



**HAL**  
open science

# Le bouddhisme, une spiritualité au service de l'homme

Cécile Crapoulet

► **To cite this version:**

Cécile Crapoulet. Le bouddhisme, une spiritualité au service de l'homme . Philosophie. 2009. dumas-01144593

**HAL Id: dumas-01144593**

**<https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01144593>**

Submitted on 22 Apr 2015

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



**Cécile CRAPOULET**

**Le bouddhisme,  
une spiritualité au service  
de l'homme**

**Mémoire de Master 1 en « Sciences humaines et sociales »**

**Mention : Philosophie**

**Spécialité : Histoire de la philosophie**

***Sous la direction de M. Michel FATTAL***

**Année universitaire 2008-2009**





**Cécile CRAPOULET**

**Le bouddhisme,  
une spiritualité au service  
de l'homme**

**Mémoire de Master 1 en « Sciences humaines et sociales »**

**Mention : Philosophie**

**Spécialité : Histoire de la philosophie**

***Sous la direction de M. Michel FATTAL***

**Année universitaire 2008-2009**

## *Sommaire*

Introduction :	- 5 -
I. Qu'est-ce que le « <i>Dharma</i> » ?	- 30 -
1. Bouddhisme ou <i>Dharma</i> ?	- 31 -
A. Les différents sens du mot « <i>Dharma</i> »	- 31 -
a. Le bouddhisme et ses déformations	- 31 -
b. Ebauche d'une définition de « <i>Dharma</i> »	- 34 -
c. Aperçu de l'étendue du champ sémantique du mot « <i>Dharma</i> »	- 37 -
d. Dix significations usuelles, trois sens principaux	- 39 -
2. Le <i>Dharma</i> du Bouddha : un enseignement et une pratique intemporels, transculturels et universels	- 40 -
A. Points communs à toutes les traditions	- 40 -
B. Le caractère intemporel et transculturel de la transmission	- 42 -
C. Une vision universelle adaptée aux besoins actuels	- 43 -
3. L'idée d'un amour universel :	- 43 -
Conclusion	- 46 -
Plan projectif pour le mémoire de M2 afin d'appuyer mes premières conclusions :	- 49 -
GLOSSAIRE	- 54 -
BIBLIOGRAPHIE	- 63 -
CHOIX DES TEXTES	- 69 -
ANNEXE I	- 79 -

## ***Introduction :***

A l'heure où la philosophie est avant tout une conceptualisation des « choses du monde », que reste-t-il à l'homme pour « apprendre ou réapprendre à vivre », et comprendre ce qui lui est essentiel ?

A l'origine, la philosophie était un art de vivre et de penser réservé à une élite qui orientait le peuple. Pour saisir son essence, il faut remonter à l'Antiquité grecque et porter notre attention à la provenance du mot « *philosophia* ». « *Philo* » signifie « aimer » ; « *sophia* » signifie « savoir, sagesse » ; « *sophos* » signifie « expert, savant, sage », c'est celui qui est habile et qui maîtrise son métier, un art, une *techné* ; « *sophoi* » signifie « savants, sages » c'est-à-dire les hommes doués d'un savoir théorique et d'une morale excellente. Selon Zenon de Citium (stoïcien), la réflexion philosophique porte sur trois domaines : physique, logique, éthique. Les deux premiers ressortent de la théorie. Le domaine de l'éthique invite lui à poser la question : « comment mener une vie heureuse ? » A cette question, plusieurs réponses que l'on soit stoïcien, cynique, sceptique, épicurien... la question restant la même. Les réponses à cette question préconisent une voie (par exemple le bonheur en développant le plaisir des sens chez les épicuriens ou les cyrénaïques). Pour emprunter cette voie (ou une autre), afin de répondre à la question initiale, il convient de développer des vertus. Il s'agit de répondre ici et maintenant à la question et de pratiquer les vertus conformes à la voie suivie. C'est une démarche immanente, inscrite dans ce monde-ci pour cette vie-ci, transmissible par l'exemple (les pré-socratiques) et rapportée jusqu'à nous par l'anecdote (Diogène Laërce). Voilà qui nous permet de dire que la philosophie était « l'amour du savoir et de la sagesse ». Partant, le philosophe était différent des autres hommes. En effet la philosophie était un véritable choix de vie, celui qui engage l'être. Alors, cet amoureux de la sagesse qu'était le philosophe, était un être en quête de ce qu'il ne possédait pas : la connaissance. Alors que la foule restait esclave des richesses et de la gloire, la recherche de la vérité se devait d'être au service de l'agir pratique. Par conséquent, le philosophe vivant dans la cité, recherchait la meilleure manière de vivre au sein de cette cité. Pour répondre à l'interrogation essentielle du bien-vivre le philosophe portait sa réflexion sur les concepts afin de fonder l'action –la *praxis*- qu'il expliquait grâce l'habileté de sa parole. Il avait la mission pédagogique de conduire les âmes par le discours, pour les rendre aussi bonnes que possible. Il visait donc l'amélioration morale, intellectuelle et spirituelle. Dans l'Antiquité, c'est toute la culture grecque qui était désirante d'une sagesse pratique et c'est le philosophe qui a répondu à ce

souci en proposant une morale fondée en raison autour des notions de mesure, de justesse afin de combattre les excès de la démesure –*hubris*- et des passions. C'est Socrate qui incarne la figure du philosophe par excellence. Il guidait et formait les hommes pour qu'ils s'engagent eux-mêmes sur la voie qu'il montrait par ses exemples, évoquant la nécessité du doute et de la remise en cause pour prendre conscience de leur ignorance et rechercher la vérité qui les mènerait à la vie heureuse. Conduisant au bonheur, la philosophie était considérée comme le plus grand de tous les arts, la plus vertueuse des activités. La philosophie servait la vie. Elle était un guide, une méthode, un cheminement avant d'être un enseignement, cette sagesse ou cet art de vivre qui répondait à l'interrogation socratique « Comment dois-je vivre ? »

Cette interrogation est essentielle et sera d'actualité tant qu'existera l'Homme. Où nous situons-nous par rapport à elle aujourd'hui ? Qu'est-ce qui est essentiel à l'individu ? Comment doit-on vivre ?

Aujourd'hui si l'on se bat c'est plus pour notre survie que pour notre vie. Je veux dire que nous cherchons à vivre au lieu de profiter de la vie. J'entends plus précisément le terme « survie » au sens de maintien d'un minimum d'humanité qui se perd dans une hyperactivité frénétique, que je perçois comme la maladie de la modernité qui fait que nous perdons nos vies à les gagner -par le travail qui rémunère-. Nous ne prenons pas le temps de vivre, en cela je dis que nous survivons. L'occident est devenu un temple de recherche de pouvoir et de productivité où la principale valeur est l'apparence que l'on donne et non la nécessité évidente de l'altruisme comme intérêt porté à autrui, qui devrait servir de base à la moralité. Cette apparence ressort avec l'argent que l'on possède parce que nous l'avons gagné en perdant un peu de notre vie. Aujourd'hui, l'argent permet de se faire un nom, une place, d'avoir un semblant d'importance au sein d'une société individualiste. C'est le combat que mène l'ego<sup>1</sup>, le « soi » qui veut toujours plus pour pouvoir s'affirmer ; avoir une plus grosse voiture que son voisin, avoir une plus grande maison, avoir de plus beaux vêtements... Ce souci égotique du désir de « l'avoir » a remplacé le souci de « l'être » comme valeur spirituelle. Nous croyons que cet ego se confond avec ce que nous sommes. Pourtant, dans d'autres cultures et traditions comme le bouddhisme, l'ego est ce qui voile ce que nous sommes profondément, essentiellement.

Mais au fond de lui et malgré les apparences, l'homme occidental est-il heureux de cette condition qui fait de lui un outil de la société ? Je ne pense pas.

---

<sup>1</sup> L'idée d'*ego* suggère qu'il existe en l'homme une entité permanente, éternelle et absolue qui est immuable derrière un monde phénoménal changeant.

Lorsque parfois nous reprenons conscience en revenant à l'essentiel, n'a-t-on pas peur de voir que l'on détruit le monde par les progrès de l'évolution scientifique et technologique qui fondent notre vanité et notre orgueil ? Ne nous demandons-nous pas ce que nous allons laisser à nos enfants ; quelle Terre, quelles valeurs ? Qu'aura-t-on fait pour améliorer le monde, pour nous et les générations futures ? Nous sommes-nous préoccupés de notre voisin, notre voisin s'est-il préoccupé de nous ? Dans ce monde où la consommation est devenue signe de grandeur qu'est devenu l'Homme ? Qu'est-ce qui pourrait lui rendre son humanité et ses valeurs perdues qui engendrent tant de mal-être et de souffrances ?

Dans cette décadence je pense que pourtant l'individu souffre d'un manque et en a conscience, tout au moins l'intuition. Mais comment donner du sens à notre existence alors qu'on ne saurait définir ce qu'est la vie ou ce que nous sommes ? Ce que l'on sait, c'est que l'on cherche à se sentir bien, ou mieux, c'est-à-dire que l'on aspire à moins de souffrance et à plus de paix. Le mieux être est finalement le bonheur que l'on recherche et qui anime notre vie. Mais que cherche-t-on quand on s'est égaré si loin de l'être ? Quel est ce bonheur après lequel on court ?

Il me semble que le vide que l'on perçoit parfois est un vide d'Être, celui qui angoisse par ce qu'il est l'égarement de notre authenticité. La perte de valeurs et de repères a entraîné cette sorte de dépression culturelle qui est à l'origine du malaise psychique actuel : nous ne savons pas qui nous sommes. Le mal-être s'observe sans grande difficulté ; on voit proliférer le nombre de psychologues-analystes, de coachs, de sectes ou d'autres disciplines plus exotiques à nos yeux des dites médecines spirituelles. On vit sous antidépresseurs, ou sous activateurs de santé par ce qu'aujourd'hui nous manquons de force, de la force vitale qui nous fait progresser dans la vie. L'individu a besoin de confiance pour avancer. Confiance en soi, en la vie et les possibilités qu'elle offre. Mais comment avoir « confiance » dans le monde actuel où les crises économiques cachent des crises éthiques et morales qui remettent en question les valeurs fondamentales comme celles des droits de l'homme ou de la sociabilité des individus ?

La nature humaine a fait que nous nous rassemblions en communautés. Aristote et d'autres après lui ont montré que l'homme est un « animal politique », fait pour vivre en société. Nous nous sommes défaits de notre état de nature dans lequel nos vies étaient en perpétuel danger pour nous protéger. Ainsi, chaque individu fait partie du grand groupe de la communauté humaine par ce que justement il est Homme. De la nécessité de la vie communautaire naissent les obligations morales, ce qu'il est convenable de faire ou ne pas faire. Et le bon sens nous montre que pour bien vivre en groupe, il faut être attentif à l'autre



autant qu'à soi et pouvoir faire confiance. La confiance naît dans la croyance en un monde où chacun a sa place et peut vivre avec l'autre en visant un bien-être commun. Or dans notre culture, la loi de la concurrence qui s'est imposée nous éloigne d'un tel modèle et récompense le narcissisme plutôt que l'altruisme, ce qui entraîne souvent frustration, angoisse, orgueil, avidité ou jalousie. Elle impose l'individu comme fondement des valeurs morales et non pas l'humanité entière. De là, les intérêts personnels priment sur les besoins collectifs et la confiance s'efface devant la rivalité. Vivre ainsi, c'est ne pas voir que tout est lié et que rien ne peut réellement exister totalement indépendamment du reste, de ce qui l'entoure. Pourtant, il existe bien un mouvement universel qui nous montre la dépendance de tout par rapport à tout<sup>2</sup>.

Où s'en est allée notre force vitale? Peut être avec les valeurs d'altruisme, de bienveillance et de confiance originaires qui ne sont pourtant plus au goût du jour.

L'interrogation socratique « Comment dois-je vivre ? » qui fait partie intégrante de l'interrogation philosophique définie comme « amour de la sagesse », suppose à la fois la conduite de la vie humaine et la connaissance de la nature. Cet examen moral de l'individu perdura du VI<sup>ème</sup> siècle avant J.-C. au XVI<sup>ème</sup> siècle essentiellement et fut abandonnée depuis le XVII<sup>ème</sup> siècle par la philosophie occidentale et laissée à la religion. Depuis, la religion comme élan de force vitale et de confiance remplissait ce vide prenant la suite de la philosophie, dans le but nous aider à devenir meilleurs. Nous l'avons pourtant aujourd'hui délaissée. Les progrès scientifiques et techniques nous ont plongés dans une véritable crise spirituelle en remettant progressivement les croyances en question. La science a pénétré au cœur de la vie des individus pour en modifier les habitudes, par exemple par de nouveaux objets dans la vie quotidienne comme le téléphone portable pour la communication, l'avion pour les déplacements, les satellites pour l'observation de la planète... Ce sont les idées scientifiques et technologiques qui accompagnent la modernisation de la société et les nouveaux besoins qui naissent de l'évolution historique et pas les interrogations éthiques ou spirituelles. Avec l'esprit scientifique est né le rationalisme, la nécessité de démontrer avec l'expérience. De là, nous nous sommes éloigné de la religion et de la spiritualité en général qui sont en décalage voir même en conflit avec notre société moderne. En 1856, le philosophe Vacherot écrivait déjà dans *la Religion*<sup>3</sup> : « La science voilà la lumière, l'autorité, la religion

---

<sup>2</sup> Un exemple revient fréquemment dans le bouddhisme, celui de l'arbre. L'arbre peut pousser si l'environnement l'y autorise, s'il reçoit soleil et eau en abondance, s'il n'est pas mangé par un animal lorsqu'il est encore une jeune pousse, s'il n'est pas atteint par une maladie... L'environnement est finalement un ensemble de « conditions qui conditionnent » à...

<sup>3</sup> Vacherot, *La Religion*, p.

du XIX<sup>èm</sup> siècle » et pour qui « l'idée de Dieu n'est qu'une représentation de la perfection et n'a d'existence que dans l'esprit humain. » Pourtant, je doute que le merveilleux scientifique qui peut nous faire voir par les télescopes ce qui existe à des années lumières ou par les microscopes les détails atomiques de la matière... puisse égaler le merveilleux spirituel qui nous révèle la réalité de ce que nous sommes, la profondeur de notre être.

Alors comment renouer avec la spiritualité, retrouver notre force vitale et « devenir meilleurs » ?

Grâce à la philosophie, je me suis intéressée au monde et à sa diversité culturelle. Ainsi j'ai découvert le bouddhisme qui croît actuellement fortement en Occident –entre autres choses - depuis l'attribution du Prix Nobel de la paix au Dalaï-lama en 1989 et le film « Little Buddha » de Bernardo Bertolucci en 1993. Mais à mon avis, nous l'interprétons plus que nous le comprenons. C'est ainsi que nous passons souvent à côté de l'essentiel pourtant inhérent à la pensée que l'on s'approprie par son interprétation. Il faut reconnaître qu'un univers conceptuel étranger entraîne souvent de mauvaises interprétations. De fait, il me semble que la connaissance du bouddhisme nous est trop superficielle au regard de sa grande complexité et souvent péjorative parce que taxée de nihilisme ou de culte du néant. Le bouddhisme est devenu une mode, un exotisme qui dépayse et permet de s'évader pour un moment, plus qu'un art de vivre avec sa philosophie, son éthique. Pourtant, la doctrine reposant sur « l'amour-compassion » -*bodhicitta* à la souffrance des autres- me paraît être un bon remède au malaise de notre société occidentale, si tant est qu'il puisse y avoir une solution, un recours à la modernité. L'amour-compassion se caractérise par l'altruisme et la bienveillance envers tous les êtres, humains et animaux, mais aussi végétaux et minéraux. C'est un amour que l'on choisit de porter et d'apporter par ce que l'on comprend et voit sa pertinence et son efficacité. C'est une ouverture, un accueil intérieur de tout ce qui nous entoure. On pourrait dire qu'il est ascendant, vertical et descendant en tant qu'il s'éprouve de disciple à maître et vice versa, d'homme à homme mais aussi d'homme à tout organisme vivant, en vue de leur « éveil » ou la libération de l'existence conditionnée par le dualisme qui place un « soi » au centre de toute expérience. C'est d'abord cette idée d'amour universel capable de réunir les hommes et tous les vivants qui m'a séduite, entraînée sur cette voie. L'amour est comme un don qui est réalisé lorsqu'il est offert à autrui. Il atteint la perfection lorsqu'il devient universel, lorsqu'on l'offre à toute chose. Cet amour-compassion se distingue de l'amour christique de la tradition occidentale parce qu'il ne part pas de Dieu. Il me semble que l'amour chrétien est essentiellement un amour divin. En effet, la Bible dit que Dieu est le Père et qu'Il est un Père d'amour. Si les hommes portent en eux cet amour c'est le

fait d'un don divin qui le « répand dans nos cœurs par le Saint Esprit qui nous a été donné »<sup>4</sup>. Pour les chrétiens, « Dieu est amour »<sup>5</sup> et l'amour est Dieu lui-même. Alors, l'amour est l'imitation de Dieu en tant que modèle qui incarne l'amour et sert d'exemple aux hommes. C'est même un commandement : « C'est ici mon commandement : Aimez-vous les uns les autres, comme je vous ai aimé »<sup>6</sup>. Ainsi, on peut dire que les chrétiens aiment par obéissance mais obéissent par amour. Voilà pourquoi je pense que l'amour christique est avant tout un amour divin. Or, dans le bouddhisme, il n'y a pas de référence à un Dieu personnel et créateur comme dans le christianisme puisque le cours des choses est sans commencement ni fin mais qu'il est un ensemble de « conditions conditionnantes » -notion sur laquelle j'aurai l'occasion de revenir- dont aucune condition n'est première. La Réalité ultime est le *nirvana*, la réalisation de l'authentique nature de l'esprit. Pourquoi la Réalité est-elle liée à la nature de l'esprit ? En fait, l'esprit est la base universelle de l'expérience en tant que créateur de toute chose. L'esprit projette vers l'extérieur des points qu'il se donne lui-même comme référence. Dans notre état ordinaire, habituel, nous avons une tendance, une inclination à définir le monde d'après notre expérience et ce que l'on en perçoit, pour vivre dans cette définition du monde, tout en oubliant que nous définissons ce monde. Les choses sont donc ce que l'on perçoit et pour les modifier, il suffit d'en modifier la perception que l'on en a. C'est pour cela que nous avons tous des perceptions différentes de la réalité, parce que chacun en forme sa propre définition. C'est d'ailleurs ce qui engendre les conflits, du petit conflit familial à la guerre entre les peuples. De plus pour les bouddhistes la souffrance est un état inhérent à la nature du monde, des conditions qui le conditionne et fonde cette tendance de l'homme à s'affirmer comme « soi » autonome et indépendant de ce qui l'entoure, qui consolide vainement son existence. Voilà d'où provient le mal, la souffrance. Le « moi »<sup>7</sup> comme création de l'esprit est un danger pour l'humanité qui est dès lors fragilisée par le besoin de se sentir exister. C'est un besoin que nous nous sommes créé en réponse à la peur de la mort. De la peur de disparaître et de la frustration qu'elle engendre, naît la volonté de persister et de se sentir vivre. D'où la volonté de consolider quelque chose qui pourrait être « nous », en lui attribuant diverses possessions. On comprend que les bouddhistes ne peuvent pas accepter l'idée d'un Dieu qui, dans sa toute puissance, aurait permis l'apparition de la souffrance

---

<sup>4</sup> *Nouveau Testament, Epître de Paul aux Romains, 5, 5*

<sup>5</sup> *Nouveau Testament, Evangile selon Jean, 4, 8*

<sup>6</sup> *Nouveau Testament, Evangile selon Jean, 15, 12*

<sup>7</sup> Le « moi » est ce que l'on estime ordinairement être nous-même. C'est ce à quoi nous attribuons des qualités tels que petit, brun, calme, médecin... On estime que les caractéristiques que nous lui attribuons sont stables, ce qui fonde un sentiment d'autonomie et de durée. Or ces attributs ne sont qu'une image de ce que nous sommes et

comme dans le christianisme –si l’on admet que dans le christianisme c’est l’homme qui crée sa propre souffrance-.

Alors, à la manière de Paulo Coelho<sup>8</sup> dans *l’Alchimiste* qui recherche un langage universel se passant de discours, je suis en quelque sorte à la recherche d’un langage universel capable d’écarter l’homme de la souffrance inhérente à sa condition, de le conduire vers le bonheur dans l’abolition de cette souffrance et de répondre aux préoccupations les plus profondes de l’être. Voilà qui fait de la doctrine bouddhique à la fois une philosophie et une religion, toutes deux visant ce même but qu’est le Bien, le Vrai. Le statut du bouddhisme en réalité reste un long débat qui n’est pas notre objet ici mais, nous pouvons estimer qu’il est à la fois une religion, une médecine de l’âme, une philosophie et une spiritualité, puisque comme nous le verrons il regroupe les qualités de ces différents domaines. Qu’est ce que le bouddhisme peut nous apporter ? Face à quoi nous place-t-il ? Quelle est cette souffrance de laquelle il souhaite nous délivrer ? Comment définit-il le bonheur que nous espérons tellement et notre nature véritable ? Comment l’amour relie-t-il les êtres pour devenir universel ? Voilà ce que vont nous apprendre les textes de *l’Abhidharma*, troisième corbeille du corpus bouddhique, que l’occasion de la rédaction du mémoire m’offre d’approfondir.

« Toutes les paroles du Bouddha ont été consignées par écrit et sont toujours conservées [...] dans un recueil de cent huit volumes nommé le *Kangyours*<sup>9</sup> ce qui signifie « la traduction des paroles du Bouddha »<sup>10</sup>, dont fait partie *l’Abhidharma*. Ce recueil de textes expose la nature de la réalité. C’est un remède à l’un des trois poisons de l’esprit, celui de l’ignorance-aveuglement que nous expliciterons plus tard. Poussant les investigations au niveau des éléments qui composent ce monde et notre expérience, il montre comment le mécanisme de la dualité prend forme et se maintient. Quand par exemple nous prêtons attention au ciel, nous voyons qu’il peut prendre la tonalité d’un bleu infini, profond et radieux, mais qu’en lui-même il peut aussi manifester toutes sortes de nuages, apparaissant et disparaissant sans cesse. De même, la réalité se développe à partir d’un terrain primordial, notre nature profonde, un état de santé, qui comporte une source de confusion ou d’éveil à la réalité. L’homme dispose de ces deux puissances. Selon son inclination, son conditionnement, il actualisera l’une plutôt que l’autre. Un double niveau apparaît ; existent deux réalités : une relative par ce qu’on y ajoute le poids des concepts qui viennent faire illusion, et une absolue

---

ils changent constamment. Alors, si ces attribuent ne sont pas définitifs, que suis-je ? Qui suis-je ? Je ne suis que la réalité de l’esprit qui cherche à définir les choses qui l’entourent.

<sup>8</sup> Coelho P, *L’alchimiste*, ed. Anne Carrière, Paris, 1995.

<sup>9</sup> « *Kangyours* » signifie « la traduction des paroles du Bouddha », c’est la référence de base de la tradition composé des sutras et tantras des différents niveaux d’enseignements.

par ce qu'on la vit sans surajouter quoi que ce soit, en restant naturels c'est-à-dire au-delà de toute préconception. Nous avons bu à la source de la confusion et nous sommes, d'ordinaire, en quelque sorte égarés au milieu des vagues qui animent la conscience habituelle. L'*Abhidharma* nous montre que ce que nous croyons solide est sans substance, pure vacuité - le mode réel des choses désignant l'absence d'existence indépendante et autonome dans le sujet et les phénomènes-. L'intelligence de la vacuité évite que nous nous égarions dans l'identification à l'ego comme si c'était une substance<sup>11</sup>. Elle nous révèle la source intarissable d'Eveil. Ainsi, au lieu de cultiver une attitude fermée sur ce centre illusoire qu'est l'ego, nous entrons dans l'expérience d'absence de centre et de périphérie qui est la véritable ouverture et qui nous porte vers la compassion pour tous les êtres. L'esprit se trouve tel quel, dans son état primordial. Ce processus est l'expérience finale de vacuité en termes de non-dualité. C'est le moment où l'on sort du jeu mental habituel de l'appropriation qui répond au besoin de se sentir exister, pour appliquer les valeurs de vie authentiques, naturelles que sont l'amour et la sagesse. Comprendre la nature de cette expérience est le fondement de la vue juste, de la compréhension. L'*Abhidharma* nous montre le chemin.

Je viens maintenant donner en premier lieu quelques précisions sur ce qu'est le bouddhisme qu'il est préférable d'appeler « Dharma », la doctrine du Bouddha comme nous le verrons dans une première partie, son contexte d'émergence et les éléments importants de la vie du Bouddha. Le bouddhisme est donc la doctrine du Bouddha. Qui est le Bouddha ? C'est un être éveillé à qui les textes attribuent différents noms. Deux reviennent fréquemment : « Bouddha Gotama » -Siddharta- et « Bouddha Sakyamuni »<sup>12</sup>. Dans le premier cas, le titre « Bouddha » est juxtaposé à un nom patronymique « Gotama », qui signifie littéralement « meilleure vache » en sanskrit. Et évoque l'orientation de sa lignée majoritairement composée d'éleveurs. C'est le nom sous lequel le Bouddha est désigné dans les textes du corpus pali auxquels se réfère la tradition des anciens ou des origines – *Theravada* ou *Hinayana*<sup>13</sup>-. « Bouddha Sakyamuni » est adopté par les branches du *Mahayana* et du *Vajrayana*<sup>14</sup> –sur lesquelles je reviendrai plus tard-. Le titre est cette fois associé au surnom « Sakyamuni » : « le sage du clan Sakya ». Peu importe l'appellation, la présence du vocable « Bouddha » prouve qu'un homme extraordinaire est au cœur de la

---

<sup>10</sup> Kalou Rinpoché, *La voie du Bouddha*, Lonrai, Point sagesse, 1993, p. 38

<sup>11</sup> On peut dire que la vacuité est quelque chose qui dépasse l'idée de substance au sens grec et ontologique du terme. C'est quelque chose qui est à la fois tout et rien.

<sup>12</sup> Voir Tich Nath Hanh, *Sur les traces de Siddharta*, Pocket, St Armand-Montrond et Louis, F., *Bouddha et son temps* et le « Glossaire »

<sup>13</sup> « Petit véhicule »

manifestation du Dharma. Apparue en Inde au VI<sup>ème</sup> siècle, il est à l'origine d'un renouveau spirituel considérable. Ce sont les premiers disciples qui nomment leur maître Bouddha. Le sanskrit *buddha* (francisé « bouddha ») est un titre honorifique. L'adjectif désigne la qualité particulière d'une personne qui, en s'affranchissant du songe de la vie, a réalisé l'Eveil (*bodhi*), la véritable nature de l'esprit. Ce vocable marque donc une expérience spirituelle ultime, idéale. La *bodhi* est de nature expérientielle, c'est un vécu qui n'est pas réductible aux catégories de l'entendement habituel, les mots ne traduisent pas totalement sa réalité. Cette expérience révèle le vrai visage des choses qu'on ne perçoit pas habituellement parce que notre vue est voilée, bornée par un conditionnement ; l'illusion de l'ego. *Buddha* a le sens littéral de « connaissant ». Il est celui qui a acquis la connaissance<sup>15</sup> de la compréhension profonde, remède à l'illusion de l'existence conditionnée. Cette connaissance est l'expérience de la réalité, c'est-à-dire de la vacuité de toute chose. Cette illusion est l'ignorance du mode d'existence réelle de toute chose, dont notre propre esprit. C'est le point de départ de toutes les souffrances ; ne pas reconnaître la véritable nature des phénomènes, nous fait leur attribuer une réalité qu'ils n'ont pas et nous assujettit aux expériences douloureuses de l'existence. Or, nous sommes immergés dans cette condition dès notre naissance, c'est en ce sens que l'on parle « d'existence conditionnée ». On entend souvent dire que Bouddha est celui qui est sorti de la torpeur et du sommeil de l'ignorance. Il échappe à la dysharmonie qui affecte tous les êtres, il est dans la condition du *nirvana*, c'est-à-dire de la cessation de la souffrance, partant, on l'appelle « le Bienheureux » (*Bhagavat*). Quant à l'Eveillé lui-même, il use d'une autre terminologie pour se désigner : *Tathagatha* qui signifie « parvenu ainsi », « celui qui est désormais cela », -« cela » étant l'Eveil, la réalité ultime qui se révèle dans la cessation de la conscience dualiste, notre conscience qui sépare un « moi » du reste qui l'entoure, qui lui est « autre » et lui attribue illusoirement une existence indépendante<sup>16</sup>. Ce qu'il faut assimiler c'est que tout homme a la même nature fondamentale, la même essence. Comme c'est finalement ce qui nous caractérise, nous pouvons dire que nous sommes tous identiques en nous-même ou par essence. Non pas d'après l'aspect extérieur –physique- changeant ou notre substance mais d'après l'aspect intérieur naturel. En ce sens, établir de la différence entre « moi » et « autre » est une erreur parce que si les individus sont différents en substance, ils

---

<sup>14</sup> Respectivement « grand véhicule », deuxième niveau d'enseignement et « véhicule adamantin », troisième niveau d'enseignement voir glossaire et entre autre Silburn, L., *Le bouddhisme*, Fayard, 1977

<sup>15</sup> Cette connaissance est la *buddhajñana*, c'est-à-dire la connaissance non-duelle. C'est la sagesse accomplie d'un Bouddha qui œuvre spontanément et en parfaite adéquation avec les nombreux besoins du monde.

<sup>16</sup> Cela se confond avec la bipartition qui sépare « moi » et autrui pour structurer notre expérience quotidienne. Comme c'est une sorte de nécessité pratique, nous avons fini par croire qu'elle renvoie à une réalité. Il faut toutefois noter que dans notre existence habituelle c'est fondamental.

sont pourtant identiques en essence –on pourrait dire qu’il s’agit d’approcher l’essence par la substance-. Bouddha est « celui qui est allé ainsi » c'est-à-dire qui a suivi le chemin<sup>17</sup> ouvert par d’autres avant lui. Cette interprétation montre que le Bouddha Sakyamuni, le Bouddha historique, n’est pas un Bouddha unique et que son Eveil n’est pas un phénomène isolé et exceptionnel. Cela prouve qu’il n’est pas un surhomme mais qu’il a expérimenté une voie de libération qui consiste à comprendre et expérimenter la nature authentique de la réalité –qui est vacuité- et s’est graduellement écarté de l’illusion de sa perception<sup>18</sup>. Dans le *Sutra du diamant coupeur*<sup>19</sup> (*Vajracchedika prajnaparamitasutra* en sanskrit.) le Bouddha précise une synonymie importante : « Quiconque prétend que le Tathagata va, vient, se lève, s’assoit ou se couche, celui-là ne comprend pas le sens de mon enseignement. Pourquoi ? Parce que le terme « Tathagata » signifie « Qui vient de nulle part et ne va nulle part », si bien qu’on l’appelle Tathagata, Arhat, Bouddha authentiquement et parfaitement éveillé. » Alors, ne venant de « nulle part » et « n’allant nulle part », il est sans origine, sans devenir, foncièrement non-né, présent pur et éternel. En tibétain, bouddha se dit *Sangyé*<sup>20</sup>. Le terme est composé de deux syllabes qui font nettement apparaître son sens profond. *Sangs* signifie « pur » ou « éveillé ». L’état de bouddha est libéré, purifié de toutes les illusions –désir-attachement, aversion-colère et ignorance-aveuglement-<sup>21</sup> créées par les concepts, qui masquent la nature ultime de l’esprit-expérience<sup>22</sup> –sur laquelle je reviendrai plus tard-. *Rgyas* signifie « épanoui » ou « développé » et désigne le plein épanouissement et le complet développement d’un Bouddha en l’intelligence immédiate de l’Eveil. Il est donc possible de traduire *sangyé* par : « tout éveillé, tout épanoui » ou « parfaitement éveillé et réalisé ». Alors, il est plus évident de comprendre ce qu’est l’état de bouddha. C’est la réalisation de l’esprit pur, l’esprit-expérience libre de tout voile.

Le Dharma distingue deux modalités de l’esprit : impure, illusoire ou mondaine et pure, ultime ou authentique comme l’explique Kalou Rinpoché dans *La Voie du Bouddha*<sup>23</sup> : « L’esprit impur illusionné est l’état des êtres ordinaires, celui dans lequel nous sommes

<sup>17</sup> Les quatre étapes des jusqu’au parfait Eveil : 1. « entrer dans le courant » (certitude d’atteindre la délivrance définitive dans tout au plus sept vies, dans le monde humain ou dans celui des dieux) ; 2. « celui qui ne revient qu’une fois » (le retour unique) ; 3. « celui qui ne revient pas » (le non-retour) ; 4. l’état d’arhat.

<sup>18</sup> Voir aussi les « trois poisons de l’esprit » p. 17

<sup>19</sup> *Soutra du Diamant coupeur*, P. 68

<sup>20</sup> Voir Kalou Rinpoché, *La Voie du Bouddha*, p. 63

<sup>21</sup> Voir détail p. 17 sur les « trois poisons de l’esprit »

<sup>22</sup> « esprit-expérience » parce que se défaire de l’illusion dualiste c’est découvrir la vérité de l’esprit, et cette vérité est avant tout une expérience qui est difficilement descriptible avec des mots. C’est aussi pourquoi on parle « d’immédiateté », parce que l’expérience évoque une compréhension immédiate.

<sup>23</sup> Kalou Rinpoché, *La Voie du Bouddha*, p. 50-51

habituellement. L'esprit pur éveillé est l'état en lequel l'esprit réalise sa propre nature libérée des conditionnements habituels et des souffrances qui y sont associées. C'est l'état d'Eveil d'un bouddha. (...) Quand l'esprit est purifié de toutes les illusions, (...) c'est alors l'expérience de la pureté essentielle de notre propre esprit, de notre nature de bouddha. Tous les êtres, quels qu'ils soient, ont la nature de bouddha, c'est la raison pour laquelle tous peuvent la réaliser. C'est parce qu'elle est en chacun de nous qu'il est possible d'atteindre l'Eveil. Si nous ne l'avions pas déjà en nous, nous ne pourrions jamais la réaliser. » La réalisation spirituelle est donc le moment où tous les voiles qui masquent la réalité sont tombés, où rien ne masque plus la luminosité de la nature de l'esprit. C'est ce qu'on appelle la claire lumière de l'esprit de l'Eveil. Le but du cheminement n'est pas de créer un nouvel état, mais de mettre au jour ce que nous sommes véritablement, notre nature authentique toujours déjà là, avec ses trois dimensions : ouverture, clarté/lucidité, compassion/réceptivité.

Les définitions du sanskrit et du tibétain portant sur l'Eveillé, nous permettent d'observer deux réalités concomitantes quant au Bouddha : le Bouddha comme personne suprême qui, par sa pratique a découvert la réalité et a ainsi atteint l'Eveil et le Bouddha comme absolu, achèvement. Ayant réalisé la réalité ultime, véritable c'est-à-dire ayant découvert la nature de l'esprit ou le *nirvana* comme condition au-delà de toute souffrance de la connaissance illusoire, il n'est pas différent de l'absolu qui s'exprime par lui dans le monde. La première dimension correspond à sa dimension personnelle, historique et géographique : le Bouddha Sakyamuni, l'Eveillé qui vécut il y a 2500 ans dans le Magadha, au Nord-Est de l'Inde. La seconde, qui a une importance majeure, renvoie à l'Eveil comme réalité universelle et atemporelle. Ce sont deux réalités complémentaires du Dharma. Ainsi, le Bouddha peut être qualifié comme étant à la fois un être humain comme nous tous, et l'actualisation de l'absolu comme ce qui est parfait en soi dans le monde, comme ce qui accomplit sa vraie nature. Il convient d'entendre « absolu » comme ce qui désigne ce qui est universel et atemporel, c'est-à-dire essentiel et au-delà de toute résidence spatio-temporelle. Est absolu ce qui est sans autre, ce à quoi rien ne manque et qui est réalisé dans son essence. C'est à la fois la réalisation de la « non-dualité » qui est aussi celle du « non-soi » c'est-à-dire la compréhension que tout dans ce monde est interdépendant et qu'il n'y a pas de « soi » au centre de l'expérience et la compréhension de la perfection de la vacuité de cette interdépendance. La vacuité est une notion difficile à comprendre parce qu'elle ne peut vraiment s'expliquer avec des mots, c'est une expérience qui se vit et qui est au-delà de toute catégorie. Dire que tout est vacuité, c'est dire que tout est vide ou pur de toute éternité. Ce n'est ni l'être, ni le non-être, c'est quelque chose entre ces deux états qui est toujours en



changement, devenir. Mais la vacuité elle-même est vacuité – j’approfondirai cette notion plus tard-.

De cette qualification du Bouddha émanent les Trois corps du Bouddha, qui correspondent à la compréhension de l’Eveil dans trois dimensions simultanées : le *dharmakaya* est le corps universel de la réalité totale à laquelle rien ne manque. C’est le corps absolu sans centre ni périphérie, sans passé ni présent ni futur. Le *dharmakaya* est la dimension omniprésente et atemporelle de l’Eveil, au-delà du temps, de l’espace et de toute détermination. C’est la réalisation de l’esprit pur, la dimension de vacuité de l’expérience éveillée, l’Absolu immatériel inhérent à tous les bouddhas. Le *nirmanakaya* est « le corps de manifestation » du Bouddha, son corps physique qui vit la non-dualité ; c’est la présence d’amour et de compassion d’un bouddha telle qu’elle se manifeste perpétuellement dans le monde, ou la manifestation physique, géographique et historique de la bouddhité dans le monde ; c’est Siddhârta Gotama et les bouddhas terrestres, tous ceux qui indiquent la Voie de la libération en ce monde dans leur infinie bonté. Le *sambhogakaya* ou « corps d’expérience parfaite » est la rencontre des deux précédents. C’est la perfection de l’expérience du *dharmakaya* et de l’expression non-duelle d’un bouddha de la présence historique du *nirmanakaya*. Il représente la transcendance<sup>24</sup>, tout ce qui n’est pas perceptible par les sens mais uniquement spirituellement. Ce sont les Bouddhas supraterrrestres comme Amitabha, ceux qui ne sont jamais descendus sur Terre –nous aurons l’occasion de voir plus tard les différents lieux où séjourne la conscience-. Les Trois corps sont trois facettes concomitantes de la réalisation de la vacuité dans sa perspective de plénitude.<sup>25</sup>

Le Dharma émerge dans un contexte spirituel spécifique. Au temps du Bouddha, VI<sup>ème</sup> siècle AEC, dans l’actuelle Inde du Nord, rayonnait depuis déjà dix siècles la tradition védique. Cette tradition est issue des Aryas –un peuple indo-européen d’éleveurs nomades, originaires d’Asie centrale. On connaît peu cette civilisation à cause d’une quasi-inexistence de sources archéologiques la concernant. On dispose presque exclusivement de sources philologiques ; le *Veda* et l’*Avesta*, recueils de textes sacrés de la religion mazdéenne (Iran antique) qui permettent d’affirmer la présence de ces groupes nomades dans l’Iran Nord-Oriental et l’Afghanistan au cours du III<sup>ème</sup> millénaire avant notre ère-. Cette civilisation nous

---

<sup>24</sup> Je me permets de parler de transcendance parce qu’en théologie, « transcendance » désigne ce qui dépasse l’ordinaire et qui est au-delà de l’ordre naturel. C’est tout à fait adapté ici, puisqu’il y a dans toute philosophie transcendante un désir d’échapper à la condition humaine et d’entretenir cet espoir soit en postulant l’existence d’une réalité absolue –dans notre cas-, soit en créant un monde meilleur non matériel de type paradisiaque. Pour y accéder, il convient de purifier, dépasser, de rechercher par toutes sortes d’exercices dits « spirituels » ce monde pour les uns en soi, pour les autres en dehors de soi.

<sup>25</sup> Voir Kalou Rinpché, *La voie du Bouddha*, p. 239

aura transmis son livre sacré le *Veda*, écrit en sanskrit dit « védique » que l'on distingue du sanskrit classique, langue sacrée du brahmanisme. *Veda* signifie « Savoir » ou « Science ». Le mot témoigne à lui seul de l'ambition de consigner de manière encyclopédique toutes les données nécessaires pour l'obtention de la libération. Il relève de la *Sruti*, la « révélation ». C'est la parole sacrée révélée par les Dieux du panthéon védique et brahmanique aux voyants que sont les *rishis*<sup>26</sup>. Son contenu n'est ni doctrinal, ni théologique ou encore théorique. Il aborde de façon exhaustive les règles et devoirs qui incombent à la communauté des *Aryas* dans sa quête pour se maintenir au cœur de l'Ordre de la nature, ou la « loi cosmique » comme normes immanentes et impersonnelles du monde c'est-à-dire les lois universelles naturelles et morales qui régissent le cosmos, et garantir une communion harmonieuse avec les forces qui dirigent la vie. A cet ensemble sont venus s'ajouter les *Upanishads*, des textes plus métaphysiques et philosophiques qui attestent de l'intérêt pour la dimension intérieure du cheminement spirituel. Ils éclairent des points essentiels du *Veda*. La finalité du message védique repose sur la présentation des moyens à mettre en œuvre pour réaliser la présence de l'Absolu en soi-même, c'est-à-dire de notre propre réalité, notre être authentique et profond et atteindre ainsi la libération, soit la cessation de la transmigration de l'âme c'est-à-dire du cycle des renaissances. Le brahmanisme est directement issu du védisme. S'il en conserve un grand nombre de valeurs propres à la religion ancienne, il n'en est pas moins une déformation. La société védique adopte un mode d'organisation sociale qui tient compte de la profession de ses membres. Les *varnas* ou « couleurs » désignent les diverses classifications des individus. Existente les *Ksatriyas* (skt), les guerriers et souverains chargés de défendre et de gérer la communauté mais qui peuvent aussi être éleveurs ou agriculteurs. Les *Brahmanes* qui ont la charge du rituel mais peuvent aussi occuper les fonctions d'enseignants ou de commerçants. Les *Vaisyas* (skt), propriétaires terriens qui s'occupent des troupeaux et peuvent être aussi artisans. L'élite va peu à peu rigidifier le système des *varnas* qui deviendra rapidement le système des castes que l'on connaît aujourd'hui. Le glissement vers le brahmanisme survient aux alentours du V<sup>ème</sup> siècle avant J.-C.. Les *Brahmanes* vont être ceux qui s'occupent de « l'esprit » et dépasser les *Ksatriyas*- c'est dans cette mouvance que va être façonnée la caste des serviteurs, les *Shudras* (sanskrit), rattachées aux trois autres-. Le brahmanisme va peu à peu s'étendre et contribuer à unifier le pays. L'accent est alors porté sur le système de rétribution des actes (*karma* en sanskrit –voir glossaire-) et sur la notion de renaissance –la renaissance est étroitement liée à l'existence précédente, elle en est même la résultante directe

---

<sup>26</sup> Voir Tardan- Masquelier, « *Hindouisme* » dans *le livre des sagesse. L'aventure spirituelle de l'humanité*, sous la direction de F. Lenoir et Y. Tardan-Masquelier, Bayard, 2002, p. 1774

et d'une certaine façon la continuation dans le sens où la condition du nouvel être est déterminée par les états antérieurs dont il subit les conséquences. Selon le Bouddha, il existerait un lien qui attache les uns aux autres les composés successifs provenant de chaque renaissance. Une sorte de monade vitale qui traverse les degrés de la transmigration sans perdre son identité. La monade survit dans toutes les transformations en parcourant toutes les phases évolutives dans le cours de son développement, passant de corps en corps. A chaque nouvelle naissance, la personnalité diffère de celle qui la précède ou qui suivra. Le Bouddha nous enseigne que la renaissance, le bien et le mal de la vie, la vie elle-même proviennent invariablement du *Karma*. Ce n'est qu'à la suite d'un très grand nombre de renaissances, après des siècles et des siècles que le sage bouddhiste parviendra au degré suprême de l'Eveil. Devenu parfait Bouddha, il sera élevé pour toujours au dessus des misères et des imperfections de la vie, au dessus des conditions de l'existence, à l'abri des renaissances ultérieures et des transmigrations, le sage est entré dans le *nirvana*.- Ce couplage permet une application directe de l'Ordre védique au niveau de la personne et tend à justifier les maladies et autres désagrément comme la vieillesse ou encore les phénomènes naturels comme les orages qui détruisent les récoltes... Si cette forme de déterminisme favorise la responsabilité des individus et l'éthique qui en découle, il est vrai qu'elle contribue à maintenir le fossé qui sépare les exclus du système et les « élus ». Forts de l'importance qu'ils s'accordent, les Brahmanes vont faire peser le poids du ritualisme sur le reste de la communauté, s'accaparant un bon nombre de privilèges, comme la réserve du droit d'accès aux textes sacrés, du droit au sacrifice, du droit à devenir marchand... Au même moment où Siddhartha Gotama, le futur Bouddha, vient au monde, quatre classes se dégagent. D'un côté les *Shudras* exclus de la société, à l'autre extrémité les *Brahmanes* s'imposant comme les seuls à même de se préoccuper du devenir spirituel. Entre les deux les *Ksatriyas* qui veulent s'affranchir du poids des *Brahmanes* dont ils ne reconnaissent pas les privilèges. La quatrième tendance est constituée par tous ceux qui souhaitent prendre en charge leur propre vie spirituelle en marge de la voie brahmanique. Des esprits plus indépendants soucieux de trouver une nouvelle voie.

J'ai noté en présentant le *Veda* que les *Upanishads* intériorisaient la quête spirituelle. Il s'agit de reconnaître la présence de l'absolu, de la vérité en soi même sous la forme de l'*atman* (Soi), en le délivrant d'une existence illusoire, qui le place au centre des expériences et par là l'afflige de toutes sortes de maux. C'est une « voie de connaissance », la connaissance de soi, différente de la « voie du sacrifice et du rite » védique. A la voie védique, qui, pour guérir les maux de l'existence fait des sacrifices aux dieux, est préconiser une connaissance de soi, c'est-à-dire la connaissance de ce que nous sommes naturellement et

par essence, afin de comprendre que les maux ne viennent pas de dieux extérieurs à notre monde mais de nous-même et de nos habitudes. Cette perspective déplace le centre de gravité du sacrifice en l'intériorisant. D'où l'importance croissante des pratiques yogiques et ascétiques dont la fonction purgative vise à épuiser les fruits du *karma* c'est-à-dire des causes et des effets des actions du corps, des mots et des pensées sur nos vies, présentes et à venir en dépassant l'ignorance de la réalité cause de toutes les souffrances. On ne peut pas parler de voie théorique ou pratique, toutes les philosophies indiennes procèdent d'un aspect théorique et d'un aspect pratique. Les deux ne peuvent pas être dissociées.

Les voies spirituelles de l'Inde sont multiples et on tolère ceux qui pensent autrement. Au temps du Bouddha, certains *renonçants*, ceux qui se détachent du monde et de ses plaisirs, se vouaient aux mortifications les plus extrêmes pour obtenir une vision claire de la réalité en purifiant le corps et l'esprit des passions, d'autres prônaient le scepticisme et l'hédonisme, d'autres étaient des sophistes<sup>27</sup> ou de purs mystiques<sup>28</sup> pratiquant avec intensité le recueillement méditatif comme attention portée à la réalité, d'autres encore allaient bientôt s'adonner à des pratiques purement dévotionnelles auxquelles sont parfois associées l'adoration d'une divinité personnelle comme Shiva et Vishnu<sup>29</sup>. -Dans la perspective bouddhique, les déités du panthéon brahmanique ne disparaissent pas complètement. Leur fonction est adaptée à la vision bouddhique qui les considère comme une catégorie d'êtres sujets au devenir. Dans certains *tantras*, des éléments spécifiquement hindous, qu'il s'agisse des déités ou de notions philosophiques, sont retravaillés dans le cadre de sa problématique propre. Les déités sont totalement dépersonnalisées et ne représentent alors que des aspects de la réalité éveillée, comme l'énergie de compassion ou de sagesse-. Malgré ces grandes différences, on débattait pour chercher la voie la plus adéquate à son propre épanouissement spirituel, l'idéal d'une science de l'esprit qui définisse ce qu'est l'esprit et son

---

<sup>27</sup> Les sophistes –« personnes cultivées et compétentes- sont les « professeurs » de l'Antiquité grecque. Ils étaient des personnes très cultivées qui gagnaient leur vie à enseigner. Ils avaient la parole redoutable et savait manier avec brio l'art du raisonnement. Ce qui les caractérise sur le plan philosophique est le relativisme. Le relativisme est cette doctrine selon laquelle toute vérité dépend du point de vue. Il n'existe donc pas de vérité universelle selon le relativisme. La vérité n'est en fait que croyance et se réduit donc à une perception personnelle ou culturelle des choses.

<sup>28</sup> Le mysticisme est l'ensemble des doctrines et des situations, des expériences et des faits par lesquels l'âme humaine accède à la rencontre immédiate de Dieu ou du monde divin. La mystique orientale privilégie une démarche d'immanence : elle tend à l'union avec un absolu unique, impersonnel et indifférencié, et présent au fond de tout être vivant, au-delà des apparences extérieurs et de l'individualisation. Dans la mystique hindouiste, le « soi » de l'individu humain est de même nature que le principe absolu régissant l'Univers. En retrouvant l'unité essentielle de son être, le mystique atteint un état où il échappe à la loi de l'enchaînement des causes et des effets, et aux renaissances successives.

<sup>29</sup> Voir au sujet des dieux, Clément Catherine, *Promenade avec les dieux de l'Inde*, Panama, Paris, 2005 qui évoque les divers cultes pratiqués en Inde avec la simplicité de son expérience, bien que la complexité de

fonctionnement, ce que sera le *Dharma* du Bouddha. En définitive, le Bouddha apparaît dans un contexte favorable à la libre pensée et à la liberté de choix dans la réalisation du bonheur individuel. Le rejet de toute religion révélée a entraîné la liberté de créer une doctrine de libération à rechercher par soi-même et selon ses propres besoins et aspirations afin de trouver une issue au problème de la souffrance. En Inde il n'existe qu'une seule réalité, par ce que les choses sont toujours ce qu'elles sont, mais différents degrés de vérité comme approximations de la réalité, toutes vraisemblables par ce que chaque vérité désigne un peu de la réalité. C'est ce qui permet une pluralité de modes d'approches pour déterminer celle qui correspond le mieux à chaque personnalité et donc à la libre pensée<sup>30</sup>.

Je vais maintenant présenter brièvement les principales étapes de la vie du Bienheureux. Il est essentiel de garder plusieurs points à l'esprit lorsque l'on évoque la vie du Bouddha. D'abord, il faut noter que s'est greffée à l'histoire toute l'ampleur des légendes indiennes. A l'inverse des pays occidentaux, l'Inde vit encore au travers des légendes et histoires merveilleuses. Cela fait partie de la vie quotidienne. C'est un moyen de consolation du monde qui est douleur par nature, puisqu'il est un ensemble de « conditions conditionnantes » de la vie mondaine et éphémère qui enferme dans le cycle des renaissances. -La souffrance qui nécessite médication n'est pas seulement la souffrance physique ou morale comme les famines, les épidémies, les sécheresses... que subissent par exemple les Indiens et qui tiennent à une pauvreté collective et des conditions de vie accablantes. Elle constitue bien plus un fond de souffrance consubstantielle à l'existence : un état psychologique profond et universel d'insatisfaction perpétuelle, une sorte d'angoisse qui accompagne chaque expérience de l'existence dans ce monde. L'idée de souffrance implique également les notions plus profondes d'imperfection, d'impermanence et d'insubstantialité.<sup>31</sup> - Louis Frédéric dans *Bouddha et son temps*<sup>32</sup>, signale que la tradition s'est emparée des événements pour leur attribuer un aspect miraculeux afin de répondre au besoin d'une population assoiffée d'histoires extraordinaires. Son approche peut-être qualifiée de « profane » au sens où elle sépare radicalement l'entendement de l'imaginaire. Cette approche omet l'une des facettes essentielle de toute voie traditionnelle, à savoir que le merveilleux est un accès à la dimension

---

l'histoire de ces dieux nous pousse à ne retenir que peu de chose. Chaque dieu à ses propres spécificités et intervient dans des situations différentes.

<sup>30</sup> Je désigne la « libre pensée » comme une approche du monde par la raison en refusant tout dogme explicatif. Il ne peut y avoir aucune autorité supérieure à la raison. Ici, c'est le libre arbitre qui fait que l'opinion d'un individu n'appartient qu'à lui-même. Plusieurs chemins permettent d'approcher le réel et le choix d'un de ceux-ci fait appel à la raison de chaque individu, en tant qu'il est singulier, au-delà de tout dogme ou autre autorité comme la tradition.

<sup>31</sup> Voir glossaire « *Dukkha* »

<sup>32</sup> Louis Frédéric, *Bouddha et son temps*,

pleinement sacrée du Bouddha. Pourquoi ? Ici, le merveilleux n'est pas un élément extérieur au réel mais une de ses dimensions, comme il est aussi, de fait, l'une des dimensions opératives de l'esprit. Et si le recours au merveilleux est si patent dans le récit mythique, c'est tout simplement, comme le souligne Ananda K. Coomaraswamy dans *Hindouisme et Bouddhisme*<sup>33</sup>, qu'il n'est en rien une « pure invention poétique » mais se confond avec la vie même du Bouddha pour en révéler l'universalité, par ce que tous les hommes peuvent se rejoindre sur l'idée de merveilleux grâce à l'imagination. Il est vrai qu'en écartant la dimension fabuleuse, enchanteresse et inspirante, on écarte en même temps la « substance éternelle » du Bouddha pour ne conserver que les faits historiquement plausibles qui ne constituent, dans la perspective traditionnelle, que le noyau résiduel. Par conséquent, comprenons bien que le merveilleux ne transfigure pas la réalité du Bouddha mais qu'il offre un accès à cette réalité : un accès qui se mêle d'ailleurs étroitement dans les *soutras* aux données qui rapportent les enseignements et les faits marquants de son existence. Les récits miraculeux et les merveilles qui émaillent le récit de la vie du Bouddha nous donnent finalement une image précise de la mentalité indienne de l'époque et nous renseignent sur le traitement réservé à l'expérience spirituelle envisagée dans la globalité de sa réalité. De quoi dérouter ceux qui souhaitent dissocier la légende, le « dit », de l'évènementiel pur. Ce n'est pas une forme de naïveté. Le recours au fantastique et au surnaturel est un outil de compréhension et de visualisation de la réalité, comme le mythe pour Platon, un moyen de faire passer des messages moralisateurs sans en avoir l'air. Les récits sont pédagogiques et symboliques et n'ont d'intérêt que dans leur portée et leurs effets sur le public, en plus d'une valeur poétique certaine. Ensuite, il faut se rappeler que les premiers monuments qui confirment l'existence de l'Eveillé ne datent que du III<sup>ème</sup> siècle avant J.-C. et la rédaction des premiers textes rendant compte de sa présence en ce monde ne débutent qu'à partir du I<sup>er</sup> siècle avant J.-C., soit presque cinq siècles après sa disparition. Du vivant du Bouddha, aucun moine ne s'est érigé en biographe. L'écriture était peu répandue dans l'Inde gangétique, du fait que les langues sacrées, supports de la transmission, étaient exclusivement orales. Le souci de fixer les enseignements par écrit est lié à une volonté de préservation de la parole sacrée afin de fixer des corpus dont le contenu serait admis par la majorité des disciples. Ainsi, voit-on naître la classification qui constitue la « littérature canonique » -les Trois

---

<sup>33</sup> Voir Silburn, L., *Le bouddhisme*, Paris, Fayard, 1977, p.30-31

Corbeilles<sup>34</sup>-, soit le *Vinaya* comme recueil de la discipline qui traite essentiellement de la conduite éthique, les *Sutras* proprement dits ou recueils des exposés qui correspondent aux enseignements circonstanciés du Maître, et l'*Abhidharma* –qui nous concerne ici- comme recueil de la réalité ou systématisation de l'enseignement présenté sous une forme scolastique, avec une logique d'explication progressive<sup>35</sup>. Chaque collection correspond à un remède contre les poisons qui enferment l'esprit dans l'illusion : « Le *vinaya*, exposant l'esprit de la discipline et ses règles, est plus spécifiquement un remède [...] au désir-attachement. La collection des *Sutras* est l'exposé d'enseignements donnés par le Bouddha Sakyamuni en divers lieux et circonstances ; elle est plus spécifiquement un remède [...] à l'aversion-répulsion. Le recueil de l'*Abhidharma* expose la nature de la réalité (l'existence, le monde et les individus) ; il remédie plus précisément [...] à l'ignorance aveuglement. »<sup>36</sup> -Au niveau relatif, c'est-à-dire duel ou relationnel, le *Dharma* est l'antidote aux trois poisons de l'esprit et l'élixir de santé qui développe toutes les qualités et vertus positives procédant de la nature de Bouddha qu'il révèle. Les poisons sont les attitudes de saisies duelles qui bloquent ou entravent l'énergie de vie. Les trois tendances de cette saisie sont les trois types de relations conflictuelles : la « saisie plus » ou « saisie du positif » est l'attitude d'appropriation de ce qui est attractif, désirable et désiré. C'est la possessivité, la captation, la saisie comme désir-attachement ; la « saisie moins » ou « saisie du négatif », est l'attitude de rejet, de distanciation vis-à-vis de ce qui est repoussant, indésirable et refusé. C'est l'agression, la haine, la saisie comme aversion-colère ; la « saisie neutre » ou « saisie comme neutre » est l'attitude d'ignorance, d'absence de réceptivité ou de disponibilité vis-à-vis de ce qui est jugé indifférent, égal, sans intérêt, ni désirable ni indésirable. C'est l'attitude qui consiste à n'établir aucune différence. La saisie est ici une forme d'ignorance-aveuglement.- Le fait de dater les événements n'était pas un facteur essentiel, du point de vue du *Dharma*. La teneur de l'enseignement et la vérité qu'il transmet ne sont pas nécessairement associés à des détails historiques ou à une chronologie que l'on aurait tendance à établir dans un contexte occidental. Il faut attendre le *Mahayana* pour voir se développer un genre littéraire qui s'attache à raconter véritablement la « vie du Bouddha » en s'efforçant de rassembler les

---

<sup>34</sup> La tradition des origines –*Theravada* ou *Hinayana*- a organisé les enseignements du Bouddha en trois grands corps : le *Vinayapitaka* « la Corbeille de la discipline » ; le *Sutrapitaka* « la Corbeille du Texte » ; l'*Abhidharmapitaka* « la Corbeille du Dharma supérieur »

<sup>35</sup> « Scola » veut dire « école », la scolastique repose donc sur des intentions didactiques. Elle naît dans le courant du XII<sup>ème</sup> siècle et se définit à la fois en tant que forme littéraire et méthode d'analyse des Saintes Ecritures, des textes saints et des ouvrages profanes, tout particulièrement les œuvres d'Aristote. La forme littéraire embrasse tout ce qui a trait à des travaux systématiques visant à résumer des ensembles doctrinaux, les commentaires détaillés et précis.

<sup>36</sup> Kalou Rinpoché, *La voie du Bouddha*, p. 39

données éparses recueillies sur les monuments, auprès des disciples et dans les contes indo-tibétains. Les textes révéleront le caractère exemplaire et extraordinaire d'un homme qui incarne l'accomplissement de la pleine humanité, l'intégration de l'universel au sein du particulier par le dépassement de la dualité, et finalement, l'Eveil absolu.

Considérons maintenant ce que nous pouvons savoir des principales étapes de la vie de l'Eveillé. On situe sa naissance aux environs de 560 avant J.-C.. Il naît dans l'Uttara Kosala, près de la frontière népalaise dans le parc de Lumbini. Il est le fils unique du roi Suddhodana de la caste des *Ksatriyas* –caste des guerriers et souverains chargés de la défense et la gestion de la communauté- et de son épouse Mayadevi qui décède peu après l'accouchement. Il est appelé Siddhârta<sup>37</sup>, « celui dont le but s'accomplit ». S'il reçoit une éducation conforme à son rang il est pourtant très rêveur et prompt à s'intérioriser. Son père inquiet l'invite à se marier. Il épouse Gopa –du clan *Sakyas*- avec qui il adopte un mode de vie princier. La vie de plaisirs, les fastes de la vie princière : nourriture excellente à volonté, vin, plaisirs sensuels dans un palais où il est le seul homme, jeux, chasse... ne lui conviendront que peu de temps. Douze ans plus tard né son fils Rahula et les choses basculent alors. Survient l'épisode décisif de ce qu'il a été convenu d'appeler les « quatre rencontres ». Son regard porté sur le monde, il n'a pas goûté directement la dureté de la vie. Il va réaliser en rencontrant un vieillard, un malade, un cadavre et un renonçant calme, paisible et maître de lui-même –celui qui se détourne des plaisirs mondains pour s'attacher à développer par l'ascèse ce qui est authentique : l'esprit et ses qualités naturelles d'ouverture, lucidité et bonté. Celui qui observe le célibat, vit de manière itinérante sans aucune possession matérielle et pratique l'aumône pour se nourrir.-, que rien ne peut le soustraire à la précarité de la condition humaine. Nous sommes tous condamnés à vieillir, souffrir et mourir compte tenu de la fragilité du corps. Devant l'irruption subite de l'impermanence, c'est-à-dire du fait que tout est en changement constant –par exemple l'homme change au cours de sa vie : il est d'abord bébé, puis enfant, adolescent, adulte et vieillard. Si nous avons une vision progressive du changement du corps, nous changeons pourtant constamment : nos cellules se modifient, nos pensées ne sont que de brefs instants et changent avec la perception de notre environnement et ce que nous ressentons... Comme l'eau d'une rivière qui coule sans cesse : Héraclite d'Ephèse disait « nous n'entrons jamais deux fois dans la même fleuve », c'est une excellente illustration de l'impermanence- il est peut-être une voie de salut, celle qu'indique celui qui se détourne du monde ordinaire. Il quitte la demeure royale avec l'aide de son plus fidèle serviteur pour répondre à ce qu'il

---

<sup>37</sup> Voir Tich Nath Hanh, *Sur les traces de Siddharta*.



estime être sa voie. Siddhartha se débarrasse de tout ce qui marque son appartenance à la famille royale. Puis il se rase le crâne pour signifier son entrée dans la vie ascétique comme le veut la coutume. Commence ainsi une grande pérégrination en direction du Gange, un chemin de purgation des illusions que lui a offert son existence au palais. C'est un changement de vie radical, une conversion au chemin spirituel, à la vie de renonçant, qui demande de se défaire de tout attachement. Il ne possèdera plus rien, devra se vouer à la discipline –concentration, recueillement- et mendier sa nourriture. Ces conditions de vie étaient jugées les plus favorables au développement spirituel. Elles avaient pour fonction essentielle d'empêcher la manifestation d'attitudes nuisibles, causes d'un *karma* négatif entraînant le cycle des renaissances. Sur sa route, il rencontra à Vaisali –dans le moderne Bihâr- Arada Kalama, un brahmane, maître en Yoga, hardi défenseur du *Samkhya*<sup>38</sup>, dont il devient un des disciples. Estimant que cette voie n'offre pas de solution radicale à la souffrance, il ne tarde pas à reprendre son bâton de pèlerin. A Rajagriha –toujours dans le moderne Bihâr-, il reçoit les enseignements d'un autre maître en Yoga, Rudraka Ramaputra, qui enseigne la réalisation d'un « moi universel » grâce à l'ouverture que produit l'éveil de l'esprit, par le biais de l'apprentissage de postures, la méditation, la liberté de l'esprit et du mouvements, le travail du souffle.... Mais cette doctrine lui semble encore insatisfaisante. Il se retire alors en ermitage en dehors de la ville où il reçoit la visite du roi Bimbisira désireux de rencontrer les ascètes demeurant sur son territoire –le roi Bimbisira est le cinquième souverain de la dynastie brahmanique Saisunaga. Il fonde le Magadha vers la fin du VI<sup>ème</sup> siècle avant J.-C. La coutume voulait que les souverains prennent soin des renonçants de passage sur leur territoire et leur rendent visite. C'est ainsi que Bimbisira rencontre Siddhartha Gotama auquel il demande de lui transmettre son enseignement une fois qu'il aura atteint l'Eveil. Les textes rapportent que Bouddha tint sa promesse et revint voir Bimbisira afin de l'éclairer sur le sens et la portée de la Voie. Le souverain émerveillé se serait incliné devant le Bienheureux avant

---

<sup>38</sup> L'un des six *darsana* (« points de vues », perspectives philosophiques indiennes dont le but est la libération). Le Samkhya est dualiste en ce sens où il distingue les deux principes ontologiques fondamentaux, éternels et incréés que sont *Purusha* et *Prakti*, l'Esprit et la Nature. L'union des deux produit l'univers phénoménal. Par le biais du Yoga, on parvient à s'affranchir du caractère illusoire du monde phénoménal et à atteindre la libération. Les six *darsana* sont : le *Naya*, point de vue logique, dont la méthode est la dialectique ; le *Vaisheshika*, point de vue physique et atomisme, dont la méthode est l'expérience des sens ; le *Samkhya*, point de vue mathématique ou cosmologique, dont la méthode est la spéculation intellectuelle ; le *Yoga*, point de vue psychologique ou psychique de l'indentification qui est lié à la perception et à l'intuition du monde subtil et dont la méthode est le contrôle mental, des sens et des facultés internes ; le *Mimamsa*, point de vue théologique ou herméneutique de la réflexion, dont la méthode est l'étude des Ecritures sacrées et la révélation ; le *Vedanta*, point de vue métaphysique ou fin de connaissance, dont la méthode est la spéculation abstraite.

d'entrer en refuge, dans la démarche de l'éveil<sup>39</sup>-. Ayant repris la route, il rencontre cinq brahmanes, comme lui ascètes. Ils se font compagnons de route pour atteindre Bodh-Gayâ – ville près de Gayâ dans le moderne Bihâr, anciennement Uruvilva- où ils entament une période de pratiques ascétiques extrêmes. Il faut noter qu'à l'époque, l'ascèse et les mortifications passent pour délivrer l'esprit du pouvoir des sens, lui permettant ainsi de s'éveiller à sa propre nature. Les ascèses peuvent prendre différentes formes. Siddhârta avait une pratique austère, il est dit qu'il passa six années en se nourrissant de trois grains de riz par repas et en pratiquant la rétention du souffle, pour contrôler et discipliner son corps et son esprit –la suspension du souffle constitue un excellent exercice de contrôle du centre respiratoire, l'organe vital par excellence. En retenant le souffle on dirige le faisceau de l'activité consciente vers le centre respiratoire<sup>40</sup>-. Aujourd'hui encore, on peut voir en plein cœur d'une Inde modernisée des reliquats de telles pratiques : certains ont fait le vœu de garder un bras dressé en l'air ou de demeurer durant des années debout sur une seule jambe, d'autres encore s'enterrent pendant quelques heures ou regardent fixement et longuement le soleil à travers leurs doigts. Ces pratiques extrêmes qui briment le corps et les sens visent à purifier la vision et la compréhension de la réalité, voilé par le conditionnement inhérent à la nature humaine. Se sentant dépérir, Siddhârta réalise que cette voie n'est pas plus libératrice que les précédentes. L'affaiblissement de son énergie vitale ne lui offre pas une vision plus claire et plus ouverte de la réalité. Au contraire, la mort s'approche. Il s'adresse alors à ses compagnons d'ascèse<sup>41</sup> : « Après avoir torturé mon corps qu'ai-je obtenu ? Ai-je progressé sur la voie ? Non, et j'en suis arrivé à la conclusion qu'une pensée lucide et saine ne peut émaner que d'un corps en bonne santé. C'est pourquoi j'ai décidé de prendre chaque jour de la nourriture, afin de regagner mes forces perdues et pouvoir utiliser mon esprit à la méditation et à la réflexion sur les douleurs de ce monde. » Il s'assied alors au pied d'un arbre pippala. Après sept jours et sept nuits voués à la pratique méditative la plus profonde, Siddharta devient Bouddha. Il a alors 35 ans. Il demeure une semaine dans la plénitude de l'expérience ultime –*nirvana*- c'est-à-dire dans l'état de félicité correspondant à la

---

<sup>39</sup> Entrer officiellement sur la Voie du Bouddha en faisant vœux de confiance en les Bouddha, *Dharma* et *Sangha* que nous verrons plus tard. C'est officialiser son engagement dans le *Dharma* par une petite cérémonie qui prouve notre motivation intérieure à nous engager sur cette voie.

<sup>40</sup> On sait aujourd'hui que ceux qui pratiquent des exercices respiratoires enrichissent leurs poumons en globules rouges. Chez l'être qui étouffe, le manque d'oxygène excite la rate, qui se contracte et chasse les globules rouges qui y sont accumulés. Cela explique qu'au fur et à mesure des essais d'apnée, le temps de rétention augmente. Le nombre accru de globules rouges circulant dans le sang permet de fixer une plus grande quantité d'oxygène dès que de l'air frais pénètre dans les poumons et permet à l'organisme de résister plus longtemps à une nouvelle suspension du souffle. Ce sont les mêmes effets qu'une cure d'altitude.

<sup>41</sup> Louis F., *Bouddha et son temps*, p.95

compréhension juste, pure de la Réalité. Il contemple et vit la vacuité du monde, au-delà de l'état de souffrance habituel. Il consacre six autres semaines à la méditation de sa découverte. Elles sont ponctuées par une période de doute et d'hésitation. Le Bouddha se demande en effet si ses contemporains seront en mesure d'entendre et de recevoir son enseignement. La Vérité est difficile à comprendre parce que c'est aller à contre courant des désirs habituels mondains et égoïstes des hommes. En effet, lorsque l'on fait l'expérience de la réalité absolue, qui diffère tellement de la réalité relative que l'on perçoit habituellement, on peut se demander si les hommes évoluant dans cette dernière seront en mesure de comprendre ce qui lui est si différent. Comment comprendre que l'on n'a pas d'existence efficiente lorsque l'on s'accapare un « moi » et des attributs ? Certains sont plus enclins que d'autres à s'ouvrir à cette réalité, ce qui a fait que le Bouddha se décide enfin à transmettre ce qu'il a vu et réalisé, dans le seul souci de guérir les êtres de la misère existentielle. Il reprend alors ses pérégrinations et ainsi se forme le *Sangha*, la communauté des pratiquants du *Bouddha-Dharma*<sup>42</sup> qui regroupe des individus ayant les mêmes soucis éthiques. Bien qu'il ne cherche pas à faire des adeptes, les « huit pratiques du sentier » ou « noble octuple sentier » qui conduit à la libération –compréhension juste, pensée juste, parole juste, action juste, moyens d'existence juste, effort juste, attention juste, concentration-recueillement juste- font s'accroître la communauté de fidèles au gré des déplacements du Bouddha qui est l'incarnation vivante de la Vérité. Débute alors un cycle d'enseignements qui durera quarante quatre ans et correspond à ce que l'on appelle les « trois tours de la roue du Dharma » en rapport aux trois thèmes principaux des enseignements divulgués par le Bouddha : sur les « Quatre Nobles réalités et l'Octuple sentier »<sup>43,44</sup>, « la vacuité au-delà des noms et des formes » et « la nature de Bouddha ou plénitude inhérente à l'expérience de la vacuité » -la vacuité est la première qualité essentielle de l'esprit. C'est le fait qu'il soit vide, c'est-à-dire sans dimension, forme, couleur... Il est indéterminable et au-delà de tout concept mental. La vacuité est cette nature indéfinissable qui lui offre une ouverture totale pour pouvoir pénétrer toute chose. Cela fait la pureté de l'esprit qui le rend aussi indestructible et intemporel. Lorsqu'il entre dans sa quatre-vingtième année, son corps est déjà très affaibli. Voici un

---

<sup>42</sup> *Sangha* est le mot sanskrit qui désigne la congrégation de tous ceux qui enseignent et pratiquent le dharma. On dit qu'ils sont ceux qui aspirent à la vertu. Toutes les classes d'hommes et de femmes sans distinction peuvent en faire partie.

<sup>43</sup> Les quatre vérités observées par le Bouddha sont : la vérité sur la douleur, la vérité sur l'origine de la douleur, la vérité sur la cessation de la douleur et la vérité sur le chemin qui mène à la cessation de la douleur. Voir *Les quatre nobles vérités du Bouddha* de S.E. Shatsé Tcheudje Rimpoche Longri Namgyel, Dervy, Paris, 1997

<sup>44</sup> Les chiffres quatre, huit et ceux que l'on peut rencontrer, n'ont pas de sens particuliers. Ils sont comme une approche mnémotechnique de la transmission. Rappelons-nous qu'au départ, la transmission du *Dharma* était orale, il fallait donc une présentation facile à mémoriser.

certain temps qu'il ne peut plus se déplacer comme à son habitude. Il semble atteint de dysenterie. Son état empire rapidement, au point qu'il annonce à ses plus proches disciples qu'il va entrer en *parinirvâna* –le *nirvana* ultime-. Il demande qu'on le transporte à l'orée d'une forêt d'arbres sala. Là, il répond encore à d'ultimes questions puis demande à ce qu'on l'étende sur le côté droit, la tête en direction du Nord. Regroupant une dernière fois ses forces, il s'adresse aux moines qui l'entourent : « A présent, ô moines, je vous dit ceci : soumis à la loi de la disparition est tout ce qui est composé, efforcez-vous d'atteindre le but<sup>45</sup> avec diligence ! »<sup>46</sup> Après ces dernières paroles, il s'absorbe dans les différents stades de la méditation<sup>47</sup> et atteint la complète extinction, la mort définitive.

Il m'est à présent permis d'aller plus avant dans la compréhension du *Dharma*. Quelle est plus précisément la « doctrine » du Bouddha ? Je privilégie l'intelligence de fond « d'unité dans la diversité » pour présenter cette tradition qui combine les dimensions intérieures, expérimentales et spirituelles afin de montrer comment et ce qu'elle peut nous apporter en tant qu'êtres vivants. Je parle « d'unité dans la diversité » en deux sens. D'abord par ce que s'il existe les trois approches du *Hinayana*, *Mahayana*, *Vajrayana* et plusieurs écoles bouddhiques sous lesquelles se diffuse le *Dharma* dans le monde, elles visent toutes le même but qu'est la réalisation de l'esprit et la libération de l'existence cyclique. Ce sont leurs moyens qui divergent pour s'adapter aux diverses inclinations et mentalités des êtres. Le *Dharma* a une approche universaliste. Au cours de sa longue histoire et de sa diffusion mondiale, l'enseignement du Bouddha a pris des formes et colorations très diverses qui peuvent paraître divergentes aux yeux d'un observateur extérieur. C'est l'adaptation de la vision aux différentes mentalités issues des différents environnements intellectuels et culturels qui a fait émerger les nombreuses écoles du *Dharma*. Elles ont pourtant toutes le même fond commun et ne résultent que de l'implantation de celui-ci en différents environnements culturels. Aussi me semble-t-il important de souligner cette unité foncière. Toutes les

---

<sup>45</sup> Le « but » étant la libération du carcan des illusions de soi-même et de tous les vivants : l'Eveil.

<sup>46</sup> *Maha Parinibbana Soutta*

<sup>47</sup> Il est assez difficile d'évoquer les stades de la méditation bouddhique. Ce sont des degrés d'absorption qui représentent l'unification de l'esprit et des niveaux de consciences de l'être de plus en hauts et raffinés. Il en existent quatre : dans le premier, la pensée en quelque chose, même subtile comme l'état méditatif est encore présente. Dans la seconde il n'y a plus de pensée et la conscience devient claire et intense. De là, on ne peut plus expliquer la suite des états méditatifs puisque la pensée n'y est plus présente. Le Bouddha conseil de les imaginer en prenant l'exemple d'un lac. Dans la première, l'eau est encore troublée alors que déjà dans la seconde l'eau est limpide et calme alimentée par des profondeurs insondables. Dans la troisième, dans ce lac pousse des fleurs de lotus et en sont imbibées. C'est comme une baignade dans la conscience spirituelle supérieure. Dans la quatrième, il faut imaginer un homme qui se baigne dans le lac, en en sortant il s'enveloppe d'un linge blanc

traditions et écoles reconnaissent les mêmes bases qui constituent leur dénominateur commun fondamental, le lieu de leur unité essentielle. Ce fondement se résume en quatre points qui constituent les caractéristiques majeures de l'enseignement du Bouddha :

- Tout composé est impermanent. Tout composé se décompose, toute chose étant transitoire ;
- Toute saisie est « mal-être », dysharmonie. Tout ce qui existe sous l'emprise de la saisie de l'égo, avec les passions qui en procèdent, est imparfait, insatisfaisant et source de mal-être ;
- Tous les phénomènes sont vacuité, c'est-à-dire dépourvus d'ego-entité. Aucune expérience n'a de réalité autonome. Sujets et objets n'ont pas d'existence propre, car toutes choses n'existent qu'en dépendance les unes des autres. C'est le principe de l'interdépendance cognitive universelle. Toutes les perspectives philosophiques du *Dharma* en sont le développement ;
- Au-delà de la dysharmonie, est une paix. Se libérer du mal-être est possible. L'Eveil et le bonheur ultimes sont synonymes de santé fondamentale.

Ensuite parce que chaque individu est différent d'un autre par son aspect extérieur mais qu'il est aussi le même par la nature de son esprit. Nous avons tous le même esprit, et il s'agit d'en découvrir la vraie nature que nous cachent nos conditions de vie. D'où la nécessité de réaliser l'essence profonde de l'être pour qu'elle éclaire la connaissance sur la vie. C'est la tâche de toute tradition authentique. Le *Dharma* considère qu'au fil des siècles de nombreux êtres sont arrivés à l'Eveil et ont donc connu la réalisation suprême. Ils l'ont ensuite exprimée différemment en tenant compte du contexte ambiant. Mais ils avaient tous en vue, derrière cette variété d'expressions, une même réalité. De ce point de vue, la diversité demeure contingente. Elle a une fonction pédagogique et c'est en fait une richesse qui permet d'adapter le même message à la variété des entendements et des réceptivités des êtres. Il y a ainsi une unité transcendante des traditions qui se « situe » dans l'au-delà des concepts et des représentations. Différents êtres qu'on peut appeler des bouddhas, même s'ils n'en ont pas eu le nom dans leur tradition, ont rendu compte de l'expérience ultime, et à partir des qualités de connaissance et de compassion qui en émanent, ont élaboré, chacun dans sa tradition respective, différents types d'enseignements permettant d'y arriver. Dans l'expression « unité transcendante des traditions », « l'unité transcendante » désigne donc cette possibilité d'une dissolution des illusions dans un éveil à la réalité ici présente. L'expérience d'Eveil est

---

propre et neuf pour en être recouvert. C'est comme si quelque chose isolait la conscience supérieure, le contact et de l'influence des niveaux inférieurs, qui en plus irradie tout ce qui l'entoure.

première au sens où elle est l'intelligence-expérience avant l'illusion et ses voiles, avant que naisse la saisie du « je suis », avant le « je » de la dualité : c'est la lumière avant l'obscurcissement par l'illusion<sup>48</sup>.

Comment les enseignements du Bouddha nous permettent-ils de percevoir cette unité fondamentale de toute chose qui est l'interdépendance des phénomènes, le mouvement universel comme dépendance de tout par rapport à tout ? Quelles sont les significations essentielles du terme « *Dharma* » et leurs implications profondes ? Quelle est la réalité qu'expose l'*Abhidharma*, sur l'existence, le monde et l'individu ? Ces traités sont une analyse très élaborée des structures de l'univers et des processus cognitifs qui visent à démontrer l'absence d'entité indépendante et autonome dans les phénomènes. Comment cette tradition et ses textes peuvent-ils nous apaiser et nous apporter le bonheur ?

A l'heure où l'*ego* fait que nous sommes victimes de nous-même, plus précisément qu'il est l'origine de toutes nos souffrances en tant qu'il se perçoit comme entité indépendante avec ses caractéristiques et vit des expériences agréables ou douloureuses, comment comprendre que, finalement, c'est quelque chose qui n'a ni sens ni valeur en soi et que la croyance en son effectivité est notre point d'encrage dans la souffrance que l'on cherche tant à dépasser ?

---

<sup>48</sup> Voir Kalou Rinpoché, *La voie du Bouddha*, p. 34-36

## I. Qu'est-ce que le « *Dharma* » ?

Le mot sanskrit « *Dharma* » est très ancien. Il est présent dans le *Véda* pour désigner l'Ordre du monde en chacune de ses manifestations, qu'il s'agisse du cosmos, de l'organisation des sociétés humaines ou des rites religieux. Sa racine *dhri-*, porter, tenir indique justement que l'Ordre en question « organise et soutient un ensemble de forces », concourant ainsi à l'harmonie d'ensemble. Cette notion d'harmonie est inhérente à ce terme. Alors cette harmonie qu'il sous-tend peut elle devenir aussi l'harmonie de l'existence humaine ?

Le champ sémantique du mot « *Dharma* » (tibétain : *chos*) est très vaste. Toutefois, d'un point de vue fondamental, il désigne une « fonction cognitive capable de saisir ce qui constitue sa propre essence » (tib : *rang gi ngo bo 'dzin pa'i don*). Ce sens peut s'entendre tant au niveau des connaissables composés que non composés. Par non composés, j'envisage les phénomènes purs et non contingents comme le *nirvana* dont le symbole dans le monde sensible est l'espace –vide, libre-. L'expression tibétaine nous invite à réaliser que l'expérience de ce que nous sommes et de ce que nous vivons ne constitue pas une entité en soi. Ainsi, la saisie des caractéristiques essentielles de ce que nous percevons définit le phénomène en tant que tel.

Cette notion de « *Dharma* » peut être associée à celle d'interdépendance. Ce que nous sommes et ce que nous expérimentons constituent des expériences qui résultent de l'agencement des différents facteurs connexes qui les produisent. Lorsque par exemple nous faisons l'expérience d'une « plante », nous ne réalisons pas toujours que la plante est en réalité le résultat d'un processus cognitif qui, dans son caractère opérant, saisit ce qui la constitue comme telle en tant qu'évènement ou phénomène nommé « plante ». Dans cette opération de reconnaissance et de détermination, une faculté de connaissances est nécessaire, comme sont indispensables également les domaines sensoriels, la forme et la conscience. Il s'agit en fait d'un ensemble de facteurs, qui dans leur mode opératoire et leur interaction, produisent cette expérience que nous nommons « plante ». Voilà la réalité qu'évoque le *Dharma*.

C'est volontairement que j'ai peu utilisé le terme « bouddhisme » au profit du terme « *Dharma* ». Nous commettons souvent cette erreur de langage lorsque nous évoquons les enseignements du Bouddha. Alors qu'est-ce que le *Dharma* ?

# 1. Bouddhisme ou *Dharma* ?

## A. *Les différents sens du mot « Dharma »*

### a. Le bouddhisme et ses déformations

Si le terme « bouddhisme » est largement passé dans la langue, désigner ainsi l'enseignement du Bouddha demeure contestable. Le mot « bouddhisme » est un néologisme moderne, inventé par les indianistes aux alentours de 1825<sup>49</sup>, alors que l'enseignement du Bouddha est vieux de vingt-cinq siècles. Mais surtout, le suffixe « -isme » a l'inconvénient de situer cet enseignement dans une perspective théologique, métaphysique, philosophique et dogmatique qui n'est pas celle de son esprit ni de sa nature. En Occident, l'emploi quasi systématique du mot « bouddhisme » souligne indéniablement l'effort de classification d'un enseignement perçu au XIX<sup>ème</sup> siècle comme un système de pensée, une lointaine religion d'Orient... Mais à l'époque, les philosophes occidentaux ont façonné pour longtemps une image de l'enseignement du Bouddha qui était surtout conforme à leurs préconceptions. Le bouddhisme fut même assimilé au nihilisme sous l'effet du mythe du « culte du néant » que j'évoquais déjà en introduction, que le philosophe Hegel prit soin de mettre en forme en 1827. Hegel n'est pas nihiliste mais à mon avis il témoigne du cynisme de la pensée moderne et de son désenchantement. La pensée occidentale s'intéresse à l'Inde mais connaît encore assez mal ses traditions. De ce fait, on va interpréter l'hindouisme et plus encore le *dharma* dont on ne connaît presque rien avant 1820. Il faut attendre 1830 pour que l'étude des textes sanskrit et pali ouvre la voie à la traduction de quelques-unes des richesses scripturaires qui vont permettre aux intellectuels occidentaux de mesurer l'ampleur de la tradition du Bouddha.

L'idée que le bouddhisme est un « culte rendu au néant » doit beaucoup à Arthur Schopenhauer qui a suivi de près l'évolution des recherches sur le dharma. En 1818 paraît son œuvre magistrale *Le Monde comme volonté et représentation*. Il essaie d'expliquer ce que les mystiques ont compris dans leur expérience ultime d'union spirituelle, et tente ainsi d'expliquer le mystère de l'existence. Schopenhauer interprète la qualité de sagesse inhérente à l'expérience mystique comme fruit d'une négation du monde phénoménal ou de ce qu'il appelle le « vouloir-vivre ». La sagesse ne saurait exister sans l'annihilation du principe d'individualité en lequel s'anime le désir. Or le lien entre le désir et la vie est si ténu et si



puissant qu'il nous faut renier la vie elle-même. Alors que le bouddhisme parle d'une existence rendue malade par l'ignorance et le désir, le philosophe condamne la vie dans son entier. Les deux approches sont foncièrement différentes. Il convient en effet d'établir une nuance très nette entre « la vie comme souffrance » et la vie considérée comme « souillée par la souffrance » qui résulte d'une incompréhension de ce que nous sommes. Schopenhauer fait donc sienne les thèses bouddhistes en les pliant à un système essentiellement pessimiste. Là réside tout le problème, car avec la renommée du philosophe, dans une Europe gagnée par l'idéalisme romantique, les esprits vont envisager le bouddhisme comme un véritable pessimisme.

Il existe aussi une propension à vouloir assimiler l'enseignement du Bouddha aux catégories et aux représentations proprement occidentales qui se sont constituées dans l'émergence du monothéisme. L'enseignement du Bouddha devient alors ce que l'on nomme en Occident « une religion ». Faut-il encore savoir ce que recouvre ce mot. S'il désigne l'adhésion à un credo ou la croyance en un créateur –un Dieu envisagé comme personne créant le monde ex-nihilo-, l'enseignement du Bouddha n'est certainement pas une religion. En revanche, si l'on perçoit l'étymologie du mot *religere* soit relier, la tradition du Bouddha est effectivement un enseignement qui relie à l'ultime, à la réalisation absolue et c'est également une voie qui unit les hommes dans la paix et la compassion. Ce sens de religion comme ce qui unit ou relie est d'ailleurs à rapprocher de celui du mot *yoga* qui signifie : unir ou union. La voie du Bouddha est de ce point de vue un yoga spirituel permettant de réaliser « l'union absolue » avec notre nature essentielle qui est intelligence immédiate et grande compassion. En tout cas l'une des particularités de l'enseignement du Bouddha c'est de ne pas être fondé sur un énoncé littéral pris comme définitif. Il n'est donc pas à considérer comme une tradition du Livre.

Depuis le XIX<sup>ème</sup> siècle, plusieurs courants ont contribué à faire connaître l'enseignement du Bouddha tout en le déformant. Citons l'ésotérisme occidental et en particulier la théosophie, mouvement généreux inspiré par Elena Petrovna Blavatsky qui aspirait à une unité des religions. La version occidentalisée du « bouddhisme » que la théosophie a diffusée en Europe et en Amérique du Nord véhicule beaucoup de préconceptions plus révélatrices de l'atmosphère propre à cette époque que de l'authentique enseignement du Bouddha. Plus près de nous dans le domaine littéraire et dans un genre qui pourrait se nommer « spiritualité fiction », mentionnons *Le Troisième œil* et autres ouvrages

---

<sup>49</sup> Voir Roger-Pol Droit, *Le Culte du néant : les philosophes et le Bouddha*, Le Seuil, 1997

de Lobsang Rampa. En dépit du caractère romanesque et fantastique de ses écrits qui recourent à un fond de légendes, il fit découvrir la spiritualité tibétaine à de nombreux chercheurs. Nous pouvons aussi citer les productions hollywoodiennes récentes tel que *Little Buddha*. En même temps qu'elles ont fait connaître et apprécier le *Dharma*, elles ont véhiculé des notions simplistes sur la réincarnation qui tiennent plus de l'imaginaire populaire que de l'enseignement profond.

Il existe ainsi tout un imaginaire occidental qui prit racine dans ces notions ésotériques et littéraires. Il a révélé sa puissance lorsque les premiers lamas tibétains sont arrivés en Occident. Bon nombre d'occidentaux voyaient en eux des êtres dotés de pouvoirs psychiques secrets et fabuleux. Bien que les choses soient aujourd'hui beaucoup plus claires, il n'en reste pas moins vrai que ces représentations persistent sous différentes formes dans l'imaginaire populaire. Nombre de confusions et de notions erronées inspirées du « bouddhisme déformé » circulent.

Pour mesurer le poids des influences culturelles, on pourrait prendre l'exemple du titre souvent attribué au Dalai-Lama : « Sa Sainteté ». Ce concept qui rappelle la hiérarchie propre au monde catholique, n'existe pas en tibétain. Si l'on se réfère au *Petit Larousse*, la définition du mot « saint » nous renvoie à l'idée d'une perfection et d'une pureté de l'être ultérieurement reconnue par l'Eglise chez quelqu'un qui a mené « une vie exemplaire, a pratiqué les vertus évangéliques ». De la même façon, on pourrait soutenir que le Bouddha est « pur et parfait », mais son assimilation à Dieu serait abusive si on considère Dieu comme une « puissance extérieure et transcendante. » Quant au rôle du pouvoir ecclésiastique qui décrète la sainteté de telle ou telle personne, ce n'est dans la tradition du Bouddha qu'un aspect secondaire de la reconnaissance. Il convient de se rappeler dès à présent que le Bouddha n'existe comme tel que dans le regard de ceux qui perçoivent sa réalité. Après cette courte digression, il nous semblerait donc préférable d'employer le mot « *Koundune* » qui signifie « présence » pour désigner le Dalai-Lama. Ce terme est éminemment honorifique pour le désigner. C'est Martin Scorsèse qui l'a rendu célèbre grâce au titre de l'un de ses films. Il importe cependant de noter que le terme « Sa Sainteté » a été employé à des fins que l'on pourrait qualifier de « diplomatiques ». Il a en effet permis à de grands maîtres du Dharma d'être placés sur le même pied d'égalité que d'autres grands représentants des traditions monothéistes. Si l'on va même plus avant, et bien que, dans le monde catholique, le terme « saint » soit attribué par une institution à des hommes qui ont atteint durant leur existence un très haut niveau de perfectionnement spirituel, on ne sera finalement pas importuné par le titre de « sainteté ». En observant les choses en profondeur, au-delà du poids des systèmes hiérarchiques et de la

charge que l'on attribue aux mots, ce terme désigne incontestablement un état d'accomplissement plutôt qu'un simple rang.

Après un aperçu de ce que nous avons pu entendre par « bouddhisme » et « *Dharma* », peut-on dire ce qu'est réellement la voie du Bouddha ?

### **b. Ebauche d'une définition de « *Dharma* »**

Pour éviter les difficultés qui peuvent être associées au mot « bouddhisme », il semble plus juste de recourir au terme traditionnel sanskrit « *Dharma* » qui désigne l'enseignement du Bouddha. Nous parlerons ainsi du « Dharma du Bouddha », de l'enseignement ou de la tradition du Bouddha. L'étymologie du latin *traditio*, proprement « action de transmettre, de livrer » rend compte de la dynamique de la transmission sans être porteur de connotations formalistes et traditionalistes. Les deux termes se répondent l'un l'autre. La tradition est en quelque sorte le cadre souple au sein duquel s'opère la transmission. *Dharma* signifie fondamentalement « réalité » ou « ce qui est », mais son sens le plus courant est celui d'enseignement, entendu comme « exposé de la réalité » ou « exposé sur la nature essentielle des choses et des êtres. » L'expression tibétaine traditionnelle utilisée pour nommer l'enseignement du Bouddha est *nangpa sangyépai tcheu*. Portons notre attention sur l'explication qu'en donne Kalou Rinpoché<sup>50</sup> : « Les deux derniers termes pris ensemble signifient le 'Dharma du Bouddha', ou encore le Dharma de l'Eveil. 'Dharma' a ici principalement le sens 'd'enseignement' et le seul mot 'bouddha' désigne à la fois l'origine des enseignements : le bouddha historique, et la réalisation spirituelle qu'il a atteinte : 'l'état de bouddha'. Quant au premier mot 'nangpa', il signifie 'intérieur' et souligne le fait que ces enseignements ne concernent pas tant le corps et le monde extérieur que l'esprit qui en est l'habitant intérieur : les enseignements ayant pour fonction principale d'apporter à cet esprit paix, bonheur et liberté. Le Dharma du Bouddha est ainsi la science intérieure ou la science de l'intériorité, entendue comme 'science de l'esprit'. »

Dans l'expression « science de l'esprit », l'esprit est envisagé comme processus cognitif dans lequel les notions d'esprit et de matière sont incluses. Je veux dire par là que la nature des phénomènes n'est ni matière ni esprit. Le *Dharma* n'est ni matérialiste ni spiritualiste. Il n'y a donc pas de cause première spirituelle ou matérielle mais un processus interdépendant. Cette vision se place au-delà des dichotomies et pose la question de la nature

---

<sup>50</sup> Kalou Rinpoché, *La voie du Bouddha*, p. 38

de celui qui connaît. Le terme même de science est à considérer avec précaution tant il revêt de connotations variées. Dans le contexte qui nous concerne, il renvoie à une méthode que l'on peut qualifier de rationnelle et d'expérimentale. Les différentes pratiques de la méditation constituent ses outils propres. La recherche est donc pragmatique. Elle repose sur une investigation expérimentale et réaliste qui fait appel à l'intelligence déductive. Il ne s'agit pas d'une approche coupée de nos expériences et qui serait dès lors totalement abstraite. Elle est au contraire une démarche qui s'enracine dans notre vie quotidienne et qui conduit à agir au sein même de celle-ci. « La pratique du *Dharma* est une approche foncièrement comparable à une démarche scientifique expérimentale. Les enseignements sont issus de l'expérience de personnes arrivées à l'Eveil et ils suggèrent une pratique et une expérimentation pour y accéder. Ils rapportent l'expérience éveillée et les découvertes de ces personnes, et sont des protocoles qui nous indiquent la procédure expérimentale pour réaliser à notre tour la même expérience. La démarche est donc de type expérimental. Par exemple : il y a un problème qui est celui de la souffrance et du conditionnement. L'enseignement formule les hypothèses exposées précédemment concernant l'origine de la souffrance. On les teste ensuite en travaillant sur les passions, sur l'ego et les conditionnement du *karma*. Des premiers indices encouragent à poursuivre, et pas à pas on va jusqu'à la solution du problème. C'est dans notre expérience de la méditation et à partir de ses résultats que, peu à peu, nous pouvons vérifier les enseignements, ce n'est pas du tout théorique. »<sup>51</sup>

Il s'agit bien comme le souligne encore Kalou Rinpoché d'une « connaissance expérimentale qui nous apprend à reconnaître notre nature fondamentale et libère de l'asservissement aux illusions, aux passions et aux pensées. Elle permet de découvrir le vrai bonheur, durant la vie, au moment de la mort et dans les existences ultérieures, jusqu'à l'ultime Eveil spirituel qu'est l'état de bouddha. Elle développe sagesse et compassion universelles. »<sup>52</sup>

La multiplicité des enseignements répond à la diversité des êtres et tous proposent une voie d'Eveil, de libération des illusions de l'ignorance et des passions qu'elles induisent. Ils sont des remèdes aux trois poisons fondamentaux de l'esprit qui engendrent les vicissitudes de la vie : le désir-attachement, l'aversion-répulsion, l'ignorance-aveuglement, -que j'approfondirai plus tard- et à toutes les émotions conflictuelles résultantes. Leur unité que j'évoquais dans l'introduction, a été exposée par le Bouddha lui-même dans la « Parabole des plantes médicinales » figurant dans le *Saddharmapundarika-Sutra* ou « *Sutra du Lotus* ». Il

---

<sup>51</sup> Lama Denys, *Le Dharma et la vie*, Paris, Albin Michel, 1993, p. 107-108

<sup>52</sup> Kalou Rinpoché, *La voie du Bouddha*, p. 36-37

compare le Dharma à une pluie homogène et bienfaisante qui se répand sur tous les végétaux. Chaque plante capte les nutriments selon ses besoins et chacune croît selon sa nature<sup>53</sup>.

Dans *L'enseignement du Dalai-Lama*<sup>54</sup>, le XIV<sup>ème</sup> Dalai-Lama, revient sur le caractère essentiel de la pratique du *Dharma* : « Mais qu'est-ce que le *Dharma* ? Ce n'est évidemment pas porter un costume spécial, construire des monastères et s'adonner à des rites compliqués... Ceci peut accompagner la pratique du *Dharma* mais n'est, en aucune façon, le *Dharma*. La vraie pratique du *Dharma* est intérieure ; c'est un esprit paisible, ouvert et généreux, un esprit que l'on a su dompter, qui est complètement contrôlé. [...] La pratique du *Dharma* est celle qui permet d'être vrai, fidèle, honnête, humble... d'aider et de respecter les autres et de se sacrifier pour eux. » Cette pratique, qui est un travail fondamental sur l'esprit, révèle la dimension de compassion et de sagesse inhérente à la voie. Il s'agit de retrouver la paix en nous. Dans ce processus, la maîtrise des flux qui constituent l'esprit est capitale. Nous ne pouvons y parvenir qu'en cherchant ce que nous sommes véritablement. Ce mouvement est celui de la connaissance de soi. Et dans l'acte de « me connaître », je vais davantage à la rencontre de l'autre comme un « autre moi-même ». Connaissance de soi et altruisme, alias spiritualité et éthique ou compréhension et compassion, constituent ainsi un couple dont les deux pôles interdépendants et complémentaires résument la voie du Bouddha. Ils se nomment respectivement *prajna* et *karuna* en sanskrit –voir glossaire-. Au cours du cheminement, ils s'entraident et se rejoignent. La compassion féconde la compréhension et la compréhension est la matrice de la compassion. Le cheminement de la discipline éthique et spirituelle conduit à la réalisation de notre nature authentique et celle-ci contient finalement spontanément les vertus de l'éthique et de la spiritualité fondamentale.<sup>55</sup>

On retiendra également que les enseignements du *Dharma* en général insistent sur la nécessaire combinaison de la compassion-amour et de la sagesse-connaissance. Néanmoins ces deux composantes peuvent se combiner en différents dosages qui varient selon les traditions et, au sein de celles-ci, selon les réceptivités individuelles des pratiquants.

---

<sup>53</sup> Voir la traduction de E. Burnouf dans *Le bouddhisme*, Textes réunis, traduits et présentés par Lilian Silburn, Fayard, 1997, p. 126-127-.

<sup>54</sup> Dalai-Lama, *L'enseignement du Dalai-lama*, Albin Michel, coll. « spiritualité vivante », 1987, p. 17-18

<sup>55</sup> Voir Lama Denys, *La voie du bonheur. L'enseignement du Bouddha : une tradition de vie sacrée, universelle et agnostique*, Actes Sud, coll. « Le souffle de l'esprit », 2002, p. 10-.

### c. Aperçu de l'étendue du champ sémantique du mot « *Dharma* »

Il est difficile de cerner de manière exhaustive le caractère polysémique de mot « *Dharma* ». Nous avons vu que dans son sens le plus habituel, le *Dharma* est l'enseignement du Bouddha. Le Dalai-Lama soutient généralement que le *Dharma* est tour à tour une religion, une philosophie, un art de vivre, une science sacrée, une science de l'esprit et de la réalité, sans pour autant être réductible à l'une de ces catégories. La multiplicité des significations de ce mot central peut se ramener à trois essentielles :

- La réalité authentique, ultime ou absolue ;
- L'enseignement sur la nature essentielle des choses et des êtres, soit la voie qui conduit à la réalisation de la réalité ultime. C'est-à-dire le *Dharma* comme enseignement du Bouddha ;
- Les phénomènes, les données de l'expérience ou les objets de connaissance.

Il est important de faire ressortir la continuité sous-jacente à ces trois aspects. De la réalité comme mode d'être authentique des choses, procède une vision qui se traduit en mots. Ceux-ci se structurent en un enseignement dont la cohérence est le reflet de sa source. Cet enseignement permet de revenir à la réalité telle quelle, au-delà des concepts. C'est pourquoi le *Dharma* est une approche pragmatique, totalisante et intégrative qui reflète ce que nous sommes et la façon dont nous vivons.

En tant qu'« enseignement du Bouddha », il est donc naturel que la pédagogie du *Dharma* participe de différents domaines que nous appelons en Occident : psychologie, philosophie, épistémologie, sciences cognitives, mystique et religion par exemple. L'enseignement prend en compte tous les constituants de la personne humaine en vue de l'aider à se libérer du carcan de l'illusion qui l'empêche de vivre pleinement la réalité telle quelle. Si le *Dharma* considère que l'homme est constitué de trois portes –le corps, la parole et l'esprit- qu'il faut s'exercer à purifier, il accorde une importance capitale à l'esprit. Sans esprit discipliné et apaisé, point de paix, point de bonheur. L'entraînement de l'esprit est donc essentiel. Par entraînement, j'entends le développement des processus cognitifs qui l'animent et qui permettent d'actualiser une activité réflexive. Celle-ci aide l'esprit à se découvrir et à réaliser qu'il est fondamentalement autoconnaissant. La démarche n'est donc pas une construction. Il ne s'agit pas d'élaborer un homme nouveau, de devenir « quelqu'un d'autre »

mais de révéler simplement les qualités humaines fondamentalement saines qui ont toujours été là.

L'enseignement du Bouddha expose donc comment, dans les modalités de la connaissance conceptuelle, se structure l'expérience que nous avons du monde et de nous-même en tant qu'individu. Il nous montre comment cette connaissance est irrémédiablement piégée dans le domaine dualiste. Et nous savons combien ce piège est douloureux, par-ce qu'il nous enferme dans les désirs et les passions qui se tissent continûment entre le sujet et les objets : le sujet s'y attachant, les rejetant ou manifestant une indifférence à leur égard. Le *Dharma* « travaille » avec cette polarité en développant une pratique qui permet d'accéder à des modalités cognitives non duelles, ayant un effet libérateur.

On peut en guise de repère dresser un tableau qui rend compte de l'étendue du champ sémantique, en prenant en compte cette participation aux différents domaines nommés plus haut. Ici, science, philosophie et spiritualité sont des repères significatifs pour situer différentes acceptions du mot « *Dharma* ». Il s'agit de tendance, entendu qu'il n'est pas question pour moi d'opposer science et philosophie, ou spiritualité et religion, même si l'usage le fait souvent.

**Champ sémantique du mot "Dharma"**

<b>Spiritualité</b>	<b>Philosophie</b>	<b>Science</b>	<b>Religion</b>
Yoga spirituel	Phénoménologie comme compréhension de l'existant	Antropologie fondamentale	Voie de la réalisation de l'absolu
Voie de la réalisation de la nature ultime de l'esprit	Gnoséologie* agnostique	Science de l'intériorité	Voie de Compassion
Voie d'Éveil	Humanisme holistique**	Science de l'expérience humaine	
	Voie de Compréhension	Science de la cognition	
	Intelligence de l'être	Science de la réalité	
	<i>Expressions parentes</i>	<i>Expression s'inscrivant dans une perspective traditionnelle</i>	
	art de vivre	science sacrée	
	voie de la connaissance de soi	science de l'esprit	
	voie de libération		

Gnoséologie\* : Théorie de la connaissance

Humanisme holistique \*\* : humaniste qui considère l'homme dans sa globalité (corps, parole, esprit) et dans ses aspirations tant sociales que spirituelles.

#### **d. Dix significations usuelles, trois sens principaux**

Malgré la richesse de ce terme, on lui attribue généralement dix significations qui peuvent se ramener aux trois catégories principales que nous venons d'introduire.

Voici les dix significations usuelles qui recentrent le mot « *Dharma* » sur ses implications essentielles.

- L'ensemble des phénomènes ou intelligibles : se sont les objets de connaissance conditionnés et composés relevant du *samsara* et ceux qui relèvent de la réalité non-duelle (*nirvana*) étant par nature inconditionnés et non composés ;
- La Voie du Bouddha ;
- Le *nirvana* : cette signification renvoie à la troisième noble réalité qui expose la possibilité d'une existence affranchie de la dysharmonie ;
- Les objets de l'esprit : ils désignent les phénomènes mentaux regroupés dans l'*Abhidharma* en douze domaines cognitifs appelés *ayatana*s –voir glossaire- ;
- Les mérites : se sont l'ensemble des actions et pensées positives oeuvrant à l'établissement de la santé fondamentale ;
- La durée de vie ;
- Les corpus du *Dharma* : c'est l'ensemble formé par les trois corbeilles (sans oublier les *Tantras*) ;
- Les objets matériels : se sont les objets qui sont le produit des cinq éléments et qui sont sujet à la transformation ;
- Les règles : se sont l'ensemble des vœux qui constituent la tradition vivante du *Vinaya* ou conduite éthique, dont l'essence sont les vœux de *pratimoksa* (libération individuelle par la conduite éthique) s'adressant tant aux moines qu'aux laïcs ;
- Les traditions religieuses : elles désignent les différentes traditions présentes en ce monde. -Cette acception souligne à quel point le *Dharma* ne pratique pas le prosélytisme-.

Dans une perspective progressive, les trois sens principaux, introduits au point précédent, accordés au mot « *Dharma* » correspondent à trois facettes d'une seule et même unité. Ils expriment le renversement qu'opère l'esprit, reconnaissant la nature des conditionnements afférents à l'expérience habituelle, s'en dégageant peu à peu dans la pratique du triple apprentissage -conduite éthique, méditation, compréhension-, pour finalement actualiser sa nature fondamentale.



Le *Dharma* comme base : les phénomènes. Tous les phénomènes, c'est-à-dire ce que nous vivons, expérimentons et ce que nous sommes dans l'expérience habituelle : un corps et une conscience qui font des expériences, via des représentations conceptuelles, dans le cadre duel « sujet/objet » ou « moi/monde ». Cette expérience et la compréhension que nous en avons est notre point de départ.

Le *Dharma* comme voie : la transmission du Bouddha, les enseignements. La parole du Bouddha dresse un constat sur notre situation habituelle. Son approche phénoménologique examine en détail ce que nous sommes foncièrement, en nous révélant les modalités de la connaissance. Par « phénoménologie », j'entends ici la description de la personne humaine via l'analyse des composants qui la constituent. Elle aboutit au constat de l'absence d'une entité autonome, indépendante et perdurante dans la personne mais aussi les phénomènes. La transmission du Bouddha souligne l'importance du couplage compréhension-expérience dans le passage d'une connaissance habituelle façonnée par la pensée discursive et dualiste, à une connaissance dite immédiate ou directe dont la vertu est d'être libératrice. Le *Dharma* au sens de science de l'esprit ou science de l'intériorité (tib : *nang pa'i chos*) qui concerne ce que nous sommes fondamentalement, désigne la façon dont nous expérimentons ce que nous vivons.

Le *Dharma* comme fruit : la réalité absolue. C'est le moment où la base est reconnue dans sa réalité foncière, dépouillée des voiles dualistes.

## **2. Le Dharma du Bouddha : un enseignement et une pratique intemporels, transculturels et universels**

### **A. *Points communs à toutes les traditions***

Si la transmission du *Dharma* a donné lieu à différentes traditions avec, en chacune d'elles, plusieurs écoles et maintes lignées, c'est sur des bases communes. Toutes véhiculent la même compréhension et la même expérience fondamentale d'Eveil mais en utilisant des formulations qui varient légèrement et des moyens adaptés aux mentalités et réceptivités des différents types de personnes. J'évoquais dans l'introduction une intelligence de fond d'unité dans la diversité, s'en est un bon exemple.

Il existe deux points fondamentaux à toutes les traditions : l'origine de la transmission c'est-à-dire l'Eveil du Bouddha qui est la réalisation de la nature ultime de l'esprit ou réalisation de la véritable nature du réel. Cet Eveil ne dépend d'aucun facteur socio-culturel. Il est fondamentalement universel et intemporel. Et la continuité de la transmission dans son caractère ininterrompu et personnel au sein de la communauté des pratiquants, le *Sangha*<sup>56</sup>.

La transmission n'est pas un transfert d'informations ou de savoirs. Reposent en elle la compréhension de la nature de l'existence, de l'homme, de la connaissance et les moyens qui permettent d'accéder à cette connaissance essentielle. – Nous pouvons faire le lien avec la philosophie comme « amour de la sagesse » qui suppose comme je le disais dans l'introduction (p.4) une interrogation sur la conduite de la vie humaine et la connaissance de la nature.- Ce qui est transmis profondément est l'expérience de l'Eveil, une expérience totalement universelle et transculturelle. Il s'agit de s'éveiller à la réalité ou à l'illusion du « je » qui se profile dans le « qui suis-je ? » - une interrogation qui rejoint le vieil adage socratique : « connais-toi toi-même »-. Lorsque j'écris que cette expérience est universelle et transculturelle, je souligne simplement le fait que l'expérience humaine fondamentale n'est ni orientale ni occidentale et qu'aucun facteur temporel ou spatial ne la limite. Elle est commune à tous les êtres humains et à la place qu'ils occupent dans l'univers. Ainsi, de manière équivalente, l'illusion est fondamentalement la même pour des orientaux et des occidentaux, même si elle s'exprime différemment. C'est cette différence qui explique les diverses colorations que prend l'enseignement selon les cultures. Néanmoins, les fondements du *Dharma*, sa cohérence et son but sont transculturels, tout comme l'aspirine a la même composition, le même mode d'action et la même vocation quel que soit le contexte. D'autre part, le *Dharma* ne tend pas à l'uniformisation. Au contraire, son pouvoir de transformations vivifie l'intelligence et la sensibilité. Le retour à l'expérience humaine fondamentale est un facteur d'ouverture et de communication qui contribue à régénérer la philosophie, les arts et la culture en général. Ce fut le cas en Chine et au Japon où s'est développée toute une esthétique inspirée du *Dharma* mais qui a su garder sa spécificité propre.

L'origine de la transmission est l'Eveil spirituel, l'expérience ultime de « ce que je suis » et de « ce qui est » : de la réalité. C'est l'expérience fondamentale de la nature de l'esprit et de ce qu'il vit, ses expériences : c'est la réalisation de la nature de l'esprit-expérience. En apposant ces deux termes, l'attention est simplement attirée sur le fait que

---

<sup>56</sup> On notera également que les quatre sceaux de l'enseignement du Bouddha expriment l'unité sous-jacente et constituent une base consensuelle et unanime en laquelle se reconnaissent toutes les traditions. Ces quatre sceaux

l'esprit est un processus cognitif dans lequel émerge l'expérience de ce que nous sommes et vivons. L'esprit-expérience comprend ainsi le sujet conscient et toutes les expériences qu'il est amené à vivre.

### ***B. Le caractère intemporel et transculturel de la transmission***

L'expérience fondamentale qu'est la réalisation de la nature de l'esprit-expérience ne dépend ni de la culture, ni de l'époque. Elle est à jamais accessible à l'immédiateté de l'instant présent. Kalou Rinpoché souligne dans *La voie du Bouddha*<sup>57</sup> : « Toutes les traditions, qu'elles soient chrétienne, hindouiste, judaïque, musulmane, bouddhiste..., enseignent que la compréhension de ce que nous sommes au niveau le plus profond est le point essentiel : cette compréhension de la nature de l'esprit éclaire de l'intérieur et illumine les enseignements de toutes les traditions. Dans chacune d'elles quiconque parvient à la compréhension de l'esprit et en fait l'expérience immédiate aboutit à une vision essentielle, sans commune mesure avec celle qu'il pouvait avoir avant cette expérience directe. La connaissance de la nature de l'esprit est la clef qui ouvre la compréhension de tous les enseignements. Elle éclaire ce que nous sommes, la nature de toutes nos expériences et révèle la forme la plus profonde d'amour et de compassion. » Cette connaissance et l'expérience qui lui est concomitante sont primordiales ou premières au sens où elles précèdent le processus de l'illusion. Elle préexiste au sentiment de l'individualité, à l'affirmation du « je suis ». C'est l'expérience avant les représentations conceptuelles et le jeu de la dualité. Cette expérience est l'état primordial. C'est aussi l'expérience du tréfonds. Lorsque toutes les illusions qui masquent la réalité fondamentale se sont dissipées, la réalisation de la nature ultime de l'esprit-expérience devient effective. C'est l'état de bouddha.

Dire que cette réalisation et ses qualités immanentes qui transcendent les illusions sont une réalité qui a un caractère intemporel consiste simplement à reconnaître que la possibilité d'accéder à l'Eveil n'est pas apparue avec le Bouddha Shakyamuni. Celui-ci a ré-exprimé un enseignement qui est essentiellement a-temporel. L'Eveil a existé de tous temps. Avant lui, d'autres maîtres ont transmis des enseignements permettant d'atteindre l'illumination ultime et d'autres après lui ont fait et feront de même. D'ailleurs, au sein même du bouddhisme, le Bouddha Shakyamuni est considéré comme étant le quatrième bouddha initiateur du *Dharma*

---

sont : 1. tous les composés sont impermanents ; 2. toute saisie dualiste est dysharmonie ; 3. tous les phénomènes sont vacuité, dépourvus de soi ; 4. Au-delà de la dysharmonie est une paix.

<sup>57</sup> Kalou Rinpoché, *La voie du Bouddha*, p. 32

de notre cycle cosmique - qui doit en compter 1002 !- Le Bouddha est la preuve vivante de l'existence d'un remède à la souffrance des hommes.

Compte tenu de son intemporalité, l'origine de l'Eveil n'est ni oriental ni occidental. En ce sens, le *Dharma* du Bouddha n'a pas partie liée avec une culture spécifique. En revanche, il peut apporter sa dimension spirituelle à n'importe quelles bases socioculturelles sans interférer avec celles-ci. Sa démarche étant fondée sur l'esprit dans ce qu'il a de plus essentiel, il n'est rattaché à aucun peuple et à aucune époque. -Là encore, c'est un exemple qui illustre l'unité dans la diversité-.

### **C. *Une vision universelle adaptée aux besoins actuels***

Le *Dharma* propose une approche totale de la spiritualité et de la vie, fondée sur la compréhension du fonctionnement de l'esprit et des modalités de la connaissance. Elle débouche sur une vision holistique de la société humaine et du monde du vivant qui repose sur la pratique de la sagesse et de l'amour.

Ni dogmatique ni formaliste, cette approche est fondamentalement rationnelle et expérimentale. Elle propose une méthode pratique de transformation de soi permettant d'accéder à la nature ultime de l'esprit. Cette méthode se nomme communément « méditation » ou « présence » car il s'agit de demeurer présent à ce que nous sommes foncièrement.

Cette approche globale me semble parfaitement adaptée à l'intensité de la vie contemporaine parce qu'elle répond à la quête du sens de l'existence et surtout au besoin d'intériorité qu'éprouve l'homme d'aujourd'hui. Ce qu'enseigne le *Dharma* est éminemment moderne et en parfait accord avec les conceptions scientifiques contemporaines. Cette compatibilité est d'ailleurs pour beaucoup dans l'intérêt que les occidentaux lui portent aujourd'hui.

### **3. L'idée d'un amour universel :**

Nombreux sont ceux qui sont touchés par l'amour bouddhique. Il y'a de bonnes raisons à cela. En effet le bouddhisme conçoit l'objet de l'amour comme étant l'univers tout entier, au-delà de toute dimension humaine. Le *Dharma* évoque l'amour-compassion ou *Bodhicitta* comme amour envers tous les vivants. Par exemple, une formule appelée « dédicace », utilisée en fin de méditation pour ne pas s'approprier les vertus de celle-ci dit :

« toute vertu ainsi pratiquée, est sans aucune appropriation, dédiée eu bien de tous les vivants, en la réalité absolue. »

C'est le mot *upeksa* qui nous renseigne sur l'objet de l'amour en général. *Upeksa* est le terme sanskrit qui exprime l'équanimité. Cette équanimité est une vertu de l'amour authentique, elle est même ce qui fonde le caractère universel de l'amour pur. Le terme évoque deux facettes, une négative et une positive. La première consiste à ne pas faire la différence entre les êtres, c'est-à-dire être impassible vis-à-vis des différences. La seconde est l'équanimité. Ainsi, l'amour considéré dans sa dimension extrême doit s'étendre à tous les êtres sans distinction dans l'esprit de celui qui s'est éveillé à la vérité<sup>58</sup>. Les bouddhistes pensent donc que l'amour véritable ne se restreint pas à quelques êtres particuliers. La compassion véritable ne peut pas être affectée par une quelconque partialité. Le bouddhiste aime son ami comme son ennemi, par ce que tout être, comme nous, souffre, aspire au bonheur, redoute la souffrance et a besoin de compassion. En évoquant « tous les vivants » nous avons introduit que l'amour bouddhique ne s'arrête pas à la seule humanité. C'est en ce sens qu'il faut comprendre la désignation des sentiments se rapportant à l'amour, pour être véritables, ils doivent être universalisables. Lorsque les bouddhistes parlent de « tous les vivants », ils désignent tout ce qui vit c'est-à-dire les animaux, les végétaux et les minéraux. Si tout être est digne d'amour, c'est parce que « tous les êtres des mondes animal, végétal et minéral sont des bouddhas potentiels. »<sup>59</sup> Ceux qui font le mal, quelle que soit leur nature, n'échappent pas à la règle, ils sont des ignorants qui ont autant besoin d'aide que n'importe quel être. C'est essentiellement parce que tous les êtres sont pris dans la loi du *karma* : tout être vivant est un être responsable avec des droits et des devoirs. C'est pourquoi on trouve de nombreuses légendes mettant en scène des animaux, comme des lions végétariens prônant la non-violence. C'est un exemple parmi d'autres.<sup>60</sup>

Sogyal Rinpoché montre que si notre compassion débute envers une personne très proche qui souffre, elle doit devenir universelle : « notre tâche est de nous libérer de cette prison qu'est l'illusion d'optique de notre conscience de nous croire séparés du reste de l'univers et qui nous restreint à nos désirs personnels et à une affection réservée à nos proches, en élargissant le cercle de notre compassion afin qu'il embrasse tous les êtres vivants

---

<sup>58</sup> Voir G. Burgault, *L'Inde pense-t-elle ?*, Paris, P.U.F., 1994, p. 148

<sup>59</sup> Voir Thich Nhat Hanh, *Bouddha vivant, Christ vivant*, Paris, Jean-Claude Lattès, 1996

<sup>60</sup> Pour avoir un aperçu de ces légendes, on peut lire les *Contes tibétains* de Surya Das, Le courrier du livre, Clamecy, 1999.

et la nature entière.»<sup>61</sup> Ce n'est que lorsque cet amour sera devenu universel que le bouddhiste verra la vérité, l'état des choses telles qu'elles sont. C'est ce qui est appelé « la vue juste ». Elle embrasse toute chose. L'enseignement spirituel donne au bouddhiste une perspective complète de la nature de l'esprit et de la réalité, sachant que la nature véritable de l'esprit est la nature véritable de toute chose : la vacuité comme vérité absolue. Alors, si la vacuité est la vérité de toute chose, on peut dire que l'amour n'a pas d'objet.

---

<sup>61</sup> S. Rinpoché, *Etincelles d'éveil, méditation au fil des jours sur la vie et la mort*, Paris, la Table ronde, 1995, p. du 2 janvier.

## *Conclusion*

D'après ces quelques points nous pouvons déjà percevoir le *Dharma* comme une voie de guérison de la souffrance humaine. Dans l'introduction j'affirmais que les Trois Corbeilles rassemblent des recueils qui correspondent chacun à un remède contre les trois poisons qui enferment l'esprit dans l'illusion. Le *Dharma* vient du Bouddha. C'est sa parole, la parole de l'Eveillée qui dans sa grande compassion se fait le porte parole de la réalité. La réalité qu'il est, qu'il a réalisée, s'exprime par sa voix offrant à tous ceux pris dans le filet des illusions une voie d'émancipation. C'est la parole du grand médecin qui offre à tous les vivants l'ordonnance d'une thérapie qui conduit à la santé fondamentale, d'une thérapie essentielle pour guérir de la maladie des illusions et de leurs souffrances. Remarquons que l'approche du *Dharma* est foncièrement médicale. Dans ce contexte, le Bouddha est le grand médecin, le *Dharma* est la thérapie ou la médecine fondamentale, et le *Sangha* ce sont ceux qui pratiquent cette voie de guérison et de santé. Le *Dharma* est le remède qui défait la saisie conflictuelle et duelle de l'ego, son illusion et ses passions. Il expose les moyens d'Eveil, sa méthode, il présente les modalités de la réalité consensuelle, habituelle, les modalités de la réalité éveillée, absolue. Dans la compréhension de cette présentation émerge la voie qui conduit de l'une à l'autre. Il explique pratiquement les moyens et méthodes de réalisation, les disciplines du corps, de la parole et de l'esprit, une thérapie physique, verbale et spirituelle qui se résume en un triple apprentissage : discipline/compassion, présence/méditation, compréhension. C'est ce que je vais présenter lors du mémoire de l'an prochain –voir plan projectif-.

Le *Dharma* est profondément lié à la philosophie en son sens traditionnel que j'évoquais dans l'introduction. Il est une voie de perfectionnement de l'homme par la recherche de la connaissance morale, de la justesse dans l'action, la parole et la pensée. C'est une « voie du milieu », qui est entre tout excès ; les mortifications expérimentées par Siddhârta et les plaisirs des sens. Il est une réponse à la question du bonheur que se posaient déjà les Grecs de l'Antiquité, puisqu'il est une quête de vérité sur l'être afin de trouver le bonheur et de rendre les autres heureux. Le *Dharma* semble avant tout être une ascèse, une discipline que l'on s'impose lorsqu'on en saisit la pertinence. Nous avons la responsabilité de rendre les existences prochaines meilleures, il est alors de notre ressort de choisir les actes qui permettront de conduire l'être au but idéal, le *nirvana* –l'homme est seul responsable de lui-même-. Ce qui permet de progresser vers le but, c'est l'ascèse qui nous abstient de tout acte s'opposant à la voie. Elle va permettre d'opérer une conversion de la sensibilité conforme à

l'intelligence en évitant les affects pernicious. L'ascèse va entraîner une « épuration intérieure libératrice » en soumettant l'individu à sa propre responsabilité. De fait, le *Dharma* va produire un changement qualitatif de l'individu irréversible en détruisant l'illusion du « moi » par l'expérience de la quiétude, de la connaissance et de la compassion.

Cette voie nécessite d'avoir confiance en la perfectibilité de l'homme, en une possible libération de l'esprit de tout attachement. C'est un cheminement personnel et rationnel, qui vise non pas à s'écarter de la vie mais à débarrasser l'esprit des impuretés qui le trouble, comme le doute, la haine, la jalousie, les désirs sensuels... en cultivant des qualités positives comme l'amour, la confiance, la joie, la concentration, le calme... conduisant finalement à la sagesse qui voit les choses telles qu'elles sont, au-delà de tout jugement ou concept. Ce chemin demande de la patience, il est long et difficile puisque c'est un effort de toute la personne qui requière de domestiquer son esprit et son corps. Il faut persévérer jusqu'à ce que l'effort n'ai plus lieu d'être et laisse place à l'extase du *nirvana*. C'est un dépassement de sa propre nature par le contrôle du corps et de l'esprit, car si la nature de Bouddha est toujours présente en chacun de nous, elle est encore latente. C'est une qualité que l'homme a en puissance et l'actualiser en libérant ce qui entrave cette nature, c'est réaliser la profondeur de l'être.

L'ascèse du *Dharma* est le symbole d'une renaissance spirituelle. C'est au départ un retour sur soi-même, ensuite vers les autres lorsque l'existence acquiert une dimension collective par l'expérience de l'amour universel. L'amour est l'essence de la voie, il perfectionne le pratiquant qui apprend à s'aimer pour offrir cet amour aux autres : « l'amour est la racine même de la voie »<sup>62</sup>, « l'enseignement du Bouddha [...] a pour fondement l'amour, la compassion et le service des autres »<sup>63</sup>. L'amour devient universel lorsque nous sommes parvenus à nous détacher totalement de la fausse idée du moi et que nous avons reconnu notre propre insubstantialité.

Le *Dharma* est-il une voie d'amour, avec l'amour comme but ou moyen ? Quelle est l'idée d'amour universel ? Comment relie-t-il les êtres ?

Quelle est précisément notre nature véritable ? Comment les enseignements du Bouddha nous permettent-ils de percevoir l'unité fondamentale de toute chose ?

Un paradoxe est perceptible : le *nirvana* est quelque chose qui est à la fois transcendant, au-delà de l'être et même de ce que le langage peut traduire mais se trouve en

---

<sup>62</sup> M. Ricard et J.-F. Revel, *Le moine et le philosophe, le bouddhisme aujourd'hui*, p. 232

<sup>63</sup> Walpola Rahula, *L'enseignement du Bouddha*, p. 107



même temps au cœur même de l'être qui en fait l'expérience. Comment est-ce possible ?  
Comment cela fonctionne ?

*Plan projectif pour le mémoire de M2 afin d'appuyer mes premières conclusions :*

**Qu'est ce que le Dharma ?**

**I. Les fondements du Dharma :**

**1. L'unité fondamentale de toutes les représentations du Dharma :**

S'il existe un modèle unique, il est aussi une grande diversité de traditions qui correspondent aux différentes manières de vivre ce modèle. Il est vrai que *Theravada*, le *Zen*, *Thièn* ou *Vajrayana*, pour n'en citer que quelques-unes, diffèrent beaucoup dans leurs apparences. Toutefois, elles ne divergent aucunement dans leurs principes fondamentaux. Il est donc possible d'envisager la diversité de ses aspects sans pour autant écarter la nature fondamentalement cohérente et une du Dharma. C'est à mon avis, une vision d'unité dans la diversité qui est essentielle.

A la question : « qu'est-ce qui est essentiel dans le dharma ? », la meilleure réponse serait sans doute : « ce sont les quatre sceaux de l'enseignement du Bouddha » (tib. : *phyag rgya bkar rtags bzhi*). Ils expriment la base consensuelle et unanime en laquelle se reconnaissent toutes les traditions.

**2. Les quatre sceaux de l'enseignement :**

- Tous les composés sont impermanents ;
- Toute saisie est dysharmonie ;
- Tous les phénomènes sont vacuité, dépourvu de soi ;
- Au-delà de la dysharmonie est une paix.

**3. La parole vivante du Bouddha :**

Question de la langue du Bouddha (pali, sanskrit ?). Ce qui est bien dit (de manière juste) est parole du Bouddha. Trois formes de paroles : paroles prononcées de sa bouche, paroles inspirées, paroles authentifiées. La notion de non-parole.

**II. Les Trois Joyaux du Refuge : *Bouddha, Dharma, Sangha***

Les Trois Joyaux constituent la matrice de l'Eveil. Leur présence, qui se poursuit en continu, tisse la trame de l'enseignement, de sa tradition et de sa transmission.

**1. L'entrée en refuge :**

La démarche d'Eveil, de réalisation de la réalité.

**2. Le Bouddha :**

Homme et absolu. En tant qu'homme, il est l'origine temporelle de la transmission qu'il a initiée et qui se perpétue jusqu'à aujourd'hui. En tant qu'absolu, c'est la représentation de la « nature de Bouddha » qui est la cause primordiale de l'Eveil.

### **3. Le *Dharma* :**

Comme remède aux trois poisons de l'esprit.

### **4. Le *Sangha* :**

Comme ensemble des personnes qui ont choisi d'appliquer la thérapie, la voie d'Eveil proposée par le Bouddha.

### **5. La triade corps-souffle-esprit :**

Corps, parole et esprit nous constituent à tous les niveaux et sont, dans leurs différents aspects, la structure des Trois Joyaux. Ils se retrouvent en ceux-ci de différentes façons, d'abord en chacun d'eux : comme constituants du pratiquant, *Sangha* ; comme niveau ou élément de la pratique, *Dharma* ; comme dimension de son but, l'Eveil, Bouddha.

## **III. Les trois mises en mouvement de la roue du *Dharma* :**

Selon le *Mahayana* indo-tibétain, le Bouddha a transmis trois cycles d'enseignements traditionnellement appelés les « trois tours de la roue du *Dharma* ». Cette vision tripartite délimite différentes pédagogies et perspectives sur le *Dharma*. Bien que chacun d'elles possède son intelligence et sa pertinence propres, elles sont envisagées comme des facettes complémentaires marquant les étapes d'une progression. La vision tripartite sert également à classer les *Sutras*, chaque cycle possédant son corpus de *sutras* spécifiques.

### **1. Le symbolisme de la roue, indissociable de la notion de *Karma* :**

### **2. Le contenu des trois cycles d'enseignements :**

#### **a. Premier cycle : les quatre nobles réalités et le noble octuple sentier**

Le *Dhammacakka Sutta* présente les quatre nobles réalités. La place de l'amour dans le système.

#### **b. Deuxième cycle : la vacuité ou l'absence de caractéristiques**

Qu'entend-on par vacuité ou *sunyata* ? L'approche de Nagarjuna. La vacuité comme remède ou l'application des enseignements de la vacuité dans la vie quotidienne.

#### **c. Troisième cycle : la nature de Bouddha**

La notion de *Thatagatagarba* ou nature de Bouddha. L'amour universel d'un bouddha.

### **3. Différentes perspectives sur les trois cycles : sens didactique, sens définitif**

## **IV. Les trois *Yanas* ou les trois véhicules du *Dharma* :**

### **1. Signification de la répartition en trois véhicules :**

Trois formes d'Eveil ou « *bodhis* » ; expression de l'unité dans la diversité ; trois formes de diffusions du *Dharma*.

#### **a. Le sens de « *Yanas* » : véhicule, radeau**

### **2. Le sens de la tripartition et remarques sur les trois *yanas***

#### **a. *Hinayana*, la discipline extérieure :**

Principales caractéristiques.

#### **b. *Mahayana*, la discipline intérieure :**

L'union de la compassion et de la compréhension ; le double développement et les six perfections ; l'esprit d'Eveil ou « *bodhicitta* ».

#### **c. *Vajrayana*, la discipline fondamentale :**

Les *tantras* comme amplifications du *Mahayana*.

#### **d. *Ekayana*, l'intégration des trois disciplines :**

Les trois cycles d'enseignements.

### **V. Du *Dharma* scripturaire au *Dharma* de la réalisation :**

Deux formes de transmissions, d'abord orale, ensuite écrite.

#### **1. Le lien entre compréhension et expérience :**

Le *Vinaya*, discipline, sensibilité-compassion ; les *Sutras*, méditation-présence, clarté ; l'*Abhidharma*, compréhension, ouverture.

#### **2. Le *Dharma* de la réalisation : triple apprentissage**

L'ascèse et l'écologie corps-souffle-esprit.

##### **a. *Sila*, la discipline :**

Mieux vivre, développer la douceur et la non-violence, une dimension ludique, le désir comme exercice de liberté. L'amour comme moyen.

##### **b. *Samadhi*, le recueillement méditatif :**

Vigilance de l'instant présent, demeurer dans l'expérience globale, l'intégration dans la vie quotidienne.

##### **c. *Prajna*, la compréhension profonde :**

La double réalité : relative et absolue. L'amour comme but.

## **Etude de la phénoménologie de l'*Abhidharma* :**

### **I. Présentation générale :**

#### **1. Origine et constitution : les matrices de compréhension**

#### **2. Signification de « *Abhidharma* » :**

##### **a. Etymologie :**

Implication de l'adjectif « supérieur » ; les deux sortes de phénomènes et les deux principaux modèles.

##### **b. Une science de la cognition :**

Le *dharma* dans sa dimension profonde ; portée de la démarche analytique ; tremplin conduisant à la notion de vacuité.

### **II. Les traités d'*Abhidharma* :**

#### **1. L'évolution du genre :**

*Abhidhammapitaka* ; *Vibhāsa* ; *Mahāvibhāsa*.

#### **2. L'*Abhidharmakosa* de Vasubandhu :**

Un traité dans l'esprit du bouddhisme des origines, les neufs chapitres.

#### **3. L'*Abhidharmasamuccaya* d'Asanga**

Un traité dans l'esprit du *Mahayana*.

### **III. L'examen des trois *Dharma* :**

#### **1. Les cinq constituants de la saisie dualiste, *skandhas* :**

Forme ; sensation ; perception ; formations karmiques ; conscience.

#### **2. Les douze domaines sensoriels, *ayatanas* :**

#### **3. Les dix-huit éléments cognitifs :**

### **IV. L'esprit-expérience :**

#### **1. Les deux modalités de l'esprit-expérience :**

##### **a. *Vijnana*, la conscience comme expérience dualiste :**

La fonction de saisie ; les subdivisions des agrégats de la conscience ; la cognition illusionnées.

##### **b. *Jnana*, l'intelligence primordiale :**

Les cinq intelligences.

**c. L'alternance *jnana-vijnana* (intelligence primordiale/conscience comme expérience dualiste) :**

**2. Le principe d'alternance :**

**3. Le recouvrement de l'intelligence primordiale :**

**a. Les quatre voiles :**

Voile de l'ignorance, de la propension, des passions, du *karma*.

**b. La boucle fermée : deux types d'imprégnation**

**c. Le dévoilement de l'intelligence primordiale :**

Le développement dévoilement ; un processus de substitution ; cartographie conceptuelle du dévoilement ; l'expérience de la non saisie.

**V. Le *Samsara* et le cycle de l'existence (*karma*) :**

**1. La circularité : naissance, mort et renaissance :**

Deux roues : altération et génération ; pertinence de la vision circulaire.

**2. La roue de la vie :**

**a. Éléments iconographiques :**

**b. Les états intermédiaires, *bardos* :**

**3. Le *karma*, causes et effets de l'activité :**

*Karma* négatif, positif ou d'immobilité (de la méditation).

**VI. Le modèle cosmologique de l'*Abhidharmakosa* :**

**a. Formation du monde et réceptacle :**

**b. Répartition des conditions de la conscience :**

La sphère des passions ou du désir ; la sphère de la forme pure ; la sphère du sans forme ;

## **GLOSSAIRE**

Les éléments du glossaire rassemblent des définitions de termes assimilés au fur et à mesure de mes lectures. J'ai tenté d'en donner une formulation la plus précise possible d'après mes connaissances. Les définitions marquées par un « \* » proviennent de l'ouvrage de Kalou Rinpoché, *La voie du Bouddha*, Le Seuil, Lonrai, 1993.

### **Prononciation des mots sanskrits :**

**U** = ou (sutra = soutra)

**E** = é (Veda = Véda)

**C** = tch (bodhicitta = bodhitchitta)

**N** = sonore après une voyelle (atman = atmane)

**S** = ch (moksa = mokcha, sauf dans samsara)

**Abréviations** mentionnée : sanskrit = skt. / tibétain = tib.

**Abhidharma** (skt.) : compilé entre la III<sup>ème</sup> siècle avant J.-C. et le IV<sup>ème</sup> siècle, l'*Abhidharma* est la troisième corbeille du corpus bouddhique. Elle correspond à la systématisation de l'enseignement des *Sutras*. Cette analyse du réel et du fonctionnement de l'esprit constitue le fondement d'une orientation philosophique et psychologique. Deux traités d'abhidharma font autorité : l'*Abhidharmakosa* (« *Trésor de l'Abhidharma* ») de Vasubandhu (IV<sup>ème</sup> siècle) et l'*Abhidharmasumaccaya* (« *Compendium de l'Abhidharma* ») d'Asanga.

**Amîtabha** : Bouddha de « la lumière incommensurable » dans la doctrine Mahayaniste.

Parmi les cinq victorieux gouvernant les cinq familles de bouddha, il est celui de la famille du lotus. Il est particulièrement le maître de *Tchènrézi* (sanskrit : *Avalokitechvara*) et réside en *Déouatchène* (*Sukhaavati*).\*

**Ananda** : cousin et assistant personnel du Bouddha Sakyamuni, il récita les sutras du Conseil de Vaisali lors de la première compilation du Canon.\*

**Anatman** (skt.) : littéralement « absence de soi », c'est-à-dire absence d'entité indépendante permanente et autonome en tout phénomène. Cet enseignement capital du Bouddha souligne le caractère illusoire, erroné et douloureux de l'attachement à la fiction du soi (*atman*). Cette notion est reliée à celle de « *sunyata* » et d'interdépendance.

**Arhat** (skt.): littéralement « méritant ». Terme qui désigne ceux qui ont épuisé les passions et vaincu les souillures mentales dont l'ignorance, le désir, l'attachement, l'orgueil, les opinions et l'inquiétude. Dans le bouddhisme originel, l'arhat est le disciple pleinement accompli.

**Asanga** : un des « Deux suprêmes » maîtres indiens, le second étant *Nagarjuna*. Né à Purusapura, la capitale du Gandhara. Il est l'auteur de l'*Abhidharmasumaccaya*, frère de Vasubandhu, il est avec celui-ci l'un des fondateurs de l'école yogacara. Il est célèbre pour sa pratique de *Maitreya* qui lui transmet les Cinq enseignements de *Maitreya*.

**Atman** (skt.) : Soi, ego comme entité permanente ou substance immuable. C'est le principal enseignement des brahmanes face auxquels le Bouddha a réagi. Dans l'Indouisme c'est l'âme suprême et éternelle.

**Ayatanas** (skt.) : domaines sensoriels ou bases de connaissance au nombre de douze : œil, oreille, nez, langue, corps, forme visuelle, son, odeur, goût, contact, faculté mentale, phénomènes mentaux.

**Bodhicitta** (skt.): d'après l'étymologie sanskrite, *bodhi* signifie éveil, et *citta*, l'esprit dans sa dimension de compassion. Bodhicitta peut donc se traduire par « cœur esprit éveillé » ou « cœur-esprit » de l'éveil. Il s'agit de l'attitude d'esprit propre au Mahayana. Elle se caractérise par un altruisme fondé sur l'amour-compassion, et dont l'objet est le bien de tous les êtres en vue de leur libération. On parle de « bodhicitta relative » ou de « bodhicitta relationnelle » pour désigner l'attitude ouverte et bienveillante, mais aussi de « bodhicitta ultime » quand il est question de la réalisation de la nature de Bouddha inhérente à toute personne.

**Bodhisattva** (skt.) : être qui dédie sa vie à l'éveil et manifeste les qualités de l'état d'esprit éveillé, dans le souci d'aider autrui à s'éveiller. On parle de « l'être d'éveil ». Ce terme



caractérise la voie de la compassion universelle et de compréhension profonde propre au *Mahayana*. Motivé par la bienveillance et la compassion, le *bodhisattva* engendre l'esprit d'éveil et consacre sa réalisation au bonheur du monde.

**Bouddha** : « l'éveillé ». Nom donné par ses disciples à l'homme que l'on considère aujourd'hui comme celui qui est à l'origine du bouddhisme pour l'avoir découvert puis enseigné (VI-V<sup>ème</sup> siècle avant J.-C.). Dans le « petit véhicule », Bouddha désigne Siddharta Gotama, dans le « grand véhicule » c'est Amitabha.

**Bouddha Sakyamuni** : V<sup>ème</sup> siècle avant J.-C. (566-476 ou 558-468 avant J.-C.). Le quatrième bouddha de notre ère qui se manifesta, comme ses prédécesseurs dans les douze œuvres. Il initia les enseignements bouddhiques transmis jusqu'à aujourd'hui.\*

**Brahmane** : membre de la plus haute caste en Inde, celle des prêtres.

**Dharma** (skt.): le plus généralement le *Dharma* désigne l'enseignement du Bouddha, les *dharms* désignent les objets de la connaissance. Ce mot est principalement employé dans deux cas : pour désigner l'enseignement, la parole des bouddhas, la voie de la connaissance permettant de se libérer du *samsara* (l'existence conditionnée), c'est l'enseignement du Bouddha ; et pour désigner tout objet de connaissance, tous les phénomènes. Les objets de connaissance composés appartiennent au *samsara*, et les non-composés au *nirvana*. C'est un terme clé du bouddhisme.

**Dukkha** (skt.) : douleur, insatisfaction, vide. C'est la vérité de la première « noble réalité » : l'universalité de la douleur, en acte ou en puissance. C'est le contraire de *sukha*, le bien-être. *Dukkha* désigne le tourment continu de la vie humaine. Cette insatisfaction continue est ce qui nous conduit à renaître sans cesse. Il désigne un certain mal-être, tourment incessant qui est la toile de fond de la vie humaine. Car tout est transitoire, impermanent et peut se retourner en son contraire, si bien que même le bonheur contient de la douleur en puissance puisqu'il désire qu'il dure. C'est cette insatisfaction fondamentale qui nous conduit à souffrir et finalement à renaître.

**Eveil** (*bodhi* en skt.): c'est la réalisation de la nature ultime de l'esprit-expérience. Attention à ne pas le confondre avec le mot délivrance (*moksa* en skt.) Ce mot est susceptible

d'applications diverses. Il y a en effet délivrance chaque fois qu'il y a libération d'une entrave, d'une limitation. Le terme se réfère généralement à la délivrance du samsara, l'existence conditionnée. Celui qui l'a obtenu en est libéré et n'y renaîtra plus que volontairement. La délivrance du samsara est la phase initiale de la réalisation de l'état de bouddha, elle n'en constitue cependant pas l'étape ultime.

**Hinayana** : terme skt. Générique, et à l'origine péjoratif, créé par les mahayanistes (adeptes du « grand véhicule ») pour désigner plusieurs cheminements attachant une grande importance à la vie monastique mais considérés comme mineurs. Dans la tradition tibétaine le *Hinayana* ou « sentier de la dévotion, de la discipline et de l'étude » est la base indispensable de tous les autres véhicules. De ce fait, il est juste de le nommer « véhicule fondamental ».

**Indra** : principal dieu des temps védiques et du panthéon brahmanique, il représente la source de la vie cosmique. On le retrouve dans la cosmologie bouddhique, en particulier dans le modèle cosmologique de l'*Abhidharmakosa* et dans celui de l'*Avatamsakasutra*. Il est également présent dans le récit traditionnel de la vie du Bouddha. Dans la description du cosmos présenté dans l'*Abhidharmakosa*, il réside dans le deuxième paradis du domaine du désir situé au sommet du mont Méru. Ce deuxième paradis se nomme « Ciel des trente-trois dieux ». Indra est le plus grand de ces dieux. On a ici l'illustration de la perméabilité de la culture bouddhique qui emprunte des éléments au brahmanisme en retravaillant leur dimension symbolique. Dans l'*Avatamsakasutra*, son nom est associé au fabuleux filet cosmique, métaphore de l'interdépendance et de l'indifférenciation, illustrant à quel point dans la réalité tout se tient.

**Jnana** (skt.) : a le sens de « connaissance non duelle », « connaissance primordiale » ou même « sagesse » en référence à la sagesse accomplie d'un bouddha. C'est la fonction cognitive qui connaît toutes choses telles qu'elles sont réellement. Son objet est la vacuité comme nature ultime de tous les phénomènes. (Se rapproche du grec *gno* qui donne « gnose »)

**Kangyour** (skt) : c'est un recueil, souvent en cent huit volumes, qui constitue la base du canon bouddhique dans la tradition tibétaine. Le *Kangyour* (littéralement « la traduction des paroles du bouddha ») est divisé en plusieurs sections dont les principales sont les Trois corbeilles (sde snod gsum) et les tantra (rgyud).\*

**Karma** (skt.) : désigne l'activité dans tous ses développements. Tout acte (du corps, de la parole ou de l'esprit) né d'une intention est *karma*. Il peut être la cause d'un acte et sa conséquence. C'est l'enchaînement causal qui existe entre les deux termes. Le *karma* implique tous ces éléments dans leur interaction. Il peut être positif quand il est teinté par l'altruisme, négatif quand il est déterminé par les « trois poisons de l'esprit » (désir, colère, ignorance ou attraction, répulsion, indifférence) ou encore immobile lorsqu'il est engendré par l'esprit pendant le recueillement méditatif.

**Madhyamaka** (skt.) : désigne la perspective philosophique mahayaniste la plus profonde. La Voie du Milieu ou *Madhyamaka* repose sur les enseignements des *Prajanaparamitasutras* – sutras de la perfection de la sagesse ou connaissance transcendante-. Née au II<sup>ème</sup> siècle sous l'impulsion de Nagarjuna, elle développe la vision de la vacuité –*sunyata*- et souligne le caractère erroné et limité de toute formulation conceptuelle.

**Magga** (skt.) : « sentier », « voie ». C'est la quatrième « noble réalité » de la voie qui conduit à la cessation de la *dukkha*. Ce chemin est composé de huit remèdes, on l'appelle le « noble octuple sentier ». On peut classer ces remèdes dans les trois rubriques traditionnelles que sont *sila*, la discipline éthique, *samadhi*, la concentration et *prajna*, la compréhension profonde.

**Mahayana** : terme sanskrit traduit par « grand véhicule » ou « voie universelle ». Né aux environs du I<sup>er</sup> siècle avant J.-C. dans le Nord de l'Inde, le *Mahayana* se démarque des écoles antérieures. Il repose sur la compassion universelle et la connaissance transcendante. Il prône l'idéal du *bodhisattva*, l'être qui voue sa vie à la réalisation de l'éveil dans le souci d'aider autrui à s'éveiller. Le *Mahayana* considère que tout être est porteur de la nature de bouddha. Pour la réaliser, il est nécessaire de renoncer aux comportements négatifs et de développer bienfaits et sagesse.

**Maitreya** : le bouddha de l'avenir, qui se manifestera au début du prochain cycle cosmique. Son enseignement prendra la suite de celui de *Sakyamuni*, quand celui-ci aura disparu.\*

**Nagarjuna** : un des « Deux suprêmes » maîtres indiens ; il aurait vécu six cent ans, et son activité se situe principalement durant le II<sup>ème</sup> et III<sup>ème</sup> siècle. Il est né dans la contrée de Vidarbha au sud de l'Inde d'une famille de brahman. Jeune, il étudia et maîtrisa toutes les

sciences traditionnelles ordinaires et spéciales, le *Tripitaka* et les autres tantras. A *Nalanda*, il prit l'ordination monastique du mahasiddha Saraha, et devint rapidement l'abbé de l'université. Médecin de grand talent, il guérit *Musilinda*, le roi des naga, qui en remerciement lui remit les textes du *Prajnaparamitasutra* qui lui avait confié *Ananda*, le principal disciple du Bouddha Sakyamuni, pour être révélé dans le futur ; c'est de là que lui vient son nom « Nagarjuna ». Le canon tibétain recense cent quatre-vingts ouvrages qui lui sont attribués dont les *Six Collections de la Logique* qui sont des textes fondamentaux.\*

**Nalanda** : célèbre université bouddhiste, elle fut fondée vers le milieu du V<sup>ème</sup> siècle. Elle produisit de nombreux grands maîtres dont *Asanga* et *Vasubandu*.\*

**Nirodha** (skt.) : c'est la troisième « noble réalité » qu'est la cessation de la souffrance. C'est ce qui enseigne que l'on peut vaincre la condition dualiste et la souffrance qui l'accompagne.

**Nirvana** (skt.): l'au-delà de toute souffrance, la vacuité-plénitude, l'ultime réalisation spirituelle. Selon l'étymologie sanskrite, *nirvana* a le sens d'extinction. Il est la cessation de l'individualité, de ses passions et de ses souffrances, l'extinction de l'ego et de l'égoïsme, la fin des illusions duelles et de toute ignorance. Le *nirvana* comme dépassement est aussi l'accession à un état sans limite, qui est la perfection de la connaissance et de la compassion, plénitude de la félicité et de toutes les qualités éveillées. C'est l'expérience de la réalité ultime, de la vérité absolue.

*Nirvana* est un mot qui est entrée dans la langue française. La définition qu'en donne le *Robert* est un reflet des préjugés occidentaux pour qui le nirvana est comme un « anéantissement » qui va de pair avec la vision nihiliste du bouddhisme.

**Pali** : langue sacrée des textes bouddhiques anciens et du Hinayana.

**Pariniravana** (skt.) : littéralement « souffler complètement ». C'est l'extinction suprême, la mort final d'un bouddha.

**Prajna** (skt.) : compréhension, sagesse. Dans le Noble Octuple Sentier elle renvoie à la clairvoyance et au discernement qui peuvent naître à l'écoute de l'enseignement et lors de la réflexion sur l'enseignement. Ils deviennent finalement définitifs et immuables pour être l'éveil lui-même.

**Paramitas** (skt) : littéralement « perfections » développés par le bodhisattva. On en compte généralement six : don ; discipline ; patience ; énergie ; recueillement méditatif ; compréhension profonde. Au début du cheminement, les *paramitas* demeurent des actions relativement ordinaires. Elles deviennent des « actes parfaits » lorsque la sixième des dix *paramitas*, la compréhension profonde de la vacuité –*sunyata*–, est réalisée et leur est associée. Ces actes sont alors accomplis spontanément sans concept de sujet, d’objet et de réalisation.

**Quatre Nobles Vérités** : constitue le cœur de l’enseignement de Bouddha. Elles ont été énoncées pendant le Sermon de Bénarès. Elles sont : la Vérité de la douleur, la Vérité de l’origine de la douleur, la Vérité de la cessation de la douleur, la Vérité du chemin qui mène à la cessation de la douleur. Voir le *Dhammacak-kappavattana-sutta*, « Sutra de la mise en route de la Roue de la loi ».

**Roue de la loi ou Roue de la Vérité** : c’est la Loi qui peut être enseignée, divulguée, énoncée par le Bouddha. L’actionner signifie commencer à l’enseigner. C’est Bouddha Sakyamuni qui le fit en premier.

**Rupa** (skt.) : le premier des cinq agrégats : matière, corps, apparence physique. Il désigne les quatre grands éléments traditionnels symbolisés par la terre, l’eau, le feu et l’air : solidité, fluidité, chaleur et mouvement ainsi que leurs dérivés qui sont les cinq organes matériels des sens et les objets qui leur correspondent dans le monde extérieur.

**Samadhi** (skt.) : concentration qui résulte de la méditation. Dans le Noble Octuple Sentier c’est la discipline mentale correspondant à des exercices précis de contention de la pensée.

**Samsara** : mot sanskrit pour désigner l’existence conditionnée, soumise au processus de l’illusion dualiste. Ce conditionnement implique les renaissances continuelles.

**Samskara** (skt.) : ce sont les empruntes ou formations karmiques. Il s’agit de facteurs mentaux et d’habitudes psychiques subconscientes qui déterminent nos réactions, motivent nos actes et modélisent nos comportements.

**Sangha** (skt.) : la communauté des pratiquants et enseignant du Dharma. Ce sont tous ceux qui aspirent à la vertu.

**Sanskrit** : langue de la littérature classique indienne, depuis les tous premiers débuts de la spéculation philosophique jusqu'à la période hindouiste environ en l'an 1000. C'est une langue sacrée, celle des *soutras* (écrits scripturaux) du *Mahayana*.

**Siddhârta Gotama** : nom de naissance du Bouddha.

**Sila** (skt.) : vertu, moralité. Dans le Noble Octuple Sentier ce sont les règles de conduites éthiques à tenir dans la vie.

**Skandhas** (skt.) : agrégats insubstantiels au nombre de cinq : formes ou apparences sensibles (corps) ; expériences sensibles (sensations) ; perceptions/notions ; formation karmique ; conscience. Les *skandhas* servent à présenter la personne humaine comme la simple coalescence de phénomènes transitoires. C'est sur cette base fluctuante et impermanente qu'émerge le sentiment d'individualité et la pensée « je suis ».

**Sunyata** (skt.) : c'est la vacuité ou le mode réel des choses désignant l'absence d'existence indépendante et autonome dans le sujet et les phénomènes. Ce concept a été particulièrement développé par le philosophe Nagarjuna et les écoles du Mahayana.

**Sutra** (skt.) : (pali. : *suttas*) deuxième corbeille du corpus bouddhique. Elle correspond à la compilation des enseignements circonstanciés du Bouddha. Selon le *Mahayana*, le Bouddha a transmis trois cycles d'enseignements appelés les « trois tours de la roue du dharma ». A chaque cycle correspond une thématique centrale et des *sutras* particuliers. Le premier cycle développe la thèse de l'absence d'être en soi et les quatre nobles réalités ; le deuxième expose la vacuité comme mode d'existence réel des phénomènes ; le troisième développe la notion de potentiel d'éveil inhérent à tous les êtres.

**Tathagata** : « celui qui vient de la réalité ultime ». C'est l'un des qualificatifs que le Bouddha se donne lui-même.

**Theravada** (skt.) : « école des anciens ». C'est la forme originare du bouddhisme que l'on entend plus souvent sous l'appellation *Hinayana* ou « Petit véhicule ».

**Upekṣa** (skt) : équanimité ou indifférence aux différences.

**Vajrayana** (skt.) : synonymes de *tantrayana* et *mantrayana*. Le mot n'est la plupart du temps pas traduit en français mais parfois rendu par « voie de diamant » ou « véhicule adamantin ». Dans la tradition indo-tibétaine, le *Vajrayana* est considéré comme le prolongement naturel du *Mahayana*. Il s'appuie sur les *Tantras*, les textes qui exposent les moyens habiles pour atteindre rapidement l'éveil en modifiant les perceptions en visions pures, car tout est pur depuis toujours. Alors que les *Sutras* du *Mahayana* postulent la nécessité d'une progression qui passe par le renoncement aux comportements négatifs et le développement des bienfaits.

**Vasubandhu** : un des « Six ornements », grand érudit des écoles *vaibhasika* et *sautantrika*, auteur de l'*Abhidharmakosa*. Il sera ensuite converti au *Mahayana* par son frère Asanga et deviendra avec lui l'un des fondateur de l'école *yogacara* ; il sera abbé de *Nalanda*.\*

**Vijnana** (skt.) : connaissance en mode dualiste qui caractérise l'activité de la conscience dont on rappellera qu'elle n'existe qu'en dépendance des objets qu'elle perçoit et se représente. La conscience est fondamentalement deux dans le sens où est toujours « conscience de quelque chose ». Le terme met en relief que la réalité est de la nature de la conscience.

## **BIBLIOGRAPHIE**

### **Sources**

ASANGA, *Le compendium de la super doctrine* (Abhidharmasamuccaya), traduit et commenté par Rahula W., Ecole française d'Extrême-Orient, 1980

DALAI-LAMA (le Quatorzième) (1988), *Océan de sagesse*, Paris, Press Pocket, 1988

- (1991), *Cent éléphants sur un brun d'herbe*, Paris, Le Seuil, 1991

- (1994), *La force du bouddhisme. Mieux vivre dans le monde d'aujourd'hui*, Paris, Robert Laffont, 1994

- (2002), *Transformer son esprit. Sur le chemin de la sérénité*, Paris, Plon, 2002

*Dhammapada, Les dits du Bouddha*, Albin Michel, Paris, 2007

KALOU, R. (1993), *La voie du Bouddha*, Lonrai, Point sagesse, 1993

- *Instructions fondamentales*, Paris, Albin-Michel, 1989

LAMA DENY, R. et KERFORNE, P. (1993), *Le Dharma et la vie*, Paris, Albin Michel, 1993

- (2002), *La voie du bonheur. L'enseignement du Bouddha : une tradition sacrée, universelle et agnostique*, Actes Sud, 2002

MOHAN W. (2000), *La philosophie du bouddha. Avec traduction intégrale de dix textes du canon bouddhique*, Paris, Lys, 2000 (avec notamment le **Mahatanhasankhaya Sutta**)

- (2001) *Les entretiens du Bouddha. Traduction intégrale de 21 textes du canon bouddhique*, Le Seuil, 2001

NAGARJUNA, *Stances du Milieu par excellence*, traduit du Sanskrit, complété et annoté par Bugault G., Gallimard, 2002

SHANTIDEVA (1992), *La marche vers l'Eveil, traduction du Bodhicaryavatara*, Padmakara, 1992

*Soûtra du diamant et autres soûtras de la voie médiane*, traduit du tibétain par Cornu P., Paris, Fayard, 2001

*Soûtra de la liberté inconcevable. Les enseignements de Vimalakirti*, traduit du tibétain par Carré P., Paris, Fayard, 2000



*Soûtra de l'Entrée à (Sri) Lanka, Lankavatasutra*, traduit du chinois par Carré P., Paris, Fayard, 2006

*Soûtra des quatre établissements de l'attention (Sattipatthana Sutta)*, traduit du Pali par Carteron S., Paris, Albin Michel, 1997

*Soûtra de l'ornementation fleurie des Bouddhas, Avatamsakasutra*, traduit du Sanskrit en anglais, *The flower ornament scripture*, par Cleary T.

*Soûtra de la liberté inconcevable, Les enseignements de Vimalakirti (Vimalakirtinirdeshasutra)*, traduction de Patrick Carré, Fayard, 2000

TULLKU, T., *Lineage Of Diamond Light*, traduit du tibétain par l'Institut Karma Ling

## Commentaires

ARVON, H. (1951), *Le bouddhisme*, Paris, P.U.F., Que-Sais-je ?, n°468, 1951

ANDIA, Y. (1994), *Mystiques d'Orient et d'Occident, Spiritualité orientale 62*, Begrolles-en-Mauge, Abbaye de Bellefontaine, 1994

BAREAU, A. (1985), *En suivant Bouddha*, Paris, Philippe Lebaud, 1985

BUDDHAGHOSA (2001), *Visuddhimagga, « Le Chemin de la Pureté »*, traduction du tibétain de C. Maës, Fayard, 2001

BUGAULT, G. (1994), *L'Inde pense-t-elle ?*, Paris, P.U.F., 1994

BURNOUF, E. (1876), *Introduction à l'étude du bouddhisme*, Paris, 1876

BUTIGEG, C. (textes), PARINET, A. (photographies) (2001), *Les bouddhismes en France*, Ouest-France, 2001

CHENET, F. (1998), *La philosophie indienne*, Paris, Armand Colin, 1998

COOMARASWAMY, A.-K. (1995), *Hindouisme et Bouddhisme*, Folio/Essais, 1995

DAVID-NEEL, A. (1989), *Le bouddhisme du Bouddha*, éditions du Rocher, Monaco, 1989

ETIENNE, B. et LOGIER, R. (1997), *Etre bouddhiste en France aujourd'hui*, Hachette, 1997

*Extrait des « textes de méditation du matin et du soir*, Congrégation Dachang Rimay, Institut Karma Ling

FILLIOZAT, J. (1970), *Les philosophies de l'Inde*, Paris, P.U.F., « Que sais-je ?, n°932, 1970

FOUCHER, A. (1949), *La vie du Bouddha, d'après les textes et monuments de l'Inde*, Paris, Payot, 1987 2

GRIMM, G. (1959), *La religion du Bouddha, La religion de la connaissance*, Paris, Adrien Maisonneuve, 1959

GUYON, R. (1998), *Anthologie bouddhique*, saint Michel en l'Herm, Dharma, 1998

KEITH, A. B. (1923), *Buddhist Philosophy*, Oxford, 1923

KONTLE, C. (1996), *Les voies de la sagesse. Bouddhisme et religion d'Asie*, Arles, Philippe Picquier, 1996

LA VALLEE POUSSIN, L. de (1980), *L'Abhidharmakosa de Vasubandhu*, nouvelle édition par Etienne Lamotte, Bruxelles, Institut Belge des Hautes études Chinoises, 1980

- *Bouddhisme*, Paris, 1911

LOUIS, F. (1994), *Bouddha et son temps*, Paris, éditions du Félin, 19994

LENOIR, F. (2001), *La rencontre du bouddhisme et de l'Occident*, Fayard, Paris, 2001

LODRO TAYE, J. K. (1995), *Buddhist Cosmology in Abhidharma, Kalacakra and Dzogchen*, Snow Lion publications, New York, 1995

LUBAC, H. de (1951), *Aspects du Bouddhisme*, Paris, Seuil, 1951

MASSON, J. (1992), *Le bouddhisme, chemin de la libération*, Paris, Desclée de Brouwer, 1992

NYANAPONIKA, T. (1976), *Satipatthana. Le cœur de la méditation bouddhiste*, Adrien Maisonneuve, 1976

OLTRAMARE, P. (1923), *La théosophie bouddhique*, Paris, Geuthner, 1923

POL-DROIT, R. (1997), *Le Culte du néant : les philosophe et Bouddha*, Le Seuil, Hardcover, 1997

POUPARD, P. (1987), *Les religions*, Paris, P.U.F., 1987

RAHULA, W. (1978), *L'Enseignement du Bouddha, d'après les textes anciens*, Paris, Le Seuil, 1978

RAMPA, L. (2004), *Le troisième œil, J'ai lu n° 1829, Aventure Secrète*, Paris, 2004

REWATA, D. (1998), *Le premier enseignement du Bouddha*, traduit de l'anglais par Montmartel T., Paris, Claire Lumière, 1998

ROSU, A., *Les Marmans et les arts martiaux indiens*, J.A., Paris, 1981

SADAKATA, A. (2002), *Cosmologie bouddhique. Origine et philosophie*, Sully de Akira, 2002

SE-SHARTSE TCHEUDJ RINPOCHE, L.-N., *Les douze actes principaux du Bouddha Shakyamuni*,

SHELDRAKE, R. (2001), *L'âme de la nature*, traduit de l'anglais par Couturiau P., Paris, Albin Michel, 2001

SILBURN, L. (1977), *Le Bouddhisme*, Paris, Fayard, 1977

Sogyal Rinpoché (1995), *Étincelles d'éveil, méditation au fil des jours sur la vie et la mort*, Paris, la Table ronde, 1995.

TARDAN-MASQUELIER, Y. (2002), « *l'Hindouisme* » dans *le Livre des Sagesse. L'aventure spirituelle de l'humanité*, sous la direction de F. Lenoir et Y. Tardan-Masquelier, Bayard, 2002

THERA, N. et HECKER, H. (1999), *Les grands disciples du Bouddha*, Claire Lumière, Paris, 1999

THICH NATH HANH (1996), *Bouddha vivant, Christ vivant*, Paris, Jean-Claude Lattès, 1996

- (1997), *Transformation et guérison*, Albin Michel, 1997

- (1997), *Le silence foudroyant*, Albin Michel, 1997

- (2007), *Sur les traces de Siddharta*, Pocket, St Armand-Montrond, 2007

Vivenza, J-M (2001), *Nagarjuna et la doctrine de la vacuité*, Paris, Albin Michel, 2001

### **Publications électroniques**

BAREAU, A., *D. Ikeda, Bouddhisme, premier millénaire*, Revue de l'histoire des religions, 3/1987, mis en ligne le 20 octobre 2004

LOWY, M., *Hindouisme et bouddhisme*, Archives de sciences sociales des religions, 126/2004, mis en ligne le 17 novembre 2005

MIRZAYANTS, E., *Bouddhisme : unité et diversité, expérience de libération*, Archives de sciences sociales des religions, Varia 138/2007, mis en ligne le 12 septembre 2007

TOFFIN, G., *Ernestine Mc Hugh, Love and Honor in the Himalayas, coming to know another culture*, l'Homme, 163/juillet-septembre 2002, mis en ligne le 10 juillet 2007

WENHUI, Y., *Vers un bouddhisme du XXe siècle, réformateur, laïque et imprimeur*, Archives de sciences sociales des religions, Varia, 120 (2002), mis en ligne le 21 novembre 2005

## **Collectifs**

FILLIOZAT, J. et RENO, L., « *L'Inde classique* », *Manuel des études indiennes, Tome 1*, Paris, Payot, 1949

« *L'Inde classique* », *Manuel des études indiennes, Tome 2*, Paris-Hanoï, E.F.E.O., 1953

*Aux sources du Bouddhisme*, textes traduits et présentés sous la direction de Silburn L., Paris, Fayard, 1997

## **Usuels**

### **Encyclopédies**

CORNU P. (2001/2006), *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme*, Le Seuil, 2001/2006

*Encyclopédie Philosophique Universelle*, 3 tomes, publiée sous la direction d'André Jacob, Paris, PUF, 1989-1992

*Encyclopédie des mystiques, tomes 3-4 « Mystiques du bouddhisme indien, tibétain, tch'an et japonais*, Paris, Seghers, 1978

*Hôbôgirin, Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme d'après les sources chinoises et japonaises*, 7 volumes, Paris, A. -Maisonneuve, 1929-1994

## **Dictionnaires**

*Dictionnaire de la spiritualité ascétique et mystique*, T.1, (dir) Viller M., S.-J., T.2/1 (dir) Baumgartner, S.-J., Paris, Beauchesne, 1937-1953

Dictionnaire du Bouddhisme, Encyclopedia Universalis, 1999

FREDERIC L. (1987), *Dictionnaire de la civilisation indienne*, Paris, Robert Laffont, 1987

*Dictionnaire de la sagesse orientale. Bouddhisme, Hindouisme, Taoïsme, Zen*, traduit de l'Allemand par Thiollet M., Paris, R. Lafont, 1989

## Revues

*Revue Dharma, La voie du Bouddha*, « *L'apprentissage spirituel, vivre le quotidien comme voie* », n°42, La Ravoire, Prajna, 2002

- « *La confiance, au cœur de la voie* », n°44, La Ravoire, Prajna, 2002

- « *La vacuité, vide d'illusion ou plein de réalité* », n°47, La Ravoire, Prajna, 2004

*Le nouvel observateur, La philosophie du bouddhisme, de la paix en soi à la paix du monde*, avril-juin 2003, Hors-série n°50

*Le monde des religions n°30, Le bouddhisme tibétain*, juillet-août 2008,

*Philosophie magazine n°7, Bouddha*, Mars 2007

## ***CHOIX DES TEXTES***

### **Sutta, Sutras, Stances : les textes canoniques essentiels**

Je ne suis pas au fait de l'historiographie des écrits bouddhiques, mais la question de la fiabilité ne se pose pas dans les mêmes termes en Inde et en Occident. On sait bien que les textes ont été retravaillés et qu'ils sont émaillés de traits légendaires et fantastiques. Pour autant, cela n'est pas considéré comme une déformation ou une altération, mais comme un moyen de maintenir vivant le canal de la transmission. Ce qui veut dire qu'un texte est rarement le fait d'un seul homme ou du Bouddha lui-même.

Le *Sutta des quatre établissements de l'attention*, d'après la traduction de Tich Nhat Hanh dans *Transformation et guérison*, Albin Michel, 1997, p. 7-27

La version longue du *Sattipatthana Sutta*, figurant dans le *Dighanikaya*, comprend une étude détaillée des Quatre Nobles Réalités. Le sutra mentionne également la pratique méditative ayant pour objet d'attention la dysharmonie et son origine. Le pratiquant se doit de méditer sur des données tangibles relevant de sa propre expérience conditionnée. Observant l'un des cinq agrégats et réalisant la réalité du mal-être, il développe une vision pénétrante qui lui permet de comprendre simultanément les trois autres réalités. C'est en parcourant l'octuple sentier et en développant la compréhension, la conduite éthique et le recueillement méditatif qu'il est possible de déraciner l'origine de la dysharmonie et de réaliser le *nirvana*.

Ce sutra est l'un des fondements de la pratique de *vipasyana* –rester dans l'attention-. Le pratiquant est invité à être attentif à toute chose qui prend place dans son corps, dans ses sensations, dans son esprit et ses contenus. Le *Sattipatthana Sutta* est fondamental non seulement pour la pratique du recueillement méditatif, mais aussi par ce qu'il constitue en lui-même une voie qui peut favoriser l'obtention de la paix du corps et de l'esprit dans le dépassement des souffrances et des peines. Cette voie permet d'atteindre le plus haut niveau de la compréhension et la pleine libération. Sariputra, l'un des dix grands disciples du Bouddha, annonça à la communauté que le *Sattipatthana Sutta* était le sutra le plus important que le Bouddha ait prononcé et il encouragea bhikshus et bhikshunis à l'étudier, le mémoriser et le pratiquer.

Le *Vajracchedika prajnaparamitasutra, Sutra du diamant coupeur*, traduit tibétain par P. Cornu dans *Soutra du diamant coupeur et autres soutras de la voie médiane*, Fayard, 2001, chapitres I à VI, XV, XXVI, XXIX et XXXII.

*La connaissance tranchante comme le diamant* est la traduction complète de ce sutra. Le terme « Vajra » revêt un sens très important et renvoie à une symbolique très riche dans la tradition tibétaine. Compte tenu de sa dureté exceptionnelle, mais aussi de sa brillance et sa transparence, le diamant symbolise la pureté indestructible de la nature ultime de l'esprit. Le pouvoir tranchant du diamant est ici de couper court aux illusions, conceptions et visions erronées. C'est pourquoi le terme « coupeur » revêt une importance cruciale.

Le sutra se compose d'un dialogue entre le Bouddha et Subhuti, l'un des dix plus grands disciples. Son contenu s'élabore à partir de la question initiale de Subhuti qui porte sur la manière dont les bodhisattvas peuvent parvenir à maîtriser leur pensée. Il met en œuvre la dialectique de la *prajnaparamita* qui vise à souligner le caractère illusoire et déformateur du principe d'identité et de la conception. Réaliser la nature interdépendante de toute chose, y compris du langage, permet de ne plus être prisonnier d'un dualisme linéaire qui nous coupe de l'expérience de « tout en tout ». Le terme « *prajnaparamita* » prend ici tout son sens. Il désigne une intensification de la connaissance authentique rendue possible par l'abandon des conditionnements propres au *samsara*. S'éveiller à cette connaissance au-delà de tout attachement et de toute fixation est le prélude à la véritable générosité et au véritable amour.

Le *Vimalakirtinirdeshasutra, Sutra des enseignements de Vimalakirti*, traduction de Patrick Carré dans *Soûtra de la liberté inconcevable. Les enseignements de Vimalakirti*, Fayard, coll. « Trésors du bouddhisme », 2000, p. 105 à 118, extrait du chapitre VII, *Vision des êtres*.

Composé en sanskrit mais n'existant plus aujourd'hui qu'en version chinoise et tibétaine, ce vaste sutra est consacré aux enseignements de Vimalakirti, un bodhisattva laïc qui œuvre au bien des êtres en recourant à de multiples méthodes salvifiques. Le *Vimalakirtinirdeshasutra* traite essentiellement de la vacuité selon la vue du Madhyamaka, la voie du milieu, et présente un grand nombre de thèmes essentiels de l'enseignement comme la pratique des six perfections –paramitas-, l'esprit d'Eveil ou la non-dualité.

Le *Lankavatarasutra, Sutra de la descente à Sri Lanka*, d'après la traduction de Daisetz Teitaro Suzuki dans son *Manuel de bouddhisme zen*, Ed. Dervy, 1999.

Au sommet du Mont Lanka, une assemblée de moines entoure le Bouddha Sakyamuni. Le bodhisattva Mahamati interroge le Bienheureux sur sa « réalisation intérieure ». C'est le thème essentiel de ce sutra. Toutes les autres considérations sur le *nirvana*, la *vacuité*... alimentent cette thématique. Le point également capital est la présentation que fait le Bouddha de l'Eveil. L'Eveil n'est pas envisagé comme le résultat de l'élimination des illusions adventices mais comme l'actualisation de sa présence inaltérée et primordiale. Cette vision sera retenue pas le zen et la tradition du Mahamudra.

Introduction de Daisetz Teitaro Suzuki : « Ce soutra, selon la tradition, a été transmis par Bodhidharma à son plus grand disciple Hui-k'e et contient l'essentiel de la doctrine zen. Depuis, il a surtout été étudié par les philosophes zen. Mais, comme il est rempli de termes techniques difficiles et que le style en est quelque peu rugueux, ce soutra n'a pas reçu le même succès populaire que d'autres soutras du Mahayana tels que le *Pundarika*, le *Vimalakirti* ou le *Vajracchedika*.

Le personnage principal y est un bodhisattva du nom de Mahamati ; divers sujets de spéculation philosophique sont abordés sur un fond profondément religieux. Le point le plus intéressant pour le lecteur est l'étude de *svapratyatmagati*, c'est-à-dire de la réalisation intérieure de la plus haute vérité. Il n'est peut-être pas inutile d'expliquer ici quelques-uns des termes qui reviennent constamment dans le texte : 'naissance et mort' (sanskrit : *samsara*) se trouve toujours en contraste avec 'Niravana'. Nirvana est la plus haute vérité et la norme de l'existence alors que la naissance et la mort s'appliquent à un monde de particularités soumis au karma et à la loi de causalité. Tant que nous sommes dépendant du Karma, nous passons d'une naissance à l'autre et souffrons de tous les maux nécessairement inhérents à ce genre de vie, bien que se soit une forme d'immortalité. Ce que les bouddhistes recherchent, c'est autre chose.

'Mental Cosmique' (*cittamatra*) est un terme difficile. Il signifie mental absolu, à distinguer d'un mental empirique pouvant être l'objet d'une étude psychologique. Commencant par une majuscule, il s'applique à la réalité ultime sur laquelle s'appuie l'univers entier des objets individuels pour en tirer sa valeur. Réaliser cette vérité, tel est l'objectif de la vie bouddhiste. L'expression 'ce que l'on voit du mental cosmique', désigne ce monde visible, y compris ce que l'on appelle communément le mental. Dans notre expérience ordinaire du monde, nous considérons celui-ci comme une chose ayant sa 'nature propre', c'est-à-dire une chose qui existe par elle-même. Mais une intuition plus profonde nous dit qu'il n'en est rien, que le monde est une illusion et que ce qui existe réellement, c'est le mental qui, par le fait qu'il est absolu, est sans second. Tout ce que nous voyons, entendons, tout ce que nous considérons



comme objets des vijnanas (consciences), sont des évènements qui apparaissent et disparaissent dans le Mental Cosmique.

Ce Mental Absolu est également appelé, dans le Lankavatara, le Dharma de Solitude (viviktadharmā) parce qu'il existe par lui-même. Il n'y a, dans ce Dharma de Solitude, aucune 'discrimination', ce qui veut dire que la discrimination règne de ce côté-ci de l'existence, côté de multiplicité et de causalité. Bien plus, sans cette discrimination, il n'y a pas de monde possible. La discrimination provient de 'l'énergie de l'habitude' ou de la 'mémoire' qui demeure latente dans 'l'ālayavijñāna', conscience-magasin où tout est conservé. Cette conscience n'a pas, à elle seule, le pouvoir d'agir. Elle est entièrement passive et reste au repos jusqu'à ce qu'une opération spécifique vienne l'activer. L'apparition de cette opération est un grand mystère devant lequel l'intellect est impuissant ; c'est un phénomène qu'il faut accepter simplement, sans chercher davantage. Selon Asvagosha, elle s'éveille 'tout d'un coup'.

Comprendre cette opération subite est la fonction de la 'noble sagesse' (āryajñāna), mais, en tant qu'expérience, l'éveil subit de la discrimination ne recouvre aucune signification. Le fait est simplement qu'elle est éveillée, rien de plus ; ce n'est pas une expression cherchant à désigner quelque chose d'autre. L'Ālayavijñāna ou cette conscience de conservation, considérée comme un magasin-entrepôt, ou mieux, comme une matrice créatrice dont tous les Tathagatas proviennent –est appelée 'Tathagatagarbha'. Garbha est la matrice.

Normalement, notre appareil cognitif est fait pour fonctionner à l'extérieur, dans un monde de relativité et c'est pour cette raison que nous sommes profondément intégrés en lui et que nous ne réalisons pas que nous sommes intrinsèquement libres ; pour finir, nous sommes gênés de tous les côtés. Pour nous sortir de cette situation, il nous faut effectuer au fond de notre conscience ce que l'on peut appeler, sur le plan psychologique, un 'retournement' ou une 'révolution'. Cependant, il ne s'agit pas d'un simple évènement psychologique empirique que l'on puisse expliquer en termes de conscience. Ce processus surgit dans les zones les plus profondes de notre être. Le terme sanskrit pour l'exprimer est paravrittāśraya.

Les extraits qui suivent sont tirés de ma traduction anglaise (1932) du texte original sanskrit édité par Bunyū Nanjō, 1923. »

*L'Avatamsakasūtra, Sūtra de l'ornementation fleurie des bouddhas*, d'après la traduction anglaise de Thomas Cleary, *The Flower Ornament Scripture*.

L'Avatamsakasūtra est la somme de plusieurs sūtras qui correspondent chacun à un chapitre. Le cœur de ce texte est constitué du récit de Sudhana, un voyageur en quête de vérité. Il

traverse l'Inde, suit un pèlerinage à caractère initiatique et reçoit successivement divers enseignements de cinquante-trois maîtres spirituels. Il rencontre enfin Manjusri qui le guide sur la voie de l'Éveil. Ce sutra très inspirant, particulièrement riche et très imagé développe amplement le thème de l'ami spirituel. On trouve également la présentation d'une vision cosmologique particulièrement pertinente.

Le titre de ce sutra – *Sutra de l'ornementation fleuri des bouddhas* – tient à la présence de bouddhas en nombre infini. Outre les splendeurs de l'univers que chantent le texte, ce sont les bouddhas qui constituent l'ornement le plus inestimable.

Dans l'*Avatamsakasutra*, deux images jouent un rôle capital. La première est l'image holographique du filet d'Indra. Les nœuds de ce filet sont constitués de joyaux. Dans chaque joyau, on voit le reflet de tous les autres. Cette métaphore de l'indifférenciation montre que tout se tient. Nuire à un élément de la trame, c'est rompre l'harmonie de l'ensemble. L'unité ne peut exister sans la diversité. L'une est dans l'autre, et réciproquement. Ce système de résonances harmonieuses et d'imprégnations mutuelles révèle la nature interdépendante de tous les phénomènes, la vacuité. Le filet d'Indra est la trame de la vie qui se tisse sans début ni fin. La seconde, est celle d'une tour qui représente la dimension de la réalité absolue (*dharmadhatu*). Sudhana y pénètre. Doté de la vision pure et atemporelle des êtres éveillés, il voit la totalité des apparences dans les trois temps. Il remarque que l'absolu et le relatif ne sont pas différenciés. Un moment de conscience est le miroir de tous les autres et se reflète à l'infini en eux. Ce vertige de l'ouverture infinie expose métaphoriquement la nature ultime de l'esprit fondamentalement non duelle. Cette vision est soutenue par un regard sur les splendeurs du monde qui n'est pas sans rappeler la vision enchantée que l'on trouve dans le poème de Shantideva, *La marche vers l'Éveil*. Quand Sudhana pénètre dans la tour, il découvre que le monde est un vaste réseau où tous les phénomènes se trouvent en totale interpénétration réciproque. Pour autant, aucun ne perd la richesse de ses caractéristiques propres. Tous sont nécessaires et se répondent les uns les autres. De la plus infime poussière à la plus gigantesque planète, tous ont la nature de bouddha.

Les *Stances du Milieu par excellence* du philosophe Nagarjuna (II<sup>e</sup> siècle). Je m'attacherai particulièrement au *chapitre 25, Examen critique du nirvana*. Traduit de l'original sanskrit, présenté et annoté par Guy Bugault, Gallimard, coll. « Connaissance de l'Orient », 2002, p. 319-335. La présentation qu'il fait de ce chapitre est intéressante : « Fil d'Ariane. Le but principal de ce chapitre est de montrer que la catégorie d'existence, soit

qu'on l'affirme, soit qu'on la nie, ne convient pas au *nirvana*. Il se déroule comme un mécanisme d'horlogerie avec une implosion finale. »

Ces stances peuvent être complétées par la lecture de l'ouvrage dont elles sont extraites et le livre de Jean-Marc Vivenza, *Nagarjuna et la doctrine de la vacuité*, Albin Michel, 2001. On consultera également Khenpo Tsultrim Gyamtso, *Soleil de sagesse. Enseignement sur « L'intelligence transcendante », le traité fondamental de la voie médiane de Nagarjuna*, Ed. Yogiling, 2004.

Nagarjuna fut le dialecticien qui fonda l'école du Milieu ou *Mâdhyamaika*, une des plus importantes du *Mahayana*. Il s'agit du penseur bouddhiste le plus inconfortable et le plus radical dont l'influence sur le bouddhisme ultérieur fut tout à fait remarquable. Par une méthode dialectique originale et audacieuse, il se livra sans merci à une critique dissolvante des connaissances mondaines illusoire et de toutes les positions dogmatiques, tant celles issues du sens commun que celles afférents aux topiques de la scolastiques bouddhique antérieure, afin d'établir la vacuité universelle.

L'*Abhidharmasumaccaya* d'Asanga (IVe siècle), *Le compendium de la super doctrine* (philosophie) traduction et annotations de Walpola Rahula, publication de l'Ecole française d'Extrême-Orient, Paris, 1980.

La lecture est assez difficile pour les non sanskritistes. Walpola Rahula les fait figurer en grand nombre dans sa traduction. Je m'attacherai ici principalement à la première partie, *Laksanasamuccaya, Compendium des caractéristiques*. La première section du premier chapitre traite des *Trois dharmas*. Nous pouvons nous accoutumer à ces trois dharma (*skandhas*, -agrégats- ; *dhatas* -éléments cognitifs- ; *ayatana*s -domaines sensoriels ou bases de connaissance-) et à d'autres notions essentielles comme la conscience -*vijnana*- par exemple.

*Dhammapada, Les dits du Bouddha*, Albin Michel, Paris, 2007. C'est évidemment un ouvrage de référence voici ce qu'en évoque la couverture : « Ecrit en pâli au III avant J.-C. et conservé à Ceylan, le *Dhammapada* (sanskrit *Dharmapada*), qui se traduit par *versets de la loi*, est l'un des textes fondamentaux les plus célèbres de la littérature bouddhique. Ces vers, d'une profondeur extraordinaire, ont conservé les paroles prononcées par le Bouddha en diverses circonstances de sa longue vie de prêche. Le *Dhammapada*, qui contient l'essence même de l'enseignement du Bouddha, a été très tôt admis parmi les textes canoniques. Il

occupe dans le bouddhisme une place centrale comparable aux Evangiles dans le monde chrétien.

Ces aphorismes, dépouillés de toute formulation accessoire, incisifs et denses, sont très précieux pour qui veut accéder à la compréhension de l'enseignement direct du Bouddha. Le *Dhammapada* est en quelque sorte un condensé, la quintessence du Dharma transmis par le Bouddha. »

Extrait sur la notion d'amour bienveillant : *stance 368* « Le Bikkhu qui demeure en amour bienveillant, qui est content de l'enseignement du Bouddha, atteint à cet état de paix et de bonheur, la tranquillisation des états d'existence. » Pour commenter brièvement cet extrait je peux dire que l'amour bienveillant est l'un des volets de ce que la tradition appelle les « quatre états sublimes ». Ceux-ci sont des pratiques qui constituent un apprentissage à l'amour compatissant. Il s'agit de quatre aspects de la bonté fondamentale : la bienveillance, la compassion, la joie et l'équanimité.

-la bienveillance est en relation avec les actes positifs de la parole et du corps. On souhaite à tous les êtres de trouver la voie qui mène au bonheur véritable. Quelle que soit la situation, on fait preuve de gentillesse et de douceur à l'égard des autres. Cela suppose d'avoir laissé mûrir en soi un amour infini.

-la compassion pour tous les êtres qui souffrent.

-la joie, c'est-à-dire se réjouir du bonheur et du bien-être d'autrui est un antidote à la jalousie et à la convoitise. Le *Dharma* dit clairement qu'il faut tourner le dos aux vues pessimistes et à la morosité.

-l'équanimité, c'est-à-dire se montrer égal en toutes circonstances de la vie, avec ses amis comme avec ses ennemis. Cette attitude est soutenue par un cœur-esprit ouvert, une attitude aimante.

Les dix actes positifs :

-du corps : protéger la vie, être généreux, préserver une conduite éthique ;

-de la parole : dire la vérité, réconcilier, parler d'une manière douce, avoir un discours sensé ;

-de l'esprit : être satisfait, être altruiste, avoir confiance.

**Pourquoi avoir choisi l'étude de l'Abhidharma ?** « Toutes les paroles du Bouddha ont été consignées par écrit et sont toujours conservées [...] dans un recueil de cent huit volumes

nommé le *Kangyour*<sup>64</sup> ce qui signifie « la traduction des paroles du Bouddha »<sup>65</sup>, dont fait partie l'*Abhidharma*. Ce recueil de textes expose la nature de la réalité. C'est un remède à l'un des trois poisons de l'esprit, celui de l'ignorance-aveuglement que nous expliciterons plus tard. Poussant les investigations au niveau des éléments qui composent ce monde et notre expérience, il montre comment le mécanisme de la dualité prend forme et se maintient. Quand par exemple nous prêtons attention au ciel, nous voyons qu'il peut prendre la tonalité d'un bleu infini, profond et radieux, mais qu'en lui-même il peut aussi manifester toutes sortes de nuages, apparaissant et disparaissant sans cesse. De même, la réalité se développe à partir d'un terrain primordial qui comporte une source de confusion ou d'éveil. Nous avons bu à la source de la confusion et nous sommes en quelque sorte égarés au milieu des vagues qui animent la conscience habituelle. L'*Abhidharma* nous montre que ce que nous croyons solide est sans substance, pure vacuité. L'intelligence de la vacuité évite que nous nous égarions dans l'identification à l'ego. Elle nous révèle la source intarissable d'éveil. Ainsi, au lieu de cultiver une attitude fermée sur ce centre illusoire qu'est l'ego, nous entrons dans l'expérience d'absence de centre et de périphérie qui est la véritable ouverture. L'esprit se trouve tel quel, dans son état primordial. Ce processus est l'expérience finale de vacuité en termes de non-dualité. Comprendre la nature de cette expérience est le fondement de la vue juste, de la compréhension. L'*Abhidharma* nous montre le chemin.<sup>66</sup>

**Les sources :** ouvrages d'éminent personnages, spirituels, maîtres et pratiquants du Dharma.

*La voie du Bouddha, selon la tradition tibétaine*, de Kyabdjé Kalou Rinoché, Lonrai, Point sagesse, 1993 (anthologie réalisée sous la direction de Lama Denys Teundroup). C'est le tout premier ouvrage que j'ai eu l'occasion de lire quant au *Dharma*. C'est, à mon avis un ouvrage de référence incontournable. Là encore, la couverture nous informe : « *La voie du Bouddha* constitue à la fois *une introduction générale au cheminement spirituel* et *une collection d'enseignements* didactiques pour les étudiants du bouddhisme.

C'est un ouvrage de référence donnant une vue globale de la tradition oral du bouddhisme tibétain.

---

<sup>64</sup> « *Kangyour* » signifie « la traduction des paroles du Bouddha », c'est la référence de base de la tradition composé des sutras et tantras des différents niveaux d'enseignements.

<sup>65</sup> Kalou Rinpoché, *La voie du Bouddha*, p. 38

<sup>66</sup> Introduction p. 6-7

L'ouverture, la profondeur et la clarté des enseignements qu'il contient sont une source d'inspiration unique pour tous ceux qui sont à la recherche d'une spiritualité complète et vivante pouvant être pratiquée aujourd'hui.

Kyabdjé Kalou Rinpoché (1904-1898)

L'un des plus grands spirituels contemporains, il est hautement respecté par toutes les traditions.

Pendant la vingtaine d'années durant lesquelles il enseigna en Occident, il manifesta au plus haut de la sagesse universelle et la compassion, qui sont l'essence des enseignements du Bouddha. »

Les ouvrages du Dalai-Lama (le Quatorzième) : *Océan de sagesse*, Paris, Press-Pocket, 1988 ; *Cent éléphants sur un brun d'herbe*, Paris, Le Seuil, 1991 ; *La force du bouddhisme. Mieux vivre dans le monde d'aujourd'hui*, Paris, Robert Laffont, 1994 ; *Transformer son esprit. Sur le chemin de la sérénité*, Paris, Plon, 2002, montrent l'intérêt voir l'urgence de la pratique du Dharma aujourd'hui.

« Dalai-Lama (tib. : ta la'i blama)

La lignée des Dalai-Lama remonte à Guëndun Droupa (1391-1474), un des plus proches disciples de Djé Tsongkhapa (1357-1419) qui initia l'école Gelug. Guëndun Droupa fonda le monastère de Tashi Lunpo à Chigatsé. Le continuateur de son œuvre fut Guëndun Gyatso, puis Seunam Gyatso, c'est ce dernier qui reçut de l'empereur mongol Altan Khan le titre de Talé-Lama (ta la'i bla ma) ou Dalai-Lama, signifiant « océan » et se référent à la sagesse. Le titre s'appliqua rétroactivement à ces deux prédécesseurs. Un petit fils d'Altan Khan : Yonten Gyatso sera le quatrième Dalai-Lama. Son successeur Losang Gyatso (1616-1682) restera connu comme le « grand cinquième », et s'appuiera sur ses alliés mongols pour sortir victorieux de luttes d'influences entre provinces et écoles tibétaines. Ils l'établiront comme autorité suprême sur tout le Tibet, dont il fut largement l'unificateur et l'organisateur, c'est lui qui fit construire l'actuel Potala à Lhassa. La lignée des Dalai-Lama s'est constituée sans interruption jusqu'à l'actuel quatorzième Dalai-Lama détenteur du titre : Tenzin Gyatso né en juillet 1935. Les Dalai-Lama sont des émanations de Tchènrézi, le bouddha de la compassion, qui est le patron et le protecteur du Tibet. »<sup>67</sup>

---

<sup>67</sup> Voir définition dans l'ouvrage *La voie du Bouddha* de Kalou Rinpoché, p. 386

Lama Denys Teundroup a été l'élève de Kyabdjé Kalou Rinpoché qui l'a déclaré comme son successeur. Ses ouvrages sont d'excellents vecteurs de l'essence du *Dharma* et de son intérêt. J'ai noté : LAMA DENY, R. et KERFORNE, P. *Le Dharma et la vie*, Paris, Albin Michel, 1996 ; *La voie du bonheur. L'enseignement du Bouddha : une tradition sacrée, universelle et agnostique*, Actes Sud, 2002.

**Sources secondaires** : auteurs de référence dans les analyses, explications et commentaires du *Dharma* et du Bouddha. Ce sont de bons compléments de lectures aux œuvres primaires – je n'ai pas encore pu prendre connaissance de tous-.

Il me semble pertinent de lire en priorité : ARVON, H., *Le bouddhisme*, Paris, P.U.F., Que-Sais-je ?, n°468, 1951 ; BURNOUF, E., *Introduction à l'étude du bouddhisme*, Paris, 1876 ; COOMARASWAMY, A.-K., *Hindouisme et Bouddhisme*, Folio/Essais, 1995 ; FOUCHER, A., *La vie du Bouddha, d'après les textes et monuments de l'Inde*, Paris, Payot, 1987 2 ; GUYON, R., *Anthologie bouddhique*, saint Michel en l'Herm, Dharma, 1998 ; LOUIS, F. (), *Bouddha et son temps* ; MASSON, J., *Le bouddhisme, chemin de la libération*, Paris, Desclée de Brouwer, 1992 ; RAHULA, W., *L'Enseignement du Bouddha, d'après les textes anciens*, Paris, Le Seuil, 1978 ; SILBURN, L., *Le Bouddhisme*, Fayard, 1977, qui paraissent êtres de bonnes introductions à l'étude du *Dharma*.

## *ANNEXE I*

### **Les dix grands disciples du Bouddha<sup>68</sup>**

La tradition mahayaniste considère que le Bouddha était entouré de dix grands disciples. Tous étaient des hommes. Dans une perspective purement historique cela n'a rien d'étonnant car il s'agissait, au départ, d'une communauté essentiellement masculine. Néanmoins, quelques femmes ont été considérées par l'ensemble du *Sangha* comme de grandes disciples du Bouddha. Il existe deux catégories de disciples. On distingue ainsi le disciple ordinaire et le noble disciple. Le disciple ordinaire n'a pas fait l'expérience fondamentale de la vacuité et continue à migrer dans le *samsara*. Le noble disciple a fait l'expérience de la « vision du *Dharma* » qui modifie à jamais la destinée de la personne, une percée, un aperçu immédiat de la réalité fondamentale. Même si cette perception est encore opaque, il est un véritable héritier du *Dharma*.

Dans la constitution du *Sangha*, les principaux disciples tiennent une place très importante. S'ils ont été choisis par le Bouddha pour leurs qualités exceptionnelles, chacun d'entre eux incarne une disposition ou un talent particulier. Ils constituent l'ossature majeure du *Sangha* en même temps que le fondement qui assure la pérennité et le caractère opérant de la transmission. Leur statut, acquis du vivant du Bienheureux, a d'autant plus d'ampleur en l'absence définitive du maître. Un bouddha crée par sa seule présence un environnement favorable à la diffusion de l'enseignement. Ceux qui vécurent après le Bienheureux ont eu un rôle essentiel dans la préservation de l'enseignement.

A l'intérieur de la communauté, se constitue une forme de « hiérarchie spirituelle naturelle ». Ceux que l'on appelle les grands disciples représentent un état d'accomplissement. Des vies durant, ils ont pratiqués avec assiduité des vertus cardinales comme le don, l'équanimité, la conduite éthique, le renoncement, la patience et ils ont élevé leur niveau de compréhension. Ils sont souvent illustrés par des qualités particulières. Ainsi peut-on dresser la liste des dix grands disciples avec la qualité qui se rapporte à chacun :

- Sariputra                    la compréhension attentive et analytique
- Maudgalyayana        les pouvoirs spirituels supérieurs

---

<sup>68</sup> Les deux tomes du livre de Nyanaponika Thera et Hellmuth Hecker, *Les grands disciples du Bouddha*, édition Claire Lumière, 1999, est un ouvrage important à lire si l'on souhaite entrer dans l'intimité de ces êtres exceptionnels et connaître leur histoire. Il convient également de contempler l'existence de ces modèles pour recevoir l'inspiration des idéaux spirituels qu'ils incarnent.



- Mahakasyapa	la rigueur dans les pratiques ascétiques
- Ananda	l'humilité et l'écoute accomplies
- Anirudha	la vision pénétrante
- Katyayana	l'art d'élucider le <i>Dharma</i>
- Purna	le rayonnement du <i>Dharma</i>
- Upali	l'art accompli de la discipline
- Subhuti	la compréhension de la vacuité
- Rahula	la maîtrise des connaissances ésotériques

**Sariputra** : lorsqu'il naquit, les parents du futur Sariputra lui donnèrent le nom d'Upatissa. Sa vie fut étroitement liée à celle de son ami d'enfance Maudgalyayana. Tous deux étaient issus de la caste des brahmanes. Ils passèrent leur jeunesse près de Rajagriha et ils eurent très tôt une vision parfaitement claire de l'impermanence qui les incita à partir en quête de libération. Ils commencèrent par suivre Sanjaya, un maître brahmane réputé dans le Magadha et qui était déjà entouré de cinq cent disciples. Compte tenu de leur intelligence et de leur motivation, ils firent des progrès très rapides, ce qui leur valut d'être très appréciés de leur maître. Toutefois, ayant atteint et expérimenté la totalité de son enseignement, et constatant qu'ils ne pourraient accéder au but ultime, ils décidèrent de l'abandonner. De retour à Rajagriha, Upatissa rencontra un disciple du Bouddha en train de faire l'aumône. Impressionné par sa prestance et sa quiétude, il décida de l'interroger. En écoutant le moine parler du *Dharma*, il sut d'emblée qu'il devait rencontrer le Bienheureux. Il avertit Maudgalyayana. Tous deux pensèrent qu'il serait souhaitable d'informer Sanjaya de leur découverte et de l'inviter à se rendre près du Bouddha. Le maître brahmane refusa et pour les retenir, voulut les élever au second rang de la communauté. Ils rejetèrent son offre et rejoignirent le Bouddha avec un nombre important de disciples de Sanjaya. Le Bouddha leur réserva un accueil très chaleureux et en fit ses disciples principaux. Les *Jatakas*, ces récits des existences antérieures, nous apprennent que la place qu'ils vont occuper au sein du *Sangha* est le fruit d'un vœu prononcé bien avant qu'ils ne servent en cette vie le Bienheureux. Elle est également le résultat du mûrissement de leur *karma*.

Obtention de l'état d'arhat : Sariputra n'a jamais vraiment cultivé l'absorption méditative ni d'ailleurs été attiré par les pouvoirs extraordinaires qui peuvent survenir au gré de la progression. Il était plutôt versé dans la compréhension spontanée du *Dharma*. Il atteignit l'état d'arhat en écoutant attentivement le Bouddha prodiguer ses conseils à un

moine errant sur l'art de contempler les sensations avec détachement. Ce n'est qu'au contact du Bouddha qu'il accéda rapidement à la maîtrise des différentes étapes de l'absorption méditative. Mais sa pratique s'accordait harmonieusement avec sa capacité d'analyse.

La tradition *Theravada* considère que Sariputra est l'auteur de nombreux *Sutras*, la source d'inspiration de plusieurs traités d'exégèse et le responsable de la codification finale de l'*Abhidharma*. Le souci du grand disciple était de préserver avec fidélité l'intégralité des enseignements afin de les pérenniser et d'assurer la qualité de la transmission. Cette systématisation devait permettre d'éviter les conflits susceptibles d'apparaître lorsque l'enseignement est mal codifié.

Environ en 480 avant J.-C., l'année où le Bouddha entra en *parinirvana*, Sariputra vit que son énergie vitale ne pouvait pas le soutenir plus d'une semaine. Il demanda au Bouddha de se retirer dans son village, ce qui lui fut accordé. Il partit accompagné de tous ses disciples. Une fois arrivé, il fut frappé de dysenterie. Rassemblant un peu de force qui lui restait encore, il exposa le *Dharma* à sa mère qui le questionnait. A l'écoute de ses paroles qui rendaient hommage au Grand Eveillé qu'est le Bouddha, elle embrassa la Voie. Puis il s'absorba dans les différentes phases méditatives qui précèdent le *nirvana*.

Quelques anecdotes : dans la vie quotidienne, Sariputra n'a eu de cesse de venir en aide aux autres membres du *Sangha*. Il a soutenu les vieillards et accompagné diligemment les mourants ; il a formé de nombreux novices avec une douceur extrême. Il était à la fois le maître parfaitement accompli et l'ami idéal. Nyanaponika Théra note à ce propos<sup>69</sup> : « la perfection qui le caractérisait, loin d'être froide ou distante, réunissait merveilleusement l'élévation spirituelle et les qualités les plus belles et les plus attachantes que puisse manifester un être humain. »

L'attitude de Sariputra à l'égard du Vénérable Assaji, le moine qui l'a fait entrer dans le *Sangha*, était exemplaire et constituait une très grande source d'inspiration. Chaque fois qu'il se trouvait dans un monastère en présence du Bouddha ou d'Assaji, il saluait le Bienheureux et le maître qui lui avait fait rencontrer le *Dharma*. Il lui rendait aussi hommage en son absence. C'est en s'inspirant de l'attitude de son grand disciple que le Bouddha a recommandé à tous les membres du *Sangha* de vénérer celui grâce à qui ils sont entrés en relation avec le *Dharma*.

---

<sup>69</sup> Nyanaponika Théra et Hellmuth Hecker, *Les grands disciples du Bouddha*, Tome 1, p. 72

**Maudgalyayana** : est né à Kolita une petite ville proche de Rajagriha. Ses parents lui donnèrent le nom de la cité. Il était issu d'une famille de brahmane de haut rang de sorte qu'il grandit dans l'aisance et la facilité. Lorsqu'il rejoignit le Bouddha, il dut entrer en retraite afin d'atteindre l'état d'arhat. Il reçut les précieux conseils du maître et, bravant les obstacles, il parvint en sept jours à maîtriser les degrés de l'absorption méditative et explora également les voies des « pouvoirs psychiques ». Avec Sariputra, il se complétaient parfaitement et était d'un soutien considérable pour le Bouddha. Sariputra avait une vision pure et directe de la nature fondamentale des choses et Maudgalyayana maîtrisait parfaitement le parcours périlleux que suivait l'esprit pour se défaire des souillures résiduelles et abandonner à jamais tous les attachements illusoire. Cette complémentarité fut exemplaire quand il fallut prendre soin de Rahula, le propre fils du Bouddha. Sariputra se chargea de la connaissance et Maudgalyayana de la conduite et de la pratique spirituelle. Leur complémentarité rayonnait encore davantage lorsqu'il s'agissait de clarifier des points de l'enseignement. Ainsi les deux principaux disciples servaient d'intermédiaires éclairés entre la perfection du Bouddha et la diversité des membres du Sangha.

Maudgalyayana décéda quinze jours après son ami Sariputra et environ six mois avant le Bouddha. En 480 avant J.-C., une grande partie de la population avait opté pour les enseignements du Bienheureux. D'autres ordres en étaient même jaloux. Un groupe d'acète considérait que Maudgalyayana avait détourné certains de membres pour les faire entrer dans le *Sangha*. Aveuglés par la jalousie et l'ignorance, les ascètes réunirent une somme d'argent afin de payer des hommes de mains qui assassinèrent le grand disciple. Ce dernier savait que sa mort était proche et qu'il devait assumer les conditions horribles de son décès. Elles étaient le fruit des résidus karmiques (il avait tué dans une vie antérieure ses propres parents). Cette épreuve ultime n'ébranla aucunement la quiétude de son esprit. Il savait qu'il devait y faire face pour éliminer les dernières souillures.

Les pouvoirs psychiques : Les *Sutras* mentionnent des faits qui relèvent du merveilleux, c'est-à-dire de l'irruption d'un niveau de réalité qui échappe au domaine des perceptions habituelles. Les pouvoirs psychiques supérieurs attestent d'un certain niveau de réalisation. Toutefois, le Bouddha qu'ils sont d'un intérêt limité par rapport à l'acquisition de la perfection de compréhension. Ils ne sont pas indispensables à la réalisation de l'Eveil et ils ne prouvent en rien son obtention. Maudgalyayana a montré que les pouvoirs psychiques pouvaient être utiles à la transmission ou à la préservation du *Dharma*. Mais pour qu'il en fut ainsi encore fallait-il qu'ils soient mis en œuvre par une personne qui avait réalisé l'absence

d'entité autonome – la non-existence en soi du sujet et des objets – et dont le cœur était empli de compassion : tel était le second grand disciple du Bouddha.

Quelques anecdotes : un jour où le Bouddha demeurait en présence d'une assemblée de moines, Ananda le pria de réciter les règles monastiques. Après être resté longtemps silencieux, le Bouddha prit la parole pour dire que cette assemblée était impure. C'est alors que Maudgalyayana l'examina avec l'un des pouvoirs de son esprit et « vit » qu'un moine ne respectait pas son statut ni en cela le *Sangha*. Il était malfaisant et avide. Il l'invita à quitter l'assemblée et devant sa résistance le mit à la porte. Le Bouddha commença alors à réciter les règles. Un soir, alors qu'une partie du *Sangha* demeurait à Rajagriha, Sariputra trouva son ami dans une attitude qui exprimait sa profonde sérénité. Interpellé par une telle quiétude, il lui demanda quelle en était la cause. Maudgalyayana lui dit qu'il venait d'avoir un entretien avec le Bouddha au sujet du *Dharma*. Sariputra fut d'autant surpris de cette réponse que le Bouddha se trouvait très éloigné géographiquement de Rajagriha. Maudgalyayana ajouta simplement que le Bouddha et lui-même avaient fait converger leur ouïe divine, ce qui leur avait permis de converser.

**Mahakasyapa** : naquit dans un village du Magadha au sein d'une famille de brahmane, grand propriétaire terrien. On le nomma Pippali. Bien qu'il fut élevé dans le luxe, il manifesta dès sa jeunesse son souhait de renoncer à la vie ordinaire. Sous la pression parentale, il se maria avec une splendide femme du nom de Bhadda. Il s'avéra que son épouse avait des aspirations spirituelles identiques. Après une période de vie commune exempte de toute relation conjugale, Pippali et Bhadda embrassèrent la vie de renonçant. Ils se séparèrent en chemin. Bhadda fut la première à rencontrer le Bouddha. Elle devint nonne et se consacra principalement à l'éducation des jeunes novices. Mahakasyapa marcha sans le savoir en direction du Bouddha qui avait pressenti la venue de ce grand disciple. Il se rendait à Rajagriha quand il vit le Bienheureux majestueusement assis sous un arbre. Il comprit d'emblée qu'il venait de rencontrer le maître pour lequel il avait tout quitté. Ils échangèrent leur robe. Celle de Mahakasyapa était faite de pièces d'étoffe rapiécée et celle du Bouddha de chanvre et de chiffons usés. Ce fait est unique et signal sans doute que le Bouddha a encouragé Mahakasyapa à observer l'austérité qu'il avait déjà adoptée. En effet, si le Bouddha avait renié les mortifications, il accordait une grande importance aux pratiques ascétiques qui favorisent le contentement et la simplicité. Il venait de trouver en son nouveau disciple, le futur maître de telles pratiques.

Sachant que Mahakasyapa lui survivrait, le Bouddha a louangé à plusieurs reprises la rigueur de son disciple et reconnu ses capacités à enseigner. Il est vrai que la *Sangha* avait pris une dimension importante. A la fin de la vie du Bienheureux, quelques données avaient sensiblement changé. Si les aînés avaient connu une sorte d'anonymat, ce n'était pas le cas d'autres moines qui connaissaient désormais une certaine notoriété. Elle pouvait être préjudiciable aux jeunes novices qui tentaient de les imiter. Il fallait donc au centre du *Sangha* une personne à même de montrer ce que sont des relations justes avec l'enseignement, entre les moines eux-mêmes et avec les laïcs. Tel était Mahakasyapa. Pour indiquer aux membres du *Sangha* à quel point Mahakasyapa était un être d'exception, le Bouddha affirmait qu'il pouvait comme lui entrer à volonté dans les états d'absorptions les plus profonds. Cette reconnaissance de capacités identiques à celle du maître avait pour finalité de rendre tangible aux yeux d'autrui les accomplissements méditatifs de son grand disciple et d'asseoir ainsi son autorité.

Lorsque le Bouddha passa en *parinirvana*, deux des disciples les plus importants étaient présents, Ananda et Anirudha. Mahakasyapa était alors en déplacement avec de nombreux moines. Quand il apprit la funeste nouvelle, il se rendit à Rajagriha pour honorer une dernière fois son maître. Plusieurs remarques à l'encontre de la discipline monastique lui avaient été faites et devant le bûcher funéraire, il réalisa qu'il était fondamental de préserver l'héritage laissé par le Bouddha. C'est ainsi qu'il proposa la réunion d'un concile des Anciens afin de pérenniser le *Dharma* et le *Vinaya*, le code de la discipline monastique.

Les écrits palis ne donnent aucune indication sur les circonstances de la mort de ce grand disciple. En revanche, les récits sanskrits des écoles du Nord signalent que Mahakasyapa, alors à la tête du *Sangha* et ayant atteint le but de sa mission, décida de se retirer au sommet d'une montagne. Il s'assit en posture de méditation en prenant la résolution de garder son corps intact jusqu'à la venue du Bouddha Maitreya à qui il devrait remettre la robe qu'il avait reçue des mains du Bouddha Sakyamuni. Il entre alors dans le *nirvana* final.

**Ananda** : serait né le même jour que le Bouddha. Ils étaient cousins et grandir dans la même ville. Il rejoignit le *Sangha* à l'âge de trente-sept ans en compagnie de son frère Anirudha, un autre futur grand disciple du Bouddha. Pendant dix-huit ans, Ananda eut l'existence ordinaire d'un moine plongé dans l'anonymat. Il se consacra essentiellement à purifier son esprit et à acquérir souplesse et force mentale. Il atteignit un tel niveau de pureté qu'il n'avait aucun ennemi. Tous, hommes ou femmes, recherchaient sa présence reconfortante. C'est à l'âge de cinquante-cinq ans, à la demande du Bouddha, qu'il devint son

serviteur attiré. Le Bienheureux l'avait choisi, car il connaissait l'ampleur de son dévouement, sa bonté foncière et la pureté de son cœur. Il ne se contentait pas de prendre soin de son bien-être physique, mais assumait aussi les fonctions d'intermédiaire entre l'Eveillé et la vaste communauté des moines.

Le Bouddha discernait cinq qualités pleinement épanouies chez Ananda qui faisaient de lui le gardien du *Dharma* : avoir entendu de nombreux enseignements et les avoir compris ; posséder une bonne mémoire ; maîtriser la structure de son enseignement ; étudier assidûment ; être serviteur du Bouddha.

Dès son entrée dans le *Sangha*, Ananda avait eu la chance de recevoir de nombreux conseils d'un remarquable instructeur. Ainsi, doué d'une intelligence hors pair, il parvint à comprendre profondément ce qu'était la souffrance, l'impermanence et l'absence d'un soi indépendant et autonome. La préoccupation majeure d'Ananda était d'absorber le Dharma. Il ne mettait dans cet effort aucune ambition personnelle. Son humilité était tel qu'il recevait l'enseignement sans jamais le déformer afin de le conserver tel quel, dans sa pureté originelle. Il atteignit une telle maîtrise de *Dharma* qu'il était pour le Bouddha lui-même une incarnation vivante de l'enseignement. Sa compétence était telle que le Bienheureux lui demandait de le remplacer lorsqu'il était lui-même indisposé. Lorsque Mahakasyapa décida de convoquer un concile composé de cinq cent moines, tous les disciples de Bouddha jugèrent indispensable la présence d'Ananda. Le fidèle serviteur était en effet celui qui avait mémorisé la plus grande partie des enseignements. Anirudha estima qu'Ananda ne pourrait être admis au sein de cette assemblée d'arhats que s'il atteignait l'état d'arhat. Il pratiqua avec une intensité redoublée, ce qui lui permit d'atteindre le nirvana à la date fixée pour le concile. La tradition dit qu'il arriva par les airs, grâce à ses pouvoirs psychiques, puis il récita tout ce que sa prodigieuse mémoire avait retenu des paroles de l'Eveillé.

Lorsque le Bouddha mourut, et après sa participation au premier concile, Ananda fut considéré, après Mahakasyapa, comme le second du *Sangha*. Il passa beaucoup de temps à consoler les disciples laïcs complètement effondrés par la disparition du maître. Il vécut encore quarante ans après la disparition du Maître et à l'âge de cent vingt ans, quitta paisiblement ce monde.

**Anirudha** : eut le même père qu'Ananda. Elevé selon les principes qui régissent les hautes castes, il vécut dans l'opulence et le raffinement. Lorsqu'il rencontra le Bouddha, son illustre cousin, il décida de rejoindre le *Sangha* et réussit à convaincre plusieurs princes *Sakya* à faire de même. Au cours de son apprentissage, Anirudha pratiqua intensément l'absorption

méditative. Il obtint le pouvoir de contempler des milliers d'univers, inaccessibles aux hommes ordinaires et de connaître le devenir des êtres. Il commença cependant à se fixer sur ses expériences, ce qui l'empêcha d'être libéré de l'attachement. Grâce aux conseils de Sariputra et au soutien du Bouddha, il abandonna ses fixations et parvint à l'état d'arhat.

Il pratiqua les méditations sur les quatre fondements de l'attention. Il affirma qu'elles lui permirent d'acquérir non seulement ses merveilleux pouvoirs psychiques et les connaissances supérieures, mais également de se libérer du désir.

Anirudha avait un charisme extraordinaire et enchantait les femmes. Bon nombre d'entre elles tombèrent amoureuses de lui et lui firent des avances. Mais sa pureté était telle que lorsqu'il passait une nuit entière en leur compagnie aucun désir charnel ne s'éveillait en sa personne. Sa présence auprès des femmes leur permettait de progresser sur la voie. Son comportement, quelque peu inattendu, poussa le Bouddha à édicter une règle de conduite visant à éviter les circonstances stimulant les tentations. Il ne li fit pas pour réprimander son disciples mais pour permettre aux caractères plus faibles de ne pas se laisser emporter par le feu des passions charnelles.

Il est dit qu'Anirudha ne s'impliquait pas dans les affaires du *Sangha*. Il préférait la solitude et aimait à se retirer dans une forêt pour pratiquer la méditation. Ayant une « vue » qui allait au-delà de la sphère humaine, il n'était pas dans sa nature de s'occuper des problèmes courants inhérents à la vie communautaire. Cependant, il participait volontiers aux débats concernant la pratique et guidait nombre de disciples.

A la mort du Bouddha, Anirudha réconforta la communauté de disciples. Apte à suivre le déroulement complet des absorptions méditatives, il expliqua ce qu'il en était du décès de l'Eveillé. Il joua également le rôle d'intercesseur entre les autres mondes et les hommes pour que les souhaits des dieux concernant la cérémonie funéraire soient respectés.

**Katyayana** : était issu d'une lignée de brahmanes très ancienne et très respectée de la région d'Avanti, ou sud-ouest du Magadha. Il étudia le *Veda* sous la direction de son père qui était chargé des rituels et cérémonies religieuses à la Cour. A sa mort, il hérita de sa charge. Sous l'impulsion du roi d'Avanti (ville au nord du fleuve Namada, au nord-ouest de Sanci) désireux d'inviter le Bouddha, il tint le rôle d'intercesseur. Sa rencontre avec le Bienheureux fut décisive puisque Katyayana regagna sa région natale en tant que membre du *Sangha* et disciple autorisé à enseigner le *Dharma*.

Malgré le manque d'informations biographiques, tant dans les *Sutras* que dans leurs commentaires, il semble que Katyayana ait passé la plus grande partie de son temps en

Avanti. Sa position au sein de la communauté montre que le *Sangha* n'est pas une structure géographiquement centralisée. Cette remarque est particulièrement pertinente dans la situation qui est la notre. En effet, dans une perspective d'expansion, la profondeur du rattachement transcende les limitations spatiales. Compte tenu de cet éloignement géographique, il passa moins de temps en compagnie du Bouddha et occupa une place moins marquante au sein du *Sangha* par rapport à d'autres grands disciples comme Ananda ou Sariputra. Toutefois, sa profonde compréhension du *Dharma* et ses dons d'orateurs firent qu'à chaque fois qu'il était en présence de la communauté, nombreux sont les moines qui recouraient à ses services pour éclairer des points précis de l'enseignement.

Le Bouddha désigna Katyayana comme principal disciple dans l'art d'expliquer ses formulations concises. Ainsi, Katyayana est à l'origine de plusieurs analyses que le Bouddha a authentifiées affirmant devant l'assemblée des moines : « si vous m'aviez interrogé sur le sens de ces paroles, je vous l'aurez expliqué de la même manière que Katyayana l'a expliqué. Tel est le sens de ses paroles, et c'est ainsi que vous devez vous en souvenir. » Ces paroles du grand disciple authentifiées par l'Eveillé donnent lieu à plusieurs *suttas* répertoriés principalement dans deux des cinq recueils qui composent le *Suttapitaka* (« corbeille du texte » dans le corpus pali) : le *Maijjhimanikaya* et le *Samyuttanikaya*.

**Purna** : d'origine brahmane, Purna fut un riche marchand. Sa région natale, le Konkan septentrional, se trouve sur la côte occidentale de l'Inde. Elle avait pour capitale Suparaka (l'actuelle Sopara), une ville située au nord de Bombay. Purna a rencontré le Bouddha à Sravasti, en territoire Kosala, et rejoignit très rapidement le *Sangha*.

De retour à Suparaka, il fonda une petite communauté et érigea en bois de santal un monastère dont la notoriété ne tarda pas à devenir florissante. Nombreux sont ceux qui, l'ayant écouté, sont entré en refuge. Il est indéniable qu'il a permis l'implantation de *Dharma* sur la côte ouest, dans des régions où le Bouddha ne s'est jamais rendu.

**Upali** : à l'inverse des autres grands disciples, Upali était d'origine modeste. Il appartenait à la caste des *sudras*, celle des serviteurs. Avant de rejoindre la communauté avec un groupe de jeunes hommes de caste supérieure, il exerça la profession de barbier à Kapilavstu.

Très enclin à respecter et à étudier les règles qui régissent la vie des moines, il devint, au sein du *Sangha*, le modèle accompli du moine. C'est en sa qualité de véritable spécialiste des règles monastiques que Mahakasyapa lui demanda de réciter le *Vinaya* du concile de



Rajagriha. Après le décès du Bouddha, la nécessité de recueillir son enseignement d'une façon formelle se fit sentir afin de la préserver et de maintenir la cohérence du *Sangha*. Upali récita le *Vinaya* en précisant pour chaque type de règle où le Bouddha l'avait énoncée, à qui elle s'adressait et les circonstances à l'origine des prescriptions.

**Subhuti** : Katyayana, Maudgalyayana et Subhuti s'adressèrent au Bouddha pour qu'il leur fasse part de sa prédiction concernant leur avenir en tant que futur Bouddha. Un doute s'était glissé dans leur esprit au sujet de leur réelle capacité à réaliser le plein Eveil. Conscients des limitations du *Hinayana*, ils se demandaient comment ils pourraient désormais aller plus avant sur le chemin. Entendre la prédiction du Bienheureux les tranquilliserait.

Le *Soutra du Lotus*, soutra mahayaniste essentiel, relate cet épisode et les paroles suivantes du Bouddha : « dans des temps à venir, Subhuti rencontrera trois cent myriades de bouddhas. Il les respectera, les vénèrera et leur rendra hommage. Il ne dérogera jamais à la discipline et demeurera intègre. Il deviendra ainsi un parfait bodhisattva. Dans sa dernière manifestation, celui qui porte aujourd'hui le nom de Subhuti sera le Bouddha Yasaketu, un *Tathagata*, un Arhat, le parfaitement éveillé, l'omniscient libre de tout attachement, l'insurpassable, le guide des *devas* et des êtres humains.

Dans la période cosmique Ratnabhasa, son domaine, Ratnavabhasa, sera un paradis. Cristaux, arbres ornés de pierres précieuses et fleurs extraordinaires enchanteront la terre. Dépourvue de toute souillure et de toute aspérité, elle sera d'une pureté et d'une douceur sans égale. »

Subhuti est réputé pour avoir médité intensément sur la bonté. Dans les *Prajnaparamitasutras*, il est le principal interlocuteur du Bouddha.

**Rahula** : est le propre fils du Bouddha. Il intégra le *Sangha* dès son plus jeune âge et fut placé sous l'autorité de Sariputra et Maudgalyayana. L'histoire veut que lorsque le Bouddha revint à Kapilavastu après son Eveil, la mère poussa son fils alors âgé de six ans à demander sa part d'héritage. En réponse aux pressions familiales, le Bouddha offrit son héritage spirituel. C'est ainsi que Rahula vint vivre auprès de son père en intégrant la communauté. Il suivit attentivement son enseignement et parvint à l'état d'arhat en méditant, en particulier, sur les « quatre états sublimes » -bienveillance, compassion, joie et équanimité.-

Dans le *Soutra du Lotus*, il est un passage qui fait écho aux paroles que le Bouddha adresse à Katyayana, Maudgalyayana et Subhuti. Se tournant vers Rahula, il lui dit : « dans

des temps à venir, tu deviendras le Bouddha Saptaratnapadmavikrama, un Thatagata, un Arhat, le parfaitement Eveillé, l'omniscient libre de tout attachement, l'insurpassable, le guide des *devas* et des êtres humains. Tu rendras hommages aux Bouddha, aux *tathagatas*, aussi nombreux que les grains de poussières présents dans les dix mondes. Tu seras le fils aîné de tous les bouddhas, tout comme tu es mon fils aîné aujourd'hui. »

## Résumé :

Le *Dharma* vient du Bouddha. C'est sa parole, la parole de l'Eveillé qui dans sa grande compassion se fait le porte parole de la réalité. La réalité qu'il est, qu'il a réalisée, s'exprime par sa voix offrant à tous ceux pris dans le filet des illusions une voie d'émancipation. C'est la parole du grand médecin qui offre à tous les vivants l'ordonnance d'une thérapie qui conduit à la santé fondamentale, d'une thérapie essentielle pour guérir de la maladie des illusions et de leurs souffrances. Remarquons que l'approche du *Dharma* est foncièrement médicale. Dans ce contexte, le Bouddha est le grand médecin, le *Dharma* est la thérapie ou la médecine fondamentale, et le *Sangha* ce sont ceux qui pratiquent cette voie de guérison et de santé. Le *Dharma* est le remède qui défait la saisie conflictuelle et duelle de l'ego, son illusion et ses passions. Il expose les moyens d'Eveil, sa méthode, il présente les modalités de la réalité consensuelle, habituelle, les modalités de la réalité éveillée, absolue. Dans la compréhension de cette présentation émerge la voie qui conduit de l'une à l'autre. Il explique pratiquement les moyens et méthodes de réalisation, les disciplines du corps, de la parole et de l'esprit, une thérapie physique, verbale et spirituelle qui se résume en un triple apprentissage : discipline/compassion, présence/méditation, compréhension. C'est ce que je vais présenter lors du mémoire de l'an prochain –voir plan projectif-

Le *Dharma* est profondément lié à la philosophie en son sens traditionnel que j'évoquais dans l'introduction. Il est une voie de perfectionnement de l'homme par la recherche de la connaissance morale, de la justesse dans l'action, la parole et la pensée. C'est une « voie du milieu », qui est entre tout excès ; les mortifications expérimentées par Siddhârta et les plaisirs des sens. Il est une réponse à la question du bonheur que se posaient déjà les Grecs de l'Antiquité, puisqu'il est une quête de vérité sur l'être afin de trouver le bonheur et de rendre les autres heureux. Le *Dharma* semble avant tout être une ascèse, une discipline que l'on s'impose lorsqu'on en saisit la pertinence. Nous avons la responsabilité de rendre les existences prochaines meilleures, il est alors de notre ressort de choisir les actes qui permettront de conduire l'être au but idéal, le *nirvana* –l'homme est seul responsable de lui-même-. Ce qui permet de progresser vers le but, c'est l'ascèse qui nous abstient de tout acte s'opposant à la voie. Elle va permettre d'opérer une conversion de la sensibilité conforme à l'intelligence en évitant les affects pernicieux. L'ascèse va entraîner une « épuration intérieure libératrice » en soumettant l'individu à sa propre responsabilité. De fait, le *Dharma* va produire un changement qualitatif de l'individu irréversible en détruisant l'illusion du « moi » par l'expérience de la quiétude, de la connaissance et de la compassion.

## Mots clés :

Abhidharma, Atman / Anatman, Bouddha, Dharma, Eveil, Karma, Nirvana, Samsara