

Tinh Mạc Đặng Trinh-Kỳ

LE BOUDDHISME

VOIE VERS LA LUMIERE

Adapté du vietnamien

Thường bào ánh sáng Đạo Phật

par l'auteur



Paris 1993

TINH MẠC ĐĂNG TRINH KỶ

**LE BOUDDHISME
VOIE VERS LA LUMIÈRE**

Adapté du vietnamien

**ĐƯỜNG VÀO ÁNH SÁNG
ĐẠO PHẬT**
par l'auteur.

**LE BOUDDHISME
VOIE VERS LA LUMIÈRE**

**ĐƯỜNG VÀO ÁNH SÁNG
ĐẠO PHẬT.**

Imprimatur

Saigon (Việt - Nam) 1958.

Vénérable Thích Thiện-Hòa

Recteur de l'Institut des

Études Bouddhiques du Sud-Việt-Nam

Ô BOUDDHA

Je me réfugie en Vous.

Conduisez-moi

Des ténèbres à la Lumière,

De l'ignorance à la Connaissance,

De l'éphémère à l'Éternel.

Tinh Mác

NOTE DU TRADUCTEUR

L'ouvrage *Đường Vào Ánh Sáng Đạo Phật*, écrit en 1958, a reçu, au point de vue doctrinal, l'approbation apostolique (chứng minh) du Recteur de l'Institut des Études Bouddhiques du Sud Viêt-Nam ¹.

Des fidèles de la Pagode Xá-Lợi (Saigon) l'ont bénévolement édité (ấn tổng) en 1958 et 1961. Dans les années suivantes, la guerre en a empêché la réimpression.

Après la tragique exode de 1975, grâce au don généreux d'une fidèle, l'Institut International de Études Bouddhiques aux États-Unis, Californie, Sapulveda ² a repris en 1984 l'édition "ấn tổng" de l'ouvrage afin d'apporter une contribution à l'oeuvre de diffusion de la foi bouddhique dans la grande diaspora vietnamienne en Amérique et en Europe.

Dans le même esprit de service, j'ai entrepris l'adaptation en français de l'ouvrage afin d'aider les jeunes qui, ayant grandi ou étant nés loin de la mère-patrie, éprouvent des difficultés dans la pratique de la langue maternelle.

Ce livre de vulgarisation peut également être utile à ceux

¹ Thượng Toạ Thích Thiện-Hòa, Giảng Đốc Phật Học Đường Nam-Việt (1958).

² Phật Học Viện Quốc Tế, USA, California, Sapulveda.

qui, par curiosité intellectuelle, veulent jeter un rapide coup d'oeil sur l'un des plus hauts sommets de la Spiritualité qui éclaire l'humanité.

Dans l'adaptation, j'ai tenu à exprimer exactement l'esprit de l'original. Toutefois l'écriture étant différente dans les deux langues, pour plus de clarté, j'ai supprimé quelques répétitions et condensé certains passages.

TINH MẠC
Avril 1993.

AVANT - PROPOS de l'auteur.

*"Près de la Voie on est éclairé comme
dans l'ascension d'une montagne
éblouissante de neige.*

*Loin de la Voie on s'enfonce dans les
ténèbres comme une flèche tirée dans la
nuit."*

Le Bouddha Çakya Mouni

En écrivant les chapitres qui vont suivre, je ne vise qu'un objectif modeste et restreint: offrir aux lecteurs une idée sommaire mais claire du Bouddhisme qui leur permettra de poursuivre ensuite avec fruit leur quête spirituelle auprès des sages et dans la lecture des livres saints.

Pour être un vrai bouddiste, il ne suffit pas, en effet, de brûler par routine à la maison des bâtonnets d'encens sur l'autel du Bouddha, ou d'aller de temps à autre à une pagode, à l'occasion d'une fête ou d'un événement religieux, pour assister à une cérémonie.

"Croire en moi sans me comprendre, c'est se moquer de moi", dit le Bouddha Çakya Mouni.

Beaucoup de personnes ont la foi et se disent être bouddhistes mais n'ont pas une notion claire de leur religion. Pour cette raison, elles s'ennuient quand elles écoutent les causeries spirituelles des bonzes ou quand elles lisent des livres sacrés. Le résultat en est qu'elles ne pratiquent pas correctement le Bouddhisme et n'en retirent pas les fruits merveilleux.

L'exposé simple qui va suivre mène jusqu'à l'entrée du Chemin tracé par le Bouddha. Après l'avoir lu, les lecteurs intéressés et croyants n'ont qu'une chose à faire: entrer avec confiance et détermination dans la Voie. Sur la Grand'Route, d'innombrables personnes, sous la conduite bienveillante des Bouddhas, des Bodhisattvas et des bonzes, sont en train de marcher et les attendent pour progresser ensemble vers le Royaume de la Paix et du Bonheur éternels: le Nirvana.

Saïgon - (Viêt - Nam)

Printemps 1958

Tịnh Mặc Đăng Trình Kỳ

SOMMAIRE

1 - Le Bouddhisme :

A - La Doctrine.

B - Les Disciplines (Techniques spirituelles).

2 - Le Bouddha historique Çakya Mouni (Phật Thích Ca Mâu Ni).

3 - Le Bouddha mythique Amitabha (Phật A-Di-Đà).

Le Royaume Pur (Tịnh ĐỘ).

4 - La prière et l'adoration du Bouddha.

5 - La pratique de la Voie.

6 - Les Écritures bouddhiques.

(Table des matières à la fin du livre)

CHAPITRE I

*"L'eau de la mer n'a qu'une sapidité:
la sapidité du sel.*

*"Mon enseignement n'a qu'une saveur:
la saveur de la libération."*

Le Bouddha Çakya Mouni.

CE QU'EST LE BOUDDHISME.

A/- LA DOCTRINE.

SECTION I

LA RECHERCHE DE LA VÉRITÉ.

Le Bouddhisme est une voie spirituelle. Il conduit au Royaume du Bouddha où l'on vit éternellement dans la paix, la joie et le bonheur.

On donne à ce Royaume le nom de Nirvana ¹.

Au Nirvana il n'y a ni souffrance, ni maladie, ni vieillesse, ni mort. Celui qui y parvient ne renaîtra pas sur terre: il sera à jamais libéré de la vie étriquée, pénible et ignorante d'ici-bas.

Pour cette raison, le Bouddhisme est encore appelé *la Voie de Libération*, ou *la Voie de Connaissance*. Voie de Connaissance parce qu'elle fait connaître l'origine de l'existence humaine et la cause de la souffrance, de la mort et des renaissances sur terre.

Quand on connaît parfaitement cette cause, on peut l'éviter, la détruire et ne plus la créer. On devient alors

¹ Niét - Bàn (Vietnamien), Nibbana (pali), Nirvana (sanskrit)

absolument maître de sa destinée et éternellement heureux.

Le Bouddha Çakya Mouni enseigne à l'humanité la Voie conduisant à la Libération de la souffrance et à la Connaissance de la Vérité: son enseignement, conservé jusqu'à ce jour dans les Écritures, est extrêmement vaste. Afin d'en donner un bref aperçu, facile à comprendre, nous essayons de dégager de cette immense littérature spirituelle deux parties:

a/- *la Doctrine* et

b/- *les Disciplines* (ou *Techniques spirituelles*).

Dans *la Doctrine*, le Bouddha expose un certain nombre de vérités universelles. Celles-ci sont des lois naturelles qui régissent tous les êtres et toutes les choses visibles ou invisibles dans le monde.

Dans *les Disciplines*, le Bouddha enseigne des techniques qui, par l'application de quelques unes des lois naturelles, permettent d'atteindre la Connaissance suprême et la réalisation de l'ultime Vérité.

Nous abordons dans ce chapitre la partie *Doctrine*.



Dans l'univers, les vérités sont en nombre infini. Elles sont à la disposition de tout le monde. Chacun, selon ses aptitudes, peut les observer et les étudier à sa guise. C'est ainsi que la science progresse chaque jour et que les chercheurs, dans tous les

domaines, font continuellement des découvertes et des inventions. Mais jusqu'à maintenant, malgré leur intelligence et leur ingéniosité, ils ne sont pas encore parvenus à découvrir la Vérité suprême, c'est à dire la Cause originelle de toutes les existences, la Réalité ultime de l'univers.

Le Bouddha Çakya Mouni, grâce à la méditation profonde, a découvert la Cause originelle. Il a réalisé la Vérité et a été libéré pour toujours de la mort et de la renaissance. Il a atteint le Nirvana bienheureux et éternel.

Par amour et compassion pour l'humanité il partage avec elle sa connaissance et son expérience. Il lui explique comment, en appliquant quelques lois naturelles, elle peut acquérir le bonheur parfait et l'immortalité.

Ces quelques lois naturelles sont:

1- *la loi du noyau et des fruits* ¹, et son corollaire, *le principe du noyau et des associés* ².

2- *la loi de la non-permanence* ³ et son corollaire, *le principe du non-moi* ⁴.

3- *le principe du Vrai Vide* ⁵.



1 Luật nhân quả.

2 Lý nhân duyên.

3 Luật vô thường.

4 Lý vô-ngã.

5 Lý chơn không.

SECTION 2

LA LOI DU NOYAU ET DES FRUITS.

LE PRINCIPE DU NOYAU ET DES ASSOCIÉS.

La loi du noyau et des fruits est une appellation imagée de la loi de la cause et des effets. Elle est une vérité évidente, si évidente que très peu de personnes y prêtent attention afin d'en tirer toutes les conséquences utiles, surtout quand elles sont subtiles et éloignées dans le temps et l'espace.

L'enseignement du Bouddha Çakya Mouni invite les fidèles à réfléchir sur les aspects suivants de la loi:

1- *Un noyau ne produit que des fruits de son espèce.* Par exemple un noyau de pêche ne donne que des pêches et non des prunes; un noyau de mangue ne donne que des mangues et non des abricots.

Cette loi régit à la fois le monde physique et le monde mental. Une pensée positive et un bon sentiment produisent toujours des effets bienfaisants. Une pensée négative et un sentiment mauvais produisent toujours des conséquences néfastes.

2- *Les fruits existent déjà dans les noyaux.* Ils n'attendent que le moment propice pour apparaître et mûrir. Fruits et noyaux.

noyaux et fruits se succèdent indéfiniment si rien ne vient en interrompre le circuit.

3- *Un noyau, pour produire des fruits, a besoin d'éléments extérieurs.* Par exemple, une graine de pastèque ne devient une plante, produisant plus tard des fruits, que si elle reçoit l'aide de la terre, du soleil, de l'air, de l'eau, etc... Les Écrivains donnent à ces éléments extérieurs, apportant à un noyau leur assistance, le nom de "*noyaux associés*", ou "*compagnons (dûyén)*".

Il faut remarquer que, suivant les circonstances, les noyaux associés (ou compagnons) peuvent produire des effets soit positifs soit négatifs. Positifs quand ils contribuent à l'évolution et à la maturité des fruits, négatifs quand ils retardent leur croissance ou la détruisent. *C'est le principe des interdépendances que les Écritures appellent "le principe du noyau et des associés"*.

L'univers entier, on peut le constater facilement, est un réseau inextricable d'interdépendances (ou d'associations) visibles et invisibles dans l'espace et le temps.

4- *Les noyaux dans le monde physique peuvent produire des fruits dans le monde mental et vice-versa.*

Par exemple, l'idée de vengeance (mental) engendre l'action de frapper ou de tuer (physique). Cette dernière action est la cause de châtements soit physiques soit moraux dont les effets se font sentir à la fois sur le corps et sur l'esprit (emprisonnement, chagrin, désespoir, maladie, etc...). Les deux mondes mental et physique s'interpénètrent et agissent l'un sur l'autre comme s'il n'y

a pas de séparation entre eux.

5. *Les noyaux produisent des fruits aux échéances qui leur conviennent.*

Les fruits n'arrivent pas nécessairement à maturité dans la vie présente. La fructification peut se produire dans la vie prochaine, ou même plusieurs vies après. Avec un peu de réflexion, cette vérité subtile est facile à comprendre.

Nous avons, en effet, l'habitude de considérer le temps comme une suite de secondes, de minutes, d'heures, de jours, de mois, d'années et de siècles, etc... Cependant, ces divisions ne sont que des bornes inventées par l'esprit humain pour jalonner quelque chose d'ininterrompu qui ne se divise pas par lui-même.

Sans commencement ni fin, le temps est uni et perçu différemment par les créatures, suivant leurs espèces, leurs environnements, leurs constitutions physiques et mentales, etc... Leurs existences, variées à l'infini, se déroulent conformément à la loi du noyau et des fruits conjuguée avec le principe du noyau et des associés. Elles ne dépendent pas de l'écoulement des jours et des années ou des siècles.

L'exemple suivant illustre cette vérité.

Dans des fouilles archéologiques récentes, on a découvert, dans un pays d'Europe, des grains de blé vieux de plus de 1.000 ans, conservés dans une huile, et dans une province de Chine des graines de lotus âgées de plus de 2.000 ans, conservées dans du miel.

Ces graines de lotus, placées dans l'eau, ont poussé et sont

devenues des plantes normales produisant des fleurs. De leur côté, les grains de blé, mis dans le sol, ont germé, grandi et donné des épis.

Ces constatations amènent dans notre esprit les réflexions suivantes:

- Par rapport au blé et au lotus, l'huile et le miel ont été des associés négatifs: ils ont entravé leur évolution pendant des siècles.

- L'air, l'eau, le sol et la lumière ont été pour eux des associés positifs: ils les ont aidés à se développer et à produire des fruits et des fleurs.

- La vie du blé et du lotus ne dépendait pas de l'écoulement du temps mais de l'action des noyaux associés.

En outre, ces considérations font ressortir la vérité très importante suivante:

6- *Il est possible d'accélérer, de retarder ou de détruire la vie évolutive d'un noyau (être ou chose) par l'action d'autres noyaux.*

Dans son enseignement, le Bouddha Çakya Mouni utilise la puissance de l'interaction des noyaux pour délivrer l'homme de la souffrance et améliorer ainsi la destinée humaine.

7- *La destinée humaine est le résultat cumulé des actions, bonnes ou mauvaises, présentes et passées, de l'individu (les karmas).*

Ces actions et leurs interactions déterminent les conditions d'existence ainsi que les milieux dans lesquels l'être

humain est appelé à vivre.

D'après les Écritures, selon ses mérites, l'homme est susceptible de renaître, après la mort, dans l'un des six mondes suivants:

a/- le monde des anges, b/- le monde des humains, c/- le monde des esprits violents, d/- le monde de l'enfer, e/- le monde des diables affamés, f/- le monde des animaux.

Dans ces six mondes, la mort et la renaissance se poursuivent inlassablement comme une roue tournant sans arrêt. C'est *la roue du samsara (luân hòì)*. Si l'on veut se libérer de cette roue implacable, on doit, par un moyen quelconque, arrêter la roue du samsara. L'enseignement du Bouddha nous donne ce moyen.



SECTION 3

LA LOI DE LA NON-PERMANENCE ET LE PRINCIPE DU NON-MOI.

La non-permanence et le non-moi sont deux vérités connexes:

La non-permanence signifie que tout être et toute chose ne gardent pas longtemps le même état ou la même forme. Ils sont *changeants et éphémères*.

Le non-moi signifie qu'aucun être *ne possède un moi ou un soi individuel*, constitué par une entité ou une substance durable qui lui est particulière. En d'autres termes, *le moi ou le soi individuel n'a pas de réalité permanente*.

La non-permanence.

La non-permanence est une vérité que l'on peut observer facilement. Les êtres et les choses, depuis les plus petits jusqu'aux plus grands, sont changeants et éphémères. Leurs existences passent nécessairement par quatre phases successives: la naissance, la croissance, la vicillesse et la mort, pour les êtres; la formation, la consolidation, la détérioration et la destruction, pour les choses.

Généralement on attribue à chacune de ces phases une durée relativement longue dans notre concept du temps: de quelques jours à quelques semaines, par exemple, pour une plante

ou un insecte; de quelques mois à quelques années pour un arbre ou un animal; des millions à des milliards d'années pour une montagne ou une étoile, etc...

Mais dans la vision du Bouddha, ces différentes phases ne durent même pas un clin d'œil ou l'éclair d'une pensée. On peut s'en faire une idée en regardant le courant rapide d'un fleuve. L'eau qui coule devant nos yeux n'est à aucun instant la même que celle de l'instant d'avant. Nous ne regardons jamais la même eau...

Ainsi passent rapidement les êtres et les choses de ce monde. Ils apparaissent sur l'écran de l'univers comme les personnages et les objets apparaissent sur l'écran de cinéma: chaque forme résulte de la succession rapide d'un très grand nombre d'images. Le corps humain, qui paraît unique, est en réalité une succession d'une infinité de corps, chacun étant le fruit de celui qui précède et le noyau de celui qui arrive. Les Écritures enseignent que notre corps change 6.400.099.980 fois en l'espace d'une journée. L'extrême rapidité des changements crée l'illusion de l'existence d'un seul corps.

Le non-moi.

Le non-moi est une vérité subtile.

Quand une personne dit: "je", "moi"; ce "je" ou ce "moi", où se trouve-t-il?

Est-il dans le corps physique? Est-il dans le mental? Ou est-il dans l'association "corps-mental", appelée communément l'égo?

a/- Examinons d'abord le corps physique.

Les Écritures font savoir qu'il est formé par quatre éléments fondamentaux répandus partout dans la nature:

- 1- la terre, ou *élément solide* (os, muscles, tendons, etc...)
- 2- l'eau, ou *élément liquide* (sang, larme, urine, etc...)
- 3- le feu, ou *élément calorifique* (chaleur interne, énergie...)
- 4- le vent, ou *élément gazeux* (air, différents gaz...)

Lequel de ces quatre éléments dans le corps humain constitue le moi?

Considérons par exemple l'élément gazeux. L'air, quand il est dans l'atmosphère, n'est la propriété de personne. Dès qu'il est aspiré dans nos poumons, on dit qu'il nous appartient. Mais aussitôt expiré et absorbé par un animal ou un végétal, on dit qu'il leur appartient. Changeant ainsi continuellement de propriétaires, l'air ne peut être ni le moi de l'homme ni le soi de l'animal (ou du végétal).

Il en est de même des trois autres éléments du corps: solide, liquide et calorifique.

b/- Examinons le mental.

Les Écritures enseignent que le mental est constitué par une multitude d'éléments invisibles, rangés dans quatre groupes principaux:

- 1- les sensations.
- 2- les perceptions.
- 3- les activités psychiques.
- 4- la conscience physique.

Tous ces éléments changent continuellement selon les circonstances. Essentiellement éphémères, ils ne peuvent donc être considérés, soit dans leur ensemble, soit séparément, comme le moi de l'homme.

c/ Examinons enfin l'association corps-mental.

Toute association est éphémère par nature car elle ne dure qu'un temps.

Dans l'être humain, l'association corps-mental prend fin à la mort de l'individu. *À cet instant, chaque élément se sépare de l'autre: l'égo n'existe plus. Il n'est donc pas le moi réel de l'homme.*

Pourtant les gens ignorent cette grande vérité. Ils s'identifient avec l'égo et lui accordent une importance excessive. Ils obéissent aveuglément à ses volontés et commettent, sous son impulsion, des erreurs et des péchés.

L'égo est un faux moi (vong ngā), un non-moi (vò ngā). Ils disent les Écritures. Il est la cause de la souffrance et des malheurs dans le monde.

Le sage est maître de son égo et le dirige vers la lumière de la Vérité. L'homme du monde, par contre, se soumet aux exigences de l'égo et se conduit à son égard comme un esclave.

Les Écritures donnent à l'égo le nom de "corps aux cinq

réceptacles (ngũ uân) ou "corps aux cinq couvercles" (ngũ âm).

Les cinq réceptacles (ou couvercles) sont:

- 1- le corps physique.
- 2- les sensations.
- 3- les perceptions.
- 4- les activités psychiques.
- 5- la conscience matérielle.

Ce sont des réceptacles parce qu'ils emmagasinent la souffrance, la maladie, la vieillesse et la mort. Ce sont des couvercles parce qu'ils empêchent l'homme de recevoir la lumière de la Vérité.

Ne recevant pas la lumière de la Vérité, l'être humain vit continuellement dans l'illusion, la crainte et la souffrance.

Les Écritures donnent cet exemple:

Une personne entre, le soir, dans une pièce obscure. Elle voit un gros serpent se lovant dans un coin. Effrayée, elle appelle au secours. Quelqu'un arrive immédiatement avec une lampe. À la lumière, elle se rend compte que le terrible serpent est un rouleau de corde!...

Ainsi l'univers vrai n'est pas celui qu'on voit avec les yeux et qu'on connaît par les sens. Ceux-ci ne donnent pas l'image exacte de la Vérité, de la Réalité.

Un diction indien dit:

"Quand on voit le chien, on ne voit pas les pierres. Quand on voit les pierres, on ne voit pas le chien."

Dans la nuit, un passant voit au bord de la route un chien

s'apprêtant à bondir sur lui pour le mordre. Pris de peur, il s'enfuit à toutes jambes. Le lendemain matin, revenant sur les lieux, il constate que le chien terrifiant d'hier n'est qu'un amas de pierres!...



SECTION 4

LE PRINCIPE DU VRAI VIDE

L'univers que nous voyons avec les yeux et connaissons par les sens étant une illusion, il doit exister en ses lieu et place un autre univers, le vrai.

Cet univers est appelé, dans les Écritures, le Vrai Vide ¹.

Le terme "vide" ne signifie pas ici: ce qui n'existe pas, ou qui ne contient rien.

Il désigne, au contraire, quelque chose de réel mais qui est ineffable, au delà de l'entendement, donc de la connaissance ordinaire. Ce quelque chose est l'Existence de toutes les

existences, la Cause de l'univers, le Principe premier de la création.

Il est non-né et, par conséquent, n'est pas assujéti à la loi du noyau et des fruits. Il est intelligent, actif, omniprésent, sans forme, sans commencement ni fin. Il contient tout: rien ne peut exister sans lui et hors de lui. Le nom complet qu'on lui donne dans les Écritures est: "*Vide merveilleusement plein*" ¹.

Dans son état de conscience actuel, l'homme est incapable de voir le vrai Vrai Vide, aussi ne croit-il pas à son existence. Mais cette attitude négative n'empêche pas le Vrai Vide d'être éternellement là. L'exemple suivant va le montrer:

Supposons que l'univers entier est uniformément de couleur blanche. Il nous sera alors impossible de dire qu'il est blanc car il n'y a pas d'autres couleurs pour faire la comparaison. La notion même de blancheur n'existe pas dans notre esprit. Pourtant la couleur blanche est bien là, devant nos yeux, puisqu'elle est la couleur de l'univers et de nous-mêmes. Nier cette évidence est tout simplement de l'ignorance.

Existant seul avant toute création, le Vrai Vide, immuable et indestructible, n'a pas de nom. Pour le désigner, les gens lui donnent une grande quantité d'appellations, suivant les points de vue auxquels ils se placent pour en parler. En voici quelques unes souvent citées:

Vérité (Chân Lý), Réalité (Thật thể), Vraie Nature (Chân

¹ en vietnamien: Chân không (en sanscrit: Sunyata).

¹ en vietnamien: Chân không diệu hữu.

tánh), Vrai Moi (Chân Ngã), Éternel Visage (Bản Lai Diện Mục),
Vraie Forme (Chân Tướng), Vrai Cœur (Chân Tâm), Vrai
Identique (Chân Như), Vrai Immuable (Như Lai), Nature de
Bouddha (Phật tánh), Forme de Bouddha (Phật Tướng), Loi
Suprême (Pháp Vương).

On peut attribuer au Vrai Vide toute autre appellation,
sachant cependant que "Cela" reste éternellement au-delà de tout
nom et de toute forme.

La Vérité ou la Réalité Suprême est douée d'une quantité
infinie de vertus, toutes au plus haut degré de grandeur et de
perfection: bonté, beauté, joie, paix, liberté, amour, compassion,
calme, pureté, patience, courage, persévérance, intelligence, etc...

À cause de la non-connaissance de sa vraie nature pure et
immortelle, l'être humain vit dans l'illusion, la peur et la
souffrance. Quand, grâce à l'enseignement du Bouddha, il aura
réalisé son vrai Moi, il sera parfaitement libre et éternellement
heureux. Il résidera alors au Nirvana (Niết Bàn) dont le sens est:
"qui ne naît ni ne meurt".



CHAPITRE II

*"À l'humanité plongée dans les ténèbres
de l'ignorance, j'apporte la lumière*

éclatante de la Vérité.

*Je lui apporte la libération de la
souffrance, de la vieillesse et de la mort."*

Le Bouddha Çakya Mouni.

- 4- le véhicule du connaisseur des interdépendances.
- 5- le véhicule du Bodhisattva.

Afin d'en avoir une vue d'ensemble, nous les présentons d'abord brièvement en quelques lignes, avant de les exposer en détail dans la section 2 de ce chapitre.

1- Le véhicule humain (nhân thừa).

Dans ce véhicule, le fidèle reçoit quelques préceptes de conduite qui le guident tout au long de sa vie. Grâce à son comportement et ses bonnes actions, il jouit du bonheur relatif de ce monde. Mais comme il est encore attaché aux biens et aux plaisirs matériels, les forces karmiques l'obligent à retourner sur terre, après sa mort, pour y assumer une autre incarnation.

2- Le véhicule céleste (thiên thừa)

Les principes de conduite enseignés dans cette discipline sont plus nombreux que dans la précédente. En les appliquant avec assiduité, le fidèle acquiert des mérites qui lui permettent de passer, après sa mort, au monde des anges où le bonheur est plus grand et plus durable que sur terre. Mais son état heureux reste éphémère. Au bout d'un certain temps, quand les mérites de ses bonnes actions auront été épuisés, il sera obligé de revenir à la pénible condition humaine.

Ainsi les deux véhicules précédents ne font pas sortir les pratiquants des mondes de la mort et de la renaissance. Pour cette raison, on leur donne le nom de "*véhicules mondains*" (thế gian thừa).

CE QU'EST LE BOUDDHISME (SUITE)

B- LES DISCIPLINES

(TECHNIQUES SPIRITUELLES)

SECTION I

LES CINQ VÉHICULES. (NGŪ THỦA)

L'enseignement du Bouddha Çakya Mouni est modulé de façon à convenir aux différentes capacités des gens. Ceux-ci, entrant dans la Voie, peuvent choisir entre cinq disciplines, appelées les *cinq véhicules* parce qu'ils transportent les pratiquants d'un plan de conscience à un autre plus élevé.

Les cinq véhicules sont:

- 1- le véhicule humain.
- 2- le véhicule céleste.
- 3- le véhicule du bon entendeur de la Vérité.

3- Le véhicule du bon entendeur de la Vérité (thanh vân thừa).

Dans cette discipline, le Bouddha donne au fidèle des explications sur la Vérité et montre la Voie qui lui permet de la réaliser. Quand cette réalisation sera atteinte, il sera libéré pour toujours de la mort et de la renaissance. Il séjournera éternellement au Nirvana et sera appelé: Arahāt (A-la-hán).

4- Le véhicule du connaisseur des interdépendances (duyên giác thừa).

Dans ce véhicule, le pratiquant médite la chaîne des douze interdépendances, causes du retour incessant de l'être humain sur terre. Grâce à la méditation, il s'éveillera à la Vérité qui, en dissipant les ténèbres de l'ignorance, le fera sortir de la ronde implacable du samsara. Il vivra éternellement au Nirvana et sera appelé: Bouddha Bích-Chi.

5- Le véhicule du Bodhisattva (Bồ Tát thừa).

Le fidèle, dans ce véhicule, pratique à la fois la méditation et l'action vouée au service du prochain.

Grâce à la méditation, il découvre que lui et les autres créatures sont identiques et que sa libération est liée à celle de ses semblables. Illuminé par la Vérité, il sera libéré de la mort et des réincarnations et connaîtra le bonheur éternel du Nirvana. Mais il restera sans cesse à l'écoute des appels de détresse dans tous les mondes afin d'aller soulager les créatures dans la souffrance.

Les trois derniers véhicules ont la faculté de transporter les pratiquants au delà des mondes de la mort et de la renaissance.

Pour cette raison on leur donne le nom de *véhicules extra mondiaux* (xuất thế gian thừa).

En fait, ils sont trois wagons du même véhicule: *le véhicule du Bouddha* (Phật thừa) qui transporte le pratiquant au Nirvana, le Pays du Bouddha.

Ce qui fait la différence entre l'Arabab, le Bouddha Bích-chi et le Bodhisattva est que les deux premiers, une fois la libération atteinte, aiment rester dans la paix du Nirvana, tandis que le troisième (le Bodhisattva) préfère en sortir librement pour aller dans tous les mondes soulager des créatures en détresse et les guider dans la Voie.

Les deux véhicules du bon entendeur de la Vérité et du connaisseur des interdépendances sont généralement appelés "*petits véhicules*"¹, car ils ne transportent qu'une seule personne à la libération. Par contre, le véhicule du Bodhisattva est appelé "*grand véhicule*"², parce qu'il est capable de faire passer beaucoup de gens au Nirvana.

Toutefois, comme l'appellation "petit véhicule" est souvent interprétée péjorativement, au Concile de Kathmandou, réuni en 1956 au Népal, les leaders du Bouddhisme mondial ont décidé de l'abandonner et de la remplacer à l'avenir par "Bouddhisme primitif"¹, signifiant: l'enseignement du Bouddha au début de son apostolat.

1 Tiểu thừa (sanskrit: hyana yana).

2 Đại thừa (sanskrit: maha yana).

1 Phật giáo nguyên thủy.

Le Bouddhisme primitif est actuellement pratiqué au Laos, au Cambodge, en Thaïlande, en Birmanie, au Sri Lanka (Ceylan).

Le Bouddhisme du Grand Véhicule est pratiqué au Viêt-Nam, en Chine, au Japon, en Corée, au Tibet, au Népal et dans quelques communautés asiatiques en Europe et en Amérique.



SECTION 2

A- LE VÉHICULE HUMAIN.

L'aspirant-disciple demande à des bonzes de l'initier dans la Voie. À cet effet, il assiste dans une pagode à une cérémonie organisée exprès à cette occasion. Devant l'autel illuminé il affirme sa volonté de devenir "un enfant du Bouddha" en prononçant solennellement trois vœux, "*les vœux des trois refuges*"¹ :

1- Je me réfugie *dans le Bouddha*.

2- Je me réfugie *dans la Loi* (la Vérité enseignée par le Bouddha).

3- Je me réfugie *dans le Sangha* (la communauté des bonzes dont la mission est de transmettre l'enseignement du Bouddha).

Le Bouddha, la Loi et le Sangha sont les "*trois joyaux du Bouddhisme*" (tam bảo).

Après avoir prononcé les vœux, le fidèle reçoit des bonzes les premiers éléments de l'enseignement du Bouddha. Ce sont des préceptes de conduite simples, formulés dans cinq commandements, appelés *les cinq interdits ou les cinq abstentions* (ngũ giới).

¹ En vietnamien: tam quy (Contraction des mots: tam (trois); quy (revenir, retourner) et y (s'appuyer sur)). Je reviens m'appuyer sur.
En sanscrit: namo.

Ces cinq abstentions sont:

- 1- abstention de tuer.
- 2- abstention de voler.
- 3- abstention de se livrer à la débauche sexuelle.
- 4- abstention de dire du mal d'autrui.
- 5- abstention de consommer des substances enivrantes (alcool, drogues, stupéfiants, etc...).

Ces principes guident le disciple dans ses pensées et ses actions tout au long de sa vie.

Son bon comportement lui vaut la paix et le bonheur en ce monde. Mais comme il n'est pas encore suffisamment détaché des biens et des plaisirs matériels, la force des karmas l'oblige, après sa mort, à revenir sur terre pour réaliser ses désirs inassouvis, en assumant une nouvelle incarnation.

B- LE VÉHICULE CÉLESTE.

Dans cette discipline, les préceptes enseignés aux fidèles sont formulés en dix commandements appelés, dans les Écritures, "les dix bonnes actions" ou "abstentions" (thập thiện nghiệp):

- trois abstentions concernant le corps:
 - 1- ne pas tuer.
 - 2- ne pas voler.
 - 3- ne pas se livrer à la débauche sexuelle.
- quatre abstentions concernant la parole:
 - 1- ne pas mentir.

- 2- ne pas parler tendancieusement.
- 3- ne pas dire du mal d'autrui.
- 4- ne pas tenir un double langage.

- trois abstentions concernant le mental:

- 1- ne pas être cupide.
- 2- ne pas se mettre en colère.
- 3- ne pas s'entêter dans l'erreur et dans les préjugés.

En pratiquant avec assiduité et persévérance ces dix bonnes actions, les fidèles s'élèveront, après leur mort, au monde des anges où le bonheur est plus grand et plus durable que sur terre.

Mais cet état heureux n'est pas éternel. Les mérites résultant des bons karmas dans les vies antérieures s'épuisent s'ils ne sont pas alimentés par de nouvelles bonnes actions. Les anges seront alors déçus de leur condition et devront descendre sur terre afin de recommencer une nouvelle existence humaine. La roue de la mort et de la renaissance continue ainsi de tourner inexorablement.

C- LE VÉHICULE DU BON ENTENDEUR DE LA VÉRITÉ.

Aux pratiquants de cette discipline, le Bouddha Çakya Mouni enseigne quatre vérités qu'on appelle les "quatre merveilleuses (ou nobles) vérités" (*tú dīêu dē*):

- 1- la vérité de *la souffrance*.
- 2- la vérité *des habitudes*.
- 3- la vérité de *l'extinction (de la souffrance)*.
- 4- la vérité de *la Voie*.

a/- La vérité de la souffrance (*khô*).

La souffrance est universelle. C'est une réalité qu'on peut constater et non une vue de l'esprit.

Toutes les créatures, sans exception, connaissent la souffrance à un moment ou à un autre de leur existence. Pour l'être humain, elle commence dès sa naissance.

À l'instant même où il sort du sein douillet de sa mère, le bébé souffre du contact avec le milieu extérieur, trop chaud ou trop froid à son gré. Ce choc désagréable le fait pleurer dès son entrée dans le monde.

Au fur et à mesure de son avancement dans la vie, d'autres contrariétés, d'autres peines et d'autres douleurs plus grandes l'attendent. Elles le frappent soit directement dans sa personne, soit indirectement à travers sa famille, ses amis, ses concitoyens ou ses semblables dans le monde entier.

La souffrance revêt des formes innombrables: maladie, mort, accident, guerre, famine, oppression, déportation, injustice, catastrophes naturelles, etc...La presse, la radio et la télévision déversent chaque jour, pour notre information, des flots de nouvelles et d'images bouleversantes. Pourtant ce que nous apprenons par ces moyens médiatiques n'est qu'une fraction infinitésimale de ce qui se passe dans le même temps dans l'univers. La partie immergée de l'iceberg est infiniment plus grande.

Bien sûr, pendant son existence l'homme connaît aussi des moments de paix, de joie et de bonheur, fruits de ses bons karmas présents et passés. Mais ces moments heureux ne durent pas longtemps si on ne prend pas soin de les entretenir par de nouvelles bonnes actions. Tel une lampe qui doit être continuellement alimentée, le bonheur est fragile et éphémère. Quand il s'éteint, on éprouve des déceptions, du chagrin et parfois du désespoir.

b/- la vérité des habitudes (*Táp*).

La souffrance plonge ses racines dans les mauvaises habitudes qui corrompent, au cours d'innombrables vies, la pureté originelle de la nature humaine, calme et bienheureuse.

Les Écritures classent les mauvaises habitudes en dix groupes:

- 1- la cupidité.
- 2- la colère.

- 2- *la pensée juste*: discerner le bien du mal, le vrai du faux; juger correctement les gens, les choses et les événements.
- 3- *l'action juste*: agir pour le bien, travailler pour son intérêt sans porter atteinte à celui des autres.
- 4- *la parole juste*: ne dire que ce qui est conforme à la vérité et qui apporte la paix et l'harmonie dans les relations humaines.
- 5- *le mode de vie juste*: adopter une manière de vivre favorable à l'épanouissement de toutes ses facultés physiques, intellectuelles et spirituelles et à la réalisation de son bonheur sans nuire à celui d'autrui.
- 6- *la persévérance juste*: être tenace dans les bonnes résolutions et patient dans la réalisation des buts à atteindre.
- 7- *la mémoire juste*: se souvenir de ce qui est bon et élevé pour s'en inspirer dans son comportement et dans ses activités journalières.
- 8- *la concentration (méditation) juste*: orienter le mental vers l'idéal le plus élevé: le Bouddha, ou la Vérité Suprême.

D- LE VÉHICULE DU CONNAISSEUR DES INTERDÉPENDANCES.

Dans cette discipline le pratiquant médite la chaîne des douze interdépendances, causes du retour incessant de l'être humain sur terre.

- Les douze interdépendances sont:
- 1- la non-connaissance (l'ignorance).

- 3- l'ignorance.
- 4- l'orgueil.
- 5- le doute.
- 6- l'illusion.
- 7- la vision partielle (superficielle).
- 8- la superstition.
- 9- l'entêtement dans l'erreur.
- 10- l'exagération dans les austérités.

c/- La vérité de l'extinction de la souffrance (Diét).

La cause de la souffrance étant connue, il suffit de l'éteindre pour que la souffrance cesse. Les mauvaises habitudes doivent donc être déracinées totalement pour toujours. Quand ce résultat sera atteint, le pratiquant parviendra au Nirvana bienheureux appelé aussi le "*Pays de l'Extinction*" (*Cánh Diệt*).

d/- La vérité de la Voie (Đạo).

La Voie conduisant au Pays de l'Extinction existe, puisque le Bouddha Çakya Mouni l'a parcourue personnellement jusqu'au bout. Elle s'appelle "*la Voie aux huit sentiers justes*" (bát chánh Đạo), ou *la Voie octuple*.

Ici, les sentiers sont d'ordre spirituel; ils sont des principes de conduite que les disciples doivent observer toute leur vie avec assiduité et persévérance. Ce sont:

- 1- *la vision juste*: voir les êtres et les choses tels qu'ils sont réellement.

- 2- l'action.
- 3- la conscience physique.
- 4- le nom et la forme.
- 5- les six entrées.
- 6- le contact.
- 7- la perception.
- 8- l'attachement.
- 9- la conservation.
- 10- la vieillesse et la mort.

On peut commencer la méditation par n'importe lequel de ces maillons. Ici nous commençons par la non-connaissance.

1- *La non-connaissance (vô minh)*.

Dans son état de conscience actuel l'homme ignore la Vérité, sa nature originelle, éternelle et bienheureuse.

2- *L'action (hành)*.

L'ignorance est la cause d'actions incorrectes, génératrices de souffrance et de malheurs.

3- *La conscience matérielle (thúc)*.

Les actions bonnes ou mauvaises (les karmas) sont des forces conscientes qui, à la mort de leur auteur, continuent leur existence dans une nouvelle incarnation afin de porter tous leurs fruits jusqu'à la maturité.

4- *Le nom et la forme (danh sắc)*.

La nouvelle incarnation est une association de la conscience matérielle invisible (connue seulement par le nom) avec le corps visible (la forme).

5- *Les six entrées (lục nhập)*.

Dans le sein maternel, l'être humain communique avec l'extérieur par l'intermédiaire des six sens de la mère, qui lui apportent des informations et des sensations.

6- *Le contact (xúc)*.

Sorti du sein maternel, il entre en contact direct avec le monde et éprouve des sensations de toutes sortes.

7- *La perception (thọ)*.

Ces sensations sont perçues avec plaisir ou déplaisir, joie ou tristesse, selon les circonstances.

8- *L'attachement (ái)*.

Repoussant ce qui est désagréable, l'homme s'attache à ce qui lui procure des plaisirs.

9- *La conservation (thú)*.

Cet attachement le pousse à retenir le plus longtemps possible ce qui lui est agréable, créant ainsi l'instinct de conservation.

10- *Le prochain corps (hậu hữu thân)*.

L'instinct de conservation est une force puissante qui oblige l'homme à revivre sur terre après sa mort, dans un nouveau corps, afin de continuer la jouissance des plaisirs inassouvis.

11- *La naissance (sinh)*.

Ainsi un nouvel être humain prend forme et viendra au monde au temps opportun.

12- *La vieillesse et la mort (lão, tử)*.

Le nouveau-né grandit, vieillit puis meurt, pour

recommencer un autre cycle de vie, toujours dans l'ignorance de sa vraie nature immortelle.

La roue du samsara tourne ainsi inlassablement jusqu'au moment où, par la méditation, le pratiquant reçoit la lumière de la Vérité. Celle-ci, en brisant la chaîne des interdépendances, le libère définitivement de la mort et des renaissances. Il atteint le Nirvana bienheureux et éternel.

E- LE VÉHICULE DU BODHISATTVA.

Dans ce véhicule le disciple pratique en même temps la méditation et l'action vouée au service du prochain. En plus des dix bonnes actions du véhicule céleste, il en fait encore six autres, appelées "les six actions paramita" (*ṣaṣṭi dāna*).

Le mot sanscrit paramita signifie: "qui fait passer à l'autre rive".

L'humanité est actuellement sur la rive de la non-connaissance et de la souffrance. Les six actions paramita ont la faculté de la faire passer à l'autre rive, celle de la connaissance et du bonheur éternel.

Nous savons, par ce qui a été exposé plus haut, que la souffrance a ses racines profondes dans les mauvaises habitudes. Celles-ci sont innombrables. Les Écritures les classent en six groupes:

- 1- la cupidité.
- 2- l'observation des principes moraux.

3- la colère.

4- la paresse.

5- l'agitation mentale.

6- la non-connaissance (l'ignorance).

Pour déraciner les mauvaises habitudes, le Bouddha Çakya Mouni se sert de l'action puissante des vertus respectivement opposées aux défauts précédents:

1- le don.

2- l'observation des principes moraux.

3- l'endurance.

4- la persévérance.

5- la concentration (méditation).

6- la connaissance.

1- Le don paramita (*bhūti*).

Généralement quand une personne fait un don, elle considère, intérieurement, son rapport avec celui ou celle qui reçoit (parent ou étranger, ami ou ennemi, etc...), ainsi que la valeur de l'objet qu'elle donne. En l'occurrence, il y a un donateur, un objet donné et une personne qui reçoit. Les Écritures disent qu'elle fait *un don avec forme*.

Le don paramita fait abstraction de toute forme. Le donateur ne considère ni la valeur de l'objet donné ni sa relation personnelle avec celui qui reçoit. Il ne pense même pas qu'il fait un don. Son geste émane spontanément de sa nature comme la chaleur émane du feu. Les Écritures disent qu'il fait *un don sans*

forme.

Les dons peuvent être matériels, moraux ou spirituels. Tous les trois sont précieux, mais les dons spirituels ont un caractère prééminent. Ils ont la faculté d'éveiller les gens à la lumière de la Vérité et de les accompagner dans la Voie. Leur action bienfaisante est durable et susceptible de se prolonger au delà du présent, jusque dans les vies futures.

2- L'observation paramita des principes moraux (trì giôt).

Les préceptes de conduite enseignés dans le véhicule du Bodhisattva sont très nombreux. Ils concernent toutes les activités de la vie quotidienne du disciple. On peut les grouper dans trois directives générales ou en trois commandements fondamentaux:

- 1- s'abstenir de faire, de dire et de penser ce qui est nuisible à soi-même et à autrui.
- 2- faire, dire et penser tout ce qui est bienfaisant à soi-même et à autrui.
- 3- aider sans distinction toutes les créatures en détresse, quels que soient les sacrifices que cela impose.

3- L'endurance paramita (nhân nhực).

Le puissant antidote de la colère est l'endurance. Le disciple doit s'entraîner à être endurant physiquement, moralement et mentalement.

Maltraité physiquement, il ne doit pas réagir par la

violence. Moralement humilié, il ne doit pas s'abandonner à la haine. Offensé, il ne doit pas penser à se venger. En toutes circonstances, son corps, son cœur et son esprit restent imperturbables.

Cette attitude constamment sereine et parfaitement égale n'est ni faiblesse ni lâcheté. Elle est la marque d'un très grand courage et d'une absolue maîtrise de soi. Elle est source de paix et d'harmonie.

"Endurer, endurer, endurer... Et toutes les dettes de haine et de vengeance seront abolies.", proclamaient les Anciens.

4- La persévérance paramita (tinh tăn).

Pour progresser jusqu'à la complète extinction de la souffrance, le disciple ne doit jamais perdre de vue le but final qu'il veut atteindre.

La dissipation et la paresse sont deux grands défauts qu'il faut absolument déraciner. Pour accomplir ce travail difficile, le Bouddha emploie l'action puissante de la persévérance. Il faut que le fidèle soit persévérant durant toute sa vie, qui est un combat permanent sur deux fronts: front intérieur contre les tentations et les mauvaises habitudes, front extérieur contre l'hostilité des hommes et de la nature.

Quelquefois le pratiquant peut essuyer des échecs: il peut trébucher et tomber. Mais il doit considérer ces incidents comme des épreuves destinées à tester son courage, sa volonté et sa foi. Se rappelant les conseils et l'exemple du Bouddha, il rassemble

ses énergies, se relève tout de suite et se remet en marche avec une nouvelle détermination. Jamais il ne connaît le découragement, car il sait qu'il est aidé et soutenu par le Bouddha s'il conserve sa foi.

Le fidèle s'applique à cultiver et à fortifier sa persévérance dans quatre domaines:

- a/ le mal non manifesté: agir pour qu'il ne se manifeste jamais.
- b/ le mal déjà manifesté: agir pour qu'il disparaisse rapidement.
- c/ le bien non manifesté: agir pour qu'il se manifeste dans un bref délai.
- d/ le bien déjà manifesté: agir pour qu'il croisse régulièrement.

5- *La concentration paramita (thiền định).*

Notre mental ne reste jamais longtemps tranquille. Sautant sans répit d'une pensée à une autre, il ressemble à la surface d'un lac continuellement agitée par le vent. Les images qu'elle reflète sont floues et déformées.

Pour faire cesser l'agitation mentale, principal obstacle à la connaissance de la Vérité, le Bouddha emploie la concentration. La concentration (méditation) consiste à fixer l'esprit sur un seul et unique objet de pensée, et à aller sans cesse plus loin dans cette direction. Pour le bouddhiste, l'objet de la concentration est le Bouddha et ses vertus infinies. Le pratiquant

concentre son mental de plus en plus profondément, jusqu'à ce qu'il soit enfin illuminé par la lumière de la Vérité. Il sera alors parvenu à l'autre rive, celle du Nirvana ¹.

6- *La connaissance paramita (trí hué).*

Illuminé, le disciple acquiert la Connaissance suprême. Celle-ci est intuitive, illimitée et infaillible. Elle laisse très loin derrière elle la connaissance limitée et illusoire des sens.

Avant d'acquérir la Connaissance parfaite, les disciples peuvent accéder à des pouvoirs extraordinaires, qualifiés d'occultes. Ils sont au nombre de six:

- 1- la vision universelle: on voit parfaitement tout ce qui se passe dans l'univers.
- 2- l'audition universelle: on entend clairement tout dans l'univers.
- 3- la connaissance de la pensée d'autrui.
- 4- la connaissance des vies antérieures de soi-même et d'autrui.
- 5- la présence simultanée en plusieurs endroits éloignés.
- 6- l'extinction totale des désirs et des attachements.

Ces pouvoirs occultes sont simplement des facultés existant à l'état latent dans tout être humain qui se développe au fur et à mesure de son avancement spirituel. Cependant le Bouddha Çakya Mouni a toujours défendu à ses disciples d'en

¹ *Si le cœur (le mental) de l'homme est pur, la lumière du Bouddha y resplendira spontanément.* (Les Écritures).

faire cas ostensiblement et surtout de s'y attacher. Le but de la Voie n'est pas, en effet, de posséder des pouvoirs extraordinaires, mais de réaliser la Vérité qui, précisément, délivre le pratiquant des désirs et des attachements¹.

En prenant le véhicule du Bodhisattva, le disciple se donne pour but non seulement sa libération personnelle mais encore celle des autres créatures. Lors de son initiation, il fait quatre grands vœux qui sont pour lui des principes le guidant pour toujours:

- 1- Je fais le vœu de venir en aide à toutes les créatures sans distinction.
- 2- Je fais le vœu de travailler à l'éradication de la souffrance dans le monde.
- 3- Je fais le vœu d'apprendre et de pratiquer toutes les disciplines de libération.
- 4- Je fais le vœu d'aller jusqu'au bout de la Voie insurpassable du Bouddha.

Vraiment est grand et noble le cœur de l'aspirant-Bodhisattva!

Outre les cinq disciplines exposées plus haut, le Bouddha Çakya Mouni en enseigne encore une sixième, "La Voie du Pays

¹ Les Écritures font savoir que le diable possède aussi des pouvoirs occultes, mais il lui manque le sixième le plus important: l'extinction totale des désirs et des attachements.

Pur" (Tĩnh Đò).

Nous l'étudierons au troisième chapitre, dans la section consacrée au Bouddha Amitabha.



CHAPITRE III

*" La venue des Bouddhas dans le monde
a pour seul objectif d'éclairer les gens et
de les aider à réaliser leur nature innée
de Bouddha. "*

*" Je ne recherche pour moi aucun mérite,
même pas celui de renâître
en un lieu au bonheur extrême.*

*" Cependant, je recherche ce qui est
utile et bienfaisant pour l'humanité.*

*Aux égarés, je montre le bon chemin.
À ceux qui vivent dans les ténèbres
de l'ignorance et de l'illusion,*

j'apporte la lumière de la Connaissance.

*À tous, j'enseigne les moyens de
se libérer pour toujours de la souffrance. "*

Le Bouddha Çakya Mouni.

QUI EST LE BOUDDHA.

SECTION I

LE BOUDDHA ÇAKYA MOUNI.

Le Bouddha Çakya Mouni n'est pas un personnage mythique mais un homme ayant vraiment existé dans l'histoire de l'humanité.

Né en 623 avant l'ère chrétienne, il était le fils héritier du roi Suddhodana Çakya, régnant sur un État de l'Inde du Nord, à la frontière Sud du Népal. Son nom était Siddharta Çakya¹. Sa mère, la reine Maya Devi, mourut quand il avait sept jours.

Marié à seize ans, il passa sa jeunesse heureuse au palais royal avec son épouse et son enfant Rahoula jusqu'au jour où, au cours d'une excursion, son attention fut attirée par plusieurs spectacles bouleversants. Successivement il vit un jeune homme au corps ravagé par une maladie incurable, un vieillard traînant douloureusement ses jambes paralysées, un groupe de personnes éplorées, transportant un cadavre au lieu d'incinération.

Ces tristes visions le bouleversèrent profondément. Rentré au palais, il réfléchit pendant des jours sur les souffrances humaines et essaya d'en découvrir la cause et les moyens d'y remédier. Mais en vain. Il décida alors d'aller chercher la lumière de la Vérité

¹ Le prince est encore connu sous le nom de Siddharta Gotama (Gotama est le nom de famille de sa mère).

auprès des sages du royaume.

Dans une nuit du mois de Mai, il quitta sa femme, son enfant et le palais pour commencer la quête de la Connaissance. Troquant ses vêtements princiers contre ceux d'un pauvre, il mena la vie errante d'un moine pèlerin, allant d'un maître spirituel à un autre. En même temps il pratiqua de très sévères austérités corporelles.

Au bout de onze ans, il constata que ni le savoir des maîtres ni les mortifications physiques ne lui apportèrent la lumière de la Vérité. Il changea alors sa manière de vivre en observant le juste milieu en toutes choses. S'étant installé au pied d'un arbre, à la lisière d'une forêt, il se consacra à la méditation¹.

Après quarante neuf jours, dans la nuit de pleine lune du mois de Mai, il fut illuminé par la Connaissance Suprême. Il découvrit la cause de la souffrance humaine et les moyens de l'éteindre définitivement.

Se rappelant cet instant merveilleux, il raconta plus tard à ses disciples:

"Au moment de mon illumination par la Vérité, mon cœur était parfaitement pur, totalement délivré de tout désir, de tout attachement et de toute illusion. La Voie de libération se révéla dans le cœur de l'homme libéré. Je réalisai en moi l'état de Bouddha."

Pensant à l'humanité souffrante, il décida de partager avec

¹ L'arbre sera appelé plus tard l'arbre bodhi (cây bồ đề). Le mot sanscrit "bodhi" signifie: illumination, éveil, sagesse.

elle sa connaissance et son expérience. S'appelant désormais Çakya Mouni ¹ (Mouni est le nom apostolique qu'il s'est choisi), il sillonna l'Inde dans tous les sens et donna d'innombrables causeries, soit dans de vastes rassemblements en plein air, soit dans ses nombreux ashrams. Inlassablement il fit "tourner la roue de la Loi." ²

Son apostolat dura quarante neuf ans. Dans une nuit du mois de Mai de l'année 543 avant l'ère chrétienne, il quitta physiquement le monde pour se retirer définitivement au Grand Nirvana. ³

Le Bouddha Çakya Mouni fait savoir à ses disciples que le Bouddhisme existe depuis toujours. Dans l'univers Ta-Bà (le nôtre) qui compte un milliard de systèmes solaires, six Bouddhas ont déjà fait leur apparition avant lui. Il est donc le septième Bouddha ⁴. Le huitième viendra donner son enseignement quand l'humanité sera de nouveau plongée profondément dans les ténèbres de l'ignorance spirituelle. Il réside actuellement au Temple intérieur de la sphère céleste Đâu-Xuát, sous le nom de Bodhisattva Di-Lạc (sanskrit: Maitreya, signifiant: Amour).

¹ Vietnamien: Thích-Ca Mâu-Ni.

² Expression dans la littérature bouddhique signifiant: enseigner la Vérité.

³ Une étude récente fait remarquer que les trois événements importants de la vie sur terre du Bouddha Çakya Mouni:

a) Son départ du palais. b) son illumination, c) son retrait au Grand Nirvana. se sont tous produits dans la nuit de pleine lune du mois de Mai.

⁴ Le nombre 7 est un nombre mystique. Il symbolise ici la continuité de la présence des Bouddhas à travers les âges cosmiques (Kalpas).

Dans son enseignement, le Bouddha Çakya Mouni insiste sur ce point très important: tout être humain est capable de devenir un bouddha s'il en a la ferme volonté. La différence actuelle entre l'homme ordinaire et les Bouddhas est que le premier vit dans l'ignorance et l'illusion, tandis que les Bouddhas vivent dans la Lumière et la Vérité.

"*Je suis un Bouddha accompli, vous êtes des Bouddhas en devenir*", dit le Bouddha Çakya Mouni à ses disciples.



SECTION 2

LE BOUDDHA AMITABHA (A-DI-ĐÀ) ET LE PAYS PUR.

Le bouddha Çakya Mouni enseigne la Voie de Libération à l'humanité. Pourtant dans nombre de pays bouddhiques, des fidèles invoquent régulièrement le Bouddha Amitabha dans leurs prières.

Qui est-il, le Bouddha Amitabha? ¹

Le Bouddha Çakya Mouni nous explique:

À l'Ouest de notre univers Ta-Bà, à une distance infinie de la planète Terre, existe un univers appelé le *Pays Pur* (Tinh Đô). Il est créé par la puissance du Bouddha Amitabha.

Au Pays Pur, les habitants jouissent du bonheur extrême dans un environnement merveilleux. Tout est en or, en argent ou en d'autres matières précieuses. L'air est embaumé par des fleurs de lotus grandes comme des roues. Sur les branches d'arbres de jade, des oiseaux au plumage d'une rare beauté chantent mélodieusement, invitant les fidèles à la prière. Ces derniers sont libérés de tout souci matériel, même de celui de préparer leur nourriture, car celle-ci arrive toute prête et à volonté à l'heure des repas. Disposant ainsi de beaucoup de loisirs, les gens se consacrent à la prière, à la méditation et aux promenades en compagnie de nombreux Arahats et Bodhisattvas. Sur son trône de

¹ Amitabha (sanskrit) = Lumière infinie et longévité éternelle. (vietnamien: A-Di-Đà; japonais: Amida.)

lumière, le Bouddha Amitabha enseigne nuit et jour, sans interruption.

Vivant dans un cadre aussi favorable, les fidèles avancent rapidement en spiritualité et parviennent sans difficulté au Nirvana.

Que doivent-ils faire, les malheureux humains vivant sur terre, afin de passer au Royaume Pur et y jouir du bonheur extrême?

Le Bouddha Çakya Mouni leur indique un moyen très simple: se faire la bonne habitude de prier fréquemment et avec ferveur le Bouddha Amitabha. Qu'ils n'oublient pas surtout, au moment de la mort, d'invoquer sincèrement Son Nom avec le cœur et l'esprit parfaitement calmes et sereins! Leur prière fervente est assurée d'être immédiatement entendue et exaucée, car le Bouddha Amitabha, avant de monter sur le trône, a fait quarante huit vœux, dont le dix huitième est ainsi conçu:

"Quand je serai Bouddha, si dans l'univers il y a des créatures qui désirent passer dans mon Royaume et qui, invoquant jusqu'à dix fois de suite mon nom avec une très grande ferveur, ne voient pas leur souhait se réaliser, je ne resterai pas sur mon trône."

Jusqu'à maintenant le Bouddha Amitabha est toujours sur son trône de lumière. Il accueille avec amour et compassion dans son Royaume Pur tous ceux qui ont sincèrement foi en Lui.



SECTION 3

LES GRANDS BODHISATTVAS

Dans leurs dévotions, les fidèles adressent souvent des prières à des Bodhisattvas.

Qui sont-ils, les Bodhisattvas?

Ce sont de très grands esprits qui assistent les Bouddhas dans leur œuvre de sauvetage universel. Arrivés au But suprême, ils ne restent pas dans la béatitude inactive du Nirvana, mais parcourent inlassablement tous les mondes, à l'écoute incessante des appels de détresse afin d'apporter aide et assistance aux créatures en danger¹.

Rappelons-nous les quatre grands vœux des disciples de la Voie du Bodhisattva:

- 1- Je fais le vœu de venir en aide à toutes les créatures sans distinction.
- 2- Je fais le vœu de travailler à l'éradication totale de la souffrance dans le monde.
- 3- Je fais le vœu d'apprendre et de pratiquer toutes les

¹ Deux Bodhisattvas sont fréquemment invoqués:

- Le Bodhisattva Guan Thé Âm (sanskrit: Avalokiteshvara): *Mère de Miséricorde universelle*. On l'invoque dans toutes les circonstances dangereuses ou difficiles.

- Le Bodhisattva Đja Tạng Vương: *Seigneur de l'Enfer*. On implore son intervention en faveur des damnés de l'enfer.

disciplines de libération.

4- Je fais le vœu d'aller jusqu'au bout de la Voie insurpassable du Bouddha.

En raison de ces vœux, les Bodhisattvas considèrent leur libération comme inachevée tant qu'il existe encore dans l'univers une créature dans la souffrance.

Le Bouddha Çakya Mouni enseigne:

"Se libérer d'abord soi-même, aider ensuite les autres à se libérer, c'est alors seulement que l'acte de libération est parfaitement achevé."

Nous devons cependant savoir que les Bouddhas et les Bodhisattvas ne font pas des miracles pour transformer les gens en saints et les emmener au Nirvana. La libération est une œuvre absolument personnelle.

"Seul celui qui mange se rassasie.

Seul celui qui marche arrive",

disent les Écritures.



CHAPITRE IV

"Les disciples, hommes ou femmes, moines ou laïcs, qui accomplissent leurs devoirs avec diligence et se conduisent conformément aux préceptes enseignés, ceux-là seuls peuvent être considérés comme sachant révéler, adorer et servir le Bouddha avec élévation."

Le Bouddha Çakya Mouni.

LA PRIÈRE. L'ADORATION DU BOUDDHA.

SECTION I

LA SIGNIFICATION ET LES EFFETS DE LA PRIÈRE

"Le Bouddha, omniprésent dans les dix points de l'univers, pense à l'humanité comme une mère pense à son enfant. Mais si l'enfant évite sa mère, cette pensée ne sert à rien.

"Au contraire, si l'enfant pense à sa mère comme elle pense à lui, mère et enfant seront certainement ensemble dans cette vie et dans les vies prochaines.

"De même, si les gens pensent au Bouddha et invoquent Sa présence, ils Le verront sûrement dans le présent et dans le futur car le Bouddha n'est pas loin."

Telle est l'assurance donnée par le Bouddha Çakya Mouni à l'humanité.

La prière est un des moyens efficaces mettant l'homme en communication avec les Bouddhas et les Bodhisattvas. Ceux-ci étant omniprésents, on peut les invoquer partout et en toutes circonstances: à la maison, au bureau, sur la route, dans une pagode, en mer, dans l'air, en cas de maladie, de danger, de

détresse, de frayeur, etc... On prie aussi pour exprimer sa gratitude, sa joie, ou simplement pour sentir une présence rassurante et affectueuse. Selon les lieux et les circonstances, on prie à voix haute, à voix basse ou, intérieurement, en silence.

Pour être efficace, la prière doit être sincère et fervente, pareille à celle d'un enfant demandant à sa mère quelque chose qui lui tient à cœur.

La réponse des Bouddhas et des Bodhisattvas peut arriver rapidement, dans les cas urgents sous une forme concrète et visible. Elle peut aussi arriver longtemps après, de manière subtile et à un moment inattendu.

La prière régulière et sincère apporte encore un autre bienfait important qu'on ne remarque qu'au bout d'un laps de temps assez long. C'est la purification de l'égo et tout particulièrement du mental.

Celui-ci est comparé dans les Écritures à un miroir qui réfléchit indifféremment tout ce qui passe devant lui: beau ou laid, triste ou joyeux, bon ou méchant. Pendant la prière, le corps du pratiquant reste immobile; sa bouche ne prononce que des paroles de vérité et de sincérité; son mental, orienté vers le Bouddha, n'a que des pensées saines et justes. Sans s'en apercevoir, le fidèle fait ainsi le nettoyage de son égo en projetant sur lui le calme, la paix et la joie.

À chaque prière, la purification gagne en efficacité et en profondeur. Un moment viendra où le mental, parfaitement purifié, réfléchira fidèlement l'image de la Vérité omniprésente.

Pour parvenir à ce résultat merveilleux, le fidèle doit:

- 1- *avoir une foi solide*: d'abord foi en le Bouddha et Son enseignement; ensuite foi en sa propre capacité de devenir lui-même un bouddha;
- 2- *être déterminé* à suivre la Voie jusqu'au bout;
- 3- *mettre en pratique* sa foi et sa détermination.

La prière fervente et régulière est précisément un moyen efficace pour mettre en pratique sa foi et sa détermination. La prière est fervente quand on s'abandonne totalement au Bouddha, quand le mental est complètement absorbé par l'idéal ou l'image du Bouddha.

Pour comprendre le mécanisme spirituel qui fait communiquer l'humanité avec les Bouddhas et les Bodhisattvas, on peut se figurer ceux-ci et les êtres humains comme des postes émetteurs et récepteurs de radio. Quand les postes humains, aux longueurs d'onde excessivement variées, sont correctement réglés sur la longueur d'onde unique des Bouddhas et des Bodhisattvas, ces derniers reçoivent immédiatement les messages qui Leur sont adressés. En retour, Leurs réponses sont automatiquement captées par les hommes. La seule difficulté est de savoir harmoniser les appareils individuels humains avec celui universel et immuable des Bouddhas et des Bodhisattvas.

Afin de faciliter cette harmonisation, quand une personne va mourir, on conseille à sa famille de préparer pour elle une ambiance calme et paisible, favorable à la prière. On ne doit pas la troubler par des manifestations émotives bruyantes qui la retiennent

en ce monde.

Au contraire, on doit aider le mourant à prier avec sérénité et ferveur le Bouddha Amitabha pour qu'il l'accueille dans Son Royaume Pur.



SECTION 2

LA PRIÈRE DU CHAPELET.

Parfois on égrène un chapelet en priant. Cette pratique a pour but d'aider le fidèle à se concentrer.

Les chapelets sont faits de différentes matières (bois, verre, métal, etc...) et ont des longueurs variées: 1.080, 108, 54, 42, 27, 21 grains. On ne compte pas le grain du milieu qui symbolise le Bouddha Amitabha.

Quand le pratiquant commence à prier, il prend le chapelet dans la main droite, le glisse entre l'index et le majeur, puis, avec le pouce, fait avancer les grains un à un, en prenant pour point de départ celui qui est juste après le grain Amitabha. À l'avancement de chaque grain il invoque le nom d'un Bouddha, d'un Bodhisattva ou il fait une prière. Arrivé au bout du chapelet, il fait demi-tour et recommence autant de fois qu'il veut, se gardant de ne jamais dépasser le grain Amitabha, censé insurpassable.

Le pratiquant termine sa dévotion par une pensée d'amour universel:

"Je partage le mérite de ma dévotion avec tous les êtres.

"Que tous ensemble, nous réalisons la Voie du Bouddha!"



SECTION 3

L'ADORATION DU BOUDDHA.

Le Bouddhisme, Voie de Vérité et de Lumière, condamne et hait la superstition, la sorcellerie et l'idolâtrie sous toutes les formes, car elles sont toutes des produits de l'ignorance et de l'illusion.

Dans le culte bouddhique, les images et les statuts consacrés ne sont pas des idoles ayant des pouvoirs, mais des symboles de la Vérité Suprême. En s'inclinant ou en se prosternant devant elles, le fidèle n'accomplit pas un acte d'idolâtrie mais un geste naturel de profonde révérence et d'admiration. Face à la magnificence et à la puissance des vertus des Bouddhas et des Bodhisattvas, il se sent spontanément à la fois humble et rassuré. *L'humilité et la paix intérieure sont les premières manifestations de la sagesse et de la connaissance de soi.*

En faisant avec sincérité ses dévotions devant l'autel du Bouddha, le fidèle a présents dans l'esprit trois objectifs:

1- *se débarrasser de l'orgueil*, qui, en accordant une importance exagérée à l'égo, est une des causes principales des malheurs et des souffrances dans le monde;

2- *développer en lui jusqu'à la perfection* toutes les qualités innées de la nature humaine;

3- *suivant l'exemple du Bouddha, réaliser en lui-même la Vérité*, pour son propre bonheur et celui de tous les êtres.



CHAPITRE V

"Toutes les créatures ont la même nature pure et glorieuse des Bouddhas; mais elles ne le savent pas à cause de l'ignorance et de l'illusion.

"Je vais vous enseigner la Voie qui vous permettra de vous libérer de l'illusion et des attachements, d'acquérir la Connaissance et de devenir parfaitement égaux aux Bouddhas, sans la moindre différence."

Le Bouddha Çakya Mouni.

LA VOIE DU BOUDDHA EST INSURPASSABLE.

1.-Le Bouddhisme est la Voie de la lucidité et du réalisme.

Le Bouddhiste doit à tout moment faire preuve de discernement.

Le Bouddha Çakya Mouni enseigne:

"Ne croyez pas une chose sur le témoignage de tel ancien sage, ou parce qu'une longue habitude vous porte à la tenir pour vraie.

"Ne croyez pas ce que vous vous êtes imaginé, parce qu'un être supérieur vous l'a révélé.

"Ne croyez à rien sur la seule autorité de vos aînés ou de vos instructeurs.

"Mais ce que vous avez vous-mêmes éprouvé, expérimenté et reconnu pour vrai, ce qui sera conforme à votre bien et à celui des autres, cela, acceptez-le et conformez-y votre conduite".

Les Écritures bouddhiques ne sont pas des dogmes mais des explications et des conseils d'un homme parvenu à la Connaissance suprême, qui partage son expérience avec les autres pour les guider.

"Considérez-moi comme un guide sur le chemin de la Connaissance", dit le Bouddha Çakya Mouni à ses disciples.

"Avoir confiance en moi sans me comprendre, c'est se moquer de moi", ajoute-t-il.

Le Bouddhisme n'est pas un système de philosophie spéculative mais un mode de vie réaliste.

"Ô disciples, ne vous tracassez pas pour chercher à savoir si l'univers est limité ou illimité, fini ou infini. Qu'il soit limité ou illimité, fini ou infini, la vérité incontournable dans ce monde est toujours la naissance, la maladie, la souffrance, la vieillesse et la mort."

Les discussions philosophiques et les spéculations métaphysiques ne résolvent pas ces problèmes pressants de l'humanité. Elles ne font qu'augmenter les doutes et les illusions.

Le Bouddha Çakya Mouni précise:

"Je n'apporte au monde qu'une seule chose: le remède contre la douleur et la souffrance."

Un jour, rentrant d'une promenade dans la forêt voisine de l'ashram, le Bouddha tenait dans une main une poignée de feuilles.

La montrant aux disciples, il leur demanda:

- Les feuilles dans la forêt sont nombreuses ou celles dans ma main?

Un disciple répondit:

- Les feuilles dans la forêt sont nombreuses, celles dans votre main ne le sont pas.

- C'est cela, dit le Bouddha. Ce que je sais est infini comme les feuilles dans la forêt; ce que je vous enseigne est infime comme les feuilles dans ma main. Mais ces quelques feuilles sont vraiment utiles: elles vous aident à vous libérer de la souffrance.

2- Le Bouddhisme est la Voie de l'égalité absolue.

L'égalité que le Bouddha apprend aux fidèles à réaliser plonge ses racines dans la nature originelle, *pure et identique*, de tous les êtres. Malgré leur différence de formes, de couleurs, de modes de vie, ils sont *absolument égaux* car ils sont *absolument semblables*.

L'égalité conçue dans le monde est superficielle et relative. Elle se réalise par l'uniformisation et le nivellement à partir de l'extérieur: il faut prendre quelque chose aux uns pour donner aux autres. Un dicton dit: "Il n'y a que les égaux qui sont égaux." Cette égalité est précaire, illusoire, voire irréalisable à cause des résistances individuelles et collectives. Le point de vue du sage bouddhiste est:

"Si on n'est pas égal dans son cœur, quoi qu'on dise et quoi qu'on fasse, on ne pourra jamais sortir de l'inégalité (Thích Chinh Tác)."

Les Écritures enseignent:

"Si les êtres et les choses existant dans l'univers depuis la nuit des temps sont dépouillés des formes que leur attribuent la parole, l'écriture et la connaissance humaine, ces êtres et ces choses sont absolument égaux, immuables et indestructibles. Ils n'ont qu'un seul cœur (essence) et sont appelés, pour cette raison, le Vrai Identique (Chân Như)."

3- Le Bouddhisme est la Voie de la compassion universelle.

Tous les êtres étant identiques, les Bouddhas et les Bodhisattvas les embrassent dans le même amour et la même compassion. Ils ressentent profondément leurs souffrances et accourent à leur aide dès qu'ils entendent leurs appels de détresse. Ponctuellement, ils soulagent leurs peines et leurs douleurs, les font sortir des dangers et les guident dans la Voie. Éveillés à la Vérité, les gens ne commettent plus de nouveaux mauvais karmas, sources de nouveaux malheurs et de nouvelles souffrances dans cette vie et dans des vies futures.

Par l'étendue de son action bienfaisante à la fois dans l'espace et dans le temps, la compassion des Bouddhas diffère de la charité ordinaire. Celle-ci, très limitée, est comparable à un petit cours d'eau alors que la compassion des Bouddhas est un immense océan.

Le disciple entrant dans la Voie pratique la charité. Au fur et à mesure de son avancement, il pratiquera la compassion des Bouddhas et des Bodhisattvas.

4- Le Bouddhisme est la Voie du grand courage.

La vie du disciple est un combat permanent. Jusqu'à sa libération complète il doit simultanément lutter sur deux fronts:

front intérieur contre les tentations et les mauvaises habitudes, front extérieur contre l'hostilité des hommes et de la nature.

Pour sortir victorieux de tous ces combats, principalement de ceux contre son propre égo, le fidèle doit avoir un très grand courage et une inébranlable ténacité.

"La victoire sur une armée de dix mille hommes est moins méritoire que la victoire sur soi-même. La victoire sur soi-même est la plus grande de toutes", enseigne le Bouddha Çakya Mouni.

Les Écritures comparent le monde à une maison en flammes. Ses habitants souffrent actuellement des attaques violentes du feu des désirs, des passions, de la haine et de la vengeance.

Dans ce brasier ardent, les Bouddhas et les Bodhisattvas vont et viennent sans relâche pour porter secours aux malheureux. Ils ne craignent pas les brûlures des flammes parce qu'ils ont sur eux une armure inviolable et indestructible, à l'épreuve de tous les dangers.

Les disciples, tout au long de leur vie, s'entraînent à braver les dangers et à maîtriser le feu des désirs et des passions. À l'instar des Bouddhas et des Bodhisattvas, ils se forgent pour eux-mêmes une armure spirituelle inviolable.

5- Le Bouddhisme est la Voie de l'activité inlassable.

Des personnes mal informées croient que le Bouddhisme, mettant en évidence la souffrance dans l'univers, est pessimiste.

Elles pensent qu'il incite les fidèles à fuir le monde et à chercher la paix dans l'isolement, loin des responsabilités familiales et sociales.

On ne peut faire une erreur plus grande.

Le Bouddhisme est la Voie de la Lumière et de la Vérité. Il expose les choses, les faits et les événements tels qu'ils apparaissent au regard des humains. Il en donne en même temps l'analyse profonde: l'homme souffre parce qu'il ignore sa nature réelle, bienheureuse et immortelle. Cette non-connaissance de la Vérité est la cause des malheurs dans le monde et des réincarnations sans fin de l'être humain.

En faisant découvrir aux gens l'origine de la souffrance universelle, le Bouddhisme leur apprend également les moyens de la faire disparaître. Il est donc fondamentalement optimiste. Il révèle aux disciples le beau et vrai visage du monde (bàn lai diên muc), à travers tous les êtres.

Les bouddhistes vivent, en effet, non seulement pour eux-mêmes mais encore pour les autres créatures.

Les Écritures enseignent:

"Dans leur service du Bouddha, les fidèles ne doivent négliger ni aucune créature ni aucune bonne action."

Pour que ce service gagne en ampleur et en profondeur, le Bouddha Çakya Mouni recommande aux disciples d'acquiescer, selon leurs aptitudes, des compétences dans cinq domaines (ngũ minh):

- 1- compétence dans les Doctrines enseignées par le Bouddha (étude);
- 2- compétence dans l'exposé de ces Doctrines (prédication,

communication);

3- compétence dans diverses activités économiques ou sociales;

4- compétence dans les soins et la guérison des maladies physiques et mentales (médecine);

5- compétence dans les langues et les dialectes.

Le disciple, avec une ou plusieurs compétences, est mieux à même de pénétrer dans le monde pour y soulager avec efficacité les très nombreuses souffrances.

Celles-ci paraissant à ses yeux n'avoir pas de fin, le fidèle impatient peut parfois se demander: "cesseront-elles un jour?", et : "où se trouve-t-il, le Nirvana?"

En observant les vagues qui se poursuivent dans un jeu de cache-cache sans fin à la surface de l'océan, il peut, en méditant, trouver la réponse à ses deux questions:

La vague est dans l'océan. Elle n'est pas séparée de l'océan. Elle ne peut exister sans l'océan car elle est l'océan.

Il en est de même du monde et du Nirvana.

Le monde est dans le Nirvana. Il n'est pas séparé du Nirvana. Il ne peut exister sans le Nirvana car il est le Nirvana.

Cette vérité profonde est exprimée dans le verset suivant des Écritures, au premier abord paradoxal et hermétique:

"Le Nirvana est la naissance et la mort. La naissance et la mort sont le Nirvana".

La naissance et la mort désignent le monde changeant et

éphémère. Le Nirvana et le monde ne sont pas deux lieux distincts, éloignés l'un de l'autre. Ils sont inséparables comme la vague et l'océan. Quand l'homme vit dans l'ignorance de la Vérité, il vit dans le changement, l'illusion et la souffrance. Quand il est éclairé par la Vérité, il vit dans l'éternel, la joie et le bonheur ¹.

Dans une de ses causeries sur le Nirvana, le Bouddha emploie cette parabole plus facile à comprendre:

"Une personne ignorante, ayant peur du vide (hư không) s'enfuit en courant dans toutes les directions. Elle n'arrive pas à s'échapper du vide ².

"Une autre personne, voulant connaître le vide, court à sa recherche du Nord au Sud, de l'Est à l'Ouest, sans trouver le vide nulle part.

Ces personnes ne savent que le nom du vide, elles ne connaissent pas la réalité du vide.

"De même il y a des gens qui cherchent le Nirvana partout sans savoir qu'ils sont dans le Nirvana. Ils n'y voient que naissance, souffrance et mort.

"Ces gens ne savent que le nom du Nirvana, ils ne connaissent pas la réalité du Nirvana."

Ce verset très explicite des Écritures est une réponse claire à ceux qui prétendent que le Bouddhisme incite les fidèles à fuir le

¹ À ce propos, rappelons-nous les deux exemples cités au premier chapitre: le rouleau de corde pris pour un serpent, l'amas de pierre pris pour un chien.

² Vide (hư không) : espace qui ne contient rien.

Il ne s'agit pas du Vrai Vide (Chân Không) expliqué au premier chapitre.

monde et à chercher le bonheur quelque part ailleurs ¹.

6- Le Bouddhisme est la Voie de la liberté parfaite.

La liberté parfaite et inviolable gît dans les profondeurs de l'être humain. Aucune législation ne peut la créer ni aucun pouvoir ne peut la détruire.

Il suffit à l'homme de savoir la faire émerger du fond de lui-même pour en jouir à sa guise. Faut de ce savoir, il vit enfermé dans la prison étroite de l'égo, enchaîné par ses passions et ses mauvaises habitudes. Originellement libre, il est devenu, depuis des vies, un prisonnier et un esclave.

Le Bouddha Çakya Mouni enseigne à l'humanité comment elle peut briser ses chaînes d'esclavage et démanteler sa prison obscure et étroite pour recouvrer sa liberté enfouie dans les profondes ténèbres de l'ignorance.

Cette liberté diffère de celle réalisée dans le monde sous forme de libertés individuelles.

Celles-ci ne libèrent pas l'homme de la prison de l'égo et ne le délivrent pas de la tyrannie des passions, de la haine et de la vengeance. Par contre, elles construisent autour de chaque individu une barrière de protection, source permanente d'abus, de conflits et

¹ Un autre verset des Écritures enseigne:

*Le Bouddha est dans le monde. On Le connaît sans quitter le monde.**

d'agressions. En elles-mêmes, elles portent des germes de perte de liberté.

La Voie du Bouddha conduit à la connaissance de la Vérité libératrice. Le pratiquant arrivé au but *découvre que ses semblables, lui-même et les autres créatures sont un*. Dans leur maison commune qui est l'univers entier, tous vivent ensemble en harmonie, dans l'éternelle et parfaite liberté.



CHAPITRE VI

"Allume ta lumière et marche!"

Le Bouddha Çakya Mouni.

*"Étant maintenant dans la Voie,
je constate, en me retournant,
que tout le temps passé j'ai fait
fausse route."*

Patriarche Tù Chiéu.

LA PRATIQUE DE LA VOIE.

SECTION I

COMMENT ÉTUDIER L'ENSEIGNEMENT DU BOUDDHA.

Au Viêt-Nam plus de 90% de la population sont des bouddhistes. Cependant, beaucoup d'entre eux ne savent qu'invoquer le nom du Bouddha sans savoir qui Il est et comment est Son enseignement. Ils sont des croyants mais ne peuvent être considérés comme de vrais disciples du Bouddha.

On n'est pas, en effet, un bouddhiste pour la seule raison que ses parents ou ses grands-parents sont des bouddhistes. On ne l'est pas non plus parce que, par routine familiale, on brûle chaque jour quelques bâtonnets d'encens sur l'autel du Bouddha, ou de temps à autre on va à une pagode pour assister à une cérémonie à l'occasion d'une fête ou d'un événement religieux.

Pour être un vrai disciple, un enfant du Bouddha (Phật tử), on doit savoir *qu'on a la même nature que le Bouddha et qu'on est capable de devenir soi-même un Bouddha*. Ignorant cette vérité, on restera toujours en marge de la Voie du Bouddha.

Certaines personnes, en entendant parler de la Voie et de sa pratique (tu hành), marquent une certaine appréhension. Elles imaginent que, pour pratiquer la Voie, elles doivent quitter la famille, s'enfermer dans un monastère ou une pagode, et y passer le restant de leur vie à prier dans la solitude et l'inactivité. Cette idée

est totalement erronée.

Pratiquer la Voie signifie simplement se changer: changer, à l'intérieur de soi, le mauvais en bon, le laid en beau, l'obscur en clair, le faux en vrai, la tristesse en joie, la souffrance en bonheur, etc...Pratiquer la Voie, c'est se réformer afin que la nature humaine innée, pure et bienheureuse, se manifeste. Cette réforme peut se faire en tout lieu et à tout moment.

Un dicton vietnamien dit:

"On pratique la Voie premièrement chez soi, deuxièmement en société, troisièmement dans une pagode."

À la maison, au bureau, en voyage, sur terre, en mer, dans l'air, partout où l'on se trouve, on peut pratiquer la Voie. On la pratique à tout âge, quels que soient son métier, ses études, sa capacité physique ou intellectuelle, ses conditions de vie...

Dans le monde, une personne vivant dans l'ignorance de la Voie ressemble à un voyageur traversant sans boussole le désert. Perdu dans l'immensité de sable, brûlé par la chaleur et consumé par la soif, il court désespérément après une source qu'il aperçoit dans le lointain sans savoir qu'il s'agit d'un mirage.

Par chance, un homme connaissant bien le désert passe par là et lui montre un chemin conduisant à une oasis où coule une source rafraîchissante.

Comment devra-t-il réagir, ce voyageur égaré? Suivre le bon conseil du guide et changer immédiatement de cap, ou bien s'obstiner à marcher dans l'erreur? Continuer un jour de plus dans la mauvaise direction, c'est s'enfoncer un jour de plus dans la

silencieusement et savoure avec délices la pâture odorante finement broyée.

Le philosophe conclut :

"Pourquoi nous, les hommes, ne savons-nous pas, ou ne voulons-nous pas faire comme le bœuf?"

L'écoute des sages, la lecture des livres spirituels et la réflexion profonde sont des pas importants dans la recherche de la Vérité. Mais *la pratique assidue de l'enseignement du Bouddha est cruciale*, car elle seule mène au but. Elle doit être régulière et persévérante. La transformation de l'égo, en effet, est un travail difficile, exigeant beaucoup d'efforts, de patience et de temps.

L'égo est comparé dans les Écritures à un miroir couvert de poussière. Il est tellement sale qu'il ne réfléchit plus la lumière, ou la réfléchit si mal que les images des gens et des choses sont déformées. Mais si on se donne la peine de l'essuyer chaque jour, chaque semaine, chaque mois, chaque année, un moment viendra où il sera totalement et parfaitement propre. Redevenu pur comme au premier jour, il réfléchira alors fidèlement la splendeur de la Vérité.



souffrance et courir tout droit à une mort atroce.

Dans ce monde, beaucoup de personnes sont, sans le savoir, des voyageurs égarés du désert. Poussées par leurs passions, elles courent éperdument après les richesses, les honneurs, le pouvoir, les plaisirs matériels de toutes sortes, sans se rendre compte que ce sont des leurres et des mirages. Elles vivent dans les illusions jusqu'au jour où elles sont durement maltraitées et humiliées par l'adversité. Alors seulement elles s'approchent de la Voie et cherchent à se réfugier dans la protection du Bouddha. Certes, il n'est jamais trop tard pour bien faire, mais que de temps perdu et que de souffrances endurées!

À ces nouveaux venus, on conseille de faire trois choses :

- 1- *lire et écouter* (*vān*) : lire des livres sur l'enseignement du Bouddha et écouter les causeries spirituelles des sages;
- 2- *réfléchir* (*tu*) : méditer ce qu'on a lu et écouté;
- 3- *pratiquer* (*tu*) : mettre en application ce qu'on a médité.

Comme un pèlerin qui prépare un long voyage, le nouveau venu amasse d'abord des provisions, les déguste ensuite afin de tester leur qualité, puis se met avec détermination en route pour atteindre le but.

Un philosophe occidental a comparé le chercheur de la Vérité à un bœuf. Le matin, en arrivant dans la prairie, l'animal ne pense qu'à brouter le plus d'herbe possible pour calmer sa faim. Puis, à midi, de retour à l'étable ou au repos sous l'ombrage d'un arbre, il regurgite ce qu'il a précipitamment avalé dans la matinée. Les yeux immobiles, le regard tourné vers l'intérieur, il rumine

SECTION 2

LES ÉCRITURES BOUDDHIQUES.

Durant les quarante neuf ans de son apostolat, le Bouddha Çakya Mouni n'a donné que des causeries. Son enseignement fut donc entièrement oral.

Trois ans après son décès, ses disciples avancés se réunirent en Concile pour réciter ce qu'ils avaient entendu de la bouche du Maître afin d'en vérifier l'authenticité et l'exactitude.

Cent ans plus tard, un deuxième Concile eut lieu, ayant pour objectif la modification des règlements concernant la vie communautaire du sangha.

Vers 241-245 avant l'ère chrétienne, un troisième Concile se réunit, au cours duquel on décida de fixer par écrit l'enseignement du Bouddha. Ce furent les Écritures bouddhiques, d'abord transcrites en pali, ensuite en sanscrit, puis traduites en d'autres langues, au fur et à mesure de l'expansion du Bouddhisme. Elles se composent de trois Grandes Collections, appelées les *trois Paniers* ou les *trois Corbeilles*¹ :

a/- *la Corbeille des Doctrines* (Kinh), contenant l'enseignement proprement dit du Bouddha Çakya Mouni,
 b/- *la Corbeille des Règles* (Luật), contenant la réglementation du Sangha,

c/- *la Corbeille des Commentaires* (Luận), recueils des écrits et des causeries des grands disciples du Bouddha au cours des siècles.

L'enseignement du Bouddha étant adapté aux différents niveaux des fidèles, on peut distinguer dans la Corbeille des Doctrines deux principales Séries: la Série de l'enseignement intérimaire (quỳn giáo) et la Série de l'enseignement vrai (thật giáo).

Dans la Série intérimaire, l'enseignement est très simple, quelquefois donné sous forme de contes ou de fables, avec des exemples pris dans la vie quotidienne du peuple. Les pratiquants, des gens humbles, souvent incultes, reçoivent des principes de conduite concis qu'ils appliquent avec foi et assiduité. Cette ferveur persévérante modifie lentement leur comportement et les fait avancer spirituellement. Ils ressemblent à ces personnes qui n'ont aucune notion de l'or mais qui, inlassablement, lavent le sable aurifère. Au bout d'un certain temps elles voient avec émerveillement briller dans leur panier des pépites scintillantes du métal précieux.

Dans la Série de l'enseignement vrai le Bouddha explique la Vérité par des analyses subtiles et profondes. Mais ici encore, il prend soin d'adapter son enseignement aux différents niveaux intellectuels et spirituels des disciples. Comme un bon guide dans l'ascension d'une haute montagne, il conduit les uns sur une pente douce, dont la montée est longue mais facile (tiêm giáo), les autres sur un versant abrupt, dont l'escalade est rapide mais ardue (đón

¹ Tam tạng (vietnamien). Tripitakha (sanskrit).

indiquée.

Atteindre la Vérité Suprême est le fruit d'une longue marche intérieure, exigeant beaucoup d'efforts, de persévérance et de temps. Chacun doit l'accomplir personnellement, avec assiduité et courage. Le Bouddha Çakya Mouni insiste particulièrement sur ce point très important:

"Faites des efforts pour avancer dans la Voie afin de vous libérer par vous-mêmes. Je ne suis qu'un simple guide. La part la plus importante des mérites acquis dans les victoires remportées sur les forces adverses vous appartient."

Dans le monde obscurci par les ténèbres de l'ignorance spirituelle, le Bouddha est la lumière et nous les yeux. Grâce à la lumière les yeux voient tout ce qui existe. Mais avec la présence de la lumière, si nous n'ouvrons pas les yeux, nous ne pourrions rien voir. L'action d'ouvrir les yeux, la volonté de les ouvrir, et le désir de regarder après les avoir ouverts, sont notre travail strictement personnel. Nul ne peut le faire à notre place.

Sans cesse le Bouddha Çakya Mouni rappelle à ses disciples le but de sa mission sur terre:

"Je suis comme un médecin qui connaît la maladie et en prescrit le remède."

"Prendre ou ne pas prendre le remède ne dépend pas du médecin."

"Je suis comme un guide montrant le bon chemin."

"Prendre ou ne pas prendre le chemin ne dépend pas du guide."

giáo). Chacun fait l'ascension selon ses capacités, mais tous arriveront certainement au sommet s'ils persévèrent dans leurs efforts.

Dans les Écritures chaque mot a son importance particulière.

Cependant la Vérité ineffable est sans forme et ne peut être exprimée par des mots qui sont des formes. Si l'on veut appréhender la Vérité on ne doit pas s'en tenir littéralement aux mots mais s'en détacher.

À ce sujet, un grand disciple du Bouddha dit à ses élèves:

"Si l'on s'en tient aux mots pour expliquer les Écritures, on fait tort aux Bouddhas de tous les temps."

"Si l'on s'en écarte d'un mot, on donne la parole au diable."

Le Bouddha Çakya Mouni explique comment on doit interpréter son enseignement:

"Supposez que la Vérité est la lune. Mon enseignement est le doigt montrant la lune. Il ne faut pas confondre le doigt avec la lune."

Le doigt et la lune sont deux choses complètement différentes et très éloignées l'une de l'autre. Les confondre est une grande ignorance. On tombe dans la même grande ignorance si l'on confond l'enseignement du Bouddha avec la Vérité.

Les paroles du Bouddha ne sont, en effet que des panneaux indicateurs de direction. Pour atteindre le But - la Vérité suprême - on ne doit pas s'arrêter aux panneaux ni, à plus forte raison, s'y attacher, mais aller plus loin, toujours plus loin dans la direction

Depuis plus de vingt cinq siècles, ce message d'amour et de compassion s'adresse à l'humanité souffrante.

Que ceux qui aspirent au vrai bonheur et à la paix réelle ne perdent pas du temps!

Le Nirvana est là...

Il n'est pas loin pour ceux qui ont la foi et la détermination.

En pensant chaque jour au Bouddha et en faisant régulièrement un pas dans Sa direction par la prière ou la méditation, sûrement et triomphalement, **NOUS ATTEINDRONS LE BUT.**



TABLE DES MATIÈRES

- Note du traducteur page 1
- Avant-propos de l'auteur page 3

CHAPITRE I. pages 7 - 24

CE QU'EST LE BOUDDHISME

A - La Doctrine.

Section 1- La recherche de la Vérité (Chân lý)

Section 2- La loi du noyau et des fruits (Luật nhân quả)

Le principe du noyau et des associés (Lý nhân duyên).

Section 3- La loi de la non-permanence (Luật vô thường).

Le principe du non-moi (Lý vô ngã).

Section 4- Le principe du Vrai Vide (Lý chân không).

CHAPITRE II. pages 25 - 48

CE QU'EST LE BOUDDHISME.

B - Les Disciplines

Section 1- Les cinq véhicules (Ngũ thừa).

Section 2- Les techniques des cinq véhicules.

- a/ le véhicule humain: les vœux des trois refuges (tam quy); les cinq abstentions (ngũ giới).

- b/ le véhicule céleste: les dix bonnes actions (thập thiện nghiệp).

CHAPITRE V. pages 67 - 77

LA VOIE INSURPASSABLE DU BOUDDHA.

Le Bouddhisme est la Voie:

- 1- de la lucidité et du réalisme
- 2- de l'égalité absolue
- 3- de la compassion universelle
- 4- du grand courage
- 5- de l'activité inlassable
- 6- de la liberté parfaite

Où se trouve le Nirvana?

CHAPITRE VI. pages 79 - 88

LA PRATIQUE DE LA VOIE.

Section 1- Comment étudier l'enseignement du

Bouddha Çakya Mouni.

Section 2- Les Écritures bouddhiques.

La Doctrine intérimaire.

La Doctrine Vraie.

Comment lire les Écritures.

- c/ le véhicule du bon entendeur de la

Vérité: les quatre nobles ou merveil-

-leuses vérités (tứ diệu đế). La Voie

aux huit sentiers justes (bát chánh đạo).

- d/ le véhicule du connaisseur des inter-

-dépendances. Les douze inter-

-dépendances (thập nhị nhân duyên).

- e/ le véhicule du Bodhisattva.

Les six actions paramita (lục độ).

Les grands vœux du Bodhisattva.

CHAPITRE III. pages 49 - 57

QUEL EST LE BOUDDHA.

Section 1 - Le Bouddha historique Çakya Mouni.

Tous les êtres sont des bouddhas en puissance.

Section 2 - Le Bouddha mythique Amitabha.

Le Royaume Pur.

Section 3- Les Grands Bodhisattvas.

CHAPITRE IV. pages 59 - 65

LA PRIÈRE.

Section 1 - La signification et l'efficacité de la prière.

Section 2- La prière du chapelet.

Section 3- L'adoration du Bouddha.

Illustration sur la couverture:

Tête de Bouddha (pierre)

8^e - 9^e siècle.

Temple de Bârabudur

Indonésie.

© Tous droits réservés - (1993) -

- La publication "án tống" (pour la distribution gratuite) est autorisée.
- Au cas où l'édition est destinée à la vente (en totalité ou en partie), les royalties en sont offertes à une pagode ou à une organisation philanthropique.