

I

LES QUATRE NOBLES VÉRITÉS

Tout l'enseignement bouddhique est contenu dans les Quatre Nobles Vérités qui sont :

1. La Noble Vérité de la Souffrance,
2. La Noble Vérité de la Cause de la Souffrance,
3. La Noble Vérité de la Cessation de la Souffrance,
4. La Noble Vérité de la Voie conduisant à la Cessation de la Souffrance.

1. La Noble Vérité de la Souffrance

"Quelle est la Noble Vérité de la Souffrance?"

La naissance est souffrance, le déclin est souffrance, la mort est souffrance.

La souffrance, les lamentations, la douleur, la peine, le désespoir, sont la souffrance.

Les cinq agrégats de l'existence sont souffrance."

(Digha-Nikaya)

La naissance est souffrance. Cette phrase ne rappelle-t-elle pas celle-ci : "Tu enfanteras dans la douleur." Par quelles douleurs ne passe-t-elle pas, la mère qui va donner naissance à son enfant? Et le premier cri de l'enfant, loin d'être de joie est un cri de douleur.

Le déclin est souffrance, la mort est souffrance... ces phrases ont-elles besoin de commentaires? Certes non.

Et pourtant, cette première Noble Vérité a été généralement mal comprise en Occident, et d'aucuns, et non des moindres, en prennent argument pour déclarer que la doctrine bouddhique est basée sur le pessimisme.

La raison de cette méprise est facile à saisir. L'être humain a ceci de particulier, c'est qu'il s'habitue à tout.

Il est tellement accoutumé à son état (de souffrance) que celui-ci semble son état naturel. Et de même qu'un prisonnier que l'on sort d'un cachot obscur pour le mettre dans une cellule aérée, se réjouit d'un tel bonheur, de même l'être humain se forge des joies et des plaisirs là où la souffrance est moins accablante. Mais qui connaît les expériences que le prince Siddharta a pu faire? Ayant vécu toute sa jeunesse dans une prison dorée, où on lui cachait tout de la vie humaine habituelle, il a découvert, en trois sorties successives, trois aspects négatifs de l'état humain : la vieillesse, la maladie, la mort. Son coeur, qui était jusqu'alors serene, a été "choqué" (dans le sens médical du terme), et son esprit ainsi aiguë, explorant les diverses manifestations de la vie, découvre, à chaque pas, quelque souffrance visible ou cachée. La naissance est souffrance, le déclin est souffrance, la mort est souffrance. Etre séparé de ceux qu'on aime est souffrance. Etre rapproché de ceux qu'on hait est souffrance. L'absence de possession est souffrance. Mais le fait de posséder

quelque chose est aussi souffrance, à cause de la peur de le perdre.

Cette énumération qui, d'ailleurs, est une analyse objective de la vie, peut évidemment paraître pessimiste. Mais c'est la conclusion de cette analyse qui est importante. Ce qui a frappé le prince Siddharta, c'est le caractère inexorable du déclin, de la maladie, de la mort. "Oh monde souffrant. O frères connus et inconnus qui vous débattiez dans les filets de la douleur et de la mort où la vie vous retient. Je vois, je sens l'immensité de l'agonie de la terre, la vanité de ses joies, l'ironie de ses bonheurs, l'angoisse de ses peines... Et cependant, il doit y avoir une aide pour eux et pour moi et tous ceux qui ont besoin de secours." (Lumière de l'Asie)

Et c'est sur cet appel profond de son coeur déchiré, lui qui n'a connu que des plaisirs et des joies, qu'il se fait la promesse de partir à la recherche du remède à la souffrance des hommes.

2. La Noble Vérité de la Cause de la Souffrance.

"Et qu'est-ce que la Noble Vérité de l'origine de la souffrance?

C'est le désir avide donnant lieu aux nouvelles renaissances qui, lié au plaisir et à la convoitise, trouve toujours ici et là de nouvelles délices."

(Digha-Nikàya)

Seront rappelées un peu plus tard les péripéties du chemin qu'a parcouru notre Prince Siddharta. Elles furent nombreuses, diverses, pénibles. Il a tâtonné sans aucun succès. Car n'oublions jamais l'objet de sa recherche : le remède aux maux de l'humanité. Pour trouver le remède il faut d'abord trouver la cause. Il s'est adressé à toutes les écoles en vogue parmi les ascètes. Mais elles s'appuyaient toutes sur des croyances en des dieux et se perdaient en conjectures sur la nature divine.

"Pourtant il s'était arrêté chez les Sages de la montagne et ceux qui habitent les bois, chez ceux d'Alara et d'Oudra et chez les cinq ascètes qui lui avaient dit ce qui est écrit clairement dans les Shastras : que personne ne peut arriver plus haut que le Srouti et le Smriti (1) - non, pas même les plus grands saints - car comment un mortel pourrait-il être plus sage que le Gnana-Kand (2) qui dit que Brahma est incorporel, qu'il n'agit pas, qu'il est calme, sans passion, qu'on ne peut le qualifier, qu'il est immuable, et qu'il est une pure existence, une pure pensée, une pure félicité... (La Lumière de l'Asie)

"Mais le Prince les écouta sans que son âme en fut réconfortée." Car son coeur ardent et uniquement fixé sur la recherche du remède à la souffrance humaine, était rempli de doutes. "Peut-être les dieux eux-mêmes ont-ils besoin de secours, et sont-ils si faibles qu'ils ne peuvent sauver les malheureux qui les appellent." Car lequel des dieux, grands ou petits, possède le pouvoir et la compassion? Qui les a vus? Qu'ont-ils fait pour venir en aide à leurs adorateurs?"

Il doute même du plus grand des dieux : Brahma, "Comment peut-il se faire que Brahma ait créé le monde et l'abandonne au malheur, car si, étant tout puissant, il le laisse en cet état, il n'est pas bon, et, s'il n'est pas tout puissant, il n'est pas Dieu."

Ces discussions sur les dieux, sur Brahma, toutes ces croyances ne sont pas la solution du problème. Pourtant : "les moyens doivent exister, il doit y avoir un refuge."

(1) *Srouti* = vérité révélée; *Smriti* = traditions transmises.

(2) *Gnana-Kand* = livre de la connaissance, partie ésotérique des Védas.

Il chercha ce refuge en lui-même par de profondes méditations. Il poursuivit la souffrance humaine pas à pas. Un à un les degrés conduisant à l'origine de la souffrance sont gravés, et un jour il a pu dire : "J'ai habité maintes demeures de la vie, cherchant toujours celui qui a bâti ces prisons des sens pleines d'affliction, et mon combat incessant a été pénible. Mais maintenant, Toi, constructeur de ce tabernacle, Toi, je te connais. Tu ne bâtiras plus ces murs qui contiennent la souffrance, tu ne dresseras plus le faite de tes artifices, et tu ne placeras plus de nouvelles solives sur l'argile, ta maison est détruite et sa poutre maîtresse est brisée. C'est l'illusion qui l'avait construite..

Je vais désormais marcher sans cesse pour atteindre la délivrance."

C'est de propos délibéré que j'ai retracé successivement les étapes de la recherche du Bouddha. Nous pouvons déjà dégager le trait de caractère propre à cet Instructeur. Pas de croyances, pas de rêveries, pas de discussions métaphysiques inutiles. Mais une constante détermination dans la poursuite du but, et une application incessante dans l'observation, l'analyse et la déduction logique des lois générales et de leurs conséquences pratiques.

Le travers le plus commun chez les personnes de tendance "spiritualiste" est justement de se complaire dans les premiers effets euphoriques de la méditation et de l'étude. Cette soi-complaisance nous entraîne très vite à "perdre pied", à perdre le contact avec la réalité, avec le but pratique poursuivi, et à jongler avec des idées abstraites en leur donnant une forme et une substance virtuelles.

Que cherchait le Prince Siddharta? L'origine de la souffrance qui affecte l'humanité. Il n'en dé-mordait donc pas, jusqu'au moment où il la trouva.

Et quelle est cette origine? Le désir, né de l'illusion. "Mais où le désir prend-il racine? - Partout où, dans le monde, il y a plaisir et délices, là le désir s'éveille et prend racine." (Digha-Nikāya) C'est donc le plaisir, c'est à dire ce qui est agréable à l'homme, qui donne naissance au désir. Qu'est-ce donc que le plaisir? C'est une forme de réaction de l'être humain à ce qui l'entoure. Entendons nous bien : le plaisir est un phénomène subjectif; il n'a lieu qu'en dedans de l'être humain. Il est provoqué par un objet extérieur, mais c'est une réaction intérieure de l'homme. Les objets n'ont rien à voir, dans leur nature, avec le plaisir. Ils sont absolument "indifférents" à l'effet qu'ils provoquent en l'homme. Si donc un homme trouve un objet agréable, ce n'est pas l'objet qui est agréable par lui-même, c'est l'homme qui se trouve dans une disposition telle que l'objet lui apparait agréable. Pourquoi en est-il ainsi? Parce que l'objet éveille en lui des souvenirs agréables, évoque de son passé des expériences plaisantes. C'est ce processus d'évocation, de réveil des souvenirs du passé qui dispose les éléments constitutifs de la conscience subjective de la personnalité humaine dans un arrangement concordant avec les qualités de l'objet. C'est là le sens exact du mot "disposition". Cet arrangement concordant est un processus de répétition, ou plutôt de reproduction. Et comme en présence de l'objet, ce processus tend vers une amplitude de plus en plus grande, l'homme tend à faire durer le plaisir qu'il éprouve. De là naît le deuxième aspect du désir : la préservation, la durée. La durée est un aspect très important de l'illusion. Nous en reparlerons plus tard. Mais dès à présent, rappelons la première des trois assertions fondamentales de la doctrine bouddhique : Toutes les formations sont transitoires.

Pourquoi faire durer le plaisir? Parce qu'on suppose que ce qui prend plaisir dure également,

parce qu'on croit que ce qui goûte à ce plaisir a une existence réelle, parce que - prononçons le mot - on croit que l'égo est permanent. Nous discuterons de ce point aussi plus tard. Il convient de rappeler ici la troisième des assertions fondamentales : toutes les formations sont sans entité-ego. La permanence de l'égo peut être considérée comme l'illusion causale, car c'est elle qui engendre le désir, le désir en lui-même d'abord, le désir de durer et de faire durer ensuite. C'est l'illusion de la permanence de l'égo qui fait naître l'attachement à la vie (upādāna) lequel est l'origine de tous les maux. Car c'est cet attachement qui nous lie à la "roue des naissances et des morts", au Samsara.

3. La Noble vérité de la Cessation de la Souffrance.

Le terme de Cessation doit être bien compris. Il ne s'agit pas de faire quelque chose pour être débarrassé de la Souffrance. Ce n'est pas un acte extroverti qu'il faut accomplir. Ce n'est même pas un acte introverti. Ce n'est pas quelque chose d' "autre"; c'est le fait même de comprendre l'origine de la souffrance qui constitue la cessation de la souffrance. La troisième Noble Vérité est donc la conséquence naturelle de la deuxième Noble Vérité. Rappelons les phrases qu'on prête au Bouddha : "Maintenant, Toi, je te connais. Tu ne bâtiras plus ces murs qui contiennent la souffrance..." C'est clair : Toi, cause de la souffrance, je te connais et par cela même tu n'es plus. La libération est ainsi inhérente à la connaissance de la cause de la souffrance.

Mais entendons-nous bien. Le fait d'être libéré de la souffrance ne signifie pas qu'on n'a plus de souffrance. Cela veut dire qu'on n'est plus affecté par la souffrance. "Ferme comme un roc", l'homme qui sait avance dans la vie, traverse tou-

tes les expériences sans dévier de la route. La connaissance de l'origine de la souffrance fait qu'on comprend ce qui arrive, qu'on ne redoute plus les souffrances et qu'on ne se met plus dans un esprit offensif de soi-défense pour " faire face " aux heurs et malheurs : la connaissance de la cause de ces heurs et malheurs n'empêche pas ceux-ci de se produire selon le cours normal de la marche de la loi. Mais elle fait qu'on accepte calmement toutes les épreuves qui peuvent survenir, qu'on en tire les leçons essentielles et vitales, qu'on en fait des éléments de sa marche en avant. La souffrance, ainsi, n'est plus une entrave et une ennemie, mais une composante normale de notre évolution.

C'est ici qu'apparaît le côté essentiellement positif et optimiste de l'enseignement de Bouddha, contrairement à l'opinion généralement répandue, fondée sur une compréhension incomplète de cet enseignement. A la différence d'autres religions, cet enseignement ne s'appuie pas sur la purification par la souffrance ou la mortification du corps ou de l'âme. Il considère tout simplement la souffrance comme une chose née de l'erreur, qu'il faut étudier et apprécier à sa juste valeur, comme une occasion pour nous faire comprendre la Loi. Pour le Bouddha, la souffrance, née de l'illusion, est aussi une illusion. Par conséquent, l'état normal de l'homme est la Joie. C'est cette joie sereine qui se lit sur toutes les statues du Bouddha.

4. La Noble Vérité du Chemin conduisant à la Cessation de la Souffrance.

Il convient de répéter encore une fois ce qui a été dit plus haut : la cessation de la souffrance ne consiste pas dans le fait de ne plus avoir de souffrance, mais veut dire qu'on n'est plus affecté par la souffrance. Il faut bien se rappeler ceci pour comprendre la quatrième Noble Vérité, celle du Chemin conduisant à la Cessation de la Souffrance. Ce n'est pas un chemin conduisant d'un point à un

autre, ce n'est surtout pas une issue, une évasion. C'est la longue et persévérante préparation qui rend l'homme invulnérable à la souffrance.

Dans cette optique, l'on comprendra facilement l'énoncé de la Voie Octuple, Sentier aux Huit Pas : Vue (ou perception) juste, Pensée juste, Parole juste, Action juste, Moyens d'existence justes, Effort juste, Mémoire juste, Méditation juste.

Il y a beaucoup à dire sur le Sentier Octuple. Voyons seulement la succession des Huit Pas, avec un bref commentaire sur chaque.

Le premier pas est Samyak Drichti. Ce dernier mot diversement traduit : croyance, vue, perception. Il désigne ce qui est reçu de l'extérieur, ou plus précisément, la réaction de l'homme à ce qu'il reçoit de l'extérieur. Cette "réponse" première conditionne tout son comportement, passif et actif. C'est pourquoi la "vue juste" est le premier pas. Si la vue est juste, tout le reste est susceptible d'être juste.

Comment peut-on obtenir la vue juste? Cette question trouvera réponse dans un prochain chapitre. Pour le moment, je vous suggère seulement - tout en sachant que cette réponse momentanée est partielle - l'équivalence de ce pas avec la première des quatre qualités requises, selon l'hindouisme : vivéka, le discernement.

Les deuxième, troisième et quatrième Pas n'appellent pas un commentaire particulier sur le plan des principes. Ils font partie de tous les enseignements d'ordre éthique.

Mais je voudrais attirer votre attention sur le cinquième pas : moyens d'existence justes. C'est ici que se concrétise le caractère hautement pratique de l'enseignement du Bouddha. Rien ne sert de voir juste, rien ne sert ensuite de penser juste, de parler juste et d'agir juste, si notre vie de tous les jours n'est pas conforme à cette justesse.

Il y a là un appel pressant à l'application sur le plan matériel des principes les plus élevés. Souvenez-vous du proverbe latin : "Ad augusta per angusta" (on arrive aux grandes choses en passant par les petites choses). Comme je l'ai dit plus haut, beaucoup de "spiritualistes" ont la fâcheuse tendance à se perdre dans les nuages et à perdre le contact avec la terre. Or c'est sur cette terre, dans la vie de tous les jours, dans le petit cercle où nous vivons, que nos principes (appris, pensés, professés) sont mis à l'épreuve. Et tant que cette "épreuve de la terre" n'est pas passée avec succès, il est vain de vouloir aller plus loin. Ce n'est qu'après avoir appliqué les principes justes à notre vie de tous les jours que notre être conscient se trouve dans l'état adéquat pour faire les pas suivants.

Les sixième, septième et huitième Pas constituent un processus d'approfondissement et de réalisation.

Le sixième Pas, Samyak Virya, a été traduit : effort juste. Le mot Virya signifie énergie, force. Dans ce contexte, il a le sens de la direction appliquée à la force, d'où le sens d'effort. Cependant il convient de ne pas comprendre ce pas dans un sens psychologique, avec une teinte de contrition, mais objectivement, comme une mise en oeuvre juste de l'énergie qui est en nous.

Le septième pas, Samyak Smriti, a été traduit, en Français, par mémoire juste. Ce mot a aussi besoin d'être approfondi. Smriti signifie effectivement souvenir, mémoire. Et si l'on analyse ce qu'est la mémoire, on s'aperçoit que son contenu n'est pas composé de toutes les expériences passées, mais seulement des souvenirs qui ont survécu à l'oubli. Pourquoi oublie-t-on quelque chose? Parce qu'elle ne correspond pas à sa préoccupation, à la façon dont les éléments constitutifs de notre personnalité sont agencés. Les souvenirs donc qui restent, et qui constituent la mémoire, sont ceux qui sont en réson-

nance avec l'être qui a la mémoire. Il y a eu un processus d'élimination, de sélection naturelle, inconsciente. Le mot Smriti s'applique aussi à la "mémoire" des peuples, des religions; elle signifie alors traditions, ce dont les peuples ou groupes ethniques ou religieux se rappellent de leurs connaissances passées. Ici aussi, il y a eu sélection. C'est pourquoi ce qui reste peut être considéré comme un ensemble de connaissances valables. Les écritures de toutes les religions sont des Smriti. L'expression Samyak Smriti signifie donc ce que l'homme "juste" retient de ses expériences passées, autrement dit la quintessence des connaissances acquises et qu'il garde comme un trésor au fond de lui-même. C'est ce qui explique la position de ce Pas dans le Sentier Octuple. La mémoire juste est le couronnement de l'expérience "humaine" et le marche-pied pour accéder à l'étape "divine", Samyak Samadhi, l'extase juste.

Le huitième pas est donc Samyak Samadhi. Dans le système d'énumération employé par le Bouddha, on trouve toujours des ensembles de quatre (les quatre Nobles Vérités) ou des ensembles de huit (les huit Pas). Dans ce système, lorsqu'il y a quatre éléments, les trois premiers se déroulent logiquement, et le quatrième est hors-série; il est ou bien le couronnement des quatre premiers, ou bien une ouverture sur une nouvelle dimension. C'est le cas des quatre Nobles Vérités. Les trois premières se déduisent logiquement, la quatrième donne la façon de transcender les trois premières. Dans le Sentier Octuple, les sept premiers pas se succèdent dans un ordre sériel, le huitième est de nouveau hors-série. Il découle certes des sept premiers, mais il annonce une nouvelle dimension. C'est pourquoi, bien que ce mot ait acquis une acception particulière en matière religieuse, j'aime à traduire samadhi par extase, ce mot voulant dire "hors de l'état ou de l'endroit où l'on était". C'est effectivement ce qui se passe dans le samadhi, dans la méditation. La véritable méditation survient seulement quand le processus intellectuel, logique, sériel, est arrivé à son terme,

et que quelque chose d'autre se produit, l'expérience d'une autre dimension, d'un autre état de conscience. Samadhi a été traduit, dans le Zen, par satori. L'on sait qu'il y a des petits satori fugaces, passagers, parfois accidentels, et des grands satori, beaucoup plus profonds. Mais quelle que soit la durée du satori, l'être qui l'expérimente est en contact avec "autre chose", et il sera ainsi à même de le reconnaître au prochain satori. Le satori ou samadhi ultime est l'illumination libératrice, qu'a atteinte le Bouddha. Et pour terminer cette étude rappelez ces paroles du Bouddha : "Ce qu'un homme a fait, un autre homme peut le faire." C'est pourquoi tous les humains sont des Bodhisattvas, des Bouddhas en devenir.

PHAN CHON TON

OUVRAGES CONSULTÉS

LES ECRITS PRIMITIFS DU BOUDDHISME, par E.J. Thomas
Ed. Adyar, Paris 1939

PETIT CATHECHISME BOUDDHIQUE, par C.W. Leadbeater
Edité par C. Jinarajadasa, 1936