rester fidèle aux idéaux anciens prescrits pour le Saṅgha par le Bouddha lui-même, idéaux qui expriment la finalité première de la vocation monastique. D'autre part, il doit répondre aux réalités changeantes de la vie dans le monde actuel, de manière à ce que le moine ait le sentiment d'avoir un rôle véritablement pertinent à jouer au sein de la communauté dans son ensemble.

Ce dernier point est particulièrement important. Dans la société sri-lankaise actuelle, comme je l'ai expliqué précédemment, des changements tumultueux se produisent de toutes parts, et l'un de leurs effets est de placer le moine dans une position ambiguë, presque un "double lien". Lorsqu'il évalue sa place dans le contexte du Dhamma, il réalise qu'il devrait être, du moins en théorie, le modèle de la spiritualité bouddhiste, un représentant vivant de l'Ariya Saṅgharatana, un "champ de mérite pour le monde". Mais lorsqu'il considère sa place dans la société contemporaine, il se trouve considéré comme un anachronisme, une relique d'une époque révolue : son statut et sa fonction sont ainsi marqués d'un point d'interrogation profondément troublant. Ces messages contradictoires peuvent précipiter un état de tension intérieure insupportable. Une issue possible à cette tension consiste à accepter le statut archaïque du traditionaliste et à devenir ainsi le porte-parole d'un conservatisme rigide, obstinément résistant au changement. L'autre option consiste à aller dans la direction opposée, c'est-à-dire à se rebeller contre toute forme d'autorité, y compris celle du Dhamma.

C'est exactement cela, je pense, qui sous-tend le dilemme auquel font face tant de moines jeunes, capables, intelligents et sérieux après avoir terminé leur noviciat, quand ils doivent faire face à la perspective d'un engagement à vie envers le Saṅgha. Si l'on tend l'oreille intérieure, on peut entendre leurs interrogations, rarement exprimées, qui planent dans l'atmosphère : "Allons-nous passer notre vie comme de simples symboles sur lesquels les autres peuvent accrocher leur piété sentimentale, relégués à la périphérie d'une société sécularisée qui s'engage aveuglément dans la croissance économique ? Allons-nous passer nos journées à l'écart, répétant des rituels d'offrandes, des récitations de *pirit* et des *poojas* sans fin, servant uniquement d'ornements religieux dans les recoins de l'existence des gens, loin de 'l'action réelle' ? Allons-nous continuer à prêcher des sermons dans lesquels on attend de nous que nous répétons ce que les auditeurs ont déjà entendu des centaines de fois, juste pour stimuler leur piété ?" À mon avis, le comportement insoumis et réfractaire de nombreux jeunes moines peut être interprété comme une protestation silencieuse contre ce destin. C'est une manière de dire : "Ne nous laissons pas être façonnés à l'image de ce que quelqu'un d'autre veut que nous soyons. Ne sacrifions pas notre humanité inaliénable sur l'autel des attentes sociales."

Si nous interprétons correctement ces messages, nous devrions comprendre que la réaction appropriée ne devrait pas être l'indignation, mais la compassion et un désir sincère d'aider. Ceux qui souhaitent aider le Saṅgha doivent éviter les critiques et les jugements hâtifs. Ils devraient plutôt être prêts à faire des efforts sincères pour comprendre les aspirations de ces jeunes moines. Ils doivent aussi les aider à trouver un contexte donnant du sens et de la valeur à leur vie, confirmant ainsi le bien-fondé de leur décision de se faire ordonner. Les mesures les plus importantes devront être prises par les anciens du Saṅgha. Ils devront revoir l'ensemble du processus de formation monastique. Cependant, un point doit être clairement compris avant tout. La quête d'un rôle significatif dans la société actuelle ne doit jamais être utilisée par le moine comme prétexte pour adopter un mode de vie qui contrevient à sa vocation. Cela signifie que le moine ne doit pas chercher à marquer la société

de son empreinte en devenant un activiste politique pris dans les conflits interminables de la politique partisane, un travailleur social tonsuré ou un spécialiste des arts et des sciences profanes. La caractéristique déterminante de la vie monastique est le renoncement, qu'il ne faut jamais sacrifier au désir d'occuper une place significative dans la société. Une vie de renoncement bien menée est assez pertinente en elle-même : elle nous rappelle constamment ce qui est bénéfique pour les êtres humains.

Le meilleur moyen de comprendre les changements à apporter au système de formation monastique serait peut-être de se poser la question suivante : "Quel est le rôle du moine lorsqu'il atteint la maturité ?". Cette question nous amènerait ensuite à nous interroger : "Quel est le but et l'objectif de la vie monastique ?" Un programme d'éducation et de formation monastique pertinent devrait être élaboré en réponse à ces questions.

Lorsque nous examinons la situation globale du monachisme au Sri Lanka, nous constatons que, à quelques exceptions près, la formation monastique dans ce pays est malheureusement déficiente. Cette lacune provient principalement du manque d'une conception claire de la vocation spécifique du moine. Certes, dans un pays où environ 70 % de la population est bouddhiste, les moines sont nécessaires pour répondre aux besoins religieux de la communauté. Nous devons toutefois nous demander si cela justifie la négligence presque totale du système unique de formation spirituelle prescrit par le Bouddha pour le Saṅgha. Son intention était-elle que l'Ordre soit uniquement composé de spécialistes des rituels et de gardiens de la culture, en repoussant sa propre libération à une existence ultérieure ? Pour comprendre correctement le but de la formation monastique, nous devons dépasser les normes sociales établies et les conventions populaires qui régissent la vie du Saṅgha aujourd'hui. Nous devons aller au-delà de ces normes et conventions jusqu'à ce que nous ayons retrouvé la conception originale de la vocation monastique telle qu'elle a été enseignée par le Bouddha lui-même. C'est à partir des textes volumineux des écritures bouddhistes qu'il faut extraire cette idée, lui donner une nouvelle énergie et la placer devant l'œil intérieur du moine comme la véritable raison de sa vocation.

C'est vers la réalisation de cet idéal que doit tendre la formation monastique. Élaborer les détails de cette formation exige une réflexion approfondie et intelligente. Cependant, ici, je ne peux aborder ces sujets qu'en termes généraux. La première généralité, et la plus importante, est de reconnaître que l'objectif principal de la vie monastique est la croissance personnelle et la transformation spirituelle dans la direction indiquée par le Bouddha : la croissance vers le Nibbāna, la libération ultime de la souffrance. Elle se réalise grâce aux étapes bien définies du Noble Octuple Sentier. Cependant, formulé ainsi, l'objectif peut paraître trop abstrait, trop éloigné des préoccupations quotidiennes et des compétences d'un jeune moine qui débute sa formation. En d'autres termes, exprimé dans un langage plus direct et plus concret, l'objectif de la vie monastique consiste à entraîner l'esprit, à le purifier et à le façonner dans le sens de la libération de l'avidité, de l'aversion et de l'illusion ; à cultiver dans l'esprit les qualités purificatrices du détachement, de la bienveillance, de la compassion et de la sagesse, et à les partager avec les autres. Le choix du mode d'expression est secondaire. Ce qui importe avant tout, c'est de reconnaître clairement que le but principal de la vie monastique est la croissance spirituelle et la transformation personnelle du moine. Tous les autres aspects de la formation doivent être subordonnés à cela.

Pour mettre en œuvre une telle suggestion, il faudra que le Saṅgha redécouvre une discipline presque disparue : la pratique de la méditation. La méditation, développement méthodique de la tranquillité et de la vision pénétrante, était à l'origine le moteur de la vie des renonçants. Pour la plupart des moines d'aujourd'hui, elle n'est plus qu'un mot, peut-être un sujet de sermon ou de

séminaire, ou encore dix minutes de silence pendant le service dévotionnel quotidien. À mon avis, une vie monastique qui n'est pas centrée sur la pratique de la méditation n'est qu'une pâle imitation de la vocation monastique véritable. C'est une évasion face à la tâche confiée au Saṅgha par l'Éveillé.

Je suis conscient que tous ceux qui s'engagent ne sont pas capables de mener une vie consacrée entièrement à la méditation. Je ne proposerais certainement pas que tous les moines soient obligés de suivre un tel mode de vie. En réalité, rares sont ceux qui peuvent trouver le bonheur dans une vie consacrée uniquement à la contemplation. Tout au long de sa longue histoire, le Saṅgha a fait preuve de la souplesse nécessaire pour accueillir des membres aux compétences et aux tempéraments divers. Au sein du Saṅgha, il doit y avoir des administrateurs, des érudits, des enseignants, des prédicateurs, des conseillers sociaux, des conseillers, des spécialistes des rituels, etc. La formation monastique doit donc préparer les moines à occuper ces différentes spécialités, ce que la tradition monastique chrétienne appelle les "vocations actives". Les moines les plus intellectuels doivent également être ouverts à différents domaines de la connaissance moderne, tels que la philosophie, la psychologie, la théologie comparative, l'histoire, la littérature et les arts. Cela leur permettra d'établir des liens entre le Dhamma et les avancées intellectuelles de l'humanité. Cependant, pour que la vie monastique reste fidèle à sa vocation originelle, la pratique de la méditation doit retrouver la place qui lui revient : non pas en marge, mais au centre.

La vie méditative doit toutefois être intégrée à une vision plus large du message universel et social du Dhamma, sans quoi elle risque de devenir repliée sur elle-même et stagnante. En fait, l'un des tournants les plus regrettables de l'évolution historique du bouddhisme Theravāda, qui n'est pas limité au Sri Lanka mais qui est très répandu ici, a été la séparation nette du Saṅgha entre les moines méditant vivant dans la forêt et ceux vivant dans les villes et les villages. Cette fracture a empêché les deux groupes d'atteindre un équilibre sain, qui est indispensable pour faire du Dhamma une force spirituellement nourricière, tant au sein de ce pays qu'à l'échelle mondiale. Les moines de la forêt vivent presque entièrement à l'écart de la société. À l'exception de leur exemple silencieux, ils contribuent rarement par leurs connaissances méditatives et leur sensibilité morale raffinée à la résolution des profonds dilemmes éthiques et spirituels auxquels la communauté humaine est confrontée. La responsabilité de maintenir la dimension sociale et communautaire de la vie bouddhiste incombe aux moines actifs des villes et des villages. Ceux-ci ont trop tendance à assumer le rôle de gardiens d'une conscience sociale et ethnique particulière.

Aujourd'hui, ce n'est pas seulement le bouddhisme au Sri Lanka qui est à la croisée des chemins, mais aussi le Saṅgha. La direction que prendra ce dernier déterminera l'avenir du Sāsana. Les défis de notre époque sont uniques et sans précédent, et ils exigent des réponses intelligentes guidées par les perspectives larges et profondes du Dhamma. La répétition mécanique des formules du passé ne fonctionnera pas. Si le Saṅgha continue d'adhérer sans réserve aux structures existantes, mais destructrices, et qu'il n'entreprend pas la tâche urgente de la critique interne et du renouveau, c'est son propre avenir, ainsi que celui du bouddhisme au Sri Lanka, qui sont menacés.

Pour les bouddhistes laïques conscients ainsi que pour la communauté mondiale dans son ensemble, il deviendra une institution dépassée luttant pour préserver ses priviléges. Aujourd'hui, un brouillard de confusion morale et spirituelle enveloppe l'humanité, un brouillard qui devient de plus en plus sombre et dense. La véritable tâche du Saṅgha, et du bouddhisme lui-même, est d'aider à dissiper cette confusion en puisant dans la sagesse et la compassion infinies du Bouddha. Cependant, pour relever ce défi, le Saṅgha doit être prêt à apporter des changements radicaux à son propre système de recrutement, de formation et de pratique. Certes, ce sera une tâche difficile, mais elle doit être réalisée.

*Extrait de Facing the Future : Four Essays on the Social Relevance of Buddhism, The Wheel Publication No. 438/400, 2000. Publié à l'origine dans le numéro centenaire de 1998 de The Buddhist : Journal of the Young Men's Buddhist Association, Colombo.*

## 52. PROMOUVOIR LE BOUDDHISME EN EUROPE

### Prologue

Ma connaissance personnelle du Vénérable Dhammanisanthi se limitait à quelques rencontres, principalement au début des années 1980, mais j'ai toujours ressenti une connexion profonde avec lui à travers le but qui guidait sa vie, la diffusion du bouddhisme en Allemagne. Bien que je ne sois pas d'origine allemande, j'ai entretenu des liens étroits avec le grand moine érudit allemand Vénérable Nyanaponika Mahathera, pendant vingt ans et je continue de vivre dans l'ermitage de la Forêt fondé par son maître, le Vénérable Nyanatiloka Mahathera, qui était également allemand. Ces deux illustres theras s'intéressaient beaucoup à la diffusion du bouddhisme dans leur pays d'origine. Bien qu'ils aient quitté l'Allemagne pour mener une vie monastique, ils ont travaillé avec un dévouement sans faille pour faire connaître les enseignements du Bouddha dans le monde. Les nombreux écrits qu'ils ont produits continuent d'apporter à beaucoup de lecteurs occidentaux le message de sagesse et de paix intérieure du Bouddha.

À cet égard, ils partageaient une vision commune avec Vénérable Dhammanisanthi, qu'ils exprimaient par leur soutien à la Société allemande Dharmaduta. Auparavant, lorsqu'il était encore connu sous le nom d'Asoka Weeraratne, il était secrétaire général de la Société. Vénérable Nyanatiloka était le premier président de la Société et Vénérable Nyanaponika était conseiller. Je me souviens encore qu'avant de partir pour l'Allemagne en 1982 afin de s'installer au Vihāra bouddhiste de Berlin, Vénérable Dhammanisanthi se rendit à l'ermitage de la Forêt pour rencontrer le Vénérable Nyanaponika. Ils eurent une longue discussion sur les perspectives de diffusion du bouddhisme en Allemagne. La conversation offrait un contraste intéressant entre l'optimisme débordant de Vénérable Dhammanisanthi et la réserve et le réalisme typiques de Vénérable Nyanaponika.

Le thème de ce séminaire, "La nécessité de promouvoir le bouddhisme en Europe", est assez opportun, car les possibilités de diffusion du bouddhisme en Occident sont aujourd'hui beaucoup plus vastes qu'il y a cinquante ans, lorsque la Société allemande Dharmaduta vit le jour. Nous ne devons toutefois pas supposer que le bouddhisme soit complètement inconnu en Europe. Au contraire, au cours des deux dernières décennies, la sensibilisation du public occidental au bouddhisme a considérablement augmenté. Dans de nombreux pays occidentaux, le bouddhisme est aujourd'hui la religion qui connaît la plus forte croissance. En Amérique du Nord, en Europe occidentale, en Australie et en Nouvelle-Zélande, des centaines de centres bouddhistes sont apparus presque du jour au lendemain. Ils proposent des enseignements et des retraites de méditation, même dans les régions les plus reculées. Le défi que nous devons relever n'est donc pas de discuter de la manière d'introduire le bouddhisme en Europe, comme s'il s'agissait de quelque chose de totalement inconnu, mais plutôt de découvrir comment promouvoir la croissance saine d'un bouddhisme qui a déjà pris racine sur le sol européen.

Je traiterai mon sujet en trois grandes sections. *Premièrement*, je présenterai un bref aperçu de l'évolution historique du bouddhisme en Europe. Cet aperçu sera nécessairement très simplifié, ce qui

le rendra insuffisant, mais mon but est moins de détailler tous les faits que de montrer comment le bouddhisme s'est développé jusqu'à son état actuel en Occident. *Deuxièmement*, je soulèverai la question de savoir pourquoi le bouddhisme exerce un tel attrait sur les Occidentaux à ce moment précis. *Troisièmement*, j'aborderai brièvement quelques problèmes particuliers auxquels nous faisons face lorsque nous essayons de rendre notre forme de bouddhisme Theravāda accessible en Occident en tant que tradition vivante et pertinente.

## I. APERÇU HISTORIQUE

Je divise l'histoire de l'engagement occidental avec le bouddhisme en trois phases principales. Ces phases ne sont pas complètement séparées, car elles se croisent et se chevauchent, mais cette division en trois parties facilite l'identification des tendances générales.

La première phase consistait en une étude académique des textes bouddhistes, dans le but d'en comprendre les grands axes historiques et doctrinaux. Ce projet se déroula à l'apogée de la colonisation européenne, alors que les nations européennes tentaient d'assujettir les peuples asiatiques et d'intégrer leurs pays dans leurs empires insatiables. Dans de nombreux cas, l'intérêt que portaient les Européens au bouddhisme était étroitement associé aux missions chrétiennes visant à convertir les peuples autochtones.

Depuis le XIIIe siècle, des informations sur les croyances et les rites bouddhistes asiatiques ont commencé à être diffusées en Europe. Cependant, ce n'est qu'au milieu du XIXe siècle, il y a environ 150 ans, qu'une vision globale et cohérente du bouddhisme a émergé chez les érudits européens. Avant cela, les différents récits qui parvenaient à ces derniers étaient souvent fragmentaires, inexacts et conjecturaux, voire fantaisistes. Eugène Burnouf, un éminent philologue français, fut le premier à percevoir le bouddhisme comme une tradition unifiée et à en tracer l'origine historique. Burnouf avait étudié des manuscrits en pāli et en sanskrit, ainsi qu'en tibétain, qui lui avaient été envoyés d'Orient. À partir de ces textes, sans guère d'autres indices, il rédigea un ouvrage de 600 pages, *Introduction à l'histoire du bouddhisme indien* (1844), dans lequel il retracait en détail l'histoire de ce dernier, faisait une synthèse de ses doctrines et analysait ses textes. Bien que les générations suivantes de chercheurs aient beaucoup développé les travaux de Burnouf et comblé de nombreuses lacunes, elles considèrent que les grandes lignes du bouddhisme indien présentées par Burnouf dans son étude révolutionnaire étaient globalement justes.

Dans les décennies qui ont suivi Burnouf, une pléiade de brillants érudits est apparue en Europe. Ils ont mis au jour des trésors cachés dans les différentes branches du bouddhisme. Ces érudits se rattachent à trois écoles principales. Les érudits de "l'école anglo-germanique" ont centré leurs études sur la tradition pāli. Leur travail découle de la Pāli Text Society, fondée par T.W. Rhys Davids, et compte parmi ses membres Caroline Rhys Davids, Oldenberg, Woodward, Hare et Horner ; les érudits danois Trenckner, Fausboll et Anderson ; et le Suédois Helmer Smith. "L'école franco-belge" a étudié le bouddhisme indien, tant l'hinayana que le mahayana, à partir de textes sanskrits, tibétains et chinois. Ses figures de proue étaient Charles-Jean de la Vallée Poussin, Sylvain Lévy et Lamotte. "L'école russe", représentée par Stcherbatsky, Rosenberg et Obermiller, s'est concentrée sur le bouddhisme indien scolaire tel qu'il a été préservé, notamment, dans les textes tibétains. Bien qu'ils aient été plutôt discrets sur leurs propres convictions religieuses, ces érudits ont posé les fondations indispensables à la diffusion du Dhamma en Occident en collectant des manuscrits asiatiques, en publiant des éditions modernes de ces textes et en fournissant des traductions et des études savantes sur la pensée bouddhiste.

Les études académiques sur le bouddhisme, initiées par ces pionniers, se sont poursuivies jusqu'à nos jours, en dépit des revers causés par deux guerres mondiales et les fréquentes pénuries de financement. Dans les universités et les instituts occidentaux, les chercheurs continuent de cartographier exhaustivement et de manière détaillée l'héritage bouddhiste, du Sri Lanka à la Mongolie, du Gandhara au Japon. Ainsi, ce que j'appelle la "phase I" de l'histoire du bouddhisme occidental ne peut pas être considérée comme une étape transitoire remplacée par ses successeurs. Elle constitue plutôt une introduction à l'évolution ultérieure du bouddhisme dans un contexte occidental.

Je qualifierai la deuxième phase de la rencontre entre l'Europe et le bouddhisme "d'appropriation par l'élite". Par là, j'entends l'adoption du bouddhisme comme credo par un nombre croissant d'intellectuels, d'écrivains, d'artistes et de professionnels. Dans le monde germanophone, c'est le philosophe Arthur Schopenhauer qui a servi de catalyseur à la transition entre l'étude académique du bouddhisme et son appropriation active. En 1819, il publia la première édition de son chef-d'œuvre philosophique, *Le Monde comme volonté et comme représentation*, avant d'avoir eu accès à des comptes rendus fiables sur la pensée bouddhiste. Cependant, ses intuitions philosophiques présentaient des parallèles si frappants avec le Dhamma que, plusieurs décennies plus tard, quand Schopenhauer eut enfin accès à des informations précises sur le bouddhisme, il reconnut immédiatement l'affinité de sa propre pensée avec la doctrine du Bouddha. Ainsi, dans la deuxième édition de son livre, il qualifia le bouddhisme comme "la plus parfaite" de toutes les religions du monde. Son admiration pour le Bouddha était telle qu'il conservait une petite statue du Maître sur sa cheminée, à côté d'un buste de son héros philosophique, Emmanuel Kant.

Schopenhauer ne devint pas bouddhiste lui-même, ce qui aurait été presque impensable dans l'Europe de son époque, mais ses écrits eurent une profonde influence sur les penseurs européens ultérieurs et guidèrent plusieurs d'entre eux vers le Dhamma. Au moins trois personnalités majeures ont découvert le bouddhisme grâce à l'influence de Schopenhauer : l'indianiste autrichien K.E. Neumann, qui traduisit en allemand les *Dīgha* et *Majjhima Nikāyas*, ainsi que d'autres textes pāli ; le juge bavarois George Grimm ; et l'homéopathe berlinois Paul Dahlke. Ces deux derniers, grâce à leurs écrits et à leur travail de promotion, devinrent les deux principaux promoteurs du bouddhisme en Allemagne au début du XXe siècle. Leurs écrits ne se limitaient pas à une analyse objective et impersonnelle du bouddhisme. Ils cherchaient à l'expliquer de l'intérieur, comme une personne qui avait fait l'expérience de la conversion personnelle.

Dans le monde anglophone, c'est le poème inspirant de Sir Edwin Arnold, intitulé "*La Lumière de l'Asie*", qui a principalement contribué à l'adoption du bouddhisme par les Occidentaux instruits. Arnold y dépeint le Bouddha comme un personnage héroïque, alliant une profonde compassion pour l'humanité et une réflexion rationnelle exceptionnelle. Ces deux caractéristiques correspondaient parfaitement à l'atmosphère intellectuelle de l'époque. Elles susciteront un nouveau respect pour le Bouddha et un intérêt pour ses enseignements. Bien que les chrétiens conservateurs aient été indignés par le succès du poème, l'intelligentsia britannique de l'époque était suffisamment libérale pour ne pas se sentir contrainte par la prétention du christianisme à détenir la vérité absolue. Le mouvement théosophique, fondé par Madame Blavatsky et Henry Steele Olcott, donna également une visibilité au bouddhisme dans le monde anglo-américain. Bien que leur interprétation du bouddhisme comme expression populaire d'une sagesse ésotérique frôlait le chimérique, les théosophes contribuèrent à rendre le bouddhisme en vogue chez ceux qui étaient attirés par des modes de pensée alternatifs.

Inspirés par le Dhamma et insatisfaits des connaissances livresques, quelques esprits aventureux, quittèrent leur pays natal pour voyager en Orient afin d'étudier le bouddhisme à sa source. D'autres, tels que Childers et Rhys Davids, qui travaillaient pour l'administration coloniale en Asie, avaient déjà accès aux autorités locales sur le Dhamma. Au tournant du siècle, plusieurs Occidentaux franchirent le pas et partirent en Orient pour rejoindre le Sangha. Les pionniers de ce mouvement furent l'Anglais Allen Bennett, qui devint Vénérable Ānanda Metteyya en Birmanie (1901), et Anton Gueth, qui devint Vénérable Nyanatiloka (1903). Bien que le vénérable. Ānanda Metteyya ait plus tard quitté la robe après une mission exploratoire en Grande-Bretagne, Vénérable Nyanatiloka s'installa de manière permanente au Sri Lanka. En 1911, il y fonda l'Island Hermitage, un monastère spécialement destiné aux moines occidentaux.

Au début du 20e siècle, des organisations bouddhistes commencèrent à voir le jour en Europe, des revues bouddhistes furent publiées ainsi que de nombreux ouvrages sur le bouddhisme, certains plus authentiques que d'autres, cherchèrent à combler le fossé entre le bouddhisme classique et l'héritage intellectuel occidental. Au cours de cette phase "d'appropriation par l'élite", la plupart des partisans du bouddhisme privilégièrent la tradition pāli, considérée comme beaucoup plus proche des enseignements originaux du Bouddha que les sutras mahayana, jugés trop obscurs et trop ampoulés. Ces penseurs mettaient l'accent sur la rationalité et le réalisme du bouddhisme, sur sa pureté éthique, sa tolérance, son approche non dogmatique de la vérité et sa compatibilité avec la science moderne. À cette époque, à quelques exceptions près, les aspects méditatifs, communautaires et dévotionnels du bouddhisme étaient discrètement laissés de côté. Autrement dit, la théorie prévalait sur la pratique.

La troisième phase de la diffusion du bouddhisme en Occident débute dans les années 1960 et continue encore aujourd'hui. Cette troisième phase pourrait être décrite comme une période de popularisation du bouddhisme. Au cours de celle-ci, le bouddhisme commença à exercer son attrait sur un nombre croissant de personnes aux modes de vie variés, et ses adeptes se multiplièrent rapidement. Au début de cette phase, le bouddhisme était principalement un phénomène contre-culturel, adopté par ceux qui se rebellaient contre le matérialisme grossier et l'obsession technocratique de la société moderne : les hippies, les consommateurs de drogues psychédéliques, les étudiants universitaires désabusés, les artistes, les écrivains et les anarchistes. Cependant, à mesure que ces jeunes rebelles s'intégraient dans la société, ils emportaient leur bouddhisme avec eux. Aujourd'hui, le bouddhisme n'est pas seulement pratiqué par ceux qui appartiennent à la culture alternative, mais aussi par des hommes d'affaires, des physiciens, des programmeurs informatiques, des femmes au foyer, des agents immobiliers, des vedettes sportives, des artistes de cinéma et de musique. Des centaines de milliers d'Européens ont peut-être adopté le bouddhisme sous l'une ou l'autre de ses formes, tandis que beaucoup d'autres ont intégré discrètement des pratiques bouddhistes dans leur vie quotidienne. La présence de communautés bouddhistes asiatiques importantes en Occident contribue aussi à rendre le Dhamma plus visible. Des milliers de livres sur le bouddhisme sont désormais disponibles, traitant des enseignements à un niveau tant savant que populaire, tandis que la diffusion des magazines et revues bouddhistes s'étend chaque année. Les influences bouddhistes se diffusent discrètement dans une multitude de domaines, tels que la philosophie, l'écologie, la psychologie, les soins de santé, les beaux-arts, la littérature, voire même la théologie chrétienne. Il y a trois ans, le magazine Time consacra un article en première de couverture à la propagation du bouddhisme en Amérique, et au moins cinq livres sur le sujet étaient alors en cours d'impression.

Deux facteurs principaux ont facilité la transition du bouddhisme occidental de la phase II à la phase III. Le premier était le nombre croissant d'enseignants bouddhistes asiatiques qui se rendaient en Occident : moines Theravāda, maîtres zen japonais, lamas tibétains. Ils y allaient pour donner des conférences, animer des retraites ou encore s'y installer de façon permanente et fonder des centres bouddhistes. Le deuxième facteur était le retour en Occident, à la fin des années 1960 et au début des années 1970, de jeunes Occidentaux ayant effectué leur formation en Asie. Ils revenaient dans leur pays d'origine pour diffuser le Dhamma. À partir de la seconde moitié des années 1980, on vit même l'émergence d'une sous-phase de la phase III, ou peut-être d'une phase IV : la génération d'enseignants bouddhistes occidentaux qui n'avaient jamais mis les pieds en Asie, mais qui avaient reçu toute leur formation en Occident.

Ce qui distingue le bouddhisme occidental de la période III des phases antérieures est l'importance accordée à la pratique bouddhiste, en particulier à la méditation. Dans cette phase, l'étude académique des textes et des doctrines bouddhistes n'est plus dominante, comme c'était le cas dans la première phase. De plus, l'interprétation du Dhamma à travers le prisme de la pensée occidentale (comme dans la phase II) n'est plus prédominante. Au lieu de cela, l'accent est mis sur l'intégration du bouddhisme en tant que pratique susceptible d'apporter de profondes transformations dans l'être au plus profond de soi ainsi que dans la vie quotidienne. Cela ne signifie pas nécessairement que la pratique bouddhiste soit adoptée conformément aux modèles canoniques ou traditionnels asiatiques, ni qu'elle soit poursuivie dans le but d'atteindre le Nibbāna au sens où l'entend la doctrine bouddhiste classique. Souvent, les bouddhistes occidentaux donnent leur propre interprétation des concepts bouddhistes, parfois d'une manière qui s'écarte radicalement des normes canoniques et qui, d'un point de vue asiatique, pourrait frôler "l'hérésie". En phase III, le bouddhisme est perçu comme un chemin vers l'éveil, une voie qui permet de comprendre profondément l'esprit et d'explorer de nouvelles dimensions de l'être. À ce stade, le bouddhisme devient une méthode de transformation spirituelle grâce à des expériences directes et à des prises de conscience qui ne découlent pas uniquement d'une réflexion intellectuelle.

Au cours de la phase III, nous voyons également l'arrivée de différents types de bouddhisme asiatique, qui coexistent pacifiquement, poursuivant leur propre développement et collaborant les uns avec les autres afin d'atteindre des objectifs communs. La transition de la phase II à la phase III représente une évolution significative dans le type de bouddhisme pratiqué par les bouddhistes occidentaux. Au cours de la phase II, le bouddhisme pāli dominait. Toutefois, je tiens à souligner que cette adhésion à l'héritage pāli ne signifiait *pas nécessairement* un engagement envers une forme quelconque de bouddhisme Theravāda tel qu'il est pratiqué en Asie. En fait, les élites bouddhistes considéraient souvent le Theravāda asiatique comme une dégénérescence de la doctrine canonique originelle, qu'elles percevaient comme leur propriété exclusive. Cependant, avec l'avènement de la phase III, l'intérêt s'est détourné de la tradition pāli au profit du bouddhisme zen dans les années 1960 et 1970, puis du bouddhisme vajrayana tibétain dans les années 1980 et 1990. De plus, de nouveaux types de bouddhisme firent leur apparition, notamment des écoles propres à l'Occident, telles que l'Ordre de l'Inter-Être de Thich Nhat Hanh (basé en France, mais avec une forte présence aux États-Unis), l'Arya Maitreya Mandala (basé en Allemagne) et les Amis de l'ordre bouddhiste occidental (basé en Grande-Bretagne, mais avec plusieurs branches sur le continent). Il s'agit en partie d'efforts pour fusionner différentes traditions bouddhistes, mais aussi d'innovations visant à créer de nouvelles formes de pratique bouddhiste adaptées au tempérament occidental. L'âge des adeptes du bouddhisme varie selon les écoles. Aujourd'hui, en Allemagne, la plupart des adeptes de la tradition pāli ont entre 50 et 60 ans. Ceux qui suivent le zen ou le bouddhisme tibétain sont quant à eux âgés

de 30 à 40 ans. Cette évolution est très importante à comprendre pour nous, adeptes du Theravāda, j'y reviendrai donc plus tard.

## II. LA RÉCEPTIVITÉ OCCIDENTALE AU BOUDDHISME

À ce stade, je voudrais soulever une question : pourquoi les Occidentaux sont-ils récemment attirés par le bouddhisme ? Pourquoi tant de personnes souhaitent-elles explorer le Dhamma et même s'y engager profondément ? Il est nécessaire d'examiner cette question pour comprendre les besoins auxquels nous devons répondre alors que nous essayons d'apporter notre propre contribution à la diffusion du Dhamma en Europe.

Je pense que la réponse à cette question se déroule en deux étapes distinctes, correspondant aux deux dernières phases de l'adoption du bouddhisme en Occident, dont j'ai parlé précédemment. Dans la phase II, "l'appropriation par l'élite", les intellectuels étaient attirés par le bouddhisme parce qu'il comblait un vide qui ne cessait de s'agrandir en Europe depuis le XVIIe siècle. Ce vide était l'absence d'un ensemble complet d'enseignements sur la sagesse permettant de donner un sens profond à l'existence humaine. La responsabilité de donner un sens à l'existence avait été traditionnellement confiée à la philosophie, mais à partir du XVIIe siècle, celle-ci avait abandonné cette tâche pour se concentrer sur d'autres préoccupations. De plus, les orientations proposées par la philosophie, comme dans l'*Éthique* de Spinoza, étaient généralement intégrées à des systèmes de pensée si subtils et complexes que peu de gens pouvaient les comprendre.

Bien sûr, le christianisme prétendait également détenir la clé du mystère de la vie. Cependant, l'orthodoxie chrétienne ne cherchait pas à éclairer le chemin de la sagesse. Son objectif était d'offrir la perspective d'une vie éternelle au paradis grâce à la foi en Dieu et en Jésus-Christ, le Sauveur. C'est justement cette foi qui était remise en question. En outre, le bilan du christianisme en tant que protecteur des valeurs humaines laissait beaucoup à désirer. L'héritage des croisades, des inquisitions, des conversions forcées et de l'intolérance rebutait plus qu'il ne séduisait les esprits éthiques. De plus, sa collaboration avec les régimes coloniaux renforçait les suspicions concernant ses ambitions impérialistes. En outre, alors que la science explorait audacieusement divers domaines du savoir, souvent en défiant l'Église, elle mettait en doute la prétention de celle-ci à l'infaillibilité de la révélation. Ainsi, pour un nombre grandissant de penseurs libres, la religion chrétienne était devenue obsolète.

À la fin du XIXe siècle, les premières traductions des textes bouddhistes ainsi que des exposés sur la pensée bouddhiste apparurent. Ils semblaient offrir à l'Occident précisément ce qui lui manquait : un système de sagesse spirituelle capable d'éclairer et de guider moralement, sans exiger une foi aveugle en des dogmes théologiques. Au contraire, il fondait ses affirmations sur la raison humaine et la compréhension personnelle des vérités fondamentales et des lois universelles. La manière dont le bouddhisme a influencé l'esprit occidental pendant cette période révèle à la fois la force et la faiblesse de la perception occidentale du bouddhisme. La force résidait dans une compréhension profonde et claire des principes doctrinaux du Dhamma, exprimés dans des ouvrages tout à fait convaincants par leur perspicacité, leur logique et leur éloquence littéraire. La faiblesse résidait dans la perception du bouddhisme comme un système principalement rationnel et idéologique, conçu pour remplacer les croyances vacillantes des Églises chrétiennes. De plus, à cette époque, le bouddhisme attirait surtout l'élite éduquée, ce qui limitait son attrait aux personnes suffisamment perspicaces pour se détacher de la culture et de la religion dominantes, qui étaient encore majoritairement chrétiennes.

Pour que le bouddhisme se répande davantage dans la population générale et qu'il y ait une transition vers la phase III, c'est-à-dire la phase d'expansion, certaines conditions étaient nécessaires. Ces conditions ne se sont répandues suffisamment que dans la seconde moitié du XXe siècle. L'une d'entre elles était la victoire de la démocratie libérale sur les systèmes politiques autoratiques. Sous le terme "démocratie", on doit comprendre non seulement la démocratie politique, mais aussi la démocratie de l'esprit, c'est-à-dire l'ouverture à de nouvelles façons de penser, ainsi que la tolérance envers des points de vue qui diffèrent radicalement de ceux qu'on a reçus dans notre héritage intellectuel. Cette ouverture a été favorisée par un changement d'attitude partiel au sein des Églises Chrétiennes occidentales à l'égard des autres confessions, notamment après le concile du Vatican II (1963-1965). Ces églises se sont alors orientées vers un plus grand respect et une plus grande tolérance envers les religions non chrétiennes.

Un deuxième facteur préparatoire était une certaine prospérité économique, qui a libéré les Européens d'une préoccupation excessive pour leur sécurité matérielle et leur a donné le loisir d'explorer de nouvelles voies de réflexion. L'expansion de la société de consommation les a également amenés à prendre conscience des limites du développement matériel comme solution ultime à notre quête du bonheur.

Un troisième facteur était le niveau relativement élevé de l'enseignement général établi dans les années 1960. Cela a permis à une grande partie des jeunes d'accéder à l'université. L'enseignement supérieur a ouvert leur esprit à de multiples points de vue dans tous les domaines du savoir humain et leur a également appris à réfléchir de manière critique et approfondie à de nouvelles idées.

Un quatrième facteur préparatoire fut l'amélioration des moyens de transport et de communication, qui facilita les échanges entre l'Orient et l'Occident. Désormais, les Occidentaux curieux pouvaient facilement se rendre en Orient pour découvrir le bouddhisme dans son contexte d'origine, tandis que les enseignants bouddhistes d'Asie pouvaient se rendre en Occident pour propager le Dharma.

Le cinquième facteur, qui découle naturellement du quatrième, fut l'arrivée en Occident de maîtres bouddhistes, tant asiatiques qu'occidentaux, qui avaient été formés en Asie. Ces maîtres ont diffusé le bouddhisme comme une foi vivante qu'ils incarnaient dans leur vie grâce à des années de formation rigoureuse.

Si les cinq facteurs ci-dessus constituaient les conditions nécessaires pour que le bouddhisme devienne accessible à un nombre important d'Européens, ils ne suffisent pas à expliquer l'augmentation rapide de l'intérêt occidental pour le bouddhisme. Pour comprendre la cause profonde de ce phénomène, il faut remonter à l'époque où le vide sous les pieds de la civilisation européenne s'est créé : l'absence d'une tradition spirituelle forte et respectée, capable de guider la gestion de la vie. À la fin du XIXe siècle et au début du XXe siècle, ce vide n'était ressenti de manière aiguë que par les esprits occidentaux les plus perspicaces, désabusés tant par le christianisme doctrinaire que par le matérialisme économique. Les gens ordinaires parvenaient en quelque sorte à équilibrer leur foi chrétienne ancestrale avec un optimisme radieux quant à l'avènement d'un âge d'or, que la science et la technologie devaient leur permettre d'atteindre.

À la fin des années 1950, toutefois, la situation était radicalement différente. Après deux guerres mondiales et une longue guerre froide qui menaçait le monde entier d'une destruction thermonucléaire, d'innombrables personnes ont vu leur confiance en la bonté intrinsèque de la nature humaine s'effondrer. Des horreurs telles que l'Holocauste nazi et la bombe atomique d'Hiroshima ont non seulement sapé la foi en un Dieu bienveillant qui guide toute la création, mais ont également mis en évidence les dangers d'une rationalité pure, non éclairée par une sagesse supérieure et un

engagement éthique indéfectible. Les esprits les plus brillants de l'Occident, guidés par la raison, avaient plongé à deux reprises le monde entier dans une barbarie dénuée de sens, causant la mort de dizaines de millions de personnes. Aujourd'hui, ils menaçaient de recommencer, cette fois-ci avec des armes de destruction encore plus meurtrières. Ainsi, le vide que les penseurs sensibles du XIXe siècle avaient vu poindre à l'horizon s'était élargi jusqu'à engloutir presque tout le monde. Non seulement il s'était élargi, mais, pour beaucoup, il avait acquis un caractère urgent et impérieux que nul système d'idées, aussi noble soit-il, ne pouvait apaiser. Ils avaient besoin d'un programme d'action, ce qui, dans de nombreux cas, signifiait un engagement profond dans une démarche spirituelle.

Au moment même où la peur d'une guerre nucléaire jetait une ombre sur le monde entier, une prospérité matérielle sans précédent en Occident mettait à la portée de tous le confort, les commodités et les plaisirs sensoriels auxquels les générations précédentes n'avaient pu que rêver. Mais alors que ce paradis consumériste fascinait beaucoup de gens (et continue de le faire aujourd'hui), quelques individus qui "avaient peu de poussière dans les yeux" comprenaient que ces plaisirs matériels ne pouvaient pas leur procurer une paix durable. À ce stade, pour ces Occidentaux spirituellement sensibles, le message contenu dans les Quatre Nobles Vérités n'était plus un splendide système d'idées à admirer dans le confort d'un fauteuil. Ce message était plutôt devenu un remède pour soigner une terrible maladie, celle de la souffrance. La seule chose intelligente à faire, comme avec tous les remèdes, était de le prendre. Pour les bouddhistes de la troisième phase du bouddhisme occidental, le Dhamma représentait donc un chemin de pratique axé sur l'entraînement et la maîtrise de l'esprit. À mesure que des enseignants et des centres se développèrent, un nombre croissant d'Occidentaux s'engagèrent avec enthousiasme dans la pratique, prêts à la suivre où qu'elle les mène.

Mais le bouddhisme ne proposait pas seulement une méthode d'entraînement de l'esprit susceptible d'apporter la paix intérieure et une connaissance plus profonde de soi. Il répondait également à un autre besoin profond de l'âme occidentale. Dans le cadre de son héritage intellectuel profond, la civilisation occidentale était attachée à l'idée que le bonheur humain dépendait en grande partie de la réforme de l'ordre social afin d'éliminer la tyrannie politique, l'oppression économique et l'injustice sociale. Cette conviction a donné naissance à la démocratie en Occident, ainsi qu'à des tentatives moins prospères de diverses formes de socialisme. Cependant, l'expérience des XIXe et XXe siècles a montré que, sans un code éthique, les simples aspirations à la liberté et à la démocratie pouvaient facilement donner naissance à leurs contraires. Ainsi, la Révolution française, lancée sous la devise "liberté, égalité, fraternité", s'est terminée par la guillotine. De même, la révolution bolchevique, qui promettait une "dictature du prolétariat", a mené à l'instauration de l'État policier soviétique. Les idéalistes occidentaux ont vu dans le bouddhisme les fondements d'une éthique sociale noble, dédiée à la paix mondiale, à la justice sociale et à la santé écologique, tout en étant protégée de l'intérieur par son code moral contre les déviations auxquelles l'utopisme politique laïc était enclin.

Pour comprendre l'attrait du bouddhisme pour de nombreux Occidentaux d'aujourd'hui, il faut également tenir compte de l'effondrement général de la communauté dans la culture occidentale moderne. Avec l'industrialisation et l'urbanisation croissantes, les anciennes structures sociales à échelle humaine, qui permettaient à chacun de trouver une place significative dans l'ensemble, ont cédé la place à des institutions gigantesques et monstrueuses. Ces dernières ont réduit les individus à de simples rouages d'un ordre social impersonnel. Les gens se sentent isolés, aliénés, coupés des liens de solidarité sociale, pris au piège dans un système qui encourage un individualisme sans merci. Ces valeurs destructrices ont entraîné une crise psychologique généralisée, caractérisée par un stress chronique, de l'anxiété et de la dépression. Les échappatoires recherchées par les gens sont la

promiscuité sexuelle, les divertissements violents, l'alcoolisme et la drogue, mais celles-ci ne constituent évidemment pas de véritables solutions.

Lorsque le bouddhisme a fait son apparition en Occident, il semblait offrir une alternative à la solitude et à l'isolement que ressentaient beaucoup de gens, même dans les villes surpeuplées. D'une part, il mettait l'accent sur des valeurs telles que l'amour universel, la compassion, la coopération et l'altruisme, des idéaux à moitié oubliés de l'héritage chrétien. Tout aussi important, il inaugurerait un nouveau sens de la communauté. À mesure que les groupes bouddhistes cherchaient leurs propres formes d'organisation, ils évoluèrent progressivement vers le modèle du centre bouddhiste, où les pratiquants se réunissent régulièrement dans un esprit d'amitié pour pratiquer et étudier le Dhamma ensemble, généralement sous la direction d'un enseignant. De nombreuses sociétés bouddhistes disposent désormais de structures résidentielles où les membres les plus dévoués vivent de façon temporaire ou permanente. Certaines de ces communautés ont des centres urbains où les gens peuvent se rendre pendant la semaine de travail et des centres ruraux plus éloignés où les membres peuvent aller pour des retraites de méditation plus longues.

Comme je l'ai mentionné précédemment, lorsque le bouddhisme occidental entre dans sa troisième phase, on observe un glissement de la tradition pāli vers les traditions du zen et du vajrayana tibétain. Cette tendance peut s'expliquer par l'aspect plus attractif et plus exotique de ces écoles bouddhistes, ou par le charisme de leurs enseignants, les maîtres zen et les lamas tibétains. Toutefois, cette explication n'est pas suffisante. À mon avis, la principale raison de la popularité croissante de ces traditions par rapport au Theravāda traditionnel est la préservation plus efficace de la lignée de la pratique méditative. Il est certain que dans le canon pāli, le Bouddha insiste à plusieurs reprises sur l'urgence de la méditation avant tout, et ce message perdure dans de petites communautés de pratiquants theravadins fervents à travers l'Asie du Sud. Cependant, les bouddhistes européens des générations précédentes ont donné le ton en considérant le bouddhisme Pāli comme une éthique noble et un système de pensée impressionnant, surtout en termes de rationalisme. Pour appuyer cette idée, les quelques représentants du Theravāda asiatique établis en Occident ont eu tendance à présenter le bouddhisme principalement en termes doctrinaux et éthiques. Ils font rarement preuve du même degré de vitalité spirituelle que les maîtres mahayana et vajrayana. Les chercheurs occidentaux d'aujourd'hui recherchent une pratique qu'ils peuvent intégrer dans leur vie, et non pas seulement un système d'idées qu'ils peuvent admirer et discuter. C'est pourquoi ils sont naturellement attirés par les formes alternatives du bouddhisme, comme le zen, le vajrayana et les nouvelles écoles bouddhistes occidentales, plutôt que par le Theravāda.

Cela ne signifie pas pour autant qu'il n'y a pas de tradition de méditation Theravāda en Occident. En effet, il y a des Occidentaux qui sont allés dans des pays asiatiques il y a plusieurs années pour y pratiquer sous la direction de maîtres qualifiés et qui sont ensuite revenus en Occident pour y enseigner et y fonder des centres bouddhistes. Mais ce qui est intéressant, c'est que ces enseignants occidentaux de méditation basée sur le Theravāda ne se considèrent pas eux-mêmes comme des adeptes du Theravāda au sens doctrinal du terme. Ils se démarquent explicitement ou implicitement du Theravāda asiatique, en appelant leur style de bouddhisme "tradition Vipassanā" ou "pratique de la pleine conscience". Malgré la mise en place d'un programme d'apprentissage rigoureux, ils ont tendance à détacher la méditation Vipassanā de son contexte de foi et de doctrine bouddhistes, la présentant comme une discipline autonome de psychologie introspective et de conscience de soi. C'est là un point faible de l'approche occidentale du Dhamma, car les dimensions religieuses et philosophiques du bouddhisme classique sont nécessaires pour que la méditation de la vision pénétrante mène à son véritable objectif, "la libération sans souillure de l'esprit". Négliger l'aspect

textuel et doctrinal du bouddhisme peut conduire à une compréhension diluée et approximative du Dhamma. Mais, le style de pratique épuré – méditation vipassanā non religieuse, non doctrinale et non monastique – est le mode dominant par lequel les Occidentaux abordent le bouddhisme Theravāda. Cette évolution pourrait nous inciter à examiner de plus près notre propre tradition. Nous devons nous poser des questions sur la raison pour laquelle le Dhamma est abordé de manière aussi partielle, en ne retenant que certains aspects, au lieu d'être embrassé comme un tout organique.

### III. LE DÉFI DE L'INTRODUCTION DU THERAVĀDA EN OCCIDENT

Cela me conduit à la troisième partie de mon exposé, qui porte sur les défis particuliers auxquels nous sommes confrontés pour transmettre le bouddhisme Theravāda en Occident. Lorsque je me pose cette question, la réponse qui me vient immédiatement à l'esprit est la suivante : "Quel type de bouddhisme Theravāda voulons-nous transmettre ?" D'une part, comme je l'ai déjà souligné, les Occidentaux ne recherchent pas seulement des textes et des idées, ni le bouddhisme tel qu'il est présenté dans les livres. Les livres sont certes nécessaires pour initier les gens au Dhamma et leur donner matière à étudier et à réfléchir. Je ne dis pas que la littérature bouddhiste est superflue, mais qu'elle n'est pas suffisante. Pour que le Dhamma s'enracine profondément dans le cœur des gens, il doit leur être transmis non pas par l'intermédiaire d'un livre, mais par des personnes vivantes qui incarnent la vérité de l'enseignement dans leur vie.

Ainsi, lorsque je demande : "Quel genre de bouddhisme souhaitons-nous diffuser ?", je ne pense pas au Dhamma canonique pur, qui existe en tant que tel que dans les livres. En réalité, le bouddhisme s'est toujours exprimé à travers des pratiques concrètes, ancrées dans des structures sociales et incarnées par des êtres humains réels. Nous devons donc prendre en compte cette dimension du bouddhisme Theravāda et ne pas nous en tenir aux formules doctrinaires du canon pāli. Ainsi, lorsque nous réfléchissons à la manière d'introduire le bouddhisme en Occident, nous devons décider laquelle des nombreuses facettes du Theravāda nous voulons apporter. Dans une certaine mesure, cette question est prématurée, car, si le bouddhisme s'implante en Occident, il évoluera pour s'adapter aux conditions sociales et culturelles occidentales. Cependant, avant de commencer, nous avons besoin de quelque chose qui serve de graine ou de noyau.

Pouvons-nous travailler avec l'une des formes établies du bouddhisme asiatique ? La forme prédominante du bouddhisme Theravāda au Sri Lanka, comme dans d'autres pays asiatiques, est la religion des temples. Elle s'articule autour de pratiques telles que les offrandes aux moines, les *Bodhi poojas*, les *chants pirith* et les sermons formels *bana*. Je ne veux pas déprécier la valeur de ces pratiques, qui peuvent être d'importantes expressions de la foi et un moyen réel de former son caractère sous l'égide du Dhamma. Cependant, ce n'est pas le type de bouddhisme qui attirera les Occidentaux en quête spirituelle, qui se tournent souvent vers le bouddhisme après avoir été déçus par le christianisme des Églises. Le bouddhisme Theravāda asiatique, dans sa version modernisée, se voit chargé de nouvelles responsabilités dans son contexte communautaire : fournir des lignes directrices morales et sociales à une population urbaine récemment prospère, préserver l'héritage culturel bouddhiste et servir de lobby bouddhiste dans les affaires politiques. Cependant, ce modèle de bouddhisme ne sera pas très pertinent en Occident.

La forme idéale du Theravāda à présenter serait celle qui combine tous les aspects sains de la tradition en un tout organique. La transmission devrait se concentrer sur la pratique de la méditation, tout en mettant fortement l'accent sur l'éthique bouddhiste (y compris les perspectives bouddhistes

sur les questions éthiques contemporaines), l'étude des textes et de la doctrine, les pratiques dévotionnelles et, oui, une part de rituels, mais ceux-ci devraient être intégrés dans la voie spirituelle et non poursuivis dans le simple respect des normes culturelles. La pratique de la méditation devrait être au cœur de la transmission. Une fois que les étudiants auront ressenti les effets bénéfiques de la méditation sur leur vie, ils développeront avec le temps un intérêt plus vif pour l'étude des textes, les pratiques dévotionnelles, les préceptes et les rituels. Les rituels permettront alors de consolider tous ces aspects du Dhamma en un tout cohérent, animé de l'intérieur par l'expérience méditative.

Nous arrivons maintenant au cœur du problème. Le bouddhisme Theravāda, dans sa forme traditionnelle, a toujours considéré l'ordre monastique, le Sangha, comme le gardien de l'héritage bouddhiste. Ainsi, si le Theravāda souhaite s'établir en Occident, il semble qu'il doive le faire par le biais d'une transmission monastique, protégée et soutenue par les laïcs. Sans cela, nous risquerions probablement d'aboutir à une version édulcorée du Theravāda, similaire à celle qui existe actuellement dans les sanghas qualifiés de Vipassanā. Une transmission monastique est nécessaire pour maintenir l'accent mis sur le renoncement et la retenue, si caractéristiques du vrai Dhamma. Elle sert à rappeler que le Nibbāna est atteint en abandonnant tous les points d'attachement, et non en les renforçant par des justifications astucieuses.

Toutefois, la nécessité d'une transmission monastique se heurte immédiatement à un obstacle : le monachisme est une institution étrange et peu familière pour la plupart des Occidentaux. De plus, à quelques exceptions près, ce sont jusqu'à présent principalement des laïcs qui ont assuré la propagation du bouddhisme en Occident. Cela s'applique aux centres zen, mais aussi à la plupart des communautés bouddhistes tibétaines. Dans la communauté Vipassanā qui s'inspire des textes pāli et qui est composée presque exclusivement de laïcs, les enseignants voyagent souvent et enseignent en équipes mixtes. Cette approche s'est avérée particulièrement efficace auprès des étudiants occidentaux, qui peuvent facilement s'identifier à des éducateurs ayant une expérience de vie similaire. Inévitablement, cependant, ce style d'enseignement laïcisé émousse certains aspects du Dhamma qui, d'un point de vue canonique, devraient rester tranchants.

Dans un tel contexte, le bhikkhu Theravāda, tenu au célibat par son code de discipline et lié à un enseignement qui encourage la maîtrise des désirs sensuels, se retrouve inévitablement à nager à contre-courant. Alors que, dans les pays d'origine du bouddhisme Theravāda, les gens considèrent le célibat comme une vertu noble méritant le respect, les Occidentaux y voient simplement un choix personnel, voire un choix étrange qui peut susciter plus de suspicion que d'admiration. À quelques exceptions près, il est peu probable que le célibat soit considéré comme synonyme d'un statut spirituel élevé ou qu'il soit présenté comme un idéal auquel les autres devraient aspirer. Dans un tel contexte, si le bhikkhu veut rester fidèle à sa vocation, il doit avoir une conviction profonde dans la sagesse du Dhamma et posséder une force intérieure exceptionnelle. Sinon, il pourrait être tenté de défroquer ou de retourner dans son pays d'origine. Non seulement il doit respecter ses propres vœux, mais il doit également être capable de témoigner du rôle du renoncement dans la conception globale du chemin tracé par le Bouddha.

Dans notre mission de propagation du bouddhisme en Occident, nous sommes confrontés à un autre défi plus concret. Au Sri Lanka actuellement, il est extrêmement difficile de trouver des moines qui possèdent les qualités personnelles nécessaires pour être des "messagers du Dhamma" (dhammaduta), tout en étant en mesure de transmettre le Dhamma de manière compréhensible pour des personnes issues de milieux culturels et sociaux très différents. Cela a des conséquences négatives sur l'ensemble du projet de propagation du bouddhisme Theravāda à l'étranger, le reléguant à une position quelque peu marginale dans le paysage bouddhiste occidental, qui est autrement très

dynamique. Très souvent, la plupart des vihāras bouddhistes sri-lankais fondés en Occident dans le but de diffuser le Dhamma aux Occidentaux finissent par connaître l'un de ces deux destins. Soit ils deviennent des lieux d'échange culturel et social pour les expatriés sri-lankais, soit, s'il n'y a pas de communauté srilankaise importante à proximité, ils tombent dans un profond sommeil, seulement interrompu par quelques curieux ou un groupe scolaire en visite. Une fois que l'intérêt des chercheurs occidentaux pour le Dhamma est éveillé et qu'ils se rendent au vihāra dans l'espoir d'y trouver une nourriture spirituelle, ils peuvent ne pas trouver suffisamment de programmes pour nourrir leur intérêt naissant. Ils se replient alors soit sur l'étude personnelle du Dhamma, soit ils cherchent un centre appartenant à une autre école bouddhiste où règne une plus grande vitalité spirituelle.

De toutes les communautés asiatiques Theravāda, je pense que les Sri-Lankais offrent le plus grand potentiel pour le Dhamma en Occident. D'après ce que j'ai pu observer, les moines thaïlandais, cambodgiens et birmans s'occupent presque exclusivement de leurs propres communautés. Ils imaginent rarement que le Dhamma puisse intéresser des Occidentaux. Ce sont les Sri-Lankais qui ont été les plus inspirés par l'idée de diffuser le Dhamma dans le monde occidental. C'est aussi le Saṅgha sri-lankais qui compte des moines désireux d'apprendre les langues occidentales et de traduire les enseignements en un message pertinent pour les Occidentaux. Pourtant, malgré cela, lorsque nous examinons la scène bouddhiste en Occident, les résultats sont plutôt décevants. Il y a eu une augmentation considérable de l'intérêt pour le zen, le bouddhisme tibétain et les nouveaux mouvements bouddhistes tels que l'Ordre de l'Inter-être et les Amis de l'Ordre bouddhiste occidental. De plus, le Vipassanā en tant que pratique laïque a gagné en popularité. Cependant, le Sangha Theravāda orthodoxe, à l'exception de la communauté d'Amaravati d'Ajahn Sumedho qui regroupe des moines et des nonnes occidentaux, a eu un impact relativement faible en Occident. Bien sûr, on pourrait facilement en conclure que les Occidentaux sont trop décadents pour apprécier le véritable Dhamma. Cependant, une telle interprétation serait non seulement peu charitable, mais aussi erronée. Un nombre considérable de bouddhistes occidentaux sont profondément attirés par la tradition Theravāda et cherchent des mentors pour les guider. Le désir est présent, mais les moyens pour le satisfaire sont limités.

Bien que je n'aie pas de solution facile pour régler ce problème, il serait prudent de faire un premier diagnostic de ses causes. À titre d'hypothèse, je suggérerais que la faute réside en partie dans le système d'éducation monastique qui prévaut ici au Sri Lanka. Il est extrêmement inadéquat et nécessite une révision en profondeur, une révision qui porterait sur l'objectif, la profondeur et l'étendue de la formation monastique. Lorsque les moines formés dans ce système partent enseigner le Dhamma à l'étranger, ils sont confrontés à des défis majeurs. Ils doivent d'abord s'adapter à une société où les rapports sociaux ne sont pas structurés selon des rôles et des attentes clairement définis. Ensuite, ils ne peuvent pas se contenter de sermons et de rituels routiniers, mais doivent plutôt s'attaquer aux préoccupations existentielles personnelles des étudiants occidentaux. Ils doivent également être en mesure de gérer l'afflux de connaissances dans de nombreux domaines qui sont d'une manière ou d'une autre liés au bouddhisme.

Pour répondre à ces besoins, il est impératif d'élever considérablement le niveau d'éducation monastique. Un moine qui doit partir à l'étranger pour diffuser le Dhamma doit non seulement posséder une connaissance approfondie de sa propre tradition Theravāda, mais aussi avoir une certaine familiarité avec d'autres sujets. Au minimum, il doit avoir une vue d'ensemble de l'histoire et des écoles du bouddhisme, une connaissance des religions comparées et une bonne maîtrise de l'anglais. De plus, il doit maîtriser, ou être disposé à apprendre, la langue du pays où il travaillera. En plus de ces compétences particulières, il devra faire preuve d'ouverture d'esprit et de perspicacité

pour saisir les dispositions, les points de vue et les conceptions du monde des gens issus d'une culture différente, et établir avec eux des liens constructifs. Il doit aussi avoir une certaine expérience de la pratique réelle du Dhamma, car la connaissance des livres et des doctrines, aussi vaste soit-elle, sera vaine si elle n'est pas accompagnée d'un engagement dans la pratique. Malheureusement, il est presque impossible de trouver un institut monastique capable de dispenser la formation adéquate. Pour une raison ou une autre, les prélats bouddhistes semblent plus préoccupés par le maintien du statu quo. À cet égard, les institutions éducatives bouddhistes font pâle figure comparativement aux séminaires chrétiens, qui dotent leurs propres missionnaires d'une éducation approfondie et étendue qui dépasse souvent celle offerte par les instituts bouddhistes, y compris ceux qui se consacrent à l'étude du bouddhisme.

Cependant, la faute ne peut être attribuée uniquement aux monastères. Elle s'étend vers l'extérieur et affecte l'ensemble du bouddhisme sri-lankais. Elle ne concerne pas seulement l'éducation, mais aussi la compréhension de la raison d'être du bouddhisme lui-même. À un certain moment dans son histoire, il semble que le bouddhisme Theravāda sri-lankais ait largement renoncé à son rôle de voie universelle vers l'éveil et la libération. Pour la plupart des bouddhistes sri-lankais, à l'exception d'un petit nombre de moines sincères et de pratiquants fervents, le bouddhisme est devenu avant tout un moyen de construire et de maintenir un sentiment d'identité ethnique et communautaire. Ainsi, beaucoup trop de bouddhistes, y compris les moines, ont perdu le sens de l'universalité du Dhamma, de l'esprit de non-discrimination et d'altruisme, qui sont pourtant essentiels à la grandeur et au charisme du Bouddha. Au contraire, cette attitude universelle a été subvertie par l'utilisation du bouddhisme pour renforcer une identité sociale, ce qui a eu pour effet d'enfermer les gens dans leur propre groupe au lieu de les ouvrir à toute l'humanité. La situation est très différente chez les bouddhistes tibétains, pour qui l'idéal du bodhisattva, qui consiste à libérer tous les êtres sensibles, a maintenu vivant le sens de l'universalité et de l'altruisme.

Cette vision étroite imprègne également les monastères. Par conséquent, la formation des moines ne vise pas tant à les guider sur la voie de l'éveil bouddhiste, vers la pureté, la liberté et la sagesse de l'esprit éveillé, qu'à leur enseigner comment servir de gardiens d'un héritage social et culturel distinct. Je ne veux pas nier la valeur de ce service, car, dans ce pays, il est tout à fait nécessaire de préserver les piliers culturels et sociaux du bouddhisme sri-lankais, en particulier face à la double incursion du christianisme évangélique et du consumérisme matérialiste. Toutefois, cette fonction doit rester subordonnée à celle, plus importante, de montrer la voie vers la sagesse et la paix. Elle ne doit pas devenir si dominante qu'elle finisse par recouvrir de brume et de mauvaises herbes la voie originelle.

Ces problèmes peuvent aussi être exacerbés par la distinction, dans la tradition monastique Theravāda, entre les moines dits "de village et de ville" et ceux de la forêt. Les premiers sont consacrés à la prédication et au service communautaire, tandis que les seconds se consacrent entièrement à la méditation. Cette division crée une situation où un moine qui n'a pas l'intention d'atteindre le Nibbāna dans cette vie repousse la pratique du développement méditatif à une existence future. Il justifie ainsi sa vie monastique par un engagement envers la société. Ce service social tend à adopter une orientation fortement sécularisée et à se transformer en activisme politique, souvent teinté de préjugés ethnocentriques. Il est rare qu'il soit ancré dans un véritable chemin de développement spirituel, à moins qu'il ne serve de prétexte. D'autre part, les moines qui souhaitent atteindre l'Éveil durant leur existence actuelle se retirent dans la forêt pour se consacrer entièrement à la méditation. Ils montrent peu d'inclination à partager leurs connaissances avec la communauté dans son ensemble. En outre, en raison de leur méthode d'apprentissage, ils ont souvent des lacunes en matière de

compétences linguistiques et sociales pour transmettre le Dhamma à l'étranger. Nous avons donc une dichotomie marquée : des moines urbains éduqués, mais dépourvus d'une compréhension personnelle profonde du Dhamma et d'une expérience de la méditation, et des moines méditants peu enclins à diffuser l'enseignement. Il est difficile d'envisager une issue simple pour ce dilemme. Toutefois, je ne peux m'empêcher de me demander ce que voudrait l'Éveillé s'il était encore en vie aujourd'hui.

Il serait inapproprié d'encourager des moines consacrés à la méditation à plein temps à adopter une vocation plus active. La solution pour corriger ce déséquilibre semble être de revitaliser la pratique de la méditation au sein des instituts de formation des bhikkhus. Il est troublant que l'aspect méditatif de la formation monastique, qui devrait être au cœur de la vie sainte, ait pu être négligé au point de disparaître complètement. Toutefois, maintenant que nous reconnaissons que la disparition de la méditation a profondément affecté l'ensemble du système éducatif monastique, la seule solution est de la rétablir. Cela ne peut être réalisé en imposant la méditation aux moines de l'extérieur comme une discipline obligatoire. La pratique de la méditation ne se fait pas dans le vide. Elle est motivée par une compréhension claire des fondements et des objectifs de la vie spirituelle bouddhiste, dont elle est une partie intégrante. Ce qu'il faut donc vraiment, c'est une renaissance du défi spirituel qui est au cœur de la vie du renonçant bouddhiste.

Personnellement, je pense qu'il n'est pas prudent de vouloir créer des institutions spécifiquement destinées à former des moines comme dhammadutas. Ces institutions pourraient attirer des moines qui veulent seulement aller à l'étranger pour leur propre intérêt, par exemple pour accroître leur prestige, leur popularité ou même pour obtenir un emploi et défroquer. Je crois qu'il serait préférable de renforcer les programmes offerts dans les centres de formation de bhikkhu actuels. En même temps, nous devrions garder un œil ouvert pour repérer les bhikkhus qui participent à ces programmes et qui ont les qualités requises pour propager le Dhamma en Occident. Nous devons également nous rappeler que l'objectif de la formation des moines n'est pas de les transformer en *dhammadutas*, mais de les guider sur le chemin de l'éveil. La formation doit donc se concentrer sur le développement intérieur du moine, en cultivant à la fois les qualités propices à son épanouissement personnel et celles qui lui permettent de partager avec compassion son cheminement spirituel avec les autres. Ceux qui possèdent les compétences et la disposition requises pour propager le Dhamma peuvent être choisis pour des missions de dhammaduta, à condition qu'ils démontrent également la maturité intérieure nécessaire à une telle tâche.

J'arrive à une conclusion peu concluante. À ce stade de son évolution, le bouddhisme occidental prend une forme qui met l'accent sur le Dhamma en tant que voie de transformation intérieure par la méditation et la contemplation. Les autres aspects de la pratique bouddhiste sont subordonnés à cette préoccupation. Nous ne devrions pas conclure hâtivement que le bouddhisme occidental est donc un modèle idéal à imiter pour les Asiatiques. Les bouddhistes occidentaux manquent souvent d'une connaissance solide des textes et sont donc enclins à déformer les enseignements pour les adapter à leurs propres objectifs et attentes. Je crois que les moines asiatiques, qui possèdent une connaissance approfondie du Dhamma, peuvent être très utiles dans cette situation. Toutefois, si des ajustements sont nécessaires dans le bouddhisme occidental pour assurer une compréhension correcte, il est clair que la priorité des bouddhistes occidentaux restera sur l'expérience méditative personnelle comme moyen d'accéder à la paix intérieure et à la sagesse.

Si les bouddhistes du Sri Lanka veulent contribuer de manière significative à la croissance saine du bouddhisme en Occident, nous aurons besoin de représentants du Dhamma qui soient également des incarnations vivantes du Dhamma. Autrement dit, nous avons besoin de moines et de nonnes qui,

par leur vie et leur caractère, incarnent le potentiel du Dhamma en tant que mode de vie qui apporte une vraie sagesse, une pureté et une paix, et qui déborde de bienveillance et de compassion pour les autres. C'est un défi difficile, mais c'est une condition indispensable si le Sri Lanka veut contribuer au développement du bouddhisme en Occident. Comme la transmission du Dhamma est la responsabilité principale de l'ordre monastique, le Sangha de ce pays doit d'abord régler ses propres affaires s'il veut être en mesure d'accomplir cette tâche. Cela exigera une critique interne rigoureuse et des tentatives de réforme authentique, en particulier dans le système de formation monastique. Si de tels changements ne se produisent pas, il est peu probable que le Sri Lanka contribue davantage au développement du bouddhisme en Europe. Il continuera surtout à entretenir des vihāras servant sa communauté d'expatriés.

Je terminerai sur une note positive. Malgré le manque de moines *dhammaduta* qualifiés, on compte en Occident quelques vihāras Theravāda et centres bouddhistes gérés par des bhikkhus asiatiques qui s'efforcent discrètement et modestement de diffuser le Dhamma. Parmi eux se trouvent des moines sri lankais qui doivent souvent accomplir cette tâche dans des conditions très difficiles et au prix de nombreux sacrifices. Les difficultés auxquelles ils font face ne sont pas seulement externes, mais aussi internes. Ils doivent maintenir une discipline rigoureuse au milieu des tentations de la culture de consommation occidentale, et lutter contre le poids de la tradition bouddhiste pour trouver le message clair et pur du Bouddha caché derrière des conventions étouffantes. Ces moines ne bénéficient généralement pas du soutien d'une grande organisation ni d'un soutien financier de leur pays d'origine. Grâce à leur dévouement au Dhamma et à leur compassion pour les autres, ils s'efforcent activement d'aider les Occidentaux à trouver le chemin qui mène à la voie du Bouddha. Leur travail désintéressé mérite l'appréciation et le soutien de tous les bouddhistes sincères de ce pays.

*Extrait de The Necessity for Promoting Buddhism in Europe (La nécessité de promouvoir le bouddhisme en Europe), livret publié à titre privé en 2000 par la German Dhammaduta Society, Colombo. Il s'agit du discours liminaire prononcé lors d'un séminaire organisé le 2 juillet 2000 à l'auditorium Mahaweli Centre de Colombo pour commémorer le premier anniversaire de la mort de Vénérable Mitirigala Dhammanisanthi, anciennement connu sous le nom d'Asoka Weeraratna.*

## 53. LA BONTÉ, LA BEAUTÉ ET LA VÉRITÉ

### LA QUÊTE DU BONHEUR

Tous les êtres humains, par nature, cherchent à se libérer de la souffrance et à trouver le bonheur. Cet objectif s'avère toutefois difficile à atteindre, car notre désir de bonheur ne s'accompagne pas automatiquement de la connaissance des moyens pour y parvenir. Si la compréhension des moyens pour atteindre le bonheur accompagnait automatiquement le désir d'être heureux, il n'aurait pas été nécessaire qu'un Bouddha apparaisse dans le monde. Nous serions tous capables d'atteindre le bonheur parfait par nous-mêmes.

Nous avons besoin des conseils d'un Bouddha, car, bien que nous souhaitions naturellement éviter la souffrance et atteindre le bonheur, nous ignorons quel est le chemin à suivre pour y arriver. La racine de notre problème réside donc dans la connaissance, dans la compréhension claire. Bien que nous ayons confiance en nos propres capacités de compréhension, notre esprit n'est pas un instrument fiable de connaissance, il est sujet à des distorsions innées qui nous empêchent d'acquérir le type de connaissance dont nous avons besoin. Ces distorsions nous empêchent de comprendre ce que nous devons éviter pour surmonter la souffrance et ce que nous devons entreprendre pour trouver le vrai bonheur et la paix.

Ce manque de compréhension claire est ce que les textes bouddhistes appellent *avijjā*, l'ignorance ou l'illusion. À cause de l'ignorance, nous devenons victimes du désir et de l'envie obsessionnelle, et nous nous livrons ainsi habituellement à des types de comportements qui peuvent paraître superficiellement agréables, mais qui finissent par apporter le mécontentement et la souffrance. Il existe d'autres types de comportements qui nous semblent difficiles, pénibles et exigeants. Nous sentons que ces actions peuvent mener à un bonheur stable, mais, puisqu'elles vont à l'encontre de nos inclinations naturelles, qu'elles demandent des efforts, des luttes et des changements intérieurs, elles ne nous attirent pas. En bref, nous adoptons des comportements familiers qui nous procurent un plaisir immédiat, mais qui sont en réalité autodestructeurs. En même temps, nous rejetons les nouveaux comportements sains, bien que ceux-ci soient manifestement bénéfiques pour nous si nous les comprenions clairement.

Beaucoup de gens associent le bonheur à la jouissance des plaisirs sensuels. Ils partent du principe que le bonheur vient de la satisfaction des désirs pour les images, les sons, les odeurs, les saveurs et les sensations tactiles agréables. Par conséquent, ils concentrent leur énergie sur l'acquisition des moyens de posséder ces sources de plaisir. D'autres accordent plus d'importance à l'accumulation de richesses, non pas tant pour ce qu'elles peuvent acheter, mais pour elles-mêmes. Pour ces personnes, la richesse devient une fin en soi. Elles se définissent et définissent les autres en fonction de leur rémunération, de leur compte bancaire et de leurs possessions. Elles consacrent leur temps à chercher à gagner plus, à acquérir des biens et à accroître leur richesse. Elles prennent rarement le temps de profiter des plaisirs que leur richesse pourrait leur offrir.

Certains mettent tous leurs efforts dans la recherche du pouvoir. Ils veulent atteindre un statut élevé pour dominer les autres. Pour eux, le bonheur réside dans l'obtention d'un statut élevé et dans l'exercice du pouvoir politique et social. D'autres encore se soucient moins de la richesse et du pouvoir que de leur sécurité personnelle. Ils n'aspirent pas à gravir les échelons sociaux, mais sont satisfaits d'une existence confortable et sûre dans la classe moyenne. Ils se conforment aux attentes générales concernant ce qu'est une "vie respectable" : une jolie maison en banlieue, un conjoint agréable, de beaux enfants qui fréquentent une bonne école. Tout dans leur vie semble aussi beau qu'un livre d'images, à une exception près : ils manquent d'une profonde source de sens qui donne de la noblesse et de la valeur à leur existence.

Lorsqu'on regarde de près la vie de ceux qui se consacrent à des objectifs matériels, que ce soit pour des plaisirs sensuels, des possessions, de la richesse, du pouvoir ou de la sécurité, on constate qu'ils ne connaissent pas vraiment le bonheur et la satisfaction véritables. Le bonheur leur échappe parce qu'ils pensent que le bonheur consiste à se soumettre aux diktats du désir. Ils ne comprennent pas que le désir est par nature insatiable. Ainsi, dès qu'ils ont atteint leur objectif, au lieu de ressentir de la satisfaction, ils deviennent obsédés par un nouveau désir. Ce désir les pousse à rechercher de nouveaux plaisirs, plus de richesses, ou encore des postes plus élevés. La poursuite des réalisations matérielles se transforme alors en un cercle vicieux, le désir menant à la satisfaction et la satisfaction à un nouveau désir.

Pour nous convaincre que cela est vrai, il suffit de considérer la vie de ceux qui appartiennent à ce qu'on appelle l'élite privilégiée. Ces personnes semblent avoir tout ce que l'on peut désirer : une grande richesse, une position élevée, un statut social, tous les luxes imaginables. Pourtant, malgré l'envie que ces personnes suscitent, on observe souvent qu'elles ne connaissent pas une véritable sérénité dans leur cœur. Si vous allez chez eux, vous verrez une grande demeure avec de nombreuses pièces, de beaux meubles et d'agréables décorations. Ils emploient peut-être du personnel de maison, ils mangent des mets exquis et ils profitent de tous les privilégiés liés à leur rang social élevé. Cependant, en entrant dans la salle de bain, jetez un œil au placard à pharmacie. Vous y verrez probablement une variété de tranquillisants, d'antidépresseurs, de somnifères et de stimulants. Ces substances psychotropes leur permettent de faire face aux pressions et aux angoisses liées à leur vie quotidienne.

Ces réflexions devraient nous convaincre que le vrai bonheur ne dépend pas de nos possessions matérielles ni de notre succès dans le monde, mais plutôt de nos qualités intérieures, de notre esprit et de notre cœur. Il ne dépend pas de ce que *nous avons*, mais de ce que *nous sommes*. Le véritable bonheur découle d'un esprit paisible. Il ne dépend pas principalement de nos conditions matérielles. Bien sûr un minimum de sécurité matérielle est nécessaire pour vivre heureux. Les personnes opprimées par la faim, la maladie et la pauvreté ont de la difficulté à trouver le bonheur. Toutefois, la sécurité matérielle ne constitue qu'une base, un point de départ pour le développement de nos qualités intérieures. C'est le développement de ces qualités intérieures, le développement de l'esprit, qui apporte le vrai bonheur et la paix.

Dans sa formulation classique, l'enseignement du Bouddha parle du cycle complet de l'existence, *samsāra*, comme *dukkha*, ou souffrance. L'enseignement nous dit que le bonheur ultime réside dans la libération de la "roue" : en réalisant le *Nibbāna*, la vérité ultime, qui permet de mettre fin au cycle des renaissances. Cependant, le Bouddha parle également de formes de bonheur qui peuvent être expérimentées ici et maintenant, dans cette vie présente. Je souhaite donc examiner ce qu'est le véritable bonheur, selon le Dhamma, sans faire appel au cadre classique du *kamma*, de la renaissance et du *Nibbāna* comme libération du cycle des re-naissances.

Je ne veux pas dire qu'il faille mettre ces enseignements de côté, car ils sont essentiels pour acquérir une vision profonde et complète du Dhamma. Tout le chemin vers la libération, tel qu'il a été enseigné par le Bouddha, repose sur ce cadre philosophique. Tenter de l'éliminer ou de le rationaliser conduirait à une version édulcorée de l'enseignement. Cependant, le Bouddha lui-même dit qu'il faut examiner le Dhamma par soi-même, en se basant sur notre propre expérience. Je propose donc que nous commençons par ce qui est manifeste à nos yeux, c'est-à-dire ce que nous pouvons constater personnellement sur le sens du bonheur et de la paix intérieure. En utilisant les différentes formes de bonheur visibles comme point de départ pour notre recherche, nous pourrons développer notre confiance dans les aspects du Dhamma qui sont encore hors de notre champ de vision.

Dans ce qui suit, je vais explorer la notion de bonheur. Je vais analyser chacune des composantes qui le constituent, puis je vais me poser la question de savoir quelles actions doivent être entreprises afin d'y accéder. Pour ce faire, je vais examiner trois concepts considérés comme étant les plus importants par la tradition philosophique *occidentale*, et je vais démontrer comment on peut les atteindre à l'aide des enseignements du Bouddha. Ces trois concepts sont la Bonté, la Vérité et la Beauté. Je les examinerai dans un ordre légèrement différent : la Bonté, la Beauté et la Vérité.

Chacun de ces concepts règne sur un domaine spécifique de valeur humaine : l'éthique, l'esthétique et la connaissance. La Bonté est l'apogée du domaine éthique. Elle constitue à la fois le fondement de l'action juste, une qualité qui l'imprègne, et l'état intérieur qu'elle engendre. La valeur dans la sphère éthique est déterminée par l'exercice de la raison pratique. Pour décider comment nous devons agir face aux situations concrètes que nous rencontrons chaque jour, nous faisons appel à un type particulier de réflexion qui constitue le principe directeur de notre comportement. Autrement dit, pour mettre en pratique la Bonté, il faut que notre réponse soit guidée par des considérations éthiques.

La Beauté constitue la valeur suprême dans le domaine esthétique. Le mot "esthétique", qui évoque habituellement l'appréciation des œuvres d'art, est utilisé ici dans un sens plus large pour décrire toutes les expériences où la Beauté occupe une place centrale. L'art est considéré comme le domaine de l'esthétique, car les grandes œuvres d'art suscitent en nous un sentiment du sublime, une perception de la beauté transcendante. Mais nous pouvons également percevoir la Beauté en contemplant des paysages majestueux, en admirant des personnalités remarquables et en développant notre esprit vers des états de conscience élevés. Pour la plupart des gens, la contemplation de l'art élève leur esprit vers des crescendos de sentiments inconnus dans la vie quotidienne, ce qui en fait pour la plupart d'entre nous le principal moyen de vivre une expérience d'émerveillement et de splendeur. La rencontre avec la Beauté peut également être provoquée de façon plus intense, avec un plus grand potentiel d'accomplissement spirituel, grâce à une transformation directe de la conscience dans ses capacités affectives et esthétiques.

La Vérité est l'objectif suprême de notre quête de savoir. L'objectif ultime de la démarche scientifique est de comprendre la réalité du monde qui nous entoure. Bien que les découvertes scientifiques aient des applications concrètes, la science n'est pas entièrement tributaire de la technologie. On peut aussi voir les connaissances théoriques comme une fin en soi. La "science pure", qui vise à comprendre le monde dans son ensemble et en profondeur, nous fascine et stimule une bonne partie de la recherche scientifique, même si les applications technologiques semblent peu probables. Pourtant, les connaissances obtenues grâce à la méthode scientifique nous semblent toujours étonnamment contingentes. Elles sont inextricablement liées à des domaines dans lesquels on ne perçoit aucune finalité. Leur contenu est sujet à des révisions et à des ajouts constants, et elles donnent l'impression de ne gratter que la surface des choses. Notre soif de savoir ne peut être

étanchée que par un domaine de la Vérité qui nous permet d'acquérir une connaissance parfaite, une connaissance qui pénètre les profondeurs les plus insondables de la réalité.

En résumé, notre quête du véritable bonheur doit intégrer trois dimensions : l'engagement envers le Bien Éthique, c'est-à-dire la mise en pratique de valeurs morales dans notre vie ; la contemplation de la Beauté, l'expérience de sentiments élevés qui nous remplissent d'un sentiment du sublime ; et la réalisation de la Vérité, une connaissance qui apporte satisfaction et plénitude à notre vie intellectuelle.

## LA BONTÉ

Selon l'enseignement du Bouddha, la clé du véritable bonheur est la Bonté, c'est-à-dire la rectitude morale ou la vertu (*sīla*). Cette Bonté doit être réalisée par un comportement éthique. Pour être vraiment heureux, pour connaître le véritable bonheur dans notre vie, nous devons mener une vie éthiquement vertueuse. Autrement dit, nous devons adopter des normes de conduite qui tiennent compte du bien-être des autres dans nos actions et nos paroles. La vie morale consiste à s'élever au-dessus de nos propres intérêts et à considérer ceux des autres comme des facteurs déterminants dans nos actions.

Bien que les textes bouddhistes définissent souvent la moralité par des codes de conduite, les préceptes, le Bouddha lui-même ne considérait pas que la moralité découlait d'un ensemble de règles ou de préceptes spécifiques. Selon lui, elle repose plutôt sur un principe que nous pouvons appliquer dans nos relations avec les autres êtres vivants, en particulier avec les autres êtres humains. Ce principe est de se servir de soi-même comme critère pour décider comment agir envers les autres. Lorsque nous devons interagir avec d'autres personnes, il faut sortir de sa propre peau et se mettre à leur place. Si je me sens poussé à agir d'une certaine manière envers une autre personne, je dois d'abord réfléchir à la manière dont j'aimerais que quelqu'un d'autre se comporte envers moi. Ce principe signifie que nous devons faire preuve de respect et de considération envers autrui, et ne pas agir seulement dans notre propre intérêt.

C'est à partir de ce principe fondamental que le Bouddha a dérivé les préceptes moraux de base de son enseignement. Les cinq préceptes (*pañcasīla*) ont ainsi été énoncés en appliquant la règle de conduite selon laquelle on doit se servir de soi-même comme référence dans les situations quotidiennes qu'on peut aborder sous un angle éthique. En tenant compte de nos propres sentiments, nous tirons les préceptes de ne pas tuer, de ne pas s'approprier les biens d'autrui, de ne pas se livrer à des actes sexuels répréhensibles et de ne pas mentir. Le Bouddha a ajouté un cinquième précepte : s'abstenir de consommer des substances intoxicantes, ce qui donne les Cinq Préceptes. Il l'a fait non pas parce que la consommation de telles substances nuit directement aux autres, mais parce que celui qui s'y adonne affaiblit la contrainte imposée par la conscience et devient ainsi plus susceptible d'enfreindre les autres préceptes.

La pratique de la moralité, en observant les cinq préceptes, mène à une forme particulière de bonheur, que le Bouddha nomme "le bonheur de l'irréprochabilité (*anavajjasukha*)". Les gens qui se livrent à des comportements égoïstes et contraires à l'éthique peuvent connaître des succès apparents, du bonheur et de l'épanouissement, et nous pouvons même les envier. Agir à l'encontre des principes fondamentaux de la moralité génère un malaise profond dans l'esprit de l'individu. Cette prise de conscience, qu'elle soit vague ou claire, de la souffrance que nous causons aux autres s'accompagne d'un sentiment de détresse persistant. Ce dernier nous empêche de connaître le bonheur, malgré les apparences de réussite.

Pour saisir cette idée, imaginez un gangster influent ayant amassé une fortune considérable en dirigeant un réseau de trafic de drogue. Il élimine ses rivaux, soudoyant des responsables gouvernementaux pour protéger son empire. Il se déplace en voiture de luxe avec un chauffeur, revêt des costumes haute gamme, il est entouré de belles femmes et passe ses vacances dans les hôtels les plus somptueux. Mais on peut se poser la question suivante : "Peut-il réellement être heureux, sachant que son succès a été obtenu au prix de la misère de tant de personnes ?" La réponse est clairement non.

Cependant, lorsque nous maîtrisons nos penchants égoïstes et que nous régulons notre comportement selon des principes éthiques, nous atteignons alors une clarté et une pureté d'esprit qui émanent de la prise de conscience que nous ne causons délibérément de tort à aucun être vivant. En maîtrisant nos désirs égoïstes et en nous abstenant de toute action qui pourrait nuire à autrui, nous éprouvons le bonheur de l'irréprochabilité, la joie et la sérénité qui découlent d'une conscience claire. Ce bonheur naît du fait que nous réalisons que nous ne causons de la souffrance à aucun autre être vivant. Nous ne leur faisons pas non plus ressentir de la peur, nous leur offrons ainsi "le don de l'absence de peur" (*abhayadāna*). En notre présence, tous les êtres vivants peuvent donc se sentir en sécurité quant à leur vie, leurs biens, leurs relations personnelles et la façon dont nous communiquons. C'est le premier aspect du comportement moral : éviter de causer du tort et de la souffrance aux autres.

Cependant, il ne suffit pas de se contenter de suivre ces principes de retenue. Pour réaliser la quête du Bien, nous devons également cultiver les qualités intérieures du cœur qui découlent implicitement de ces préceptes. Ainsi, les qualités positives que nous cultivons, implicites dans les préceptes d'abstention d'actes nuisibles, sont : la bienveillance et la compassion envers les autres ; l'honnêteté ; le respect des droits conjugaux d'autrui ; la sincérité dans les paroles ; et la sobriété d'esprit. Ce sont là les contreparties positives des cinq préceptes. Si nous nous engageons à respecter ces deux aspects de la moralité, la retenue face aux mauvaises actions et la culture d'attitudes mentales saines, nous incarnons dans notre vie le principe du Bien, le premier fondement du véritable bonheur.

## LA BEAUTÉ

Selon le Bouddha, la bonté ou la pureté éthique est la base essentielle du véritable bonheur. Cependant, elle n'est pas suffisante en elle-même. Pour découvrir un bonheur plus profond et plus substantiel que celui offert par la seule bonté morale, nous devons aller plus loin. C'est ce que j'appelle la Beauté. Je n'utilise pas ce mot pour décrire la beauté physique, comme un beau visage ou une belle silhouette, mais plutôt à la beauté intérieure, celle de l'esprit. Dans l'enseignement du Bouddha, la véritable marque de la beauté est la beauté de l'esprit. C'est pourquoi l'Abhidhamma emploie les expressions *sobhana cittas* et *sobhana cetasikas*, beaux états d'esprit, beaux facteurs mentaux, pour décrire les qualités que nous devons développer sur le chemin vers le bonheur et la paix.

Pour développer les beaux états d'esprit, la belle conscience, nous commençons par certaines qualités fondamentales pour l'éthique. Ces qualités sont intrinsèques à l'état moral de la conscience, qui constitue donc le point de départ de notre quête de la Beauté. La véritable beauté ne peut être atteinte que par des états d'esprit moralement sains. Cependant, pour progresser sur le chemin de la Beauté, nous devons délibérément propulser les états de conscience éthiquement purificateurs vers de nouveaux sommets inaccessibles par la simple observance des préceptes moraux. Au cours de ce processus, ces qualités de l'esprit se développent, devenant puissantes, nobles et sublimes. Elles

pénètrent dans un tout nouveau paysage, qui, selon la cosmologie bouddhiste, n'appartient pas au domaine de l'expérience sensorielle (*kāmadhātu*) dans lequel nous vivons habituellement, mais qui appartient au domaine de la forme pure (*rūpadhātu*) accessible par la maîtrise des *jhānas*, ou absorptions méditatives.

Le Bouddha a enseigné de nombreuses méthodes pour développer une belle conscience. Parmi celles-ci, on trouve la méditation sur des disques colorés appelés *kasiṇas*, la pleine conscience de la respiration, la contemplation des Trois Joyaux, le Bouddha, le Dhamma et le Saṅgha. Un groupe de sujets de méditation souvent mentionnés dans les textes est le développement de quatre attitudes nobles appelées les "demeures divines" (*brahma-vihāra*) : la bienveillance, la compassion, la joie altruiste et l'équanimité. Celles-ci doivent être développées sans limites, envers tous les êtres sensibles sans distinction. Elles sont considérées comme les qualités naturelles des êtres divins connus sous le nom de *brahmas*. Les cultiver par la méditation permet d'élever l'esprit au rang de demeure de la divinité intérieure.

La première de ces qualités consiste à développer la bienveillance, *mettā*. C'est la méthode que je vais maintenant expliquer. La bienveillance se définit par le désir du bien-être et du bonheur d'autrui, un souhait qui doit s'étendre à tous les êtres vivants. Cette qualité sous-tend naturellement les préceptes moraux, mais, à ce stade de la pratique, nous ne la considérons pas seulement comme une base pour notre action. Nous la faisons pour purifier l'esprit, le rendre brillant, beau et sublime. Ainsi, nous cultivons la bienveillance comme un exercice délibéré de méditation.

Pour ce faire, on prend pour objet de contemplation quatre catégories de personnes : soi-même, puis une personne nous est chère, ensuite une personne qui nous est indifférente, et enfin qui nous est une personne hostile.

On pense d'abord à soi-même et on dirige vers soi le souhait de bien-être et de bonheur, en pensant : "Puis-je être bien, puis-je être heureux, puis-je être libéré de tout mal et de toute souffrance." Vous vous prenez comme exemple d'une personne qui veut être bien et heureuse, et vous vous servez de vous-même comme d'une plate-forme pour étendre le sentiment de la bienveillance vers les autres. En partant du souhait pour son propre bien-être et pour son propre bonheur, on en vient à comprendre que les autres veulent aussi être bien et heureux. On apprend ainsi à étendre ce souhait de bien-être et de bonheur aux autres.

Il faut être capable de générer un sentiment naturel, chaleureux et rayonnant de bienveillance envers soi-même. Pour faciliter cette pratique, vous pouvez commencer par votre propre image mentale. Visualisez-vous comme dans un miroir, souriant et heureux, et imprégnez votre image à plusieurs reprises de la pensée suivante : "Puis-je être bien, puis-je être heureux, puis-je être libéré de tout mal et de toute souffrance." Lorsque vous aurez acquis une certaine maîtrise dans l'art de diffuser de la bienveillance envers vous-même, lorsque vous ressentirez un rayon d'amour chaud émaner de votre cœur et vous envahir, vous serez en mesure d'inclure autrui, en tenant compte des différents groupes.

Trouvez d'abord une personne amicale, quelqu'un que vous considérez comme un véritable ami. Cependant, ne choisissez pas quelqu'un avec qui vous entretenez une relation émotionnelle étroite et intime, comme votre conjoint ou votre partenaire amoureux ; vous ne devez pas non plus choisir votre propre enfant. Dans de tels cas, l'attachement émotionnel peut être dissimulé derrière un masque de bienveillance, ce qui peut perturber le cours normal de la méditation. Choisissez plutôt quelqu'un comme un enseignant respecté ou un ami proche, quelqu'un pour qui vous éprouvez de l'affection et du respect, mais avec qui vous n'avez pas de lien affectif permanent.

Invitez cette personne sympathique dans votre esprit. Générez, renforcez et cultivez un souhait de bien-être et de bonheur pour votre ami. Lorsque vous parvenez à rayonner la pensée bienveillante envers votre ami, un souhait profond et sincère pour son bien-être et son bonheur, vous devez ensuite choisir une personne neutre. Il peut s'agir d'une personne que vous croisez tous les jours dans la rue, le facteur, la caissière du supermarché ou le chauffeur du bus que vous prenez chaque jour pour aller au travail : quelqu'un que vous voyez suffisamment souvent pour reconnaître son visage, mais avec qui vous n'avez aucune relation personnelle. Votre attitude envers cette personne doit être entièrement neutre : aucune trace d'amitié ni de malveillance.

Vous considérez cette personne comme un être humain, tout comme vous. Pour préparer le terrain pour la méditation, vous pouvez réfléchir de la manière suivante : "Tout comme je veux me sentir bien et heureux, cette personne veut aussi se sentir bien et heureuse." Vous pouvez imaginer sortir votre propre esprit de votre corps et le placer dans la peau de l'autre personne. Vous essayez de percevoir le monde à travers les yeux de cette personne neutre. Je ne veux pas dire que vous devez accomplir un exploit en matière de pouvoir psychique ou de lecture des pensées, mais plutôt que vous devez utiliser votre imagination pour ressentir ce que c'est que d'être cette personne considérée comme étant neutre. Cela vous aide à comprendre que cette personne soi-disant neutre n'est pas seulement un visage sans nom, mais un être humain réel, tout comme vous. Elle désire se sentir bien et heureuse, tout comme vous. Elle a la même aversion pour la douleur et la souffrance que vous.

Après avoir procédé à cet échange imaginaire de votre identité personnelle avec celle de cette personne, vous revenez pour ainsi dire dans votre propre peau et vous rayonnez la pensée suivante : "Que cette personne soit bien, qu'elle soit heureuse, qu'elle soit à l'abri du mal et de la souffrance." Vous continuez à diffuser jusqu'à ce que vous puissiez imprégner la personne neutre de ce souhait chaleureux, lumineux et rayonnant pour son bien-être et son bonheur.

Lorsque vous réussissez dans la méditation avec la personne neutre, vous choisissez ensuite une personne que vous pourriez considérer comme un ennemi : une personne hostile, une personne dont la simple présence suscite la colère en vous. Vous vous concentrez sur cette personne et essayez à nouveau de ressentir le monde de son point de vue. Vous utilisez la même technique "d'échange d'identités personnelles" que celle que j'ai décrite dans le cas de la personne neutre. Ensuite, une fois que votre esprit a été adouci par ces réflexions, vous pourrez diffuser de la bienveillance envers la personne hostile.

Il est souvent difficile de diffuser la bienveillance envers une personne hostile, et c'est précisément pour cette raison que le Bouddha a enseigné diverses méthodes pour éliminer le ressentiment envers une telle personne. En pratiquant ces méthodes avec habileté, en maintenant un bon équilibre entre patience et effort, vous arriverez à surmonter votre aversion envers la personne hostile. Vous serez alors capable de diffuser le souhait du bonheur véritable de cette personne, même si elle est malveillante et cruelle. Vous devez persévéérer dans vos efforts jusqu'à ce que vous éprouviez une inquiétude profonde et sincère pour le bien-être et le bonheur de cette personne hostile. Ensuite diffusez la bienveillance envers elle, encore et encore, jusqu'à ce que vous soyez capable de considérer votre ennemi comme un ami.

Ainsi, nous avons appris à diffuser la bienveillance envers nous-mêmes, envers une personne amicale, envers une personne neutre et envers une personne hostile. Grâce à la pratique, on atteint un point où l'on peut diffuser la bienveillance envers tous de façon égale, sans distinctions ni discriminations. Dans les textes bouddhistes, cela s'appelle "la destruction des barrières", car on n'érigé plus de barrières entre soi et les autres, ni entre ses amis, les personnes neutres et ses ennemis. Après avoir consolidé cette étape de non-discrimination envers les différentes personnes grâce à une

pratique répétée, on commence ensuite à étendre ce sentiment de bienveillance de plus en plus largement jusqu'à ce qu'il englobe tous les êtres sensibles. On le diffuse sur sa ville, sur son pays, sur son continent, sur les autres continents, sur le monde entier. Nous diffusons un esprit de bienveillance universellement envers tous les êtres humains du monde, qu'ils soient blancs, bruns, noirs ou jaunes, qu'ils soient des hommes, des femmes ou des enfants, sans aucune exception. Puis nous incluons également tous les êtres sensibles, dans tous les différents plans d'existence.

Dans le célèbre Mettā-sutta, le Bouddha dit que, tout comme une mère aime son fils unique jusqu'à donner sa propre vie, il est faut étendre ce sentiment de bienveillance à tous les êtres vivants. De cette manière, on transforme la bienveillance, qui n'est alors qu'un sentiment non discriminatoire, en une qualité du cœur véritablement universelle et globale.

Cultiver la bienveillance permet de développer une beauté intérieure de l'esprit. Cette beauté de l'esprit est un des ingrédients essentiels du véritable bonheur intérieur et de la paix. La souffrance, le mécontentement et l'insatisfaction proviennent des souillures mentales, ou *kilesas*. À mesure que l'on développe la méditation de la bienveillance, cette qualité saine d'amour pur s'étend jusqu'à devenir illimitée, dissipant ainsi les ténèbres des souillures. À mesure que les souillures sont dissipées, de nombreuses autres qualités pures et merveilleuses de l'esprit émergent et s'épanouissent : la foi, la pleine conscience, la tranquillité, la concentration et l'équanimité. Ces qualités pures apportent joie, bonheur et paix, même dans des circonstances extérieures difficiles. Même si les autres vous traitent durement et que vous vivez dans des conditions difficiles, votre esprit reste heureux et calme. Ainsi, le deuxième élément du bonheur est la Beauté, c'est-à-dire la beauté de l'esprit. La méditation sur la bienveillance universelle (*mettā-bhāvanā*) constitue une méthode efficace pour développer cette qualité.

À mesure que l'esprit s'apaise et s'éclaircit, on apprend à maintenir son attention sur un seul objet. Grâce à cet effort, l'esprit entre dans des états de concentration profonde appelés *samādhi*. Avec de la pratique assidue, si l'on possède des facultés suffisamment développées, on peut atteindre ces états de conscience exaltés connus sous le nom de *jhānas*, les absorptions méditatives. Il existe quatre états de ce type, caractérisés par la joie sublime, la félicité et la tranquillité, et leur réalisation élève la conscience à des niveaux élevés bien au-dessus de la sphère de l'expérience sensorielle. Ces états sont le summum de la belle conscience, et leur maîtrise marque la pleine réalisation de la Beauté en tant qu'expérience vivante. Pour les traiter de manière adéquate, il faudrait une discussion détaillée. Toutefois, on peut dire que la pratique de la méditation sur la bienveillance aide à préparer l'esprit à leur réalisation.

## LA VÉRITÉ

Nous arrivons maintenant au troisième élément du bonheur, la Vérité, ou plus précisément, la réalisation de la Vérité. Le Bouddha dit que, même lorsque la vertu morale est bien établie et que l'esprit est purifié par la concentration, on n'a pas encore atteint le bonheur et la paix suprêmes. Les absorptions méditatives apportent une félicité et un calme ineffables, elles imprègnent l'esprit de rayonnement et de lumière, elles élèvent l'individu vers des sommets divins, ces états ne résolvent pas encore entièrement le problème de la souffrance. Quels que soient la félicité et le calme que les absorptions méditatives induisent, ils restent imparfaits, incomplets, instables. Pour atteindre le bonheur et la paix suprêmes, il faut aller plus loin. Ce dont on a besoin, c'est de la sagesse, c'est-à-dire de la réalisation directe de la Vérité.

La réalisation de la Vérité est essentielle au bonheur véritable, car seule la sagesse est capable d'éliminer les souillures à la racine, et c'est la sagesse qui réalise la Vérité. Le développement de la bienveillance permet de suspendre temporairement les souillures de l'esprit, de sorte qu'elles ne peuvent pas envahir la conscience ni obséder nos pensées. Cependant, même si nous pouvons connaître la paix et la pureté en développant la bienveillance et d'autres qualités louables, les souillures subsistent toujours au plus profond de notre esprit. Si nous ne sommes pas diligents, elles pourraient trouver l'occasion de réapparaître et d'infiltrer la conscience, causant affliction et détresse.

Selon le Bouddha, la racine profonde de toutes les souillures est l'ignorance (*avijjā*). Tant que l'ignorance subsiste, les souillures persistent, même si elles sont peut-être plutôt latentes qu'actives. Afin de rendre notre esprit totalement imperméable aux machinations des souillures, nous devons donc éliminer l'ignorance. Lorsque l'ignorance est éradiquée, toutes les souillures disparaissent avec elle, de manière permanente et irréversible.

Selon le Bouddha, l'ignorance signifie ne pas comprendre les choses telles qu'elles sont réellement, c'est-à-dire ne pas comprendre la véritable nature des phénomènes qui constituent notre propre expérience. Pour chacun de nous, le monde, au sens ultime, se compose de nos propres "cinq agrégats" (*pañcakkhandha*) : la forme, la sensation, la perception, les formations mentales et la conscience. Le monde est "l'ensemble" des sens, de leurs objets et des types de conscience correspondants. Pour éliminer l'ignorance, nous devons faire appel à la sagesse (*paññā*). La sagesse signifie donc la compréhension correcte des choses telles qu'elles sont réellement, la compréhension correcte de notre monde : les cinq agrégats, les six sphères sensorielles, les différents types de conscience.

Cette sagesse ne se réduit pas à une simple connaissance conceptuelle, elle doit être directe et perceptuelle. Elle ne peut être obtenue par un processus d'objectivation en prenant du recul et en nous distanciant de notre expérience ; elle nécessite plutôt que nous adoptions un "point de vue interne" très personnel, dans lequel nous restons à la fois totalement immergés dans notre subjectivité sans pour autant nous identifier à elle. Ce point de vue ne peut être atteint que par un entraînement systématique. Pour parvenir à la sagesse qui coupe les racines de la souffrance, il faut s'engager dans la phase de formation méditative bouddhiste appelée développement de la vision pénétrante (*vipassanā bhāvanā*). La vision pénétrante signifie voir directement la vraie nature de notre propre corps et de notre propre esprit, ce qui constitue l'expérience, et c'est précisément ce à quoi vise la pratique de la méditation de la vision pénétrante. Tout d'abord, nous devons développer notre capacité de concentration et d'attention soutenue en rassemblant notre esprit en un seul point grâce à des pratiques telles que la méditation sur la bienveillance, les *kasiṇas* ou la pleine conscience de la respiration. Ensuite, nous utilisons notre esprit concentré, focalisé et unifié pour explorer la nature de l'expérience telle qu'elle se déroule d'un instant à l'autre.

Le facteur clé pour développer la vision pénétrante est la pleine conscience (*sati*) : une attention étroite et minutieuse à ce qui nous arrive et à ce qui se passe en nous à chaque instant de perception. La pleine conscience ne cherche pas à manipuler le contenu de l'expérience. Elle observe simplement ce qui se passe à chaque instant, tel qu'il se produit réellement. Lorsque nous examinons notre propre expérience avec cet esprit concentré et attentif, en observant tout avec une attention pure, nous commençons à comprendre la nature réelle de toutes les choses conditionnées, car la nature de toute existence conditionnée est mise à nu dans notre propre esprit et notre propre corps. Au sein de notre propre corps et de notre propre esprit, au sein de nos cinq agrégats, nous connaissons et voyons la nature du monde entier.

À mesure que la pleine conscience s'approfondit, en portant notre attention sur les cinq agrégats, nous remarquons qu'ils partagent tous trois caractéristiques. Ils sont impermanents (*anicca*), apparaissant et disparaissant d'innombrables fois à chaque instant ; ils sont sujets à la souffrance (*dukkha*) ; et ils sont vides de tout noyau substantiel qui pourrait être considéré comme un "soi" (*anattā*). Ces trois caractéristiques sont intrinsèques à tout ce qui est conditionné. Elles constituent la nature véritable de toutes les formations (*saṅkhārā*), de toutes les choses qui sont le résultat de causes et de conditions. Nous pouvons observer que tout ce qui fait partie de notre expérience apparaît et disparaît. Nous savons ainsi que tout ce qui débute quelque part doit également disparaître : tout ce qui commence doit finir. Nous pouvons observer que tout aspect de notre expérience qui vacille et s'effondre nous expose à la souffrance. Nous savons ainsi qu'il n'y a rien dans le monde conditionné qui vaille la peine de s'y attacher, car s'attacher, c'est souffrir. Nous pouvons voir que tous les composants de notre propre être, nos cinq agrégats, sont dépourvus de substance et de nature intrinsèque. Nous savons ainsi que tous les phénomènes, partout, sont dépourvus de substance et de "soi". Cette connaissance expérientielle directe de notre expérience personnelle nous permet d'accéder à une connaissance universelle. En connaissant la nature de la réalité dans notre complexe des cinq agrégats, nous acquérons une certitude sur l'ensemble du monde conditionné, qui s'étend dans l'espace et le temps infinis.

Mais la vérité sur le monde conditionné, dans toute son étendue, n'est pas encore la vérité ultime. Elle reste une vérité liée à ce qui est conditionné, formé et périssable, et donc une vérité imparfaite. En fait, ce n'est que la moitié de la vérité qui nous est accessible, la moitié de la vérité que nous devons découvrir. Le Bouddha dit : "D'abord vient la compréhension de la nature réelle des phénomènes, ensuite vient la connaissance du Nibbāna" (*pube dhammaṭṭhitīñāṇam pacchā nibbāne ñāṇam* ; Samyutta Nikāya 12:70). Lorsque nous contemplons les cinq agrégats, l'esprit se stabilise dans une équanimité imperturbable, offrant une perspective privilégiée pour observer avec une clarté limpide les trois caractéristiques qui marquent tous les constituants de l'être. Lorsque la sagesse intuitive atteint son apogée, elle repousse les limites du conditionné. Puis l'esprit s'échappe des phénomènes conditionnés pour entrer dans l'inconditionné. En pénétrant la nature du monde conditionné, l'esprit émerge de l'autre côté de ce monde et pénètre dans le domaine de l'inconditionné, la vérité transcendante. C'est cette vérité suprême ou ultime (*paramasacca*) que le Bouddha appelle Nibbāna, la délivrance de toute souffrance : "C'est là la noble sagesse suprême, la connaissance de la destruction de toute souffrance. La délivrance, qui repose sur la vérité, est inébranlable, car ce qui est faux a une nature trompeuse, alors que ce qui est vrai ne trompe pas, à savoir le Nibbāna. Ainsi, celui qui possède cela possède le fondement suprême de la vérité. Car c'est la noble vérité suprême, le Nibbāna, qui a une nature non trompeuse" (Majjhima Nikāya 140).

## UNE UNITÉ TRIADIQUE

Il est important de noter que, tant que la Vérité n'est pas pleinement réalisée et ancrée en nous, nos réalisations dans la poursuite du Bien et de la Beauté restent partielles et fragiles. Sans la réalisation de la Vérité transcendante, le Bien, en tant que vertu morale, doit être maintenu avec diligence. Nous sommes tentés de transgresser les préceptes, et si notre détermination à suivre les préceptes de la moralité vacille, nous pouvons faire fi de notre conscience et nous soumettre à nos pulsions brutales. Ainsi, la Bonté qui n'est pas fondée sur la réalisation directe de la Vérité peut être facilement subvertie par le mal. Le Bouddha dit que ce n'est qu'avec la première percée vers la Vérité ultime, l'atteinte de l'entrée dans le courant (*sotāpatti*), que l'engagement envers les cinq préceptes

devient inviolable. Ce n'est que l'arahant ou l'être libéré qui a éradiqué les tendances profondes d'où jaillit la conduite immorale. Ainsi, la réalisation de la vérité est nécessaire pour assurer, stabiliser et parfaire la pratique de la Bonté.

Il en va de même pour la Beauté. Le bel esprit, qui résulte de la culture de qualités divines, telles que l'amour et la compassion, doit être protégé par une vigilance constante. Comme tout jardin bien entretenu, s'il n'est pas arrosé, désherbé ou taillé chaque jour, il deviendra sauvage, désordonné et inesthétique. Le calme, la félicité et l'éclat de l'esprit concentré sont les récompenses d'un effort sincère. Cependant, nous ne pouvons pas considérer ces récompenses comme acquises. Sans vigilance, les souillures refont surface dans la couche arable de la conscience, déformant ainsi nos pensées et pervertissant nos émotions. En atteignant les *jhānas* et la félicité et la paix qui en découlent, nous pouvons les savourer pendant des éons, mais elles ne seront pas inébranlables. En l'absence de la Vérité, nos réalisations peuvent décliner, s'estomper et disparaître. Ce n'est que par la réalisation de la Vérité que les souillures sont "coupées à la racine, rendues sans fondement, anéanties, incapables de resurgir à l'avenir". Ainsi, ce n'est que par la réalisation de la Vérité que la Beauté devient pour nous un accomplissement durable.

Nous voyons donc que parmi les trois éléments qui composent le vrai bonheur – la Bonté, la Beauté et la Vérité – la Vérité occupe un rang à part, incomparable aux deux autres. Elle est à la fois le fondement sur lequel reposent la Bonté et la Beauté, et le sommet vers lequel elles convergent lorsqu'elles sont poussées à leur limite extrême. La vérité ancre la Bonté et la Beauté dans l'esprit afin qu'elles ne puissent jamais être perdues, tout en amenant à la perfection leur potentiel inhérent d'excellence.

En bref, lorsque nous examinons de près la notion du bonheur, nous constatons qu'il se compose de trois éléments : la Bonté, la Beauté et la Vérité ; ou la pureté éthique, la beauté de l'esprit et la réalisation de la vérité. Nous commençons à incarner la bonté dans nos vies en observant les préceptes, les principes codifiés du comportement éthique. Ensuite, à partir de la Bonté comme base, nous aspirons à la Beauté. Nous développons un bel esprit grâce à l'un des exercices de développement mental qui mènent à la purification de l'esprit. Je n'ai abordé qu'un seul de ces exercices : le développement de la bienveillance. Ensuite, lorsque l'esprit devient pur, calme et rayonnant grâce à la concentration, nous aspirons à la réalisation de la Vérité. Nous utilisons l'esprit concentré pour analyser la nature même de notre propre expérience. Tout d'abord, nous réalisons la nature de la réalité conditionnée telle qu'elle se manifeste à travers nos "cinq agrégats" de phénomènes corporels et mentaux, puis nous réalisons la réalité inconditionnée, le *Nibbāna*, la vérité suprême. La réalisation du *Nibbāna* accomplit les trois composantes du but : la Bonté, la Beauté et la Vérité. Elles forment alors une unité triadique, un tout indissoluble. Ce tout confère à nos vies la paix, l'harmonie et le bonheur suprême, ce que le Bouddha appelait la libération inébranlable du cœur.

*Extrait de Bodhi Leaves n° 154 ; publié pour la première fois en 2001.*

À propos de ce livre

