





**LES BASES  
FONDAMENTALES  
DU BOUDDHISME  
MAHAYANA**

**TOME I  
&  
TOME II**

**INSTITUT DE RECHERCHE  
BOUDDHIQUE  
LINH-SON**



版權敬歸佛祖，歡迎助印流通。

Les Droits de reproduction sont réservés à la propagation du Bouddhisme.

Ce livre est offert gratuitement et ne peut être vendu.

We would like to dedicate the Copyright to honor the Buddha.

All printing for free distribution are welcome.

This book is free. Not for sale.

Printed and donated for free distribution by  
**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**  
11F., 55 Hang Chow South Road Sec 1, Taipei, Taiwan, R.O.C.

Tel: 886-2-23951198 , Fax: 886-2-23913415

Email: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

Website: <http://www.budaedu.org>

**This book is strictly for free distribution, it is not to be sold.**

**Ce livre est pour distribution gratuite mais pas à vendre.**

Printed in Taiwan



*Le Prince Siddharta nouveau né*



## AVANT PROPOS

\*\*\*\*\*

***"Propager la doctrine est une affaire de famille, parvenir à la sagesse en constitue l'oeuvre"***, telle est la devise éternelle du Bouddhisme. La diffusion de la doctrine est une nécessité primordiale à n'importe quelle époque et dans n'importe quel pays. Elle est, de nos jours, encore plus particulièrement urgente en Occident. Le Bouddhisme est le remède merveilleux pour guérir les maladies mentales, il rend le coeur et l'esprit de chacun plus perspicaces, éveillés, émancipés, ainsi la vie a plus de bonheur et de sérénité.

Pour des buts ci-dessus définis, nous ne saurions négliger cette tâche extrêmement importante bien que tout notre temps soit pris par de multiples et diverses occupations à la pagode LINH SON. Aussi consacrons-nous une partie de notre temps à rédiger et traduire en français des articles exposant les éléments de la doctrine bouddhique afin de les diffuser dans tous les milieux tant Français que Vietnamiens. Ce seront les premières marches conduisant au sommet de l'échelle du Triple Canon (1-Sutta, sermons, 2-Vinaya, discipline, 3-Abhidhamma, commentaires).

Cette tâche que nous nous imposons, s'avère d'autant

plus difficile et délicate en ce qui nous concerne que nos moyens financiers sont des plus limités et nos ressources en personnel nettement insuffisantes. Pour cette raison, il nous est impossible d'éviter que nos articles ne renferment des lacunes et ne laissent trop à désirer au double point de vue, forme et fond. Nous souhaitons donc vivement que des personnes éclairées et tous nos amis veuillent bien nous faire part de leur avis, afin que les corrections nécessaires puissent être immédiatement apportées à ces études et que leur substance autant que leur présentation, seront enrichies et améliorées.

A tous, nous exprimons, par avance, notre gratitude, et nous formulons le voeu qu'ils passent leurs jours, le corps et l'esprit dans la joie et que la lumière du flambeau bouddhique ne cesse de les éclairer.

Vénérable THÍCH HUYÈN-VI



**LES BASES  
FONDAIMENTALES  
DU BOUDDHISME  
MAHAYANA**

**TOME I**

**INSTITUT DE RECHERCHE  
BOUDDHIQUE  
LINH-SON**

**Retraite 1997**



# LEÇON N°1

## LE BOUDDHISME

### Introduction :

Le Bouddha vint au monde pour une grande cause : Ouvrir les yeux des êtres vivants afin que ceux-ci parviennent à l'éveil et à la sagesse de Bouddha.

### Développement :

#### I - DEFINITION

- 1) Que veut dire le mot religion? (sk. Marga -vn Đạo)
- 2) Que veut dire le concept Bouddha ?
- 3) Que signifie le Bouddhisme ?

#### II - DEPUIS QUAND LE BOUDDHISME EXISTE-T-IL?

#### III - QUI A FONDE LE BOUDDHISME ?

#### IV - EN QUOI CONSISTE LA DOCTRINE DU BOUDDHA ?

#### V - LA PROPAGATION DU BOUDDHISME.

#### VI - LES AVANTAGES DU BOUDDHISME.

### Conclusion :

1. Etude du Bouddhisme.
2. Pratique du Bouddhisme.



# LEÇON N°1

## LE BOUDDHISME

### Introduction

Le Bouddha est venu au monde pour une cause grandiose: "Ouvrir les yeux à toutes les créatures vivantes afin que celles-ci parviennent à l'Eveil et à la Sagesse de Bouddha".

Dans la vie, on a l'habitude de parler à la légère : "Toutes les religions sont bonnes". Cette réflexion est prononcée soit par courtoisie envers les visiteurs, soit par la méconnaissance du fonds des religions et de leurs différences. En réalité, en ce qui concerne le but, toutes les religions ont leur valeur et ne se diffèrent que par un niveau plus ou moins élevé. Mais si leur but est bon, cela n'est pas suffisant. L'importance est d'atteindre ce but et de rendre au monde le plus large et le plus grand service. On peut se poser la question : "Si toutes les religions ont la même valeur, pourquoi, il y a vingt cinq siècles, alors que l'Inde avait déjà quatre-vingt-quatorze religions, le Bouddha SAKYAMUNI (en sanskrit) vint-il encore au monde ?

Les religions de cette époque étaient nombreuses mais elles n'atteignaient pas encore la perfection du **Vrai**, du **Bon**, du **Beau**. C'est pourquoi, le Bouddha est venu au monde pour enseigner aux créatures vivantes, sa doctrine supérieure à toutes, afin de les délivrer des souffrances

provenant de la naissance, de la mort, de la réincarnation, de les amener à se libérer de toute entrave comme le Bouddha lui-même. Il est écrit dans le **Sutra Le Lotus de la Vrai Loi (Saddharmapundarika sutra)** : *"C'est en vertu d'une cause grandiose que le Bouddha apparut au monde"*.

Quelle est cette cause ? C'est pour ouvrir les yeux aux créatures vivantes pour qu'elles parviennent à l'Eveil et à la Sagesse de Bouddha et par là, transformer leur ignorance en connaissance, pour qu'ils voient l'essence originelle, échappent à la naissance et à la mort, se libèrent de la souffrance et trouvent la joie.

## Développement

### I - DEFINITION

1) **Le sens du mot Marga (Đạo)** (traduit habituellement par religion).

Le mot Marga (Đạo) a trois sens :

- a) C'est un chemin, une voie.
- b) C'est un devoir, une obligation.
- c) C'est la raison absolue, l'essence originelle.

a) Au sens de "chemin", le mot "marga" (đạo) est habituellement utilisé dans les expressions : chemin des hommes, chemin du ciel, chemin de l'Enfer, chemin des trépassés affamés, chemin des animaux. En tant que chemins, il peut y en avoir de bon et de mauvais, ceux du bien ou ceux du mal etc... Selon le Bouddhisme, tant qu'on reste dans le cercle de la relativité, on ne saurait

atteindre la perfection.

b) Au sens de "devoir", obligation comme dans les expressions : devoirs et obligations entre le roi et le sujet, entre le père et les enfants, entre le maître et l'élève, entre les époux, etc... Tout devoir, toute obligation subit l'influence selon les pays. Ce sens du devoir, de l'obligation n'est donc pas conforme à celui de religion telle que le Bouddha l'a enseignée.

c) Au sens de "raison absolue", "d'essence originelle", le mot "marga" (Đạo) est alors ce qui dépasse la parole, et même toute conception de l'esprit humain. Lao-Tseu a dit: La "religion" qui peut s'exprimer, n'est pas la "religion". Autrefois, quelqu'un a questionné un Maître "Qu'est-ce que la religion? Celui-ci répondit : "Avant le Bouddha Bhisma-Garjita-Glosa-Svararaha, il n'y avait pas de nom de Bouddha et de créatures vivantes, ce fut l'époque de la vraie religion."

## 2) Que veut dire le concept Bouddha ?

*Bouddha* est un mot sanskrit. Transcrit en chinois, il devient *Phật-đà* et est traduit comme *Eveillés*, celui qui est parfaitement lucide et éclairé.

Il existe trois degrés dans la connaissance :

a) Connaissance réalisée par et pour soi-même, qui vous rend différent de l'homme ordinaire encore plongé dans son aveuglement, subissant le cycle de renaissances dans le monde des poussières, dans l'océan de souffrances.

b) Connaissance communiquée, transmise à autrui,

c'est-à-dire qu'une fois parvenu à la sagesse, on en enseigne les méthodes d'acquisition. Ceci ne se trouve pas dans le Hinayana (ou Petit Véhicule n'est plus employé dans les milieux informés qui préfèrent le terme Theravada, l'Ecole des Anciens) dont le disciple ne cherche que son propre salut. Seul, le Mahayana dispose des moyens de conduire et d'aider toutes les créatures vivantes, se débattant encore dans le naufrage, à réaliser la connaissance.

c) Connaissance accomplie, c'est-à-dire une connaissance parfaitement atteinte par, pour soi-même et pour autrui. Bien qu'étant parvenu à une connaissance par, pour soi-même et pour autrui, les Bodhisattvas ne sont pas encore qualifiés de "Parfait Eveillé". Seul, Bouddha mérite cette désignation.

Bouddha est ainsi un terme général s'appliquant aux personnes ayant absolument réalisé la connaissance complètement achevée à la fois par et pour soi-même, pour autrui, et ce n'est pas un nom propre, réservé à une personne désignée. Celui qui, par la pratique du perfectionnement, parvient aux résultats désignés ci-dessus, mérite cette qualification de Bouddha.

### **3) Qu'est-ce que le Bouddhisme ?**

Suivant les définitions données plus haut aux mots "religion" et "Bouddha", nous pouvons expliquer comme suit le terme *Bouddhisme* : ***le Bouddhisme est le chemin juste, parfait, éclairé, qui conduit à l'essence même des choses, il est la raison absolue se séparant de toutes fausses conceptions différenciées, révélées par les***



### *Eveillés eux-mêmes.*

Le Boudddhisme englobe l'intérêt personnel, l'altruisme, la connaissance réalisée par, pour soi-mêmes et pour les autres, et il a pour mérite d'apporter le salut à soi-même et aux autres d'une façon parfaite.

## **II - DEPUIS QUAND LE BOUDDHISME EXISTE-T-IL ?**

Si l'on se place du point de vue de l'essence des choses, le Bouddhisme existe depuis les origines du monde, (c'est-à-dire qu'il est impossible d'émettre une date, ni d'en fixer un commencement). Etant le caractère originel et clair des créatures vivantes, eux-mêmes, aussi dès qu'il y a eu la vie, il y eut le Bouddhisme. Comme les créatures vivantes existent depuis le temps infini, le Bouddhisme a, lui aussi, existé depuis lors. Mais si l'on se place du point de vue de l'histoire et des périodes déterminées de ce monde, le Bouddhisme existe depuis plus de 2500 ans, soit 544 ans avant la naissance de Jésus-Christ si l'on compte à partir de la mort du Bouddha SAKYAMUNI.

## **III - QUI A FONDE LE BOUDDHISME ?**

Les fidèles du Bouddhisme doivent connaître la biographie du Maître qui a fondé la religion bouddhique. Voici les principaux repères de la vie du fondateur du Bouddhisme, le Bouddha SAKYAMUNI. Le Bouddha SAKYAMUNI fut le prince héritier du royaume de

Kapilasvatu, situé dans le nord de l'Inde. Son père était le roi Suddhodana, sa mère la reine Maya.

Son nom de famille est GOTAMA (SK. GAUTAMA), son prénom Sidhartha, Sakya est un surnom, traduit en chinois par "Năng nhơn" qui signifie plein de mansuétudes; Muni, un autre surnom, qui signifie en chinois "Tịch mặc", le serein qui n'est touché ni par la douleur, ni par la joie; le paisible qu'aucune passion ne peut troubler, et qui, possédant tous les mérites, apporte le salut à lui-même et à autrui.

Dans son enfance, il manifesta une vive intelligence et des capacités extraordinaires. A l'âge adulte, confronté à la douleur humaine, l'impermanence du monde, il décida de quitter le foyer, choisit la vie religieuse, déterminé à chercher le chemin de la délivrance, pour lui et pour les autres, dans le dessein de conduire tous les êtres vivants jusqu'au rivage de la Sagesse.

Après six ans de vie ascétique dans les régions himalayennes, il constata que les mortifications du corps ne menèrent pas à la Vérité, il se rendit au mont Gaya, s'assit au pied de l'arbre pippal et se fit cette promesse : "Tant que je n'aurai pas atteint la connaissance suprême, je ne quitterai pas cette place, dût ma chair se flétrir, dussent mes os se dissoudre", et c'est avec une telle volonté inébranlable qu'au bout de quarante neuf jours de méditation, il découvrit le vrai sens de l'univers, de la vie, et de la joie de l'Eveil.

Après cette révélation, il voyagea dans toute l'Inde pour prêcher sa doctrine, aider les êtres à transformer l'ignorance en sagesse, à se détacher de la souffrance et à

trouver la joie. Tout le temps, pendant 49 ans, pareil à un très habile médecin qui diagnostique les maladies pour en prescrire les médicaments, il fut ainsi le guide de l'humanité sur le chemin du bonheur, il avait tracé à chacun la voie de la sagesse et de la délivrance. A l'âge de 80 ans, il rejoigna la Parinirvana (mourut) à Kusinara, dans la forêt de Sala, le quinzième jour du deuxième mois du calendrier lunaire.

#### **IV - EN QUOI CONSISTE LA DOCTRINE DU BOUDDHA ?**

La doctrine de Bouddha se résume dans trois catégories d'ouvrages canoniques appelées :

1. SUTRA (pali - Sutta) ou sermons,
2. VINAYA ou disciplines,
3. ABHIDHARMA (pali - Abhidhamma) ou discussions.

**Les Sutras** sont les recueils des paroles du Bouddha lorsqu'il enseignait à l'humanité la façon de se débarrasser des passions et de parvenir au Nirvana (p. Nibbana).

**Le Vinaya** est un code de discipline créé par le Bouddha à l'intention de ses disciples, en vue d'éviter le mal, de pratiquer le bien, de purifier corps et esprit.

**L'Abhidharma** constitue l'ensemble de livres composés, pour la plupart, par les disciples bouddhistes et où se trouvent commentés les sens mystérieux et merveilleux des Sutras, du Vinaya ou expliqués les caractères et les aspects des phénomènes, distingués les arguments valables ou non des doctrines. Ces commen-

taires permettent ainsi au monde de ne pas se tromper dans le choix entre le bien et le mal, entre le vrai et le faux.

Ces trois ouvrages canoniques se divisent encore en deux catégories : celle du Mahayana ou Grand Véhicule, et celle du Hinayana ou Petit Véhicule. Le mot Véhicule comporte l'idée de transport. Ce qui signifie que le Bouddhisme a les même capacité qu'un véhicule qui peut transporter les êtres vivants du monde de poussières et des souffrances vers celui de la pureté, de la joie, de l'océan des douleurs, du cycle de renaissance au Nirvana, à la délivrance.

Le Grand Véhicule peut, comme son nom l'indique, transporter en même temps de nombreuses personnes. Par contre, le Petit Véhicule est semblable à une petite voiture qui ne transporte qu'un ou quelques passagers à la fois. Cette distinction en deux Véhicules vient du fait que les bases et les aspirations des créatures humaines ne sont pas semblables. Les personnes qui constatent que leur capacité ne peut libérer qu'elles-mêmes, comme un petit Véhicule ne peut transporter que quelques voyageurs, elles pratiquent la religion selon l'école du Hinayana.

Celles qui se sentent capables à la fois de se délivrer elles-mêmes ainsi les autres du cycle de renaissances, se promettent alors de guider soi-même et autrui jusqu'au Nirvana, comme un grand Véhicule transportant en même temps beaucoup de personnes.

Ces personnes là suivent l'école du Mahayana. Ayant conscience que la naissance et la mort sont des illusions, elles ne se contentent pas de jouir tranquillement de leur

propre salut, mais travailler sans se lasser pour le salut des autres. Ayant reconnu que les autres créatures vivantes et elles-mêmes sont de même essence, elles ne peuvent donc être heureuses quand les autres créatures sont encore dans la souffrance et la douleur.

## **V - LA PROPAGATION DU BOUDDHISME.**

Après le parinirvana du Bouddha Sakyamuni, deux de ses grands disciples, Kasyapa (VN. Ca Diếp) et Ananda (VN. A-Nan) propageaient sa doctrine dans l'Inde. Ce fut la première période. Ensuite, une deuxième propagation fut conduite par les patriarches Nagarjuna (VN. Long-Thọ), Asavaghosa (VN. Mã-Minh), et Asanga (VN. Thiệu-Vô-Úy) et Padma-Sambhava (VN. Liên Hoa Sanh).

De l'Inde, le Bouddhisme se propageait lentement aux pays voisins, puis dans toute l'Asie, et enfin dans le monde entier. La diffusion prit deux chemins : celui du Nord et celui du Sud. En direction du Nord, on connaît le Bouddhisme du Nord ou Bouddhisme Mahayaniste englobant le Népal, le Tibet, la Chine, la Mongolie, la Mandchourie, la Corée, le Japon et le Viet Nam etc...

En direction du Sud, on trouve le Bouddhisme Hinayaniste ou Bouddhisme originel, comprenant des pays comme le Ceylan (ou Sri-Lanka), la Birmanie, la Thaïlande, le Laos, le Cambodge, l'Indonésie, etc...

A nos jours, avec la facilité des communications et la confrontation des ouvrages canoniques de tous les pays, la séparation des Bouddhismes du Nord et du Sud tend à s'effacer et à ne plus être aussi nette qu'auparavant : dans

le Grand Véhicule existent des éléments du Petit Véhicule et dans le Petit Véhicule se retrouvent des éléments du Grand Véhicule.

## **VI - LES AVANTAGES DU BOUDDHISME.**

Le but du Bouddhisme est d'apporter aux créatures vivantes les résultats bienfaisants ci-après :

**1. La vraie permanence** : Les créatures sont immergées dans l'océan des naissances, des morts et de renaissances. Elles vivent dans un monde d'impermanence: tantôt jeunes, tantôt vieilles, tantôt en bonne santé, tantôt malades, tantôt mourantes. Le Bouddhisme procure au fidèle une solution : celle ne jamais se laisser troubler par l'impermanence.

**2. La vraie joie** : L'être humain vit dans un monde de ténèbres, de tristesse et de souffrance. Si la joie lui est accordée, elle n'y est que passagère, juste que pour calmer un assoiffé par un verre d'eau salé qui le rend encore plus assoiffé. Le Bouddhisme vise à procurer au pratiquant une joie complète et sans fin.

**3. Le vrai moi** : L'homme est entouré et commandé par tant de situations contrariantes, contraignantes tel qu'un prisonnier enfermé dans sa prison, perdant toute liberté d'action. Le Bouddhisme a pour but de libérer totalement celui qui le pratique, des entraves ci-dessus, de le rendre capable de réaliser ses plus belles aspirations et de vivre une vie paisible et autonome.

**4. La vraie pureté** : La vie des êtres vivants se déroule dans un milieu impur, dans la boue du monde

terrestre, l'esprit et le corps y sont plongés. Le Bouddhisme a pour but d'aider ses fidèles à épurer leur existence afin de vivre une vie nette, pure, propre, sans être atteinte par les souillures du monde.

Ce n'est pas seulement dans le futur que ces avantages seront procurés, mais dès à présent, dans la société où nous vivons, le Bouddhisme apporte déjà des biens précieux :

- Par l'amour et la compassion, il convoie les sociétés et les êtres vivants à aimer les uns les autres.

- Par l'intelligence et la sagesse, il nous apprend à réduire le nombre des erreurs dues à l'ignorance, à savoir où se trouve la vraie valeur, et où sont le mensonge et la fausseté.

- Par son esprit de parfaite égalité, il aplanit toutes les injustices sociales et humaines et rend ainsi ce monde plus lumineux, plus doux, plus gai.

Tels sont les avantages que le Bouddhisme apporte à l'existence humaine. En résumé, ces précieux avantages ne nous seront jamais accordés si nous ne savons étudier et pratiquer le Bouddhisme selon les enseignements du Bouddha.

## **Conclusion**

**1. Etude du Bouddhisme :** Bien qu'il eût eu des dons surnaturels, une intelligence supérieure, le Bouddha avait

dû, une fois "prise la retraite du monde", étudier et méditer nuit et jour, dépensant sans compter force et santé, avant de parvenir à découvrir sa merveilleuse doctrine dont nous avons recueilli l'héritage. Donc, si nous voulons devenir de bons disciples, nous devons en premier lieu apprendre et étudier comme il l'avait agi. Nous devons étudier non seulement les enseignements du Bouddha, mais aussi ses faits et gestes, ses mérites et les événements de sa vie.

**2. Pratique du Bouddhisme :** L'étude, sans la mise en pratique, rend l'étudiant semblable à un sac rempli de livres, un amas de connaissances accumulées sans aucune utilité. L'Etude doit être complétée par la pratique. Nous devons nous appliquer à accomplir ce que nous trouvons rationnel, juste. Nous devons nous exercer à mettre en pratique ce que Bouddha avait fait. Nous devons nous efforcer de réaliser les vertus de Bouddha : l'Amour universel, la Compassion, la Sympathie pour la joie d'autrui, la Persévérance, la Pureté...

C'est seulement ainsi que nous n'aurons pas à rougir en prétendant être Bouddhistes et que nous aurons rendu une part infime de notre gratitude à notre père SAKYA.



**LEÇON N°2**

**VIE ET OEUVRES**

**DU BOUDDHA SAKYAMUNI**

(de Avatara à l'éveil)

**Introduction :**

La vie de Bouddha se révèle comme un miroir lumineux pour que tous puissent s'y refléter. C'est pourquoi nous devons comprendre parfaitement l'histoire de la vie du Bouddha.

**Développement :**

- I - SIGNIFICATIONS DU MOT "AVATARA"  
(VN. GIANG-SANH)**
- II - LES ORIGINES SOCIALES DU PRINCE SHIDDHARTHA..**
- III - LES DONS ET VERTUS DU PRINCE.**
- IV - LES ENTRAVES ROYALES A LA VOCATION RELIGIEUSE DU PRINCE.**
- V - LES QUATRE VISIONS DES SOUFFRANCES DE L'EXISTENCE.**
- VI - L'ADIEU A LA FAMILLE ET LA RECHERCHE DE LA VOIE.**
- VII - L'EVEIL.**

## VIII - SIGNIFICATION DU RENONCEMENT FAMILIAL ET DE LA RECHERCHE DE LA VOIE DU BOUDDHA.

### Conclusion

Nous devons pratiquer la vertu bouddhique sur une grande échelle et de toute notre force, pour mériter d'être celui qui suit les traces de Bouddha.



LEÇON N°2

**VIE ET OEUVRES**  
**DU BOUDDHA SAKYAMUNI**  
**(de Avatara à l'éveil)**

*Quel bonheur le jour de la naissance du Bouddha !  
Quel bonheur de propager Sa Doctrine !  
Quel bonheur de voir la Sangha réunie !  
Quel bonheur de voir tous les fidèles disciples,  
unis dans le perfectionnement de soi !*

**Introduction**

La vie du Bouddha se révèle comme un exemple lumineux pour que les fidèles le suivent et progressent sur la voie qu'ils ont choisie. Parmi les fondateurs de religion, le Bouddha offre sans aucun doute un modèle de vie exemplaire, pleine de noblesse et de signification. Chaque parole, chaque geste, chaque acte du Bouddha, et même son silence, revêtent un sens et constituent une leçon précieuse pour nous tous.

Si nous apprenons sa doctrine sans connaître sa vie, notre connaissance ne peut être que superficielle et remplie de lacunes, car sa vie, c'est aussi la concrétisation de sa doctrine. Sa parole est toujours suivie d'acte probateur. Sa vie illustre sa doctrine, laquelle s'avère parfaitement réalisable. Ses paroles ne sont pas de la théorie pure, qui rappellerait ces édifices aperçus dans les

nuages.

C'est pourquoi, quand nous nous mettons à l'étude de sa vie, ce n'est pas par simple curiosité, mais parce que nous voulons bien suivre son exemple et le mettre en pratique, au profit de nous-mêmes. Ce faisant, nous répondons au grand vœu formulé par le Bouddha qui, en naissant sur cette terre, a accepté d'endurer toutes les souffrances et de les partager avec nous tous, avant de s'intégrer au Nirvana (1).

## Développement

### I - SIGNIFICATIONS DU MOT "AVATARA "

Dans la terminologie bouddhique, il est bien séant, pour désigner la naissance du Bouddha, d'employer le mot Vesak (Đản sanh), qui, étymologiquement, signifie une naissance dans la joie, dans l'allégresse illuminant le monde, ou encore l'autre mot "apparition" (Thị hiện) qui étymologiquement signifie une manifestation en chair et en os, palpable et ostensible aux yeux de tous, ou encore le mot avatara (Giáng sanh), dont le sens exact est la naissance à partir d'un endroit élevé par rapport au monde des poussières.

Ces trois appellations ont chacune leur nuance : *Đản sanh* s'applique à la naissance d'une noble créature; *Thị hiện* implique l'idée que Bouddha est omniprésent dans le temps et dans l'espace; *Giáng sanh* indique que le Bouddha, en provenance d'un haut lieu, est descendu sur terre. Ces trois termes s'appliquent tous à la naissance de Bouddha.

Quant aux simples humains, il conviendrait d'employer les termes "*Đầu Thai*" qui impliquent l'idée que l'être naissant porte déjà en lui un karma (2), qu'il ne pourra se libérer du samsara que par renaissances successives, elles-mêmes déterminées par l'accomplissement de bonnes actions.

En ce qui concerne Bouddha, auquel s'appliquent les termes 'Đản sanh' ou 'Thị hiện' quant à sa naissance, il a été décidé par sa propre volonté, en vue de secourir l'humanité en détresse et une fois sa mission accomplie, qu'il se retirerait de lui-même pour s'absorber dans l'univers, hors d'atteinte de la vie et de la mort.

## **II - LES ORIGINES SOCIALES DU BOUDDHA.**

Le Bouddha, dont le nom personnel était Siddhartha (en sanskrit) et le nom de famille Gautama (sk.), vivait dans le Nord de l'Inde au VIème siècle avant Jésus Christ. Son père, le roi Suddhodana, gouvernait le royaume Sakya (dans le Népal actuel). Sa mère était la reine Maya.

Le Népal s'étale au pied de l'Himalaya, la plus haute chaîne de montagnes du monde. C'est un pays au climat tempéré, recouvert d'une végétation luxuriante, qui se pare des plus belles fleurs au printemps. La population est connue pour sa douceur et son sens de la vertu.

Un jour faste vit la célébration solennelle à Kapilavastu, capital du Népal, de la fête des astres, sous la présidence effective du roi et de la reine. La fête terminée, la reine Maya se rendit à la Porte Royale pour distribuer les victuailles et aumônes aux pauvres gens.

Puis, elle rentra au Palais, sombra dans un profond sommeil. Ce fut alors qu'elle vit en rêve un éléphant blanc à six défenses descendre du ciel et pénétrer en elle par le flanc droit. Réveillée, elle se mit à raconter ce rêve au roi qui convoqua sur le champ les astrologues pour leur demander des explications.

Voici la prédiction des astrologues : "La reine Maya Devi donnera naissance à un garçon au destin exceptionnel". Cette heureuse nouvelle comble de joie le roi du Népal qui souhaitait ardemment avoir un héritier pour lui succéder sur le Trône.

Le quinzième jour du quatrième mois du calendrier lunaire (624 avant Jésus-Christ), il se produisit un événement extraordinaire au Jardin Lumbini situé à 15kms de Kapilavastu : la reine Maya contemplait les fleurs "sans soucis", espèce rare au parfum d'une suavité pénétrante; de sa main droite, elle esquissa le geste de cueillir cette fleur, lorsque le miracle se produisit : le Petit Prince vit le jour dans un cadre enchanteur.

Le jour de sa naissance, dans la citadelle de Kapilavastu régnait une atmosphère d'allégresse, la nature parée de ses plus belles fleurs, retentissait de chants d'oiseaux; les cours d'eau, les étangs et les puits se remplissaient d'eau d'une limpidité de cristal, et le ciel était empli d'une lumière radieuse.

Le Roi du Népal fit venir les physionomistes pour examiner le Petit Prince. Parmi eux, il y avait l'ermite Asita de l'Himalaya qui devisait ainsi : le Petit Prince avait 32 boutons roses ou grains de beauté qui ornaient l'ensemble de son corps; il deviendrait un Saint.

Cette révélation ne semblait point réjouir le Roi, car il voulait non pas un Saint, mais quelqu'un pour régner plus tard sur le royaume. Il s'avisa donc de changer le destin de son fils en lui donnant le nom de Siddharta qui signifie: *celui qui gardera la fonction du prédécesseur*. Il s'agissait de la fonction royale; mais le Roi ne s'attendait nullement à ce que la fonction de son fils fut en réalité le prédécesseur des Bouddhas.

Sept jour après avoir donné naissance au Petit Prince, la reine Maya, toute heureuse d'avoir accompli sa mission sur terre, se libéra de sa dette karmique pour réintégrer le monde céleste Trayastrimsas. Privé subitement de son épouse bien-aimée, le Roi décida de confier le Petit Prince à la propre soeur de la Reine, la princesse Mahaprajapati.

### **III - LES DONS ET VERTUS DU PRINCE.**

Le Petit Prince grandissait parmi les fastes du Palais Royal. Son intelligence s'avivait en même temps que sa soif de s'instruire et de se perfectionner. Il s'exerçait aux travaux littéraires aussi bien qu'aux arts militaires. Il épuisait littéralement ses professeurs, à tel point que ceux-ci se retirèrent l'un après l'autre, y compris le célèbre Ksanti-Deva, dont l'érudition dépassait les frontières du Népal.

Malgré ses dons exceptionnels, le Prince se comportait avec modestie et aménité envers tout le monde. Il venait au secours des gens en toutes circonstances. C'est pourquoi il était aimé du Roi Père et affectionné par tout le peuple népalais.

## **IV - LES ENTRAVES ROYALES A LA VOCATION RELIGIEUSE DU PRINCE**

Plus le Roi aimait son fils, plus il s'inquiétait de la vocation religieuse du Prince. Il craignait qu'un jour le Prince ne le quittât pour s'engager dans la voie purement religieuse, et devenir Saint-Homme, selon la prédiction de l'ermite Asita. Sa crainte augmentait à mesure qu'il décelait une certaine mélancolie qui s'emparait de son fils.

C'est alors, qu'après consultations des hauts dignitaires du royaume, il décida de *ligoter* le Prince en le mariant avec une princesse nommée Yashodara, d'une beauté resplendissante. Le Roi leur dota d'un palais magnifique et d'une centaine de serviteurs, musiciens et ballerines, avec mission d'amuser le couple princier.

Mais tout cela n'avait pas réussi à distraire le Prince, car de plus en plus il était décidé à réaliser sa vocation, alors qu'il était sans cesse confronté, au cours de ses promenades hors de la citadelle, avec les réalités de la vie, à la fois décevante et pathétique.

A l'âge de 29 ans, peu après la naissance de son fils unique, Rahula, il décida de tout abandonner, sa jolie femme et son fils unique, le palais et ses immenses richesses, en un mot tout son royaume, pour devenir un ascète en quête d'une solution définitive à la souffrance humaine.

## **V-LES QUATRES SOUFFRANCES (DUKKHA) DE L'EXISTENCE**



Un beau matin, qui coïncidait avec la fête du repiquage, le Prince suivait le Roi Père pour voir les cultivateurs s'affairer dans les rizières, aux abords de la capitale. Le temps était magnifique: la nature semblait en fête sous les rayons solaires. Tout ce spectacle n'était que superficiel, car le Prince, lui voyait les êtres et les choses en profondeur, en leur réalité décevante et pathétique.

Il vit notamment le cultivateur essoufflé et le buffle à pas pesants traîner la charrue sous l'ardeur solaire, pour obtenir l'un le bol de riz et l'autre une poignée d'herbe; pendant ce temps, les oiseaux se disputaient les vers de terre qui se contorsionnaient de douleur; à l'afflût derrière les buissons voisins, des braconniers étaient en train de braquer leur arme sur ces mêmes oiseaux; au même moment, pas loin de là, des tigres et des léopards rôdaient autour de ces mêmes braconniers...

Bref, c'était un vrai spectacle de tueries et de massacres mutuels, sans pitié aucune. Le Prince constata de visu que l'existence n'était que *dukkha* ou souffrance. Un autre jour, le Prince obtint du Roi l'autorisation de se rendre hors de la citadelle, par les quatre miradors, pour voir comment vivait le peuple.

A la sortie du mirador de l'Est, il rencontra un vieillard aux cheveux blancs, édenté, presque aveugle, sourd, le dos voûté, s'appuyant sur une canne et titubant.

A la sortie du mirador du Sud, il vit un homme malade étendu sur l'herbe, en train de gémir et se tordre de douleur.

A la sortie du mirador de l'Ouest, il vit un cadavre gisant à même la chaussée de la route, avec toute une nuée de mouches dévorant la chair moisie.

A ces trois spectacles de la vieillesse, de la maladie, et de la mort, s'ajoutait le souvenir de la promenade antérieure, au cours de laquelle il avait pu constater que l'existence n'était qu'un massacre mutuel, le Prince en souffrait davantage jusqu'au plus profond de son être et éprouvait une compassion immense pour l'humanité en détresse.

En somme, tout ce n'est que *dukkha* (en pali) ou *duhkha* (en sanskrit) qui a le sens de souffrance, douleur, peine, misère, par opposition du mot *sukkha* qui signifie bonheur, aise, bien-être.

Un autre jour, le Prince sortit de la citadelle par le mirador du Nord. Il rencontra un religieux, un ascète à la physionomie dégagée de tout souci, qui traversait la route. Il se sentit soudain envahi par un sentiment de respect et d'admiration envers le moine. Il s'approcha de lui pour s'enquérir de sa condition et de l'opportunité des pratiques religieuses.

Le moine lui répondit : ***"Je mène une vie ascétique et me livre aux pratiques religieuses, dans le but de mettre fin à mes souffrances, d'atteindre la vérité et la clairvoyance, et d'aider mes semblables à se délivrer d'eux-mêmes."***

Cette réponse fit grand plaisir au Prince, car elle coïncidait avec ses aspirations les plus intimes. De retour au Palais, le Prince sollicita du Roi-Père l'autorisation de quitter le palais pour se faire religieux.

Le Roi-Père s'y opposa. Alors, le Prince lui posa quatre conditions, pour qu'il renonçât à son vœu, à savoir:

- 1 - Faites en sorte que je sois toujours jeune et que je ne vieillirai jamais.
- 2 - Faites en sorte que je sois toujours en bonne santé et que je ne sois jamais malade.
- 3 - Faites en sorte que je vive toujours et que je ne meure jamais.
- 4 - Faites en sorte que plus personne ne souffre en ce monde.

Il est évident que le Roi ne pouvait satisfaire à aucune de ces conditions.

## **VI - L'ADIEU A LA FAMILLE ET**

### **LA RECHERCHE DE LA VOIE**

Sachant les intentions du Prince, le Roi-Père cherchait par tous les moyens à le retenir au palais, mais que pouvait-il faire, une fois la décision du Prince arrêtée? C'était dans le mystère d'une profonde nuit, profitant d'une relâche dans la surveillance du Palais par les gardes royaux, plongés dans le sommeil, ainsi que les servantes fatiguées par les festivités tardives, le Prince jeta un dernier regard sur la Princesse et leur fils, puis alla réveiller le palefrenier Chandaka, et tous deux enfourchèrent leur rapide coursier pour sortir de la citadelle. C'était le huitième jour du deuxième mois du calendrier lunaire, au moment où le Prince atteignit vingt neuf ans.

Ayant mis fin à sa vie princière, il s'engagea dans la forêt profonde, à la recherche de la voie. Pendant six ans, il errait le long du Gange et fréquentait les moines ascétiques. Il les voyait mener une existence des plus

misérables se privant de tout, bravant les intempéries, laissant le corps se détruire de façon horrible.

Il les conseillait d'abandonner ce genre de pratique, mais ils ne voulaient rien entendre. Tout en compatissant à leurs souffrances physiques, il se rendit ailleurs pour chercher la voie. Il allait d'un monastère à l'autre, mais nulle part il ne trouva la vraie doctrine.

Dès lors, il prit la décision de chercher tout seul la voie capable de mener vers la vérité suprême. Il passait des journées entières à méditer sur les causes de la souffrance humaine et rechercher les moyens adéquats pour y mettre fin. Il oubliait souvent de manger et de boire, au point de tomber évanoui sur l'herbe jusqu'au moment où un berger vint le secourir avec un bol de lait de brebis.

Il s'aperçut alors qu'il fallait aussi se nourrir convenablement pour ne pas succomber de déficience physique, autrement on risquerait de mourir avant d'avoir atteint la vérité.

## **VII - L'EVEIL**

Il se mit alors à s'asseoir, les jambes croisées, dans la position du lotus, au pied de l'arbre Bodhi, qu'il jura de ne pas quitter tant qu'il n'aura pas atteint la parfaite connaissance. Le Bodhi (*ficus religiosa*), c'est l'arbre de la sagesse, ombrageant la rive du fleuve Néranjara, à Buddha Gaya, près de Gaya, dans le Bihar actuel.

Il se plongeait dans la méditation pendant 49 jours d'affilée, tout en luttant contre la faim, les intempéries,

les tentations et les forces maléfiques. Après avoir maîtrisé le tout, en dedans comme au dehors, il se vit illuminé et atteignit la parfaite connaissance.

Il avait alors trente cinq ans, Gautama atteignit l'Eveil (anuttara samyak-sambodhi), après quoi il fut reconnu comme le BOUDDHA, c'est-à-dire l'Eveillé, l'Illuminé, comme le Tathagata, celui qui a trouvé la Vérité.

On raconte qu'au cours de la quarante-neuvième nuit, à la deuxième veille, il revit tout son passé, il pénétra les origines de l'univers et sa constitution, de même qu'il parvint à découvrir la cause de la souffrance humaine, les moyens d'y mettre fin et de se libérer de la dette karmique. C'était le huitième jour du douzième mois, à l'aurore, alors que l'étoile du berger scintillait encore dans le firmament.

## **VIII - SIGNIFICATION DU RENONCEMENT FAMILIAL ET DE LA RECHERCHE DE LA VOIE DE BOUDDHA.**

Les généraux qui se distinguent sur les champs de bataille sont consacrés héros. Plus ils gagnent de victoires, plus ils sont admirés et plus ils sont considérés comme faiseurs d'histoires et constructeurs du monde. Napoléon, Gengis Khan, Jules César : lesquels de ces trois pouvait prétendre avoir vaincu ses propres ambitions? C'est pourquoi, s'il est difficile de vaincre les autres, il est autrement plus difficile de se vaincre soi-même.

Le Bouddha a vaincu les forces maléfiques émanant

du Diable, en même temps qu'il a su neutraliser les tentations et les désirs multiples qui l'assaillaient de tous bords. Bouddha a vraiment mérité les appellations Grand Brave (Đai-Hùng) et Grand Invincible (Đai-Lực).

Le combat héroïque qu'il livrait, ce n'était pas pour ses propres intérêts, mais c'était plutôt pour l'amour, non pas cet amour étriqué pour sa famille et ses proches amis, mais l'amour du prochain, l'amour pour l'humanité entière. Cet amour atteint l'immensité de l'océan et du ciel; il s'imprègne d'altruisme universel, et dont l'intensité n'a d'égale que l'affection qu'éprouve un père pour ses propres enfants.

Le Bouddha mérite vraiment les appellations Grand Bienfaiteur (Đai-Từ) et Grand Miséricordieux (Đai-Bi). Cet amour de l'humanité l'a poussé à tout abandonner le trône et les palais, sa femme et son enfant, un entourage fastueux, pour accepter de plein gré une existence itinérante, une vie ascétique faite de privations et de sacrifices, au coeur de la forêt sauvage. Après avoir ainsi tout abandonné, il n'avait ressenti aucun regret, et l'idée ne lui était jamais venue de retourner au palais pour profiter à nouveau des fastes d'antan.

Une fois, le Roi des diables Mara-rajà lui envoya sa propre fille déguisée en princesse Yasodhara, pour essayer de le convaincre de retourner au palais, mais le Bouddha demeura impertubable. Le Bouddha mérite vraiment les appellations Grand Bienheureux (Đai-Hỷ) et Grand Magnanime (Đai-Xả).

A ce jour, quand nous invoquons le Bouddha, nous ne pouvons nous empêcher de faire l'unanimité avec tous

ceux qui, à travers les siècles, et de par le monde, ont toujours appelé Bouddha, le Grand Brave, le Grand Invincible, le Grand Bienfaiteur, le Grand Miséricordieux, le Grand Bienheureux et le Grand Magnanime.

## **Conclusion**

### **Nous devons pratiquer la vertu bouddhique sur une grande échelle et de toute notre force.**

Nous possédons ainsi les grandes lignes de la vie du Bouddha, de sa naissance jusqu'à son illumination. Cette vie nous offre des enseignements le plus précieux, c'est que le Bouddha encourageait, stimulait chacun à pratiquer la vertu et faire oeuvre charitable, à s'améliorer constamment, à travailler soi-même à son émancipation, à trouver en soi-même son propre soutien, son île et son refuge inexpugnable, car l'homme a le pouvoir, par son effet personnel et par son intelligence, de se libérer de toute servitude et de neutraliser, en fin de compte, son enchaînement karmique.

Par ailleurs, le fait de se convertir, d'entrer en religion, de se constituer disciple de Bouddha, n'est pas seulement pour soi-même, mais aussi et surtout pour le service de la société et de l'humanité entière. Nous devons pratiquer la religion avec tout notre coeur et de toute notre intelligence, en ne reculant devant aucune difficulté, en affrontant toutes les adversités d'où qu'elles viennent. Suivons l'exemple lumineux du Bouddha imperturbable et inébranlable au pied de l'arbre de la

Sagesse.

C'est à ces conditions seulement que nous mériterons le titre de disciple authentique de Bouddha (chân Phật Tử). Nous avons vu plus haut que le Bouddha a réalisé son grand vœu à la faveur d'un altruisme incommensurable, en sacrifiant le bonheur familial au service de la religion. Son grand vœu fut : aspirer à devenir l'Eveillé pour répondre aux quatre bienfaits d'En-Haut, et neutraliser les trois chemins de la misère en ce bas monde.

C'est pourquoi, après avoir atteint l'Eveil, le Bouddha ne s'empressait pas à entrer au Nirvâna; par contre, il s'en tenait à continuer la mission de prédicateur, à la place des Bouddhas antérieurs, en faisant sortir les gens de la torpeur et de leur ignorance.

Le Bouddha savait bien que cette mission n'était pas facile, car sa doctrine était imprégnée de haute spiritualité, alors que les fidèles étaient de conditions sociales hétérogènes, d'autant plus qu'à l'issue de multiples générations plongées dans l'erreur et l'ignorance, ils n'étaient pas à même de comprendre l'essence du bouddhisme. Habitué jusqu'alors à vivre dans l'obscurantisme, il leur était bien difficile de saisir toute la portée philosophique de cette doctrine nouvelle, laquelle constituait pour eux une sorte de lumière aveuglante.

Néanmoins, le Bouddha estimait avec justesse que tout être humain, si humble soit-il, portait en lui le germe de la bouddhité, tout comme le lotus, bien que naissant de la fange, s'épanouit au grand jour avec ses étamines d'or et son parfum d'une suavité incomparable. Persuadé



que tout être humain est perfectible, le Bouddha n'en était que plus décidé à poursuivre sa noble mission.



**LEÇON N°3**

**VIE ET OEUVRES DU**

**BOUDDHA SAKYAMUNI**

(de l'éveil au Parinirvana)

**Introduction :**

1. Vouloir devenir Bouddha pour retourner sa reconnaissance aux quatre suprêmes bienfaits...
2. Le Bouddha pour cause d'un noble voeu a dû quitter sa famille pour trouver la Vérité...
3. Après la réalisation de la Voie, toujours pour le noble voeu que le Bouddha va propager le Dharma et convertir les êtres...

**Développement :**

**I- MISSION SALVATRICE IMMENSE  
ET OMNIPRESENTE.**

- a. Prédication et conversion avec infrastructure et selon des dons intellectuels...
- b. Prédication selon les moyens appropriés...
- c. Conversion selon l'esprit égalitaire.

**II- LES CINQ PERIODES DE PREDICATIONS :**

1. Première période : le Bouddha prêchait par le canon Avatamsaka Sutra.
2. Deuxième période : le Bouddha prêchait par le

canon Agama Sutra.

3. Troisième période : le Bouddha prêchait le canon Vaipulya Sutra.
4. Quatrième période : le Bouddha prêchait le canon Prajnaparamita Sutra
5. Cinquième période : le Bouddha prêchait par le canon Saddharma-pundarica et Maha Parinirvana Sutra.

### **III- LA MISSION DE PREDICATION ET DE CONVERSION PLEINEMENT ACCOMPLIE PAR LE BOUDDHA.**

#### **IV- AVANT L'ENTREE DU BOUDDHA AU NIRVANA.**

- 1- Le Bouddha se déclara sur le point de quitter le monde.
- 2- Le Bouddha prêchait par le canon Ryakuset-sukyo Kaikyo et les paroles *Testamentaires*..

<b>Conclusion :</b>
---------------------

- 1- Tout être humain se doit de suivre l'exemple lumineux du Bouddha.
- 2- Les fidèles doivent se souvenir des ultimes paroles du Bouddha.

## LEÇON N° 3

# **VIE ET OEUVRES DU BOUDDHA SAKYAMUNI**

(de l'éveil au Parinirvana)

### **Introduction**

1. Vouloir devenir Bouddha pour retourner sa reconnaissance aux quatre suprêmes bienfaits...
2. Le Bouddha pour cause d'un noble voeu a dû quitter sa famille pour trouver la Vérité...
3. Après la réalisation de la Voie, toujours pour le noble voeu que le Bouddha va propager le Dharma et convertir les êtres...

### **Développement**

#### **I - LA MISSION SALVATRICE IMMENSE ET OMNIPRESENTE DE BOUDDHA.**

La mission salvatrice de Bouddha est à la fois lourde et difficile. Heureusement, il a été soutenu par une vive intelligence, un coeur charitable, un comportement fraternel, et une volonté inébranlable, autant de qualités qui lui permettaient d'accomplir pleinement sa mission salvatrice. Sa mission s'appuyait sur les trois principes suivants :

## **a - Prédication et conversion à grande portée et avec infrastructure :**

Tout au début, Bouddha se rendit au jardin des Gazelles à Isipatna (aujourd'hui Sanath) près de Bénarès, au Nord de l'Inde, pour faire sa toute première prédication à l'intention des cinq premiers disciples qui étaient ses premiers compagnons à savoir : Ajanâta-Kaundinya, Asvajit, Bhadrîka, Dasabala-Ksyapa et Mahànâma-Kulika.

Après, il prêchait durant trois mois, à l'intention de 55 Brahmanes, dont le chef fut Yasas. Tous, sans exception, voulaient se convertir en disciples de Bouddha. Ce qui porta le nombre total des disciples à soixante. Après avoir été confirmés selon les rites, ils furent chargés par Bouddha de prêcher la religion dans toutes les régions de l'Inde.

Bouddha quitta alors le Jardin des Gazelles pour se rendre au Sud, vers le pays dit : Uruvilvâkâsyapa, pour essayer de convertir le Gand Maître de la Secte du Feu, nommé Nadikâsyapa et ses deux frères. Après prédication, Gayâ-Kasyapa et ses 1250 disciples demandèrent à se ranger sous la bannière du Bouddha.

Se souvenant d'une promesse faite naguère au Roi Bimbisâra, Bouddha se rendit à Maghada, pénétra dans la citadelle de Râjagrha pour rencontrer le Roi. Tout heureux de revoir le Saint-Homme, le Roi ordonna de construire le Venuvana ou Pavillon de méditation du parc des Bambous (Trúc Lâm), à l'usage de Bouddha et de ses disciples. Des prédications y furent données à l'intention de la population.

A ce moment, le Roi du Népal, ayant eu vent que le Prince, son fils, était devenu Bouddha, envoya un messenger pour le prier de revenir à Kapilavastu. Mais à neuf reprises, les neuf messagers royaux n'étaient pas de retour, ayant été tous convertis au bouddhisme, et tous désireux de rester auprès du Bouddha pour se pénétrer de ses enseignements.

Ce ne fut qu'à la dixième fois que Bouddha acquiesça au désir de son auguste Père qui lui avait *envoyé Kàlodàyin*, son homme de confiance. Le long de la route de Ràjagrha à Kapilavastu, Bouddha prêchait à un grand nombre de personnes. Il restait dans la citadelle, avec le Roi-Père pendant sept jours. En un temps relativement court, Bouddha réussit à convertir la totalité des membres de la famille Sakya, dont les plus célèbres furent: Nanda, Ananda, Anuruddha, Ràhula son propre fils etc...

Après avoir revu son pays natal et sa famille, Bouddha se remit en route avec ses disciples pour prêcher partout la bonne parole. Il arriva à la ville dite Sràvasti, capitale du pays Kosala, dépendant de l'autorité du roi Prasenajit. Il y avait en cette ville un haut dignitaire nommé Sudatta, au coeur généreux, qui aimait bien secourir les pauvres.

On lui donnait le nom de Riche Généreux, Anàthapindika. Celui-ci manifestait beaucoup d'admiration pour Bouddha et décida d'utiliser tout son trésor à l'achat du Parc du Prince Jeta pour y édifier un Pavillon de méditation pour le séjour et la prédication de Bouddha et de ses disciples.

Quelque temps après, ayant appris que le Roi du

Népal était gravement malade et agonisait, Bouddha retourna à Kapilavastu pour y rencontrer son Père pour la dernière fois. A la vue de son Père en état de détresse, Bouddha se mit à prêcher sur les thèmes de l'impermanence, du dukkha, du néant et non-soi. Après l'avoir écouté, le Roi-Père reprit sa sérénité, toute peine ayant disparue comme par miracle, puis psalmodia quelques prières à la gloire de Bouddha avant de rendre le dernier soupir sans souffrance aucune.

Après la mort du Roi, la Mère adoptive du Bouddha, la reine Mahàprajāpati et la princesse Yasodharā, ainsi que beaucoup de membres féminins de la famille Sakya, sollicitèrent l'agrément du Bouddha de quitter le foyer pour s'engager dans la voie religieuse. Depuis lors, apparurent les nonnes et les bonzesses pour la première fois dans l'histoire de la propagation du Bouddhisme.

Bouddha et ses disciples continuèrent leur chemin de prédication. Partout, où ils se rendirent ils reçurent bon accueil. Les fidèles se multiplièrent, et à l'instar d'Anāthapindika, s'offrirent à construire des monastères, des oratoires de prédication et des maisons de repos pour le Saint-Homme et ses disciples.

Ainsi Bouddha avait commencé par convertir et admettre comme disciples des gens d'un certain niveau de culture, capables de comprendre sa doctrine, avant de la propager parmi la masse; de même qu'il a formé d'abord des bonzes (Bhisus) avant de former les bonzesses (Bhisunis).

### **b - Conversion selon les moyens appropriés :**

Au cours de ses prédications, Bouddha rencontrait



des difficultés énormes, accumulées sur son chemin par la jalousie des adeptes d'autres sectes et religions, et même par certains membres de sa famille. Mais à chaque fois, il savait mobiliser les moyens dont il disposait pour venir à bout de ces difficultés.

On raconte qu'une fois, une jeune femme gonflait artificiellement son ventre pour faire croire que Bouddha en était responsable. Une autre fois, Bouddha fut poursuivi par un certain Angulishàlya qui voulait lui arracher un doigt, pour en faire le millième de sa collection prélevée sur des gens qu'il avait tués, afin d'exaucer un vœu de sa secte. Une fois encore, Bouddha faillit mourir écrasé par les éléphants pourchassés par son méchant cousin Devadatta.

Toutes ces machinations furent déjouées par la vertu et la puissance occulte de Bouddha, qui à chaque fois, se rendit maître de la situation, si inextricable fût-elle. Et en fin de compte, les plus méchants se laissaient conquérir, s'affaissant humblement aux pieds du Bouddha, pour le supplier de les prendre comme disciples. Ce furent les cas de Devadatta, Angulinàlya, Ajàtasatru. Quant aux éléphants furieux, ils étaient bien repentants...

En somme, Bouddha était nanti de l'omnipuissance qui lui permettait de régler toutes difficultés et de maîtriser n'importe quelle situation. Il possédait à fond la psychologie des foules et celle de ses propres disciples. Il savait résoudre adéquatement chaque cas particulier.

Ainsi, pour traiter du cas Nanda, un disciple encore attaché aux biens de la terre, Bouddha le fit visiter le palais céleste, puis le conduisit en enfer pour se rendre

compte de visu des scènes atroces auxquelles étaient soumis les véreux et les scélérats. Nanda n'avait plus qu'à faire son choix entre ces deux voies : du bonheur ou de la pénitence.

En ce qui concerne Ananda, bien qu'il fût cultivé, son cœur demeurait encore attaché à la famille. Le Bouddha lui inculqua le Sùrangama Sùtra qui mettait l'accent sur le perfectionnement moral et les pratiques religieuses, de préférence aux attaches familiales.

Le Bouddha se comportait comme un bon médecin qui diagnostiquait chaque malade pour lui administrer le médicament qui convenait le mieux. Donc, pas de systématisation, mais beaucoup de souplesse et de clairvoyance, pour mieux guérir, convertir et conduire chacun vers le droit chemin.

### **c - Conversion selon l'esprit égalitaire :**

Bouddha avait une conception égalitaire des êtres humains, laquelle se reflète aussi bien dans sa doctrine que dans son comportement. Dès son enfance, il était déjà imprégné par cette notion d'égalité parfaite entre les hommes, et entre les êtres vivants, comme l'attestait son comportement vis-à-vis des humbles et sa compassion envers les animaux, tel que nous l'avons déjà vu plus haut.

Plus tard, devenu Bouddha, il manifestait l'esprit égalitaire plus particulièrement encore, lorsqu'il s'adressait à un paria pour demander à boire. Comme le paria déclinait, craignant de souiller par sa boisson le saint homme, Bouddha l'apostropha en ces termes : "Il n'y a pas de caste (3) ni de classe sociale, du fait de la couleur uniformément rouge du sang qui coule dans les

artères de chaque être humain. Il en est de même de la saveur salée de chaque goutte de larme".

C'est ainsi que parmi ses disciples, figurait un paria authentique, nommé Upàli, réputé par sa vie austère, bien qu'auparavant il avait été éboueur. Cette incorporation d'un paria suscita de vives critiques de la part du Roi Prasenajit:

- Saint-Homme, qui incorporez un paria parmi vos disciples, ne craignez-vous pas de discréditer votre communauté, en mélangeant les cailloux aux pierres précieuses ?

Au Saint-Homme de répondre :

- L'homme de basse condition qui sait pratiquer la vertu et suivre la religion est comparable au lotus qui, bien que naissant au milieu de la fange, exhale un parfum d'une pureté et d'une suavité extraordinaire. Tout homme ne peut pas naître brahmane ou paria, mais c'est son comportement qui le fera paria ou brahmane.

C'est ainsi que Bouddha enfila une aiguille pour un aveugle, accepta à coeur joie une boule d'argile offerte par un enfant, partagea le repas ultime d'un pauvre charbonnier. Cette conception égalitaire dans la conversion est chantée dans le Sutra Mahapari Nirvana.

Bouddha prêchait non seulement aux potentats, tel que le Roi Bhadradata, mais aussi aux misérables, tel que Upàli. Il reçut des aumônes offertes par des riches comme Sudatta, aussi bien que par des pauvres comme Cunda, il accepta la conversion non seulement de gens au coeur généreux comme Kasyapa, mais aussi de gens encore intéressés comme Nanda.

Il prêchait aussi bien aux personnes simples d'esprit qu'aux dirigeants responsables des affaires d'état, comme le Roi Bimbisàra. Il enseignait la religion à tout le monde, sans distinction d'âge, aux tout jeunes comme aux vieillards de 80 ans, pas seulement à la reine Mallikà, mais aussi à la dévergondée Ambapàli.

## **II - LES CINQ PERIODES DE PREDICATION :**

La vie de Bouddha consacrée à la prédication a duré en tout 49 ans, depuis le jardin des Gazelles jusqu'à son entrée au Nirvāna. Ses disciples ont divisé cette vie en cinq périodes, chacune d'elles marquée par un ou plusieurs canons bouddhiques différents.

### **1 - Première période : Bouddha prêchait par le canon Avatamsaka Sutra.**

Lorsque Bouddha atteignit l' Eveil au pied de l'arbre bodhi, il prêchait par les sutras du canon Avatamsaka, pendant 21 jours, en faisant ressortir la quintessence de sa doctrine, le caractère transcendant de la religion bouddhique. Son but visait deux points principaux :

- Conduire les bodhisattvas au degré de la connaissance et de la perception suprême;
- Exposer les enseignements fondamentaux du Bouddha, lesquels ne pouvaient être compris à fond que par les bienheureux.

Quant aux profanes, simples d'esprit, ils ne pouvaient y accéder, c'est ainsi que l'école bouddhique du Grand Véhicule (Mahāyāna) fût propagée d'abord à un certain nombre d'initiés parmi la masse des fidèles.

### **2 - Deuxième période : Bouddha prêchait par le**

### **canon Agama Sutra.**

Sachant que pour aller loin, il faut commencer par franchir le plus près, de même pour monter haut, il faut gravir par le bas en pratiquant la vertu dès le premier moment. Bouddha, qui, lui-même, est la réincarnation d'un grand nombre de Bouddhas antérieurs, prêchait pendant 12 ans, par le canon Agama, à travers un enseignement concret, à la portée du plus grand nombre, et dont l'essentiel constituait le bouddhisme du Petit Véhicule (Hinayàna) appelé aussi Théravada ou la 'Secte ancienne' (4).

### **3 - Troisième période : Bouddha prêchait par le canon Vaipulya Sutra.**

Par le truchement du canon Vaipulya Sutrà, Bouddha enseignait non seulement la méthode d'éveiller soi-même, mais encore celle d'éveiller les autres, c'est-à-dire la prise de conscience de soi-même et celle des autres. Autrement dit, la prise de conscience du microcosme relevant du Petit Véhicule devait conduire à celle du macrocosme relevant du Grand Véhicule. Cette période de prédication a duré huit ans, passant du Hinayàna au Mahàyàna.

### **4 - Quatrième période : Bouddha prêchait par le canon Prajnàpara-mita Sutra.**

Dès le moment où Bouddha s'aperçut que la masse des fidèles était en mesure d'accéder plus haut dans la compréhension de ses enseignements, il se mettait à prêcher pendant 20 ans, par le canon Prajnàparamità qui définissait les origines de l'univers, sa constitution, l'être et le non-être, le néant et l'impermanence des choses.

### **5 - Cinquième période : Bouddha prêchait par les**

## **canons Saddharma-pundarika et Mahà Parinirvāna Sutrās.**

La mission salvatrice de prédication et de conversion étant sur le point d'être accomplie sur cette terre, Bouddha s'apercevant que la grande masse des fidèles se familiarisait déjà avec la nouvelle religion, révéla alors à ses disciples le vrai objet de son apparition sur terre : "Conduire l'humanité vers sa délivrance par la voie de la religion bouddhique".

Bouddha s'en remit alors à ses disciples pour continuer cette mission, et il révéla aussi qu'eux-mêmes pourraient accéder au rang de Bouddha, d'arahant ou de bodhisattva (5) selon le degré de connaissance et d'application du Dhamma, ainsi que du stade d'accomplissement de la mission confiée par Bouddha. Cette période de Bouddha prêchant par les canons Saddharmapundarika et Parinirvāna durait 8 ans. Elle se termina ici, ainsi que la vie du Bouddha sur terre.

Plus tard pour résumer ces cinq périodes de prédications, les anciens ont composé ce quatrain :

- Tout au début, Bouddha prêchait par le canon Avatamsaka pendant vingt et un jours.
- Puis pendant 12 ans, par le canon Agama et pendant 8 ans par le canon Vaipulya.
- Après, pendant 22 ans, par le canon Prajnàparamità.
- Enfin, pendant les derniers huit ans, par les canons Saddharmapundarika et Parinirvāna.

### **III - LA MISSION DE PREDICATION ET**

## **DE CONVERSION PLEINEMENT ACCOMPLIE PAR BOUDDHA :**

Depuis son éveil au pied de l'arbre de la Sagesse jusqu'à son entrée au Nirvâna, soit pendant 49 ans, Bouddha a parcouru de long en large tout le continent indien, passant d'un pays à l'autre. Partout où il se trouvait, la terre rayonnait de sa présence. Il observait rigoureusement son emploi du temps. Dès le lever du soleil, il se levait pour prendre le bain quotidien, puis s'habillait en robe de safran avant de venir s'installer au pavillon d'accueil.

Dès que le soleil se montra, il commençait la prédication à l'intention des disciples et des séminaristes, jusqu'à midi où il devait prendre un repas frugal. L'après midi était consacré aux fidèles des régions environnantes, qui s'abreuyaient de ses enseignements conçus dans la forme la plus accessible. Il lui arrivait souvent de répéter ce qu'il avait enseigné le matin à ses disciples.

Chaque année, il passait neuf mois de beau temps sur les routes pour des prédications itinérantes, et pendant les trois mois qui restaient, et qui correspondaient à la saison pluvieuse, il s'enfermait dans la maison de repos pour se livrer aux méditations.

Ainsi, au cours d'un demi-siècle, Bouddha semait le germe de la miséricorde sur l'ensemble du territoire de l'Inde. Du Nord au Sud, de l'Est à l'Ouest, de la forêt jusqu'à la plaine, Bouddha foulait le sol sacré de l'Inde urbi et orbi. Là où il ne pouvait pas aller, il y dépêchait ses disciples. Partout la population, sans distinction d'âges et de conditions sociales, accourait pour l'accueillir

dans l'allégresse générale et s'abreuver de ses paroles qui leur apportaient sagesse et lumière. Là où il venait, les nuages se dispersaient, les ombres disparaissaient comme par enchantement.

La voix du Bouddha résonnait chaude et péremtoire comme celle de lion, forçant tous les animaux à se taire; elle avait l'ampleur et la tonalité des grosses vagues qui couvraient les crissements des insectes et le gazouillement des oiseaux.

Dorénavant, le Bouddhisme se répandait et s'implantait dans toute la péninsule indienne, jusqu'à devenir la religion principale d'un grand nombre d'états, grands et petits. Ce succès sans précédent consacra ainsi le couronnement de la mission salvatrice de Bouddha sur cette terre.

## **IV - AVANT L'ENTREE DU BOUDDHA AU NIRVANA**

### **1 - Bouddha se déclara sur le point de quitter ce monde:**

Sa mission salvatrice accomplie, Bouddha atteignit 80 ans. Selon la loi de l'impermanence, son corps devenait fragile et il souffrait de rhumatismes et d'arthrose, du fait de ses longues pérégrinations et des intempéries atmosphériques. Il se retira alors dans la forêt de Kusinarà, à 120 lieues d'Uttar Pradesh, dans le Nord de l'Inde.

Un jour, il fit venir Ananda, son plus fidèle disciple pour lui dire :

*"Ananda, ma religion est propagée, ma mission est*



*accomplie. J'ai formé quatre catégories de disciples : Bhisu, Bhisuni, Upàsaka, Upàsika. De nombreux disciples peuvent déjà me remplacer pour la propagation de la foi bouddhique. Maintenant, je crois que je peux me séparer de vous pour le grand départ pour l'éternité. Mon corps à présent ressemble à un vieux chariot usé.*

*J'ai emprunté ce chariot pour transporter le Dhamma. Dès lors que ce chariot est complètement usé et que la Religion s'est largement propagée, à quoi sert de traîner encore ce corps amoindri et détraqué ? Ananda, dans trois mois, j'intégrerai le Nirvâna."*

La nouvelle de la prochaine montée du Bouddha au Nirvâna, se propageait urbi et orbi, comme une traînée de poudre et comme un coup de tonnerre. Ses disciples affolés accoururent de toutes parts pour assister à l'adieu suprême.

Ces trois derniers mois, Bouddha les consacrait encore à la prédication itinérante, car il ne voulait aucun répit. Un jour, en traversant une forêt, il rencontra un charbonnier nommé Cunda, qui l'invita pour partager son repas. Il acquiesça et, accompagné de ses disciples, suivit le charbonnier jusqu'à sa cabane. Celui-ci lui prépara une soupe de riz aux truffes, une espèce de champignons dont les sangliers étaient friands.

Après s'être restaurés, Bouddha et ses disciples quittèrent le charbonnier. En cours de route, se sentant un peu fatigué, Bouddha confia le bol à aumônes et la canne à Ananda et fit suspendre un hamac entre deux arbres de la forêt de Kusinàra, pour prendre un peu de repos. Sa tête était orientée vers le Nord, le corps légèrement

incliné vers le bras droit, le visage tourné vers le couchant, les deux jambes croisées.

A la nouvelle que Bouddha s'apprêtait à intégrer le Nirvâna, les habitants d'alentour affluaient en grand nombre. Parmi eux il y avait un octogénaire nommé Subhadra, qui manifestait le désir de devenir disciple du Bouddha, ce qu'il acquiesça, et ce fut là son dernier disciple.

## **2 - Bouddha prêchait par le canon Ryakusetsukyo Kaikyo et les paroles "Testamentaires" :**

A ce moment précis, tous les disciples étaient présents, sauf Kasyapa, qui, ayant été envoyés prêcher très loin, ne pouvaient rentrer à temps.

Bouddha réunit alors tous les disciples et les fidèles, pour leur adresser ces paroles ultimes:

a - La robe de safran, le bol à aumônes : le Bienheureux les lègue au grand disciple Kasyapa.

b - Les disciples doivent se soumettre au Dhamma et aux règlements de la Congrégation bouddhique.

c - Au commencement de chaque canon, il faudra mettre en exergue la formule lumineuse : 'Ainsi ai-je entendu' (Evam mayà srutam) (6).

d - Les reliques corporelles du Bouddha devront être partagées en trois parties :

\*Une à garder au palais du Ciel

\*Une à garder au palais du Dragon

\*Une à partager entre les huit mahàrajahs de l'Inde.

Et voici quelques-unes de ses dernières paroles :

- "Allumez vous-mêmes votre torche pour éclairer la

route à suivre. Servez-vous de mon Dhamma comme torche. Faites vous-même votre île et votre refuge (7). Suivez mon Dhamma pour votre propre délivrance. Ne cherchez pas à vous faire délivrer par les autres. Ne cherchez pas ailleurs, mais en vous-mêmes, les moyens de votre propre délivrance".

- "Eteignez vos désirs pour ne pas oublier mes recommandations. Rien de ce qui existe au monde n'a de prix. Votre corps s'effritera. Seule la vérité suprême de notre religion est inamovible et éternelle. Soyez attentifs et purs à l'égard du corps, des sensations, de l'esprit et des formations mentales. Soyez propres et clairvoyants pour vous délivrer vous-mêmes, chers disciples !".

Après ces ultimes recommandations, Bouddha se concentra mentalement, puis s'intégra au Nirvâna. C'était le quinzième jour du 2ème mois lunaire.

Au même moment, toutes les fleurs de la forêt de Kusinàra se détachèrent des branches pour joncher et recouvrir le corps du Bouddha, le ciel s'obscurcit, les plantes se flétrirent, les oiseaux se turent comme pour communier dans la douleur et le recueillement, avec la disparition de la plus célèbre histoire universelle.

Les disciples procédèrent à la mise en bière du corps du Bouddha, puis, sept jours après, transportèrent le catafalque à la ville Kusinagara, pour être exposé à la pagode Kusala-Prabhàsa.

Les huit mahàrajahs de l'Inde dépêchèrent leur armée sur place pour disputer la relique corporelle. La guerre fut évitée de justesse, grâce à l'intervention du fidèle Akàsagarbha qui, conformément à la volonté du

Bouddha, procéda au partage égalitaire d'une partie de la réplique aux huit potentats de l'Inde.

Bouddha s'intègre au Nirvâna, mais son exemple lumineux demeure à jamais, défiant le temps et l'espace. Sa vie entière, longue de 80 ans, a été entièrement consacrée à l'éveil de l'humanité, à son émancipation, à sa délivrance de l'océan des souffrances.

Né prince, il a abandonné la plus haute des conditions sociales pour se mettre au service de la société. Devenu Bouddha, il a voulu rester parmi ses disciples, pérégriner par monts et par vaux, pour répandre la bonne parole, éclairer les masses ignorantes et leur indiquer la voie de la vérité et de délivrance. Son altruisme n'a d'égal que son abnégation pour le bien de l'humanité.

## **Conclusion**

### **1 - Tout être humain se doit de suivre l'exemple lumineux de Bouddha :**

L'esprit de sacrifice, l'abnégation, l'intelligence suprême et la bravoure invincible du Bienheureux constituent un modèle non seulement pour les bouddhistes, mais encore pour tout le monde. Si nous le considérons comme un super-homme, ce serait sans doute le premier de tous les super-hommes. Si nous le considérons comme une apparition, celle du Bouddha serait indiscutablement la plus belle de toutes, et aussi la plus significative. A ces titres divers, Bouddha mérite d'être vénéré non seulement par les bouddhistes, mais

aussi par le genre humain tout entier.

## **2 - Les fidèles doivent se souvenir des ultimes paroles du Bouddha :**

Nous, fidèles bouddhistes, sommes conscients de la vie exemplaire et extraordinairement belle du Bouddha. Ceci dit, nous nous devons de redoubler d'efforts dans le perfectionnement de nous-mêmes en mettant en pratique les enseignements du Bouddha, en nous remémorant ses ultimes paroles :

*"Rien en ce monde de poussière n'a de prix. Le corps lui-même s'effritera. Seule la religion est d'une valeur inestimable. Il n'y a que la Suprême Vérité propagée par notre Religion qui demeure inamovible et éternelle. Soyez attentifs et purs à l'égard du corps, des sensations, de l'esprit et des formations mentales".*

*"Soyez propres et clairvoyants pour votre délivrance".*

Ainsi donc, la condition première pour se délivrer ce sont la propreté et la clairvoyance. Nous n'oublierons jamais cette recommandation ultime, tout au long de notre existence, en tant que disciple authentique du Bouddha, le Bienheureux.

### **Notes :**

#### **1 - NIRVANA (en sanscrit), NIBBANA (pali) :**

*Le summum bonum bouddhiste, la Réalité ultime, la Vérité absolue. Littéralement : cessation, extinction complète et totale du Désir, de la soif*

*(Tanhà), l'abandonner, y renoncer, s'en libérer, s'en détacher.*

**2 - KARMA (en sanscrit), KAMMA (pali) :**

*Action, action volitionnelle, acte volontaire. Un bon Karma (Kusala) produit de bons effets. Un mauvais Karma (Akusala) produit de mauvais effets.*

**3 - CASTE :** *La société indienne était divisée en quatre castes, selon un ordre hiérarchique bien déterminé et quasi étanches :*

*a) les brahmanes ou prêtres du Brahmanisme;*

*b) les ksatrya ou guerriers et militaires;*

*c) les vaisya ou les commerçants et agriculteurs;*

*d) les sudras, c'est-à-dire, les ouvriers et hommes de peine. Quant aux parias, ils sont des marginaux, ne sont pas classés.*

**4 - VEHICULES :** *Le Petit Véhicule et le Grand Véhicule.*

*On désigne aujourd'hui le Petit Véhicule (Hinayana) par "Théravada" ou l'Ecole des Anciens; quant au Grand Véhicule, il conserve son appellation sanscrite de Mahayana. Le Théravada, considéré comme l'orthodoxie originale, transcrit en pali, est pratiqué à Ceylan, en Birmanie, en Thaïland, au Cambodge, au Laos, à Chittagong dans le Pakistan oriental. Le Mahayana, qui se développe un peu plus tard, en se servant du sanscrit, est pratiqué par la Chine, le Japon, le*

*Tibet, la Mongolie, le Viet Nam, etc... Il existe certaines différences entre ces deux écoles, principalement en ce qui concerne les croyances, les pratiques et sur les observances, mais sur les enseignements les plus importants, le Théravada et le Mahayana s'accordent.*

- 5 - **ARAHANT** : *Personne qui s'est libéré elle-même de toutes les souillures et impuretés telles que désir, haine, malveillance, ignorance, fierté, vanité, etc... L'arahant a atteint le quatrième et le plus élevé des stades dans la compréhension du Nirvana, il est plein de sagesse, de compassion et de qualités nobles et pures. Le troisième stade est appelé "Anagami" (celui qui ne revient jamais). Le second stade est appelé "Sakadagami" (celui qui revient une fois), et le premier, "Sotapana" (celui qui est entré dans le courant). L'arahant est d'un degré inférieur à Bouddha et d'un degré supérieur au Bodhisattva.*
- 6 - **FORMULE** : *Bouddha voulait rappeler les caractères d'objectivité et nullement ésotérique de son enseignement, que rien n'était caché "dans le poing fermé de l'instructeur" (acariya muthi); autrement dit que tout était clairement exposé par lui et qu'il n'y avait plus qu'à répéter textuellement, sans crainte d'erreurs ou d'omissions.*
- 7 - **ILE** : *Extrait du canon Parinirvana Sutra.*  
*Textuellement : Demeurez en faisant vous-*

*mêmes votre île (votre soutien), en faisant de vous-mêmes votre refuge, (ne cherchant personne d'autre pour votre refuge (Attadipa viharatha, attasarana anannasarana).*





## LEÇON N° 4

# **PRENDRE REFUGE AUPRES DES TROIS JOYAUX (SARANA TRIRATNA)**

### **Introduction :**

L'homme vit dans ce monde comme une marche dans la nuit noire, c'est pourquoi il lui faut un guide...

### **Développement :**

#### **I - DEFINITIONS ET EXPLICATIONS :**

1. Que signifie la Prise des Refuges ?
2. Que signifie les Trois Joyaux ?
3. Pourquoi prendre les Refuges auprès des Trois Joyaux ?

#### **II - TROIS DEGRES DES TROIS JOYAUX.**

1. Le premier degré est celui de l'unicité substantielle.
2. Le second degré des Trois Joyaux est celui qui les situe en dehors du monde sensible.
3. Le troisième degré des Trois Joyaux est celui où ils sont perceptibles, c'est leur aspect temporel et figuratif dans le monde.

#### **III- PRISE DE REFUGES EXTERIEURE AUPRES**

## **DES TROIS JOYAUX:**

1. Auprès du Bouddha
2. Auprès du Dharma
3. Auprès du Sangha.

## **IV - PRISE DES REFUGES INTERIEURE AUPRES DES TROIS JOYAUX :**

1. Auprès du Bouddha
2. Auprès du Dharma
3. Auprès du Sangha.

## **V - CEREMONIAL DE LA PRISE DES REFUGES :**

1. Purifier notre corps et notre esprit...
2. Formuler des vœux auprès des Trois Joyaux.

## **VI - UTILITE DE LA PRISE DES REFUGES :**

1. La Prise des Refuges nous évite de nous égarer, de nous engager dans le chemin des ténèbres.
2. En s'engageant dans la Prise des Refuges, nous serons plus résolu à tenir nos promesses, car nous les aurons faites en présence des Bouddhas et des Moines

<b>Conclusion :</b>
---------------------

Conseiller la prise extérieure et intérieure des Refuges auprès des Trois Joyaux.

## LEÇON N°4

# **PRENDRE REFUGE AUPRES DES TROIS JOYAUX**

(SARANA TRIRATNA)

### **Introduction**

Le monde Sabà qui est le nôtre, est un monde rempli d'illusions et de désirs. Nous nous débattons dans l'océan des larmes de la souffrance et dans la fange des désirs. Vivant ainsi ballotés par les flots, nous apercevons avec difficulté la rive lumineuse et sereine vers laquelle nous devrions nager. Quelle pitié que la condition humaine !

Cependant, notre nature ne peut pas être ainsi faite. Depuis les temps sans commencement, nous résidions à l'origine dans une Vraie source de sérénité et de lumière infinie. C'est par suite d'une pensée sans clairvoyance d'où se déclenchent l'ignorance et l'illusion, que nous sommes tournés et retournés dans le tourbillon des naissances et des morts, flottant à la dérive dans les Trois Mondes (monde du désir, monde de la forme et le monde du sans forme) et les six Chemins (le monde des Devas, les Asuras, les Humains, l'Enfer, les Esprits et démons, les Animaux).

Aussi, quel est celui d'entre nous qui n'aspirerait pas à sortir de ce monde des ténèbres et des souffrances, pour retrouver la Source de Lumière et de Félicité ?

Cependant comment pourrions-nous nous libérer ?

Quel être miséricordieux nous montrera-t-il la Voie ?  
Quel est celui qui dispose assez de moyens merveilleux  
pour nous aider à sortir du Cycle des renaissances ?

Cet être supérieur qui possède la Clairvoyance, qui  
détient la toute puissance dans sa plénitude, n'est nul  
autre que le Bouddha Sakyamuni. C'est celui qui est  
parvenu à l'état non-né, non-détruit. Celui dont  
l'enseignement est le seul qui puisse délivrer les créatures  
vivantes de l'impermanence, des souffrances.

Alors pour quelle raison hésiterions-nous encore à  
Prendre Refuge auprès des Trois Joyaux ?

## **Développement**

### **I- DEFINITIONS ET EXPLICATIONS :**

#### **1. Que signifie la Prise des Refuges ?**

C'est littéralement, revenir et s'abriter. C'est revenir  
au lieu que notre ignorance et nos égarements nous ont  
fait quitter, et y chercher refuge. Tel l'enfant prodige, qui  
s'est enfin aperçu de ses fautes, à travers l'expérience de  
la souffrance, revient chercher l'abri, le bonheur et  
l'affection de la demeure paternelle. L'expression est la  
traduction chinoise du terme NAMO du sanscrit. Elle a  
aussi le sens d'hommage respectueux, de soumission.

#### **2. Que signifie les Trois Joyaux ?**

Les Trois Joyaux désignent le Bouddha, la Doctrine,  
l'Ordre des Moines. En ce monde, ce que les humains  
considèrent comme précieux, ce sont l'or, l'argent, les  
pierres précieuses, l'ivoire, les honneurs... Cependant en

réalité richesse et honneurs ne nous préservent pas de ces maux que sont l'existence, la vieillesse, la maladie, la mort.

Bien souvent au contraire, ils sont encore la source d'autres souffrances, alors que le Bouddha, sa Doctrine, son Ordre de moines peuvent nous faire échapper à toutes ces peines dont nous venons de parler. C'est la raison pour laquelle les hommes entourent les Trois Joyaux de leur vénération.

a) Le Bouddha. Le terme Bouddha provient du sanscrit. Les chinois le traduisent par l'expression Celui qui sait. Les français par l'éveillé. Ces expressions ou termes désignent Celui qui est parvenu à la Sagesse parfaite, laquelle réunit la sagesse vertueuse complète.

b) La Doctrine. C'est la traduction du terme sanscrit Dharma. La Doctrine est l'ensemble des règles et pratiques religieuses énoncées par Bouddha et qui permettent d'anéantir tout aveuglement, toute souffrance, et d'atteindre l'éveil. Les Trois Canons bouddhiques (Tripitaka-sermons, le vinaya-code de discipline, l'abhidharma-commentaires) constituent, ensemble, la Doctrine.

c) L'Ordre des moines. C'est la traduction du terme sanscrit Sangha que les Chinois désignent par Groupe de personnes en communion de vie et de pensées. L'Ordre peut être formé à partir de tout groupement de plus de quatre membres, vivant en même lieu, observant tous ensemble les règles de discipline du Bouddha, partageant, entre eux en concorde, tout ce qu'ils ont pu recueillir ou acquérir dans les domaines tant temporel que spirituel.

### **3. Pourquoi prendre les Refuges auprès des Trois Joyaux ?**

Prendre les Refuges auprès des Trois Joyaux c'est revenir se réfugier auprès du Bouddha, de la Doctrine et de l'Ordre des Moines. Pourquoi prendre refuge auprès du Bouddha ? Parce que Bouddha est la lumière Transcendante, la Charité Infinie, le Bonheur sans limites, la Vertu complète, parce que le Bouddha est le plus grand des Guides, celui qui, par sa propre recherche, s'est libéré du Cycle de Renaissance pour montrer la Voie.

Pourquoi prendre refuge auprès de la Doctrine ? Parce que seules les règles énoncées par Bouddha ont plein pouvoir de nous faire traverser l'Océan de la souffrance et aborder au rivage de la délivrance.

Pourquoi prendre refuge auprès de l'Ordre des Moines ? Parce que l'Ordre comprend des hommes qui ont renoncé aux attaches familiales, aux richesses et aux honneurs, et se sont engagés à représenter Bouddha pour conduire les êtres vivants dans la Voie.

## **II- TROIS DEGRES DES TROIS JOYAUX.**

### **1. Le premier degré est celui de l'unicité substancielle.**

L'unicité de Bouddha exprime l'idée que les Bouddhas et toutes les créatures sont d'une même essence spirituelle lumineuse.

L'unicité de la Doctrine exprime l'idée que les Bouddhas et toutes les créatures sont dépositaires, d'un

même fonds de vertu, fait de charité et d'égalité.

L'unicité de l'Ordre des moines exprime l'idée que les Bouddhas et les créatures ont les mêmes aspirations vers la pureté, la communion en actions et en pensées.

## **2. Le second degré des Trois Joyaux est celui qui les situe en dehors du monde sensible.**

a) A ce degré, nous pouvons concevoir Sakyamuni, Ananda et tous les Bouddhas qui peuplent les Trois Temps dans les Dix Directions comme ayant eux-même brisé l'enchaînement au monde terrestre.

b) A ce degré, la Doctrine est la voie juste tracée par le Bouddha, celle qui permet aux créatures vivantes d'échapper aux entraves de ce monde grâce aux Quatre Nobles Vérités, à la Chaîne des Origines Interdépendantes, aux six Vertus Sublimes, etc...

c) A ce degré, l'Ordre des Moines est celui des Sages qui ont pu se débarrasser des attaches du monde, comme Avalokitesvara, Mahasthamaprapta, Mandjusri, Kasyapa, Ananda, etc...

## **3. Le troisième degré des Trois Joyaux est celui où ils sont perceptibles, en d'autres termes c'est leur aspect temporel et figuratif dans le monde.**

a) Le Bouddha temporel est représenté par les reliques, les statues de Bouddha en métaux, sculptées en bois, en terre modelée, les effigies brodées sur tissus, dessinées sur papier.

b) La Doctrine temporelle désigne les Trois séries de Recueils canoniques : Sutra (Sermons), Vinaya (Code de discipline), Abhidharma (Commentaires) manuscrits ou

imprimés sur papier, sur toile, sur feuilles de latanier etc...

c) L'Ordre séculier groupe tous les religieux qui suivent actuellement la Voie dans la dignité, la pureté, et observent rigoureusement la discipline.

### **III- PRISE DE REFUGES EXTERIEURE :**

Quand on a compris le sens de la Prise des Refuges auprès des Trois Joyaux, on a naturellement le devoir de mettre cette connaissance en pratique. Mettre en pratique la Prise des Refuges consiste à vénérer les Trois Joyaux, à se conformer aux règles qu'ils édictent. C'est la Prise de Refuges extérieure.

**1. Prise de Refuge extérieure auprès du Bouddha:** Chaque jour nous devons penser à Bouddha, réciter ses Noms et Titres, contempler son effigie, accomplir d'un coeur fervent et respectueux les rites de son Culte, nous engager à suivre durant toute notre existence ses Pas dans la Voie qu'il a tracée.

**2. Prise de Refuge extérieure auprès de la Doctrine:** Chaque jour, matin et soir, nous devons lire et réciter les Ouvrages canoniques, Sutra, Vinaya, Abhidharma. Nous devons chercher à pénétrer le sens profond du Joyau de la Doctrine. Dans le cas où nous en serions incapables, la simple récitation incantatoire aura encore un rôle bénéfique. La récitation nous permettra de bannir de notre esprit des mauvaises pensées, des calculs sordides égoïtes ou nuisibles. Nous pouvons supprimer nos illusions. Notre intelligence sera mieux éclairée, notre coeur calmé, purifié.



**3. Prise de Refuge extérieure auprès de l'Ordre des moines.** Un dicton usuel s'exprime ainsi : *Si on vénère Bouddha, on doit respecter les Moines.* Autant nous adorons d'un coeur sincère Bouddha, autant nous devons respecter sincèrement les moines. Pratiquer la Prise de Refuge extérieure auprès de l'Ordre c'est manifester beaucoup d'égards pour ceux qui, le crâne rasé, revêtus de la robe aux larges plis, suivent la Voie avec dignité et droiture, observant strictement les préceptes, comme représentants de Bouddha.

En résumé, rendre le culte aux reliques et aux effigies de Bouddha, réciter les textes, observer l'éthique morale, approfondir la Doctrine, respecter les vrais membres de l'Ordre, c'est pratiquer la Prise de Refuges extérieure auprès des Trois Joyaux, ou, pour parler plus simplement, c'est suivre la Voie du Bouddha.

#### **IV- PRISE DES REFUGES INTERIEURE AUPRES DES TROIS JOYAUX:**

Elle signifie la pratique des refuges à l'intérieur de nous-mêmes. Si nous nous contentons de nous livrer à la prise des refuges extérieure, nous n'en aurons pas encore exactement saisi tout le sens, car les Trois Joyaux sont en nous. Il est indispensable que nous pratiquions la Prise des Refuges intérieure, du fond de notre être, que nous rendions le culte à Bouddha, que nous observions la Doctrine, et que nous vénérions l'Ordre.

**1. Prise de refuge intérieure auprès de Bouddha:** Nous nous adressons à nous-mêmes. C'est revenir à notre nature lumineuse de Bouddha. En effet, chacun de nous

porte en soi cette nature de Bouddha, et chacun de nous peut devenir un Bouddha. C'est précisément l'enseignement du Bouddha Sakyamuni. Seulement, cette nature de Bouddha est cachée par nos erreurs, nos illusions. Les illusions et les erreurs sont pareilles aux nuages et à la brume. La nature de Bouddha est comparable à la lune brillante. Les nuages et la brume peuvent voiler la lune, mais non pas la faire disparaître.

Si épaisses que soient les ténèbres tendues par notre ignorance, nos illusions, la nature de Bouddha demeure toujours en nous. Pourquoi, dans ces conditions, oublier cette nature originelle et nous borner au seul culte extérieur ? Nous agirions alors comme cet enfant prodigue qui ignore la pierre précieuse cachée auparavant par ses parents dans les plis de ses vêtements et qui s'en va mendier partout l'aumône.

**2. Prise de Refuge intérieure auprès de la Doctrine :** C'est suivre notre propre Doctrine naturelle. En nous-mêmes, existent toutes les vertus bouddhiques, l'amour, la compassion, la sagesse, l'égalité, la patience, l'énergie... Nous devons générer ces vertus et agir selon elles. Cela s'appelle prise de refuge intérieure auprès de la Doctrine.

**3. Prise de Refuge intérieure auprès de l'Ordre des Moines :** C'est obéir au Maître qui est en nous. Ce maître qui est en nous, ce sont nos penchants vers la pureté, la concorde. Les moines représentent la manifestation, extérieure à nous, des mêmes penchants. Depuis longtemps, nos égarements ne nous ont pas permis de décaler notre Maître intérieur. A présent, que

l'enseignement de Bouddha nous a appris l'existence de ce Maître calme et pur, n'est-ce-pas auprès de lui que nous devons prendre refuge en premier lieu ?

Bref, nous devons revenir prendre refuge auprès du Bouddha qui est en nous, notre principe lumineux, auprès de notre Doctrine c'est-à-dire les vertus telles que l'amour, la compassion, la sympathie, l'équanimité, etc... auprès de notre Ordre personnifiant la concorde, la pureté de l'essence originelle. C'est ainsi la Prise des Refuges intérieures auprès des Trois Joyaux.

## **V- CEREMONIAL DE LA PRISE DES REFUGES :**

Nous savons, à présent, en quoi consiste la Prise des Refuges extérieure et intérieure auprès des Trois Joyaux. Il est utile que nous sachions purifier notre corps et notre esprit.

La Prise des Refuges est la plus importante des cérémonies sur le chemin de notre vocation bouddhique. C'est le point de départ vers la délivrance, aussi ne devons-nous pas la considérer comme tout à fait ordinaire et à la légère.

Au moment choisi pour la Prise des Refuges, nous aurons lavé notre corps et purifié notre esprit. La toilette, les soins corporels et la correction des vêtements concernant le corps. Pour l'esprit, nous devons, par trois fois, nous consacrer au repentir pour purifier nos trois sortes de volitions (actions volontaires provenant du corps, de la parole et de l'esprit). Ce n'est qu'une fois, ces soins et actes accomplis et achevés que nous serons prêts à recevoir la consécration solennelle, la haute pureté des

Trois Joyaux.

Les Voeux : A l'heure de la Prise des Refuges, sur l'indication des Moines officiants, nous nous prosternons et prononçons, avec toute notre ferveur les trois voeux ci-après :

*Moi, Disciple, je forme serment de prendre refuge auprès du Bouddha.*

*Moi, Disciple, je forme serment de prendre refuge auprès de la Doctrine.*

*Moi, Disciple, je forme serment de prendre refuge auprès de l'Ordre des Moines.*

Une fois ces voeux prononcés, le fidèle éprouve la conviction absolue qu'il a jeté la semence de la Délivrance, qu'il en récoltera le fruit lui permettant d'échapper aux trois mauvais chemins : l'enfer; les esprits faméliques, le monde animal. Aussi, le fidèle fait-il ses voeux des formules suivantes :

*Moi, Disciple, J'ai pris refuge auprès du Bouddha et j'échappe à l'enfer.*

*Moi, Disciple, J'ai pris refuge auprès de la Doctrine et j'échappe aux esprits faméliques.*

*Moi, Disciple, J'ai pris refuge auprès de l'Ordre des Moines et j'échappe au monde animal.*

Le rite des Trois Voeux d'obédience et des trois Entraves, est dès lors accompli. Dans le but de préserver leur haut idéal et de maintenir solide leur foi dans la Voie, le fidèle prononce ensuite, d'une voix ferme et pleine de ferveur, les serments ci-dessous

*Moi, Disciple qui ai pris refuge auprès du Bouddha,*

*je forme serment de ne jamais demander assistance, durant toute ma vie, ni au ciel, ni aux génies, ni aux esprits, ni aux créatures inférieures.*

*Moi, Disciple qui ai pris refuge auprès de la Doctrine, je forme serment, durant toute ma vie, de ne jamais faire acte d'obédience aux autres religions et croyances.*

*Moi, Disciple qui ai pris refuge auprès de l'Ordre des Moines, je forme serment, durant toute ma vie, de ne suivre aucune secte ni société religieuse d'aucune sorte.*

Ainsi la cérémonie de la Prise des Refuges est complètement terminée. Le fidèle n'a plus qu'à tenir les serments et vœux qu'il a prononcés.

## **VI- UTILITE DE LA PRISE DES REFUGES :**

1) La Prise des Refuges nous évite de nous égarer, de nous engager dans le chemin des ténèbres.

Comme nous l'avons vu au début de cet exposé, l'humanité est en train de se débattre dans l'Océan de la souffrance, d'errer au milieu de la nuit noire sans fin. Devant une situation aussi tragique et douloureuse, si nous n'avons aucune lumière pour nous orienter, si nous ne disposons d'aucun moyen pour diriger, si nous n'avons aucun Maître pour nous guider, nous serons éternellement entraînés dans le Cycle des Renaissances.

Cette lumière que nous avons, c'est Bouddha, ce moyen, c'est sa Doctrine, et ces Maîtres qui nous guident, c'est l'Ordre des Moines. Du moment que nous avons appris à connaître les Trois Joyaux et que nous ne sollicitons pas leur secours, ne serions-nous pas

semblables à ces gens qui, sur le point de se noyer et voyant un radeau de bois passer à côté d'eux, le repousseraient sottement ?

La Prise des Refuges est précisément l'acte par lequel nous nous accrochons au radeau des Trois Joyaux que Bouddha a créé pour sauver tous ceux qui se noient dans l'Océan de la vie, c'est-à-dire l'humanité.

2) En s'engageant dans la Prise des Refuges, nous serons plus résolu à tenir nos promesses, car nous les aurons faites en présence des Bouddhas et des Moines. D'aucuns disent: *J'adore Bouddha car je sais qu'il est la lumière parfaite. Je me conforme à la Doctrine, car je sais qu'elle a le pouvoir de me conduire vers la délivrance. Je vénère l'Ordre, car je sais qu'il est le représentant de Bouddha. Tout cela n'est-il pas suffisant, pourquoi faut-il encore que je célèbre la Prise des Refuges ?*

Ceux qui tiennent de tels propos ignorent, sans doute, la valeur du facteur psychologique, dans le cas de promesses solennellement accomplies devant témoins. Lorsque nous avons promis une chose à une personne et que nous ne tenons pas parole, notre seule conscience est, agacée, pleine de remords, troublée.

La promesse faite, nous avons le devoir de la tenir, si nous la répudions, nous n'avons nécessairement plus de respect pour nous-mêmes, surtout quand nous avons fait nos promesses, nos serments, au cours d'une cérémonie solennelle célébrée dans une ambiance de gravité, devant l'autel de Bouddha, en la présence, en haut, des Bouddhas, et au degré inférieur, des moines, avec autour de nous, nos parents, amis, et connaissances.

Dans un tel cadre, il nous serait difficile d'être parjures, ou même seulement de perdre de vue nos serments. Aussi, dès que nous avons compris combien précieux sont les Trois Joyaux, est-il de notre devoir de procéder solennellement à la Prise des Refuges.

## **Conclusion**

Chers fidèles, nous vous exhortons à procéder à la Prise des Refuges extérieure et intérieure et à progresser, avec énergie, dans cette voie. Comme nous l'avons vu, en tant que fils de Bouddha, nous devons prendre les Refuges, et les prendre extérieurement et intérieurement. Il ne faut pas compter uniquement sur la Prise des Refuges extérieures et négliger celle qui doit se pratiquer en soi.

Il ne faut pas non plus pécher par orgueil, n'accorder d'importance qu'à soi-même et dédaigner ce qui concerne l'extérieur. Pour la Prise des Refuges, il est indispensable de procéder tout d'abord, de façon solennelle, à la cérémonie rituelle, afin de bien marquer le premier pas sur le chemin de la délivrance.

Cette cérémonie a le sens d'une fête donnée à l'occasion du départ d'une personne pour une mission nouvelle. Cependant, une fois engagé dans la Voie, le fidèle doit s'armer de persévérance, s'avancer d'un pas ferme et rapide, afin d'atteindre au but le plus tôt possible, sans flâner en chemin, sans faire des tours et détours, ni prendre d'autres routes.

Lorsqu'on a prononcé les serments de la Prise des

Refuges, si l'on ne suit pas la trace des pas laissés par le Bouddha, si l'on ne regarde pas l'exemple lumineux que le Bouddha avait montré, si l'on ne se soumet pas à la Doctrine afin de s'exercer l'esprit et le caractère, si l'on observe pas les préceptes d'éthique, ni les rappels à l'Ordre des Moines, on se sera menti à soi-même et aux autres. Les conséquences en seront encore plus désastreuses que si l'on n'avait pas pris les Refuges.

Au contraire, si nous avons procédé à la Prise des Refuges et tenu exactement nos serments, si longue que soit la Voie de la délivrance, nous parviendrons un jour au but. Souvenons-nous toujours de la dernière parole de Bouddha : Persévérez avec énergie et vous atteindrez à la Délivrance.



**LEÇON N°5**  
**LES CINQ PRECEPTES**  
(PANCA SILA)

**Introduction :**

Après la Prise des Refuges auprès des Trois Joyaux, le Bouddhiste dans sa famille, le disciple séculier, doit observer les règles édictées par le Maître, afin de pouvoir progresser dans la Voie.

**Développement :**

**I - DEFINITION DES CINQ COMMANDEMENTS.**

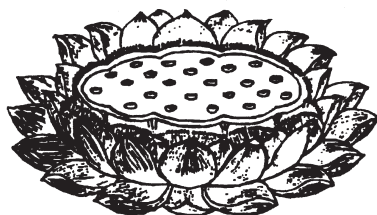
**II - LES CINQ COMMANDEMENTS.**

1. Ne pas tuer
2. Ne pas voler
3. Ne pas se livrer à tout acte de débauche
4. Ne pas mentir
5. S'abstenir de boire de l'alcool.

**Conclusion :**

1. Celui qui prétend suivre la religion bouddhique et n'observe pas les Cinq Commandements, n'est pas un vrai bouddhiste.
2. Les non bouddhistes qui observent les Cinq

Commandements auront une vie saine, paisible et heureuse.



LEÇON N°5

**LES CINQ PRECEPTES**

(PANCA SILA)

**Introduction**

Après la Prise des Refuges auprès des Trois Joyaux, le bouddhiste dans sa famille, le disciple séculier, doit observer les règles édictées par le Maître, afin de pouvoir progresser dans la Voie. Ces règles constituent les Cinq Commandements.

L'adepte de la doctrine confucéenne doit vivre selon les Trois Préceptes et les Cinq Vertus, le disciple de Bouddha doit, de son côté, faire la Prise des Refuges auprès des Trois Joyaux et se conformer aux Cinq Préceptes. De même que le lettré confucéen ne peut suivre que les Trois Préceptes et négliger la Pratique des Cinq Vertus, de même le Bouddhiste ne peut s'arrêter à la Prise des Refuges et négliger l'étude et l'observance des Cinq Préceptes.

Celui qui a accompli la Prise des Refuges auprès des Trois Joyaux a mis le pied sur le premier degré de l'échelle qui mène à la délivrance, mais s'il ne se conforme pas aux Cinq Commandements, ce sera comme s'il s'est arrêté au premier échelon, jamais il ne sera délivré.

Les cinq Commandements ne permettent pas

seulement au disciple de Bouddha d'avancer fermement sur le chemin de la délivrance, mais encore ils apportent l'ordre, la joie, la paix à la famille, la Nation, la Société. Les Cinq Commandements sont la base du bonheur pour l'individu et la collectivité.

Dans les heures où l'ignorance nous plonge dans la méconnaissance de la Vraie Loi, les Cinq Commandements nous empêchent de commettre erreurs et mauvaises actions. C'est pourquoi, avant de s'éveiller au Nirvana, le Bouddha nous a-t-il fait cette dernière recommandation, prenant expression de son ultime volonté:

*Après que j'aurai rompu le cycle et réintégré le Vide Suprême, tous ceux qui se consacrent à la doctrine devront vénérer les Préceptes (Commandements) comme leur Maître, même si je restais en ce monde pendant des milliers d'existence, pour vous enseigner la Voie, je n'aurai rien à ajouter à ces Règles que j'ai édictées.*

Les règles édictées par le Bouddha sont très multiples, car elles doivent être adaptées à de très nombreuses catégories de disciples : novices et moines des divers ordres et des deux sexes. Mais pour ceux qui suivent la Voie en restant dans leurs familles, les règles sont réduites aux Cinq Commandements. Cependant, même sous cette forme simplifiée, elles sont encore la source de bienfaits innombrables pour nous-mêmes et pour autrui, si nous les observons d'une façon rigoureuse.

## Développement

### I - DEFINITION

Les Cinq Commandements sont les cinq préceptes édictées par Bouddha pour empêcher les mauvaises pensées, les paroles méchantes, les actes répréhensibles. Ces Cinq Commandements s'énoncent ainsi :

Il est défendu de tuer, de prendre le bien d'autrui, de se livrer à des débauches sexuels, de proférer des mensonges, de se livrer à la boisson alcoolique.

Les Cinq Commandements ont pour base la charité, l'égalité, leur but est de nous corriger de nos fautes et d'apporter à la collectivité ordre et bonheur. Le Bouddha ne nous oblige pas d'obéir à ses Préceptes de façon inconditionnelle et absolue, et d'autre part ne nous menace d'aucun châtement en cas de désobéissance.

Nous sommes libres de nous conformer aux Cinq Préceptes ou de les enfreindre. La Religion Bouddhique diffère de toutes les autres religions sur ce point : Le Bouddha ne s'érige pas en juge suprême des actions humaines et ne récompense, ni ne châtie.

Toute pensée, toute parole, toute action porte déjà en soi le germe de sa récompense ou de sa punition. Le Bouddha n'est que le Guide le plus Compatissant et le plus Clairvoyant : il se contente de nous montrer le chemin de la lumière que nous devons suivre et la route dangereuse dans laquelle nous ne devons pas nous engager.

Si nous ne suivons pas la Voie Lumineuse, si au contraire nous désirons prendre l'autre route, alors nous

rencontrerons des malheurs et calamités, mais ceux-ci nous arriveront tout naturellement, ce n'est pas le Bouddha qui les aura créés pour nous punir.

La Juridiction à laquelle nous sommes assujettis n'est autre que la Loi des Causes et des Effets. Les fruits que nous récoltons sont bons ou mauvais selon que nos actions ont été bonnes ou mauvaises. Les Cinq Préceptes sont la muraille qui nous sépare de la route du Mal, ils sont la barrière qui nous retient de tomber dans le précipice, pendant que nous avançons vers la Délivrance.

## II - LES CINQ PRECEPTES :

Elles sont encore appelées les cinq Abstentions. Ce sont des règles de conduites imposées par le Bouddha aux adeptes laïques en vue de leur permettre d'acquérir leur perfectionnement moral.

***1ère règle : S'abstenir de tuer, de faire souffrir tout être vivant.***

Le premier précepte que nous enseigne le Bouddha est qu'il ne faut pas tuer d'êtres vivants, qu'il s'agisse d'humains ou d'autres espèces animales. La vie, particulièrement, est infiniment précieuse. Anéantir une vie pour en conserver et en renforcer une autre est un crime, un acte contraire à la religion.

**1- La religion bouddhique nous défend de tuer pour de nombreuses raisons :**

**a. Par esprit de justice :** Chacun de nous attache le plus grand prix à sa propre vie et la défend de toutes ses

forces. Si la vie a une telle valeur à nos propres yeux, pourquoi chercherions-nous à la détruire chez autrui ? Il en est de même pour les autres espèces animales. Le tigre dont le crâne va être brisé, le cochon qui va être égorgé, se débattent et se défendent de toutes leur force, ils expriment leurs souffrances, portées au plus haut degré, par leur cris et des soubresauts désespérés.

En toute justice, nous ne devons pas faire à autrui ce que nous ne voulons pas qu'on nous fasse à nous-mêmes, ou aux animaux. Le Bouddha a dit : *Tout être humain craint le sabre et l'épée. Tout être humain a peur de la mort. Alors ne tuez pas et ne donnez pas l'ordre de tuer.*

**b. Par respect au principe bouddhique de l'égalité:** Toutes les espèces animales, bien que différenciées par leurs formes et leur constitution physique, sont animées par un même principe. Détruire un être vivant c'est porter atteinte à ce principe universel.

**c. Pour cultiver la charité :** Le Bouddha dans sa miséricorde aime tous les êtres vivants comme ses Enfants, aussi ne veut-il pas que les disciples les fassent mourir, quelles que soient les circonstances dans lesquelles ils se trouvent. Lorsque quelqu'un donne la mort, sa cruauté est au paroxysme, tout sentiment de pitié est étouffé, tout esprit de charité est aboli.

Quand on tue un animal, qu'il se débat, saigne et verse des larmes, souffre, gémit, agonise, avant de rendre le dernier soupir, c'est faire mourir en soi l'esprit de charité, c'est détruire le précieux germe de la pitié et de l'amour qui est en nous. Il n'est pas possible, dans ces conditions, de pratiquer la religion, et suivre la Voie

jusqu'à son terme.

Confucius lui-même a dit : En entendant les cris d'une bête, on n'a pas le coeur à se nourrir de sa chair; en la voyant en vie, on n'a pas le coeur à la voir morte. Ainsi, qu'on soit inspiré par la charité bouddhique ou le sentiment d'humanité confucéen, on ne peut se résoudre à enlever la vie à un être vivant, homme ou animal.

**d. Pour se soustraire à l'alternance des Causes et des Effets, à l'enchaînement des malédictions et des vengeances** : lorsque nous tuons ou tentons de commettre un meurtre, sur un homme ou un animal, la victime, si elle est capable ou sa famille et ses congénères, cherchera à se venger. Si nos actes de cruauté se répètent, la haine dont nous serons l'objet augmentera dans des proportions telles qu'elle nous détruira à notre tour.

Plus nous ferons oeuvre de mort, plus nous nous enfoncerons dans le tourbillon de la souffrance. Le Bouddha l'a enseigné : *Au fur et à mesure que les actes de cruauté et de violence se répètent et augmentent, le poids des souffrances liées à notre destinée s'accroît : l'homme enchaîné à la Roue, ne pourra plus échapper au cycle des morts et des renaissances* (Lackavarata Sutra).

## 2 - L'utilité du premier Commandement.

En ce conformant au premier précepte de Bouddha, on obtient les avantages suivants :

**a. Au point de vue individuel** : les remords nous sont épargnés, notre sommeil est léger et paisible, notre physionomie se baigne de douceur et de lumière.



**b. Au point de vue social :** il n'y aurait plus de guerre, les êtres vivants seraient délivrés du cycle des renaissances.

C'est pourquoi il est écrit dans les vieux textes :

*Si tous les hommes s'abstenaient de tuer.*

*Dans quel pays la guerre pourrait-elle encore éclater ?*

*Si toutes les familles, tous les clans pratiquaient la religion de la bonté,*

*Comment le monde pourrait-il encore se lamenter de ne pas connaître la paix ?*

3 - Tolérances admises en ce qui concerne le premier précepte.

Sans doute le fait de détruire la vie est il générateur de souffrance, mais celui qui suit la Voie en restant dans sa famille peut difficilement observer la règle de façon totale et absolue, car il doit travailler, dépenser de la force, et ne peut s'astreindre au régime végétarien. Aussi, pour les adeptes qui n'appartiennent pas à la Communauté, suffit-il de ne pas commettre le crime de meurtre, et de ne pas abattre des animaux d'une certaine taille, tels que les buffles, les boeufs, les chevaux, les porcs, les chiens, etc...

Quant aux petits animaux, si nous pouvons éviter de les tuer, ce n'en sera que mieux. Il est préférable de prendre cette habitude petit à petit, afin que le résultat soit plus sûr. L'important est de ne pas tuer inutilement, par plaisir.

En nous entraînant à observer le premier

commandement, nous devons éviter deux dangers :

**a. L'éveil des instincts cruels :** notre souffrance sera moindre, dans le cas d'une mort donnée à un animal robuste, par inadvertance ou en cas de légitime défense, que si l'on tue par exemple une petite libellule uniquement pour le plaisir de tuer.

**b. L'accoutumance à la violence et la cruauté :** Si les parents ne grondent pas leurs enfants qui, à trois ou à cinq ans, arrachent les ailes des papillons et des insectes, à 12 ou 13 ans, ces enfants tueront des oiseaux avec des frondes, à 20 ans, 25 ans, ils égorgent des porcs et des chiens, si à ce moment ils ne sont pas encore retenus, réprimandés, plus tard ils pourront commettre des meurtres.

Ainsi donc, non seulement nous ne devons pas laisser nos enfants s'habituer à ôter la vie des bêtes, mais encore nous ne devons pas leur donner l'occasion d'assister à des scènes de violence, que ce soit dans les cinémas ou dans la rue.

Tous les êtres vivants, les animaux comme les hommes, ont peur de la mort et de la souffrance. En conséquence, nous ne devons pas les faire souffrir et encore moins les tuer si nous ne voulons pas souffrir ou être tués nous-mêmes, ou payer nos crimes dans des existences futures. S'abstenir de commettre tout acte de violence est la première règle permettant de développer notre sentiment de compassion et de bonté envers tout être sensible, le premier moyen d'obtenir la Paramita "la facilité de passer sur l'autre rive".

**2ème règle: S'abstenir de tout acte de vol, d'appropriation injuste.**

Nul n'a le droit de prendre injustement un bien d'autrui si minime soit il. Tout acte malhonnête dans le but de s'enrichir au détriment de nos semblables, sera sévèrement sanctionné dans nos existences futurs, sinon dans cette vie même, sous une forme ou sous une autre, à tous les degrés de peine.

Chacun sait que piller et voler, c'est s'approprier le bien d'autrui, sans le consentement du propriétaire, en se passant de tout consentement, en faisant usage de la force, ou en se servant de son pouvoir et de son autorité. Qu'il s'agisse des biens importants tels que des immeubles, de l'argent, des pierres précieuses, ou de menus objets comme une feuille de persil ou un poivron, s'emparer d'une chose qui n'a pas été donnée, c'est voler ou piller.

Le vol et le pillage peuvent revêtir plusieurs formes. Se mettre à plusieurs, s'appuyer sur la force du nombre pour s'emparer de ce qui appartient à d'autres, c'est piller. Commettre aussi des pillages, ceux qui abusent de leur pouvoir, qui pratiquent l'usure aux dépens des pauvres et des nécessiteux, qui prêtent à des taux exorbitants ou qui se livrent au marché noir. User de ruse pour prendre des objets aux gens sans qu'ils s'en aperçoivent, c'est voler, tricher sur le poids, ou le volume, se soustraire aux impôts et taxes, s'abstenir de rendre les objets trouvés, c'est aussi voler. D'une manière générale, céder à un sentiment de cupidité et prendre le bien d'autrui, c'est voler et piller.

Celui qui est obligé d'accomplir un acte malhonnête, parce qu'il se trouve dans le besoin, parce qu'il manque de riz et de médicaments pour nourrir et soigner sa femme et ses enfants affamés et malades, celui-là peut encore bénéficier de circonstances atténuantes, mais combien est grand le crime du riche et du puissant qui s'empare du fruit du travail des autres, qui jouit de toutes les richesses produites pas les autres au prix de leur erreur et de leur larmes :

Voici les raisons pour lesquelles le Bouddha nous défend de prendre le bien d'autrui :

**a. Par souci de justice :** Nous ne voulons pas qu'on porte atteinte à notre droit de propriété, il nous faut donc respecter la propriété d'autrui. Une société sans justice ne saurait se maintenir.

**b. Par respect de l'égalité :** Puisque nous ne sommes pas différents des autres hommes, pourquoi voulons-nous jouir de biens particuliers qui ne nous sont pas dévolus par le sort ?

**c. Pour pratiquer la charité :** Quand, par inadvertance, nous perdons un bien, nous le regrettons, nous souffrons. Pourquoi infligerons-nous alors des souffrances et des regrets à quelqu'un en lui enlevant ce qui lui appartient ? Le proverbe dit : *L'argent, c'est le sang qui coule dans nos veines*. Ceux qui volent et pillent prennent donc aux autres le sang et la vie. Nous autres, bouddhistes, qui pratiquons la vertu de la charité envers tous nos semblables, nous ne pouvons donc commettre de vols et de brigandages.

**d. Pour éviter les représailles :** Dans une société

organisée, où la justice est respectée, le vol et le pillage sont punis. Les coupables subissent des peines dures pour eux, donc l'infamie rejaillit sur leur familles.

Mais même si la justice du monde ne les châtie pas, même s'ils échappent aux poursuites et aux recherches, les voleurs et les pillards ne sauront échapper à la loi des Causes et des Effets, des Actes et des Conséquences. Ceux qui s'emparent du bien d'autrui seront un jour dépossédés de leurs propres biens : ils s'engagent dans l'enchaînement des représailles, de la haine et de la souffrance. Le Bouddha a dit : L'homme qui s'attache aux biens matériels ressemble à un enfant qui convoite le peu de miel resté sur la lame d'un couteau : il lèche le miel, et sa langue est coupée. Lisons aussi le poème du Roi Trần Thánh Tông :

*Percer les cloisons, défoncer les mur,  
User de cent mille ruses et stratagèmes  
Ce ne sont qu'inutiles efforts, vaine cupidité,  
En supposant qu'au cours de cette existence  
On puisse jouir du bien d'autrui,  
Au cours des renaissances à venir,  
On perpétuera la race des bestiaux.*

#### Avantages de l'honnêteté.

**a. Au point de vue individuel :** L'homme qui ne commet pas d'actes malhonnêtes ne s'attire pas de démêlés avec la justice, il jouit de la confiance des gens. Au cours des existences futures lui-même et sa famille connaîtront la paix et le bonheur, fruit de son honnêteté.

**b. Au point de vue social :** Si un jour la cupidité disparaissait de ce monde, nul n'aurait plus besoin de

veiller sur ce qu'il possède, la nuit les maisons demeureraient ouvertes, les objets égarés ne seraient pas perdus. Quelle félicité ! Mais en attendant, les hommes souffrent parce qu'ils sont obligés de monter la garde autour de leurs trésors. Les honnêtes gens, sans s'en rendre compte, procurent donc de la paix à autrui et font ainsi une bonne action.

Il est dit dans les livres confucéens : *Il ne faut pas fréquenter les gens sans foi, il ne faut pas prendre de biens mal acquis.* A plus forte raison, les bouddhistes que nous sommes ne doivent-ils pas pratiquer encore davantage la vertu de l'honnêteté ?

### **3ème règle : S'abstenir de tout acte de débauche.**

La lubricité est le vice de ceux qui se livrent à l'instinct sexuel en dehors des limites de la bienséance et des règles édictées pour le maintien public. La loi de Bouddha interdit formellement l'acte sexuel aux membres de la communauté. Aux adeptes qui n'ont pas rompu les liens familiaux, elle défend seulement les débordements et les excès. Les relations sont légitimes quand le couple est marié, en dehors du mariage, il n'y a que relations coupables. Même entre époux, les excès sont répréhensibles car ils tombent alors dans le vice de la lubricité.

Voilà pour l'aspect sommaire de la question. Pour une analyse plus approfondie, toute pensée libertine, toute attitude, tout geste inspiré par le libertinage relève de la lubricité. Voici les raisons pour lesquelles le Bouddha nous défend de nous livrer à tous ces débordements :

**a. Par esprit de justice :** Chacun veut que sa femme lui demeure fidèle, chacun veut assurer le bonheur de son foyer. Pourquoi, dans ces conditions, chercher à déshonorer le foyer d'autrui ?

**b. Pour la sauvegarde du bonheur familial :** Il n'est plus d'atroce souffrance que celle endurée par l'époux victime de l'infidélité de son conjoint. Il en résulte pour lui et sa famille le pire des déshonneurs, en plus du malheur des enfants, et de la ruine. La condition essentielle du bonheur familial est le respect de la foi conjugale. Les débordements sexuels et l'adultère sont à l'origine des crimes provoqués par le désir de vengeance. Souvent celui qui détruit le foyer d'autrui voit le même malheur s'abattre sur le sien, un proverbe ne dit-il pas : *Quand le mari mange du nem, la femme prend des rouleaux de printemps !*

**c. Pour éviter la poursuite de la vengeance et l'enchaînement des Causes et des Effets.** Le Bouddha a dit : Celui qui est possédé par la passion de la chair est pareil au porteur de la torche qui s'avance contre le vent. Irrémédiablement son bras sera atteint par la flamme. En effet, l'homme dévoré par les passions charnelles en subit tôt ou tard les conséquences désastreuses. L'histoire des peuples nous en a offert maints exemples et l'actualité, chaque jour, nous en apporte la preuve.

Il n'est pas de vengeance plus terrible que celle provoquée par l'amour trahi.

Avantages que procure l'obéissance au troisième précepte.

**a. Au point de vue individuel.** Il est dit dans le

*Dasa-Kusala Sutra : L'homme qui ne se livre pas à ses instincts sexuels obtient quatre avantages.*

- Il préserve dans leur intégralité ses six facultés : l'ouïe, la vision, l'odorat, le goût, la vigueur physique, la faculté de pensée.

- Il garde la considération des autres personnes.

- Il évite toutes sortes de soucis.

- L'union qu'il a contractée est à l'abri de toute atteinte.

**b. Au point de vue social :** Dans une société où ne sévissent pas l'instinct sexuel et les passions charnelles, la paix et le bonheur règnent dans les familles, les vengeances, la violence ne sont plus à déplorer. A la place de ce monde impur, s'édifiera un monde de chasteté, de pureté et de joie.

***4ème règle : S'abstenir de dire des mensonges, des paroles mauvaises.***

Il y a quatre façon de trahir la vérité : en proférant des mensonges, en brochant sur la vérité, en variant ses déclarations selon ses interlocuteurs, en proférant des grossièretés et des méchancetés.

a. On ment quand on prétend qu'une chose existe alors qu'elle n'existe pas, ou qu'elle n'existe pas quand elle existe. Quand on prétend que quelqu'un a tort alors qu'il a raison, ou qu'il a raison quand il a tort, quand on prétend que des propos ont été tenus alors qu'ils ne l'ont pas été, et inversement quand on exprime des éloges par devant pour critiquer par derrière, quand on se montre



courtois et mielleux en présence des personnes qu'on déteste, etc...

En résumé, on ment quand ses pensées, ses paroles, ses actes se contredisent.

b. On brode sur la vérité quand on exagère, quand on cherche à adoucir ses paroles, le ton de sa voix, afin de persuader et d'entraîner l'auditeur. On brode aussi en faisant de l'ironie, en se moquant, en raillant pour faire souffrir.

En un mot, on peut trahir la vérité en ne donnant pas aux mots leur sens exact, en donnant à ses propos un tour brillant, artificiel, de manière à troubler le jugement de l'auditeur ou à blesser son amour-propre.

c. On trahit encore la vérité en chargeant ses déclarations selon qu'on se trouve avec une personne ou une autre, ami, adversaire ou concurrent. On arrive ainsi, par des propos perfides, à semer la division, susciter la méfiance, créer des inimitiés.

d. Le Bouddha défend aussi la grossièreté et l'injure, car elles déforment la vérité. Elles font mal et sèment la crainte.

Pourquoi le Bouddha a-t-il énoncé son quatrième commandement ?

**a. Parce que nous devons respecter la vérité.** La doctrine bouddhique est la Doctrine de Vérité. Celui qui est accoutumé au mensonge, qui ne cherche pas la vérité, ne trouvera jamais la Voie. Nous vivons dans un monde d'illusion, notre devoir est de nous efforcer de détruire l'illusion pour atteindre la Vérité, si, au lieu

d'entreprendre cet effort, nous contribuons encore à épaissir l'illusion par le mensonge, nous agissons véritablement contre la Doctrine, nous transgressons notre foi.

**b. Pour entretenir la vertu de charité.** Le principal motif pour lequel on trahit la vérité est l'égoïsme, le désir de nuire à autrui afin de satisfaire ses ambitions personnelles. Celui qui est trompé, non seulement souffre, mais encore peut être l'objet de rancunes, de vengeance et acculé à la ruine. Quand un disciple de Bouddha se rend coupable d'actions qui entraînent des conséquences aussi désastreuses, il aura étouffé en lui l'esprit de charité. Dès lors, la religion ne saurait lui être d'aucun secours.

**c. Pour maintenir les relations sociales sur une base de confiance mutuelle.** Aucune tâche ne saurait réussir, aucun effort ne saurait aboutir, dans une famille, une collectivité ou une société où règne la méfiance. Confucius a dit, lui aussi, que l'homme ne peut rien construire sans confiance et sans fidélité à la parole donnée.

Dans le mensonge, la suspicion, la jalousie, il ne peut y avoir de bonheur familial et de paix sociale.

**d. Pour éviter les souffrances à venir :** La parole n'est pas tranchante comme l'épée, mais elle est plus dangereuse encore, car elle a deux pointes : l'une est dirigée contre autrui, l'autre contre celui-là même qui l'emploie. Qui ne connaît la fable du villageois qui crie au feu pour faire courir inutilement ses voisins et n'obtient plus de secours lorsque, pour de bon sa maison est la

proie des flammes ? C'est pourquoi le Bouddha a dit : *En ce monde, tout homme a dans sa bouche une hache tranchante avec laquelle il se coupe lui-même quand il parle.*

#### Avantages de la sincérité.

**a. Au point de vue individuel.** L'homme sincère jouit de la confiance et de la considération de ceux qui l'entourent, il réussit dans ses affaires.

**b. Au point de vue social.** La sincérité favorise l'union et la solidarité. Elle aide au succès des entreprises collectives et à la communion entre les hommes.

Cependant, exceptionnellement, il peut être permis de mentir. C'est quand le mensonge n'est pas dicté par des motifs bas mais par la charité et le désir de venir au secours d'un être vivant.

#### 5ème règle : S'abstenir de boire de l'alcool.

D'une manière générale, il est défendu de faire usage de boissons fermentées et de substances nuisibles à l'organisme. Non seulement on ne doit pas soi-même en faire usage mais la faute est encore plus lourde si l'on conseille à autrui d'en user. Quand l'alcool ou la substance toxique entre dans la composition d'un remède prescrit par un médecin, l'absorption est permise, de façon temporaire, au malade, à condition qu'il prévienne les membres de la communauté dont il relève.

Pourquoi l'usage des boissons fermentées est-il défendu par le Bouddha ?

**a. Parce qu'il faut préserver la graine de**

## **l'intelligence.**

L'alcool est plus dangereux que le poison, ce dernier n'occasionne qu'une seule mort physique tandis que l'alcool détruit la graine de l'intelligence, entraînant de multiples renaissances successives.

### **b. Parce qu'il faut anéantir dans l'oeuf la cause des mauvaises actions.**

L'usage de l'alcool n'est pas un crime comme le meurtre ou le pillage, mais il peut être à l'origine de tous les crimes. Imprégnons-nous de la morale de cet apologue Un paysan se trouve un jour dans son champ, face à face avec un démon qui le menaça de mort s'il n'accomplissait pas l'une des trois actions suivantes : tuer son père, tuer sa mère, ou boire une bouteille d'alcool. Il choisit de boire, ce qu'il fit en rentrant chez lui. Mais la bouteille vidée, il se mit à parler à tort et à travers. Son père le réprimanda, alors, fou de rage, il le tua à coups de bâton. Sa mère accourut, cherchant à le retenir. Il la battit à mort à son tour. Quand il sortit de son ivresse, il se rendit compte qu'il avait fait les trois choses que le démon lui avait proposées.

L'usage de l'alcool conduit donc à toutes sortes de mauvaises actions. Les livres bouddhiques énumèrent les dix conséquences de ce vice :

- dilapidation des biens et richesses,
- Maladies, déchéance physique,
- Excitation des instincts cruels,
- Excitation à la querelle, aux disputes,
- Abaissement de l'intelligence,
- Amoindrissement du capital de bonté accumulé au

- cours des existences antérieures,
- Anéantissement des efforts accomplis,
  - Réduction de la durée de la vie,
  - Augmentation des peines et souffrances morales
  - A la mort, long séjour aux Enfers.

### Avantages de la sobriété

**a. Au point de vue individuel :** L'homme sobre ne s'expose pas aux dangers énumérés ci-dessus.

**b. Au point de vue social :** Grâce à la sobriété, la famille vit dans la joie, la santé publique s'améliore, la race est vigoureuse.

## Conclusion

**1. Celui qui prétend suivre la religion bouddhique et n'observe pas les cinq commandements n'est pas un vrai bouddhiste.** Si la Prise des Refuges des Trois Joyaux est la base, les Cinq Préceptes constituent les cinq premiers échelons que le Bouddhiste qui n'a pas rompu avec les liens familiaux se doit de gravir, afin de parvenir à la Délivrance. Dès ses premiers pas, si le nouvel adepte peut s'engager à obéir à la totalité des cinq Préceptes, il sera certainement digne d'éloges, mais s'il ne se sent capable que d'un effort progressif, il pourra commencer par éviter la Boisson, le mensonge... c'est-à-dire commencer par le moins difficile.

Ensuite, sa foi s'affermissant, il pourra s'astreindre à l'observance des autres règles. Mais il importe, avant tout, de tenir chacun des engagements pris, sans jamais

reculer, ni faiblir.

Comment un bouddhiste pourrait-il prétendre suivre la religion, s'il était incapable d'observer les Cinq Préceptes de Bouddha ? Nous voyons souvent des gens respecter ces règles qui ne sont pourtant pas des adeptes de la Doctrine de Vérité. Or si nous avons embrassé cette Doctrine, c'est justement pour nous élever un peu au dessus de niveau commun...

Si, après avoir cherché la Voie, nous ne pouvons nous garder de commettre les mauvaises actions que d'autres évitent, nous déshonorons la multitude des fidèles au lieu de servir notre Religion. C'est pourquoi le Bouddhiste doit s'efforcer d'observer les Cinq Préceptes, pour être digne de nom de fidèles, et apporter le bonheur à lui-même et à ses semblables.

**2. Les Cinq Préceptes ne contiennent aucun mystère, aucune vérité inintelligible, au-dessus de l'entendement des mortels.** Ils n'énoncent que des devoirs civiques qu'aucune société, qu'aucune nation soucieuse de sa force et de sa prospérité ne saurait négliger. Aussi ces Cinq Commandements ne s'appliquent-ils pas seulement aux bouddhistes, mais encore à tous ceux qui désirent une vie saine, paisible et heureuse dans, un société policée, en marche vers le progrès. Une collectivité dont tous les éléments se conforment aux cinq commandements est une collectivité modèle, aussi avancée et civilisée que n'importe laquelle au monde.

# LEÇON N° 6

## LE REPENTIR

### Introduction

Nul, en ce monde ne peut prétendre à l'état de pureté parfaite, il existe des moyens pour nous libérer des conséquences de toutes nos fautes et nos erreurs passées et présentes : il s'agit de l'Acte de Repentir.

### Développement

#### I - DEFINITION

#### II - LES FORMES DU REPENTIR

##### 1. Les formes inadéquates.

##### 2. Le vrai acte de repentir :

1ère forme : Repentir selon les règles de doctrine.

2ème forme : Repentir par élan personnel.

3ème forme : Repentir par l'invocation des noms des Bouddhas.

4ème forme : Repentir par la conception du Non-être.

a- Soit méditer sur la non existence de notre personnalité, en faisant totalement abstraction de notre Ego pour atteindre à la Non-dualité originelle.

b- Soit méditer sur la Non existence même de la

Règle universelle, autrement dit la Vraie nature de la Règle universelle est celle du Non-né.

### **3. Repentir et acquisitions des mérites.**

a- Considérations sur nos fautes passées.

b- Développement des mérites personnels.

### **Conclusion**

En conclusion, le Repentir selon la conception bouddhique, pratiqué avec sincérité et méthode nous apporte instantanément les acquisitions morales inestimables ci-après : développement de notre Foi, renforcement de notre décision de lutter contre le Mal, allègement de notre karma, confiance dans l'espoir de parvenir un jour à l'état de Parfaite Libération...



LEÇON N°6  
**LE REPENTIR**  
(KSAMAYATI)

*"L'être malfaisant se lamente en ce monde  
et se lamente dans l'autre.  
Dans les deux états il se lamente.  
Il gémit, il est affligé quand il voit ses actes souillés..."*  
(Dhammapada)

Nul, en ce monde ne peut prétendre  
à l'état de pureté parfaite.

**Introduction**

Le Tathagata l'a maintes fois rappelé :

"Aussi longtemps que les êtres vivants sont entraînés dans le cycle des renaissances vers les trois univers\* par les six voies \*\* ils ne peuvent échapper aux souillures engendrées par leurs mauvaises actions".

\* celui des Désirs (le plus bas), celui des Formes et celui des Sans Formes.

\*\* les six voies conduisant aux mondes : des Cieux, des Hommes, des Dieux querelleurs, des Animaux, des Fantômes affamés et des Enfers.

En effet, si nous considérons notre Monde des humains, ce n'est pas sans raison qu'il est appelé le Monde des poussières. Comment dans ces conditions nous préserver des tâches et des éclaboussures en pleine

tourmente, d'autant plus qu'il s'agit d'un tourbillon perpétuel (Samsara) s'élevant depuis l'origine des temps pour garder l'humanité prisonnière de son aveuglement au milieu des souffrances sans fin.

Aussi bien, pour peu que nous songions à notre condition humaine, nous ne pouvons que rêver aux moyens de nous libérer des conséquences de toutes nos fautes et nos erreurs passées et présentes.

Ce moyen existe heureusement dans les Enseignements du Parfait : il s'agit de l'Acte de Repentir.

## **Développement**

### **1. DEFINITION :**

Le Repentir (en sanskrit : KSAMAYATA) implique l'idée à la fois de regret et de résolution. Regret d'avoir accompli la mauvaise action d'abord, Résolution de ne plus la commettre à l'avenir ensuite. C'est pourquoi nos Maîtres l'ont traduit par l'expression : "Remords et Renonciation". L'acte de repentir n'est valable que si le remords s'accompagne de la décision de ne plus jamais se retrouver dans le même état de conscience morale. Il perd toute sa signification dans le cas contraire.

### **II. LES FORMES DU REPENTIR**

#### **1. Les formes inadéquates.**

L'acte du repentir est spécifique à la discipline bouddhiste. Pour être efficace, il doit s'accomplir dans des conditions rigoureuses de probité et d'énergie morales, avant toute idée d'assistance divine et purification.

Dans nos coutumes antiques, quand un individu avait commis une faute envers ses parents, sa famille, ou la communauté villageoise, il avait la possibilité d'obtenir son pardon au moyen d'offrandes d'animaux, de fleurs, d'alcool ou d'argent, accomplies dans les formes prescrites. L'Etat également admettait des cas de rémission de fautes pour accomplissement d'actions d'éclat ou de faits méritoires, particulièrement dans le domaine militaire. De même, certaines religions prévoient la purification par du sang d'animaux, ou des ablutions dans certains cours d'eau sacrés, ou des formes diverses de mortifications allant de la simple pénitence aux mutilations volontaires du corps.

Ces formes de rachat de fautes qui correspondent à certains stades d'évolution de la société humaine, n'apportent pas cependant de solution aux problèmes de conscience. La notion de bonne ou de mauvaise action est avant tout d'ordre moral. Elle ne peut être traduite en valeur d'offrandes, ni trouver d'équivalent dans l'accomplissement des rites expiatoires. La doctrine bouddhiste qui accorde une place primordiale à la raison humaine, ne peut évidemment pas se satisfaire de ce genre de pratiques.

## **2. Le vrai acte de repentir.**

Il doit provenir de la volonté sincère de l'intéressé. Le Tathagata a dit à ce sujet : "Les bonnes ou mauvaises actions ont leurs racines dans le coeur de l'homme. Chacune d'elle produira le moment venu, ses pleines conséquences, selon le processus naturel de cause à effet, dans la relation directe de graine à fruit".

Parce qu'elle n'est pas un péché, une faute ne peut être effacée par aucune intervention miraculeuse de l'extérieur. Seul un repentir s'élevant du fond du coeur de celui qui l'a commise, peut en neutraliser les effets et alléger d'autant le karma de l'individu.

Les règles de doctrine ont prévu à cet effet quatre formes de repentir : les trois premières se situant dans le domaine des actes, la quatrième s'élevant au niveau de la pure méditation.

### ***1ère forme : Repentir selon les règles de doctrine.***

Elle nécessite l'installation d'un autel avec offrandes rituelles de fleurs et d'encens aux Bouddhas et devant cet autel l'intéressé fera un exposé sincère et complet des fautes que, sciemment ou inconsciemment il a commises avec la promesse solennelle de ne jamais les commettre à nouveau. L'exposé est fait en présence d'un ou de plusieurs représentants qualifiés du Sangha. Dans cette forme une volonté ferme et sincère apporte instantanément à notre conscience, un sentiment de purification et de libération inestimable.

### ***2ème forme : Repentir par élan personnel.***

Elle est plus délicate que la précédente en ce sens qu'elle nécessite un effort sérieux de concentration mentale. Aussi bien n'est-elle accessible qu'aux adeptes déjà parvenus à un certain degré de formation dans la doctrine bouddhiste, et se trouvant dans des situations exceptionnelles où ils ne peuvent demander l'assistance

d'un représentant du Sangha. L'intéressé se présentera donc seul devant l'autel des Bouddhas ou des Bodhisattvas, effectuera ses prosternations avec ferveur et citera à mi-voix toutes ses fautes comme dans la première forme en se promettant solennellement de ne plus jamais les commettre à l'avenir. Ces rites doivent être accomplis le matin dès le lever, et le soir, pendant trois jours, sept jours ou quarante neuf jours selon la gravité des fautes, et jusqu'à ce que le sujet visualise le Bouddha, ou son trône étincelant en forme de fleur de lotus épanouie, ou qu'il ressente le contact de la main du Bouddha ou d'un Bodhisattva posée sur sa tête.

### ***3ème forme : Repentir par l'invocation des noms des Bouddhas.***

Cette forme a été conçue et décrite par le Maître POU-TONG de la dynastie des TSONG (960-1270) en Chine. Elle consiste dans l'appellation des noms des 53 Bouddhas Originels (ADIBOUEDDHA) suivie de ceux des 35 Bouddhas des existences ultérieures que mentionne le Bhaisajjaraja et Bhaisajyasamudgata-Sutra, et se termine par l'invocation du Bouddha AMITABHA.

Le rituel est marqué surtout par 108 prosternations, le front au sol, ponctuant la récitation de la litanie "les Voeux du Bodhisattva SAMANTABHADRA". Ces 108 prosternations symbolisent les 108 souffrances de l'existence humaine.

Comme il a été précédemment souligné, celui qui accomplit avec ferveur cette forme du repentir se sent soulagé de toutes ses fautes et de ses souffrances, non

seulement les fautes commises en cette vie, mais aussi celles accumulées au cours de ses existences antérieures, autrement dit la résolution définitive du passif résiduel de son karma. Le Tathagata l'a confirmé à ses disciples "J'ai au cours de l'une de mes existences antérieures, eu le malheur de naître dans un monde où la doctrine était en décadence; grâce à l'invocation des noms des 53 Bouddhas anciens j'ai pu échapper aux vices et aux souffrances du Samsara."

Le Bouddha VIPASYIN avait dit : "Celui qui s'adresse régulièrement aux 53 Bouddhas est sûr de trouver un refuge pour échapper aux tortures des trois Voies du Mal". Quant aux 35 Bouddhas postérieurs au Tathagata, le Sutra accorde sa miséricorde sur le monde des humains aussitôt que ceux-ci les appellent sincèrement à leur secours. Cette troisième forme de Repentir est la plus pratiquée en Chine et au Vietnam depuis 700 ans. C'est pour cette raison que dans tous les monastères du Grand Véhicule son rituel est précieusement conservé et enseigné aux adeptes. La même forme mais simplifiée à l'intention des personnes âgées et des malades qui ne peuvent accomplir la totalité des 108 prosternations, a été imaginée par le Maître TSOU-YUN, quelques 200 ans après la Maître POU-TONG.

#### ***4ème forme : Repentir par la conception du Non-être.***

C'est la forme la plus élevée et la plus délicate à pratiquer car elle appartient au domaine de la méditation pure. Elle suppose un degré très avancé dans la connaissance de Zen.

Deux processus sont également efficaces :

a- Soit méditer sur la non existence de notre personnalité, en faisant totalement abstraction de notre Ego pour atteindre à la Non dualité originelle.

Comme l'a dit le Prajna-Paramita-Hriday-Sutra : "une entité ne peut se maintenir, une entité présente est inconsistante, une entité future est inconcevable". Cette négation couvrant totalement les trois aspects du Temps : Passé, Présent, Avenir, la notion du Bien et du Mal elle-même disparaît, entraînant avec elles les mauvaises pensées et les mauvaises actions. C'est dans ce sens qu'il faut pénétrer la formule du Sutra : "Les fautes viennent du coeur, elles ne disparaissent qu'à partir du coeur." C'est là qu'on peut trouver la vraie signification du Repentir.

b- Soit méditer sur la Non existence même de la Règle universelle, autrement dit la Vraie nature de la Règle universelle est celle du Non-né.

Par vraie nature, entendons la nature réelle, permanente et constante. Ainsi la Règle universelle n'a jamais été créée, elle ne peut donc varier ni disparaître, Elle est le coeur réel de toute chose, le Tathagata.

Si nous arrivons à saisir parfaitement cette nature réelle qui est tout, et qui est le Vide absolu (Sunyata) toutes les conceptions de notre cerveau, tout notre mental, ne seront que des créations de la pure illusion (Maya). Notre coeur est illusion, à plus forte raison les bonnes ou mauvaises actions nées de notre coeur.

Une formule du Samantabhadrina Sutra résume cette vérité : "Le Repentir se fonde sur la nature vraie de toute règle universelle."

### 3. Repentir et acquisitions des mérites.

Le repentir doit s'accompagner des bonnes dispositions du coeur et de la pratique des bonnes actions en vue de l'anéantissement complet de nos fautes passées:

#### *a. Considérations sur nos fautes passées.*

Nos fautes passées sont nombreuses au point de dire que nos fautes sont innombrables. Elles proviennent non seulement de nos mauvaises pensées et de nos mauvaises actions dans la vie présente mais encore de l'accumulation de nos défaillances au cours de nos existences passées. Nous les traînons avec nous comme une chaîne de boulets sans fin depuis l'origine des temps jusqu'aux renaissances infinies dans le futur.

Cet état de tourmente perpétuelle à travers le Samsara a été défini dans une formule saisissante par le Bodhisattva Samanthabhadra sans l'Avatamsaka Sutra : "Si toutes les fautes des êtres vivants étaient matérialisées, l'univers tout entier ne suffirait pas pour les contenir". En effet, chaque faute engendre d'autres fautes, chaque mauvaise pensée engendre d'autres mauvaises pensées et ainsi de suite, comme une boule de neige roulant de l'incommensurable Passé à l'incommensurable Futur.

Considérons par exemple le premier sentiment inné chez l'homme : l'Attachement, sous son double aspect : Désir et Aversion. Désir de ce qui plaît. Aversion de ce qui déplaît. Dès sa naissance, le bébé recherche déjà ce qui le protège et ce qui le nourrit, fuit ce qui l'incommode ou le gêne. Ce sentiment que l'on désigne communément



par l'expression "réaction instinctive" est en réalité une manifestation de la loi profonde des causes à effets selon la doctrine bouddhique.

De l'Ignorance naît l'Attachement, de l'Attachement naît la Colère et celle-ci engendre à son tour les mauvaises pensées et les mauvaises actions. Dans la partie des enseignements sur la Connaissance (Vijnana Vada) ces sentiments sont désignés sous les termes "causes innées de la Douleur" ou encore "Germes originels de la Douleur."

Ces germes engendrent leurs propres fruits, désignés sous les termes de "Causes différenciées de la douleur" ou encore "Germes circonstanciés de la douleur" parce que ces germes enfouis dans le plus profond du moi, se manifestent pour la première fois sous l'action de divers facteurs du monde humain: physiques, psychiques ou sociaux, etc... Les causes différenciées de la douleur sont les plus faciles à éliminer alors que les causes originelles remontant bien loin dans le passé karmique ne peuvent être neutralisées sans une volonté ardente, sincère et une thérapeutique appropriée.

#### *b. Développement des mérites personnels.*

Cette thérapeutique existe heureusement en nous-mêmes, car notre karma n'est pas chargé seulement que de fautes et d'illusions. Au fond de tout être humain, quelque soit son comportement au regard de la morale sociale, se cache une petite étincelle de lumière originelle, appelée Bodhicité ou Capacité d'éveil, ou goutte spirituelle selon les différentes écoles.

Cette parcelle lumineuse n'attend que des conditions

favorables pour s'épanouir et jaillir hors des trois enveloppes qui la tiennent emprisonnée, que sont notre corps physique, notre intellect et notre mental tout chargé d'illusions, et nous permettre ainsi de parvenir à l'état de complète illumination, d'atteindre le nirvana c'est à dire la libération totale du cycle de renaissance.

Ces conditions favorables, il nous est possible de les réaliser, en mettant en oeuvre les Six Pratiques merveilleuses de la Voie de Bodhisattva (Prajnaparamita) à savoir : l'Amour du prochain et la compassion à ses souffrances; les sacrifices consentis dans le contentement et les dons; le respect des règles de doctrine; l'humilité et la patience, enfin l'effort ardent et perpétuel vers le Perfectionnement. Le développement sans relâche de ces mérites aura pour effet immédiat de ne plus laisser de place libre dans notre coeur pour les mauvaises pensées et les mauvaises dispositions d'action.

## **Conclusion**

Ainsi donc, de tous les modes de repentir connus dans les diverses sociétés humaines, seul le repentir selon la conception bouddhique est susceptible d'effacer intégralement les fautes et d'effacer racialement leur effet dans le coeur de l'homme.

Les quatre formes ci-dessus s'appliquent chacune selon le milieu, les circonstances et le degré de connaissance de l'intéressé .

Il serait utile de souligner que la dernière forme n'est praticable que pour les adeptes les mieux placés, alors que la première est la plus fréquemment adoptée quand

on a la possibilité de fréquenter pagodes et monastères.

Le repentir par élan personnel et le repentir par l'invocation des noms de Bouddhas sont particulièrement conseillés aux personnes n'ayant pas un degré de connaissance élevé et se sentant menacées par la gravité de leurs fautes. Il leur est recommandé même de combiner les deux formes en pratiquant l'une ou l'autre soit devant l'autel des Bouddhas, soit au monastère ou à la pagode régulièrement les premiers ou 15<sup>e</sup> jours du mois lunaire, en suivant strictement le régime végétarien.

Un deuxième point mérite également d'être souligné: c'est l'exécution nécessaire des prosternations et agenouillements, surtout dans la forme d'invocation des noms des Bouddhas. Il ne s'agit pas là d'une contrainte relevant de la pénitence ou de la punition corporelle en vue du rachat des fautes. La signification de ces gestes est bien plus élevée : ils ont pour but de nous rappeler nos souffrances morales et notre sentiment d'humilité devant des exemples de courage et de ténacité des Bodhisattvas, des Maîtres et Patriarches disparus avec l'espoir de parvenir un jour à la libération comme eux.

En conclusion, le Repentir selon la conception bouddhique, pratiqué avec sincérité et méthode nous apporte instantanément les acquisitions morales inestimables ci-après :

- développement de notre Foi.
- renforcement de notre décision de lutter contre le Mal.
- allègement de notre karma.
- confiance dans l'espoir de parvenir un jour à l'état de Parfaite Libération.

Il mérite une attention particulière de notre part, à chaque instant où nous sentons le besoin de méditer sur notre condition humaine et les moyens de sa libération.



## LEÇON N°7

# **LES RITES BOUDDHIQUES ET LEURS SIGNIFICATIONS**

### **Introduction :**

De tous temps, les héros et les hommes célèbres qui ont fait profiter leurs concitoyens ou l'humanité tout entière de leurs mérites ou de leur intelligence sont l'objet de manifestations solennelles de reconnaissance...

### **Développement :**

#### **1. COMMENT PRATIQUER LA VENERATION.**

- a. Les Bouddhas sont dignes de vénération.
- b. Comment les vénérer
- c. Quels Bouddhas devons-nous vénérer ?
- d. Dispositions d'ordre matériel

#### **2. LA PROSTERNATION DEVANT L'AUTEL**

- a. Signification de l'acte de prosternation.
- b. Comment pratiquer la prosternation ?
- c. Prosternation et sincérité de cieux.

#### **3. LES OFFRANDES**

- a. Signification des offrandes
- b. Le choix des offrandes
- c. Les offrandes spirituelles
- d. Les offrandes au Dharma

## e. Les offrandes au Sangha

### Conclusion

1. Ces rites entretiennent au sein de notre foyer une atmosphère constante de sérénité, de joie intérieure et d'espoir pour tous, du plus âgé au plus jeune.

2. Ils nous préparent ainsi à accueillir avec calme et indifférence le jour de notre mort, assurés comme nous le sommes déjà, de trouver aussitôt le Pays du Suprême Bonheur avec tous les Bienheureux, Bouddhas et Bodhisattvas que nous invoquons chaque jour.



## LEÇON N°7

# **LES RITES BOUDDHIQUES ET LEURS SIGNIFICATIONS**

### L'ACTE DE VENERATION - LES PROSTERNATIONS - LES OFFRANDES

#### **Introduction**

La vénération des Bouddhas n'a rien de comparable avec l'adoration des divinités dans les autres religions.

De tous temps, les héros et les hommes célèbres qui ont fait profiter leurs concitoyens ou l'humanité tout entière de leurs mérites ou de leur intelligence sont l'objet de manifestations solennelles de reconnaissance de la part des collectivités, comme des individus.

Ce comportement, qu'il soit spontané ou organisé, s'analyse en un acte de remerciement chaque fois confirmé, un sentiment profond d'admiration, et un désir intime de suivre l'exemple ainsi légué aux générations postérieures.

La vénération des Bouddhas n'a pas d'autres significations. Elle ne comporte aucune mystique, mais étant avant tout un acte de foi religieuse, elle est plus profonde, et surtout elle est permanente dans le coeur des adeptes.

## Développement

### I. COMMENT PRATIQUER LA VENERATION.

#### a. Les Bouddhas sont dignes de vénération.

Quand nous parlons du Bouddha, nous pensons instinctivement à SAKYA MUNI, notre Maître le plus proche de nous, le plus couramment invoqué. Mais dans leur ensemble, tous les Eminents Eveillés sont dignes de vénération.

Ce sont, tous, des êtres exceptionnels, parvenus grâce à leur patience et à leurs mérites innombrables accumulés pendant plusieurs existences, à l'état de perfection suprême, et qui, une fois "arrivés sur l'autre rive" cherchent à aider tous les êtres vivants des six mondes à sortir du cycle de renaissances (samsara) pour jouir comme eux de la sérénité et de la joie éternelle.

Dans l'accomplissement de la mission qu'ils se sont assignée, ou plutôt de leur vœu, ils ont connu et ils continuent de connaître des difficultés immenses dues à la profonde ignorance des êtres qu'ils veulent sauver - du royaume des cieux jusqu'aux enfers, en passant par le monde des humains mais jamais ils ne sentiront découragés, fidèles ainsi à leur promesse de "Posséder la vraie connaissance pour en faire profiter autrui et poursuivre cette entreprise jusqu'à sa totale perfection."

Ainsi chaque Bouddha considéré séparément représente la synthèse des trois précieuses qualités que sont : la Compassion universelle, la Spiritualité suprême, et le Courage moral.

C'est donc en considération de leurs mérites et de



leurs enseignements, que nous réservons aux Bouddhas nos pensées les plus respectueuses et les plus ferventes, et non à cause de leurs interventions miraculeuses dans le monde des humains, comme des divinités adorées dans certaines religions.

### **b. Comment les vénérer :**

Comme il a été souligné plus haut, la vénération n'est pas l'adoration et encore moins l'idolâtrie des Bouddhas. Nous ne pouvons attendre d'eux aucune faveur, ni aucune intervention miraculeuse et salvatrice.

Nous invoquons leurs exemples, nous évoquons leurs noms et leurs images pour renforcer notre détermination de parvenir par nous-mêmes à éliminer toutes sources de douleur dans notre vie présente, et à atteindre, après celle-ci, la libération définitive du Samsara. Toute sollicitation en vue d'intérêts basement matériels serait inopérante et indigne de leurs enseignements.

### **c. Quels Bouddhas devons-nous vénérer ?**

Tous les Bouddhas sont des symboles de la "Lumière Incommensurable" et de la "Pérennité Infinie"; vénérer l'un d'entre eux, c'est les vénérer tous. Mais selon les degrés d'enseignement que nous avons reçus, et selon la méthode que nous avons nous mêmes choisie sur la voie du Bouddhisme, nous avons à nous adresser en priorité à tel Bouddha avant tous les autres.

Aussi bien presque tous les bouddhistes de par le monde pensent au Bouddha Sakya Muni qui est notre guide dans l'ère actuelle. Mais ceux d'entre nous qui avons choisi la Terre Pure avec le procédé de l'invocation du Bouddha pour demander après notre mort l'étape du

Pays du Suprême Bonheur, doivent vénérer le Bouddha AMITABHA.

Ceux qui désirent honorer l'ensemble des Bouddhas des trois existences, Présent, Passé et Futur, devront honorer SAKYA MUNI, AMITABHA et MAITREYA.

#### **d. Dispositions d'ordre matériel :**

Chez les particuliers, il est conseillé de placer sur un autel, au maximum trois statues ou trois images des Bouddhas.

Les statues, comme les images, devront être de même dimensions, présentées sur les mêmes socles ou dans les mêmes cadres, et placées ou suspendues au mur à la même hauteur. L'autel doit occuper la place centrale de la pièce principale du logement. Si celui-ci comporte un ou plusieurs étages, l'autel devra être installé au niveau le plus élevé.

L'autel des ancêtres sera placé seulement à côté de l'autel des bouddhas et devra être légèrement moins élevé que ce dernier.

Sur l'autel il conviendra de disposer : des vases de fleurs, un brûle parfum ou un bol à baguettes d'encens, une lampe et des coupes de fruits. Tout autre objet d'ornementation est à bannir. Les articles de culte doivent être essuyés, astiqués tous les jours.

La première installation de l'autel doit faire l'objet d'une cérémonie rituelle, simple mais solennelle. Le maître ou la maîtresse de maison doit observer le régime végétarien et les cinq préceptes les jours précédents. La cérémonie se déroulera en présence des proches parents

et d'amis qu'on aura invité ensemble à participer à la lecture des sûtras.

A partir de ce jour, tous les membres de la famille, en passant devant l'autel, doivent invoquer l'image et les mérites du Bouddha pour perfectionner leur propre conduite morale notamment en méditant sur les notions d'amour universel, de compassion et de parfaite égalité de tous les êtres.

Si après plusieurs années, les statues ou les images des Bouddhas sont avariées, on peut procéder à leur remplacement en prenant soin de porter les anciennes statues et images à la pagode ou au monastère habituels pour être conservées dans des stupas. En aucun cas, il ne faut les laisser traîner dans les débarras.

## **II. LA PROSTERNATION DEVANT L'AUTEL**

### **a. Signification de l'acte de prosternation.**

De son vivant, quand le Bhagavat arrivait avec ses disciples dans un pays, le roi et les dignitaires de la Cour venaient à sa rencontre, s'agenouillaient devant lui et posaient respectueusement à tour de rôle leur front sur ses pieds.

Ce geste traduisait, de la part de ces derniers, un sentiment de respect et d'admiration pour le guide de l'humanité, mêlé à la joie intense et à la fierté de le recevoir sur les terres du royaume.

Après l'entrée au Nirvâna du Parfait, ses disciples puis ses adeptes ont continué jusqu'à nos jours à pratiquer le rite de la prosternation, le front appuyé au sol

comme s'ils se trouvaient toujours devant le Bouddha revenu sur terre.

### **b. Comment pratiquer la prosternation ?**

Si nous voulons exprimer notre ferveur et notre confiance envers le Bhagavat, nous devons nous agenouiller pieusement devant l'autel, nos deux mains posées à terre, les paumes ouvertes vers le ciel, comme si nous étions en train de soutenir les pieds du Parfait, puis lentement nous poserons notre front sur nos paumes ouvertes en concentrant notre pensée sur son image.

Avant la prosternation, nous devons au préalable garder notre coeur à l'abri de toute pensée impure, en particulier la convoitise ou la colère, puis faire méticuleusement nos ablutions, changer nos vêtements et endosser la tunique spéciale de cérémonie.

Nous nous présenterons lentement devant l'autel, allumerons une baguette d'encens et resterons debout une minute, les mains jointes devant la poitrine, la tête droite, les yeux regardant l'image du Bouddha, et invoquant en notre coeur sa Bonté infinie, avec notre résolution de suivre fidèlement la voie qu'il nous a montrée.

Ensuite nous planterons la baguette d'encens dans le bol, ferons résonner un son de cloche, puis nous nous prosternerons trois fois devant l'autel. Cette prosternation est empreinte à la fois de gravité et de joie intense. Elle est considérée comme la seule méritoire, par opposition aux deux autres formes de prosternations caractérisées, l'une par une absence totale de modestie et de sincérité (Prosternation formaliste) et l'autre par un désir inavoué de s'attirer la faveur des bouddhas en vue d'entreprises

plus ou moins blâmables.

### **c. Prostration et sincérité de cieux.**

La prostration n'a de signification valable que si notre comportement moral répond à l'exécution du geste. Du point de vue psychique, la prostration est liée à quatre dispositions d'esprit président à la perfection du rite:

a) Pureté absolue du coeur : L'adepte agenouillé devant l'autel doit avoir la conviction qu'il s'est entièrement détaché du monde environnant et rejoint actuellement le royaume de la Parfaite Sérénité et la Béatitude des Bouddhas.

b) Possession parfaite des vérités du Dharma : L'adepte se situe dans le monde de la Réalité Permanente, qui est tout le contraire de l'Univers des illusions de la Forme et du Nom (Nama-Rupa) qui l'environne.

c) Réalisation de la vraie nature de son ego : L'adepte se rend compte de l'identité parfaite de son vrai "moi" avec le Bouddha en devenir qui demeure au fond de son coeur. Il entrevoit à travers les murailles opaques de ses tendances et désirs, l'étincelle de bodhicité qui existe chez tout être vivant conduisant à une équanimité parfaite du monde des cieux à celui des enfers.

d) Libération totale de toute conception dualiste du Moi et du Monde extérieur : L'adepte s'aperçoit enfin qu'il peut être identique aux Bouddhas qu'il vénère, que Tout n'est que le Vide, et que la fin et les moyens ne constituent qu'une seule et éternelle entité, le Sunyata (la vacuité).

Ces quatre dispositions d'esprit ne sont accessibles qu'aux adeptes déjà parvenus, à force d'étude et de pratique, à un degré relativement avancé de la connaissance de la doctrine bouddhique.

### **III. LES OFFRANDES**

Tous d'abord, il convient de préciser qu'il ne s'agit pas d'offrandes en l'honneur du Bouddha, comme le laisse entendre l'expression la plus répandue, mais d'offrandes aux Trois Joyaux (Triratna) qui sont : le Bouddha, le Dharma (la doctrine) et la Sangha (la Communauté).

La pratique de ce troisième rite est la manifestation chez l'adepte, de son profond attachement à la doctrine et de son désir de contribuer par des moyens matériels au développement de l'enseignement bouddhique.

#### **a. Signification des offrandes :**

Une personne non avertie pourrait être tentée de demander : "Pourquoi le Parfait qui a déjà atteint le nirvâna, tiendrait-il compte des offrandes matérielles du monde des humains ? "

La réponse est d'ordre moral : Les adeptes du Bouddha gardent toujours son image vivante devant leurs yeux. Ils revoient le temps où le Bhagavat et ses disciples parcouraient le continent indien et recevaient partout des offrandes de nourriture de la part des habitants, du plus noble au plus humble. Les offrandes qu'ils déposent maintenant sur l'autel sont donc un symbole destiné à resserrer davantage les liens entre le Maître Vénéré de

tous les temps à la génération actuelle.

### **b. Le choix des offrandes :**

Une première règle s'impose : il faut bannir toute idée de luxe et d'ostentation dans l'accomplissement de ce rite. Tout doit être exécuté simplement et naturellement avec un coeur fervent. Une offrande ne doit jamais être une occasion pour festoyer et bien recevoir ses parents et amis.

Il est conseillé d'offrir aux Bouddhas : de l'encens, des fleurs, des fruits, un bol d'eau limpide, et, à l'occasion, du riz cuit à l'eau sans aucun plat d'accompagnement.

### **c. Les offrandes spirituelles :**

Ce sont nos pensées qui comptent le plus; elles suivent les volutes des fumées d'encens pour s'élever jusqu'aux trônes des Parfaits. Pour cette raison elles sont dénommées : les encens miraculeux de Coeur.

Ils sont de cinq sortes :

1) l'encens de la Pureté absolue : Il s'adresse au corps de la Loi du Bouddha (Dharmakaya). Il représente la quintessence même de la ferveur et de l'attachement à la Loi.

2) l'encens de la Concentration mentale : Il s'adresse à la nature vraie de notre ego, avec le désir intense de la voir se débarrasser totalement des filets de l'illusion qui l'enserrent.

3) L'encens de l'intelligence parfaite : Il s'adresse à la parcelle de la nature de Bouddha (bodhicitta) qui demeure cachée au fond de notre coeur avec le désir intense de la voir s'éveiller pour nous montrer la voie de

notre libération.

4) l'encens de la libération totale : La voie étant ainsi aperçue, le désir de libération s'accompagne de la conviction absolue que nous ne représentons rien, que notre corps physique n'est que la combinaison des quatre grands éléments (terre, eau, feu, air) et que notre ego n'est lui-même que le vide.

5) l'encens du rejet des accumulations de l'intellect : Tout ce que nous considérons comme des connaissances ne constitue en réalité que les accumulations superficielles de notre intellect, qui sont sans aucune valeur au regard de la réalité absolue.

Ce dernier stade de notre disposition d'esprit doit nous permettre de parvenir à la finalité suprême qui est "l'insubstantialité" même des lois du Dharma, comme de notre existence propre. C'est en quelque sorte un état momentané de béatitude suprême qui nous offre ainsi une préconnaissance du véritable Nirvâna.

#### **d. Les offrandes au Dharma :**

Elles résident dans l'étude des sûtras, des règles de discipline et des commentaires faits par les Sages du Bouddhisme. A ceux qui en ont la possibilité, elles consistent dans la recherche, la traduction et la compilation de tous les documents bouddhiques dans des langues étrangères, de façon à constituer ensuite un véritable TRIPITAKA dans notre langue nationale. Enfin, nous pouvons également contribuer, dans la mesure de nos moyens, à la publication et la vulgarisation de tous écrits sur le bouddhisme.

#### **e. Les offrandes au Sangha :**



La vénération du Bouddha implique le respect et la confiance dûs à la Sangha, qui représente l'ensemble des disciples du Parfait dans la vie présente. A tous les membres de la Sangha, sans distinction de nationalités, d'écoles, ou de disciplines, nous devons réserver un accueil cordial et respectueux, et nous occuper de tous les problèmes d'ordre matériel qui les intéressent pour leur permettre de se consacrer totalement à notre enseignement.

## **Conclusion**

En dehors des précieuses acquisitions d'ordre spirituel que nous avons examinées au début de cet article, la pratique habituelle des rites de la Vénération des Bouddhas, de la prosternation, et des offrandes aux Trois Joyaux, apporte encore des avantages immédiats d'ordre moral, pour nous-mêmes comme pour tous les membres de notre famille.

1. Ces rites entretiennent au sein de notre foyer une atmosphère constante de sérénité, de joie intérieure et d'espoir pour tous, du plus âgé au plus jeune.

2. Ils nous préparent ainsi à accueillir avec calme et indifférence le jour de notre mort, assurés comme nous le sommes déjà, de trouver aussitôt le Pays du Suprême Bonheur avec tous les Bienheureux, Bouddhas et Bodhisattvas que nous invoquons chaque jour.

## RECOMMANDATION IMPORTANTE

Il n'est pas superflu de rappeler que seules la ferveur et la pureté de coeur comptent dans l'accomplissement des rites ci-dessus.

Nous devons avoir la conviction que :

1) Les Bouddhas sont des être parfaits, doués de la véritable connaissance supra-humaine, et de la compassion infinie, et leurs exemples comme leurs enseignements doivent être constamment présents en notre esprit.

2) La doctrine bouddhique constitue le seul et vrai remède à nos souffrances d'ici-bas.

3) Les membres de la sangha sont des disciples du Bouddha du temps présent, nous devons les honorer et leur faire confiance.

4) Tous les êtres vivants sont égaux, car tous bénéficient de l'essence de la bodhicité qui sommeille au fond de leur coeur.

## LEÇON N°8

# **LECTURE DES SUTRAS RECITATION DES MANTRAS INVOCATION DES BOUDDHAS**

### **Introduction**

L'adepte qui se contente de vénérer les Bouddhas en accomplissant les rites des prosternations et des offrandes ne peut être un Bouddhiste accompli, il lui faut consacrer une partie de son temps à la lecture des sūtras, à la récitation des mantras et à l'invocation des Bouddhas...

### **Développement**

#### **I- DEFINITION**

- 1.Lecture des sutras
- 2.Récitation des mantras
- 3.Invocation des Bouddhas.

#### **II- SIGNIFICATIONS**

- 1.Sutras, Mantras, Bouddhas à invoquer
- 2.Apports sur le plan spirituel de ces pratiques.

### **Conclusion**

Chacun de nous peut adopter la pratique qui lui paraît la plus adéquate, pourvu qu'il y consacre toute la ferveur et la détermination qui l'anime...



## LEÇON N°8

# **LECTURE DES SUTRAS RECITATION DES MANTRAS INVOCATION DES BOUDDHAS**

### **Introduction**

L'adepte qui se contente de vénérer les Bouddhas en accomplissant les rites des prosternations et des offrandes ne peut être un Bouddhiste accompli.

Il lui faut consacrer une partie de son temps à la lecture des sūtras, à la récitation des mantras et à l'invocation des Bouddhas, ces trois pratiques constituent les compléments nécessaires aux trois premières. Sans ces dernière, la vénération des Bouddhas et ses manifestations rituelles seront vidées de leurs significations et risqueront d'être de pure forme.

En effet, la doctrine bouddhiste comporte une base philosophique assez délicate à comprendre si l'on n'arrive pas à se concentrer suffisamment pour appréhender les données et suivre la progression du raisonnement.

Pour ne citer qu'un exemple nous ne pouvons pas saisir les significations des quatre formes de prosternations si nous ne faisons que les exécuter machinalement. La perfection du geste ne suffit pas pour conférer de valeur au rite. Comment devons nous

accomplir les prosternations du Coeur Pur, puis celles de l'entrée dans le monde du Dharma, de la contemplation correcte et au dernier degré celle de la parfaite équanimité.

Il en sera de même pour les cinq catégories d'encens: l'encens de la Discipline, celui de la Concentration, celui de la Bodhicitta, celui de la Libération, et celui de libération des connaissances de l'intellect.

C'est pourquoi la doctrine nous enseigne en même temps les moyens de parvenir à l'apaisement de nos sentiments et nos pensées pour obtenir ensuite une concentration parfaite de notre esprit. Ces moyens représentent la partie Pratique, inséparable de l'étude théorique, ce sont : la lecture des sûtras, la récitation des mantras, et l'invocation des Bouddhas.

## **Développement**

### **I. DEFINITIONS**

#### **1. Lecture des sûtras**

Elle consiste à lire distinctement à voix ni trop haute, ni trop basse, et sans chercher à donner d'intonations particulières aux différents passages des textes, les enseignements du Tathâgata recueillis par ses disciples.

Précisons dès à présent que les sûtras sont en nombre considérable, et qu'ils varient selon le degré de compréhension des disciples et des fidèles des différents pays visités par le Tathâgata au cours de ses quarante années d'enseignement.

#### **2. Connaissance des Mantras.**

Un mantra est une formule concentrée insistant sur un point essentiel du Dharma, c'est-à-dire de la Vérité Suprême et éternelle, et exprimée dans un langage intraduisible par les vocabulaires humains, et que seuls saisissent les Etres parfaitement éveillés. Ils possèdent cependant la vertu miraculeuse de faire jaillir du fond de notre coeur l'étincelle nécessaire pour nous permettre de nous rendre compte de notre condition de Bouddhité latente et nous aider à parvenir à l'état de libération totale. Récités avec confiance et ferveur, les mantras nous permettent encore de dominer nos mauvais penchants, d'éloigner les tentations et les dangers accidentels.

### **3. Invocations des Bouddhas.**

Invoquer c'est prononcer avec respect les noms des Bouddhas dont nous sollicitons l'assistance, et le secours, en ayant en vue leurs mérites et leur bonté dans leurs existences sur terre, avec notre détermination de suivre leurs exemples dans notre conduite de chaque jour.

## **II. SIGNIFICATIONS**

Quels enseignements pouvons nous tirer de la lecture des sùtras, de la connaissance des mantras, et de l'invocation des Bouddhas ?

### **Lecture des Sutras.**

Parce que nous sommes des humains, nous vivons actuellement dans le monde des passions (Kama dhatu) et par définition, nous sommes soumis à la contrainte permanente de nos désirs toujours inassouvis, cette contrainte qui non seulement conditionne son

comportement à l'état d'éveil, mais encore pèse sur notre subconscient, et façonne nos rêves pendant le sommeil. C'est pour pouvoir résister à ce danger que nous avons besoin d'avoir présentes à l'esprit les paroles du Tathâgatas qui nous démontrent la vanité de nos désirs et apportent des remèdes à nos souffrances et nos angoisses.

Aussi intelligent, aussi doué qu'il soit, aucun d'entre nous ne peut prétendre connaître tous les enseignements des sûtras, c'est pourquoi nous devons les lire et les relire continuellement pour en pénétrer totalement les significations. Un effort constant est nécessaire car au fur et à mesure que nous avançons sur la voie des études, nous nous trouvons en présence des textes de plus en plus abstraits, avec l'intervention fréquente des paraboles et des métaphores, inaccessibles à ceux qui ne veulent pas faire un effort de réflexion profonde.

### **Récitation des Mantras.**

Les mantras, comme il a été dit plus haut, constituent les solutions concentrées de formules saisissantes, sur des problèmes traités par les Bouddhas au cours des siècles. Ils sont exprimés en un langage dont la signification échappe aux humains, mais dont les sons possèdent la vertu miraculeuse d'éveiller la Boddhicitta emprisonnée au fond de notre coeur sous l'accumulation de nos tendances et des acquisitions de notre intellect.

Le simple fait de les réciter a pour résultat d'éloigner de notre esprit toute idée du mal, et de notre corps toute menace de danger ou de maladie. Les plus conseillés, et les plus faciles à retenir sont les mantras destinés à anéantir notre Karma négatif, et à accélérer nos progrès



vers la libération définitive, ou à nous préserver des maladies ou des tentations des esprits maléfiques, etc... L'essentiel c'est de les apprendre par coeur et les réciter en des circonstances appropriées. Les conseils de nos maîtres sont nécessaires à ce sujet.

### **Invocations des Bouddhas.**

Comme notre vie mentale est conditionnée dès la naissance par l'Ignorance originelle et modelée au cours des années par les influences du milieu social et surtout par les acquisitions de notre intellect, ce que nous appelons «nos connaissances» ne sont en réalité qu'une accumulation de dogmes et de conventions n'ayant rien de comparable avec la «vraie connaissance» surtout elles ne sont d'aucune utilité, quand il s'agit pour nous de faire face aux souffrances et aux angoisses de la condition humaine.

C'est pourquoi, quelles que soient les préoccupations de notre existence matérielle, nous devons nous efforcer à chaque moment de retrouver notre véritable nature spirituelle, en rompant les réseaux successifs d'illusions (mâya) qui emprisonnent notre Bouddhité.

Telle une eau bourbeuse qui retrouve sa limpidité après l'agitation, notre mental sera de nouveau apte à réfléchir la clarté des innombrables sources de lumière venue de l'éternelle vérité et qui a pour nom le Vide Absolu (Sunyata).

Pour accéder à cette quiétude absolue, nous devons concentrer toute notre pensée sur la voie à suivre pour parvenir à la rive de l'Eveil, et pour cela, le meilleur moyen consiste à invoquer les Bouddhas qui nous ont

laissé de précieux enseignements et des exemples de leurs perfectionnements.

La Concentration est un préalable indispensable à toute méditation, car la pensée humaine est intimement liée à l'Imagination, cette «folle du logis», comme on la qualifie dans les philosophies occidentales. Il faut arriver à dissocier ces deux éléments de notre comportement mental.

Toute réflexion suppose la sélection du sujet et l'élimination des facteurs de perturbation. L'enseignement bouddhique se sert également de deux images frappantes : il compare notre coeur à un cheval en liberté dans une prairie, et notre pensée à un singe parcourant les arbres de la forêt. Comment empêcher leur vagabondage ? En les attachant à un pivot bien orienté de façon à leur permettre de découvrir la vraie voie à suivre. Ce pivot a pour nom la Concentration de notre esprit, nous avons besoin de l'appui d'un moyen infallible : l'invocation des Bouddhas pour nous servir de guides.

## **1. Des Sutras, des Mantras et des Bouddhas à invoquer.**

### ***a. Des Sutras.***

En dehors des recueils originaux les plus anciens et les plus précieux, accessibles seulement à des maîtres de la Sangha, nous avons à notre disposition des traductions faites dans toutes les langues de l'Asie de l'Est, et certains en français, en anglais et en allemand.

Les monastères vietnamiens disposent des traductions en chinois, en japonais, et en vietnamien des Sûtras du Grand Véhicule, que chaque adepte peut lire

chez soi devant l'autel du Bouddha.

Ces sūtras sont indiqués pour diverses circonstances de la vie, en particulier pour la Mort, pour les renaissances, tel le Sukhavati Viurha s'adressant au Bouddha Amitabha, puis les cas de maladies, d'accidents, d'angoisses, tel le Vajrasuci, le sūtra du Diamant, ou de demande de rémission des fautes tel le sūtra des Cinq Cents noms de Bouddhas.

Malgré leurs diversités, tous ces sūtras ont une même finalité : nous mettre sur la voie du Dharma et nous guider dans la perception de la Réalité vraie de toutes choses.

### ***b. Des Mantras.***

Les membres de la Sangha récitent régulièrement dans leurs incantations du soir les mantras du Surangama Samadhi, du Prajnâ Paramita Hridaya, ceux du Recueil des Dix Mantras, ou des Mantras des cinq pas etc... Pour nous autres adeptes qui ne disposons pas de temps nécessaire, nous pouvons réciter le Mantra du Prajnâ Paramita Hridaya, le plus connu, et les dix mantras sélectionnés. Des conseils de nos maîtres sont nécessaires pour le choix des mantras.

### ***c. Des invocations des Bouddhas.***

En règle générale, chaque bouddha est désigné sous une appellation ne comportant pas moins de dix qualificatifs correspondant aux divers aspects de la Perfection qu'il représente. Mais tous font preuve en premier lieu de leur incommensurable compassion envers les humains.

C'est pourquoi il suffit d'invoquer un seul Bouddha pour toucher tous les Bouddhas du Passé, du Présent et de l'Avenir.

Mais pour nous autres humains qui bénéficions des enseignements du Bouddha Sakyamuni, celui du temps présent (de l'actuel kalpa), il est normal que notre pensée s'adresse en premier lieu vers lui.

Ceux d'entre nous qui avons choisi la voie du Sukhavati, celle de la Parfaite Sérénité, s'adresse dans ce cas au Bouddha Amitabha.

Ceux d'entre nous qui demandons à renaître au Royaume des Cieux, également comme étape transitoire vers le Nirvana, s'adresseront au Bouddha Maitreya.

En cas de maladie, nous invoquerons l'assistance du Bouddha Bhaisajyagurù, le maître de la médecine et des guérisons.

En résumé, cette dernière circonstance mise à part, les trois Bouddhas Amitabha, Sakyamuni et Maitreya, représentent l'ensemble des Bouddhas des temps passé, présent et futur de l'humanité.

## **2. Apports sur le plan spirituel des pratiques ci-dessus :**

### ***a. Lecture des sùtras.***

Les enseignements de Tathâgata, recueillis sous la désignation générique de Tripitaka (les trois corbeilles) ne contiennent que des paroles de bonté et de compassion qui constituent l'essence même de la Bouddhité. Et c'est pour cette raison qu'ils sont empreints d'un accent

émouvant qui pénètre jusqu'au fond de notre coeur.

Pour nous mêmes, la lecture des sùtras est en quelque sorte le premier pas vers la Concentration et la Méditation. Pendant que nous nous attachons à comprendre les enseignements de notre Maître Suprême, nos dix activités vitales : la vue, l'ouïe, le goût, le toucher, la parole et la pensée sont mises en veilleuse et nous demeurons préservés de toute tentation du mal affectant notre corps, nos paroles et nos pensées.

Pour notre entourage, membres de notre famille, amis, ou voisins, la lecture des sùtras a également un effet bienfaisant. Elle favorise le recueillement, l'examen de conscience et éloigne tout souci d'ordre matériel en même temps qu'elle met fin aux bavardages inutiles, ou discussions stériles.

### ***b. Récitation des mantras.***

A un niveau plus élevé, la récitation des mantras produit des effets bénéfiques analogues. Les syllabes mystérieuses prononcées sur un ton monocorde, ponctuées par des coups des gongs et de tocsin ont une résonance particulière dans notre esprit et l'incite à prendre conscience de la vanité de notre moi comme du monde impermanent qui nous entoure.

La raison en est que les mantras représentent la quintessence même des sùtras et ces formules merveilleuses, que seuls comprennent les Bouddhas, possédant la vertu de secourir les humains en état de détresse soit physique, soit mentale.

Il suffit de citer, à ce propos, le cas d'ANANDA, qui un jour faillit mourir des pratiques maléfiques d'une

sorcière. Sur le point de succomber il appela mentalement le Tathâgata à son secours. Assis au milieu de la situation d'Ananda; il récita le mantra Surangama Samadhi qui eut pour effet d'anéantir instantanément le sort jeté sur Ananda, puis il envoya Mansjusri pour le ramener au monastère.

La vertu des mantras est toujours vérifiée de nos jours. Le cas du Docteur Thien Thanh est édifiant à ce sujet. Vers les années 1946-1947, ce médecin était en service dans les montagnes de la Cordillère indochinoise. Un jour il s'aperçut qu'il était atteint d'une maladie grave du sang contre laquelle la médecine moderne demeure impuissante.

Dans son désespoir il se souvint brusquement du mantra que dans sa jeunesse il avait entendu réciter par son père dans les cas de maladie grave. Il mit toute sa ferveur à le réciter. Le lendemain il allait nettement mieux. Ses amis se joignirent à lui pour réciter ensemble le mantra intitulé "Des vertus protectrices comparables à une montagne". Quelque temps après, la maladie disparaissait progressivement de façon inexplicable.

### *c. Invocation des noms des Bouddhas.*

Le Parfait a dit un jour à ses disciples "Après moi, l'humanité connaîtra une ère de destruction totale, ma doctrine sera oubliée, de tous mes enseignements, le dernier sûtra des Temps Présents, le Sukhavati-Vyurha, subsistera pendant une courte période puis disparaîtra également. Alors seuls seront sauvés, ceux qui invoqueront le nom du Bouddha Amitabha (Namo Amitabha Bouddha). Ils recevront la grâce de renaître au

royaume du Sukhavati, celui de la Béatitude Suprême, qui est l'étape transitoire vers la Libération totale."

En dehors des récits des anciens maîtres indiens, chinois et japonais, les effets miraculeux de l'invocation des Bouddhas se vérifient encore dans les temps plus proches de nous. Tel le cas de trois aviateurs français en service en Indochine pendant la 2ème guerre mondiale, le capitaine Touffan, le lieutenant Retourna, et le sous-lieutenant Brillant. Nous étions en 1940.

Ces trois officiers effectuèrent un jour un vol habituel de Poulo Condore vers Saïgon. Au milieu de la mer, par suite d'une panne de moteur, l'hydravion dû tant bien que mal se poser sur les flots. La situation était périlleuse, l'avion pouvait sombrer à tout moment et aucun secours n'était possible avant plusieurs heures. C'est alors que le sous-lieutenant Brillant dont la mère était vietnamienne se souvint des noms de Bouddhas que sa mère avait l'habitude de réciter devant l'autel.

Il imita son exemple, et miraculeusement l'avion se maintenait pendant trois heures en surface. Finalement un bateau de pêche vint au secours des aviateurs. Aussitôt que le dernier des trois eût quitté l'avion, l'appareil sombra au fond de la mer.

Tout le monde se demanda en tremblant pourquoi le fait ne s'était pas produit avant alors que l'avion avait encore ses trois passagers. Le sous-lieutenant Brillant en donna l'explication. De retour à Saïgon les trois officiers offrirent une somme d'argent pour édifier une petite pagode à Cat Lai, commune de Thanh My Loi (province de Gia Dinh) en reconnaissance aux Bouddhas.

## Conclusion

En conclusion, comme il a été indiqué plus haut, les trois pratiques de la Lecture des Sutras, la Récitation des Mantras, et l'Invocation des Bouddhas, apportent instantanément un apaisement dans notre coeur et chassent loin de nous toutes les causes de souffrance physique ou morale. Elles nous permettent d'acquérir lentement et sûrement des progrès dans la voie de la connaissance vraie qui conduit à la libération définitive de notre condition humaine, au Nirvana, en un mot.

Sur le plan de l'application pratique, l'idéal serait de pouvoir les mettre en oeuvre toutes les trois l'une après l'autre, quand on dispose du temps nécessaire. Mais selon les circonstances et compte tenu également de l'âge et de l'état de santé de chaque sujet, chacun de nous peut adopter la pratique qui lui paraît la plus adéquate, pourvu qu'il y consacre toute la ferveur et la détermination qui l'anime.





# LEÇON N°9

## LE RÉGIME VÉGÉTARIEN

### Introduction

Suivre le régime végétarien est l'une des pratiques nécessaires de perfectionnement pour l'adepte du Bouddha...

### Développement

#### 1. DEFINITION

#### 2. FONDEMENTS

- a. La compassion et le concept de l'égalité de tous les êtres vivants.
- b. La loi du karma.
- c. Des raisons d'hygiène.

#### 3. COMMENT PRATIQUER

##### LE REGIME VEGETARIEN

- a. Les divers degrés du régime.
- b. L'application pratique.
- c. Des erreurs à éviter

#### 4. LES AVANTAGES DU REGIME VEGETARIEN.

- a. Avantages pour l'individu.
- b. Avantages pour l'humanité et l'ensemble des êtres vivants.

## Conclusion

Bouddhistes ou non bouddhistes, si tous les hommes pratiquaient le régime végétarien, la terre serait déjà le Pays du Suprême Bonheur...



# LEÇON N°9

## LE RÉGIME VÉGÉTARIEN

*Tous les jours, au cours des repas,  
on accumule des haines comme océan,  
Des ressentiments comme montagnes.  
Si nous voulons savoir s'il existe des rancunes,  
Écoutons les échos des plaintes, dans les abattoirs, la nuit.*

### Introduction

Suivre le régime végétarien est l'une des pratiques nécessaires de perfectionnement pour l'adepte du Bouddha.

En effet, comment peut-on négliger ce problème de l'alimentation qui demeure capital pour l'ensemble des êtres vivants, pour le règne animal. Si l'on pouvait se passer de nourriture, le monde ne compterait que des saints vivants sur terre.

Sakya Muni, alors Prince Siddharta avait fait une réflexion pleine de significations : "La Vie est entretenue par la Mort". Comme lui, il nous suffit de regarder autour de nous pour constater que l'être humain, pour se maintenir depuis sa naissance jusqu'à la mort, a

contribué, sinon participé directement à la suppression d'innombrables existences d'êtres vivants.

Poussons le raisonnement jusqu'au bout : quand nous mangeons, buvons, respirons, même quand nous marchons ou dormons nous pouvons inconsciemment porter atteinte à la vie des êtres infiniment plus petits que nous.

Que dire alors des gens dénués de tout sentiment humain, pour qui le meurtre est une source d'honneurs, de richesses, ou tout simplement de plaisirs ? Comme la vie serait belle si l'humanité pouvait s'abstenir de donner la mort !

Pourtant ce rêve merveilleux commence déjà à se réaliser quand nous mettons en pratique le conseil donné par le Bouddha à ses disciples de suivre un régime totalement végétarien. Mais tout d'abord essayons de bien saisir la portée de cette pratique considérée comme si simple.

Suivre le régime végétarien, pour un bouddhiste, ne doit être ni la manifestation d'une fantaisie, ni le désir de se singulariser, encore moins la recherche du changement pour son appétit, ou plus prosaïquement la peur de la maladie sur les conseils du médecin.

C'est avant tout l'observation d'une règle de discipline volontairement acceptée, d'un moyen de perfectionnement moral dont les résultats, avec le temps, se révèlent chaque jour plus enthousiastes sur le plan physique aussi bien que psychique.

### I. DEFINITION

Le régime végétarien consiste dans la consommation des produits du règne végétal : graines, fruits, feuilles et racines, à l'exclusion de tout élément provenant d'êtres vivants, sensibles à la souffrance et à la peur de mourir tout comme l'homme.

### II. FONDEMENTS

Les fondements du régime végétarien sont à la fois d'ordre moral et d'ordre scientifique:

#### **a. La compassion et le concept de l'égalité de tous les êtres vivants.**

Un jour que le Bouddha s'entretenait avec ses disciples, Ananda lui posa cette question : "Ô Tathagata, pourquoi vous nous autorisiez jadis à manger de la viande parmi les cinq catégories considérées comme permises<sup>1</sup> et maintenant vous nous le défendez absolument ? "

Le Bouddha répondit : "Parce qu'à l'époque, vous n'étiez pas encore en état de comprendre parfaitement les

---

<sup>1</sup> 5 catégories de viandes permises :  
-viande provenant d'un animal qu'on n'a pas vu tuer;  
-viande provenant d'un animal qu'on n'a pas entendu tuer;  
-viande d'un animal qui n'est pas tué exprès pour soi-même;  
-viande provenant d'un animal mort naturellement;  
-viande provenant du reste d'un animal consommé par un autre.

enseignements du Grand Véhicule pour les mettre en pratique dans votre vie de chaque jour; c'est pourquoi je ne vous parlais que du Petit Véhicule et vous autorisais provisoirement à consommer des aliments d'origine animale parmi les cinq catégories permises."

Maintenant que votre niveau est suffisamment élevé pour recevoir les règles du Grand Véhicule, il vous faut absolument vous abstenir de consommer viandes et poissons afin de vous préserver du plus grand des péchés: le meurtre d'un être vivant. Bien que n'y participant pas directement, le seul fait pour l'homme de profiter de la mort d'un animal, anéantit dans son coeur tout germe de compassion et de concept d'égalité entre tous les êtres. Comment, dans ces conditions, peut-il échapper au Cycle des renaissances (samsara) et parvenir à la Bouddhété ? "

Ce précepte est clair : le régime végétarien est destiné avant tout à entretenir dans le coeur de l'adepte le sentiment de compassion, la règle primordiale de libération spirituelle, avec son corollaire, d'égalité de considération et de traitement pour tous les êtres vivants. Il constitue l'application dans notre vie de chaque jour, de la doctrine de toute bonté et de sensibilité qu'est le bouddhisme.

Si pour satisfaire le besoin de bien manger, nous feignons d'ignorer le spectacle d'animaux égorgés, éviscérés, dépecés, après avoir connu les atroces souffrances de la peur et de l'agonie, nous serons indignes d'écouter les paroles du bouddha, et toutes nos prières ou nos bonnes actions par ailleurs ne sauront alléger notre karma.

Quant au concept de l'égalité entre tous les êtres vivants, il procède logiquement et tout naturellement de la nature universelle de la bouddhité. Quelle que soit la forme sous laquelle il renaît dans l'une des six voies de sa réincarnation<sup>2</sup>, tout être vivant possède une parcelle de la précieuse spiritualité universelle qui lui permet après rachat de tous ses péchés de devenir Bouddha à son tour au moment préfixé.

Le Bouddhiste doit se débarrasser avant tout de cette croyance selon laquelle les animaux sont créés sur terre pour servir l'homme et assurer sa subsistance.

Ce préjugé procède de l'ignorance originelle, l'Avijja, cause de toutes les souffrances humaines. Il engendre à son tour la vanité et l'égoïsme : l'homme est un être supérieur à qui tout appartient, sans compter l'absence totale de sensibilité à l'égard des animaux d'abord, de son prochain ensuite.

### **b. La loi du karma.**

L'essence de la doctrine bouddhiste c'est le principe de l'enchaînement des actes de l'homme, le lien direct et indissoluble entre les causes et les effets de même nature, puissance motrice des renaissances sans fin. Le bouddha l'a dit dès son premier sermon "C'est parce qu'ils ont commis depuis l'origine des temps des actes de

---

<sup>2</sup> 6 voies de renaissance: les dévas, les hommes, les asuras (génies combattants), les habitants de l'Enfer, les prétras (démons affamés), les bêtes sont les 6 catégories d'êtres vivants ( les 6 voies d'existence) encore sujettes renaissances.

destruction réciproques que tous les êtres vivants sont entraînés dans un élan perpétuel vers les six voies de la renaissance."

Le Surangama Samadhi Sûtra apporte cette précision: "Celui qui a supprimé une vie, doit payer d'une vie. Si la proportion vers le meurtre ne peut être arrêtée, l'humanité tournera éternellement dans sa prison de feu."

Ainsi pour le bouddhiste, suivre le régime végétarien, c'est contribuer dans une certaine mesure à la protection de la Vie, ne fût-ce que celle des êtres aussi petits soient-ils.

### **c. Des raisons d'hygiène.**

Sur le plan scientifique, les bienfaits du régime végétarien ne sont pas une découverte des temps modernes. Le philosophe romain Seneque l'avait déjà dit : "En consommant de la viande, l'homme prend chaque jour, sans s'en apercevoir, une dose de poison qui raccourcit sa vie."

Plus près de nous, les professeurs Soteyko, des animaux de boucherie ont des toxines dangereuses pour l'organisme humain. D'ailleurs une constatation peut être faite facilement sur le plan pratique : des légumes exposés à l'air pendant quelques jours se dessèchent sans se décomposer, alors que la viande devient avariée, repoussante par son aspect et son odeur.

Il n'est pas étonnant dans ce cas qu'un régime carné constitue virtuellement un pourvoyeur de maladies, d'autant plus que, malgré les contrôles sanitaires,



beaucoup d'animaux, domestiques aussi bien que sauvages, transportent des germes de maladies dangereuses telles que : tuberculose, fièvres typhoïdes ou aphteuses, parasites intestinaux etc...

A cet égard, les avantages du régime végétarien n'ont plus besoin d'être démontrés surtout pendant ces trois dernières décennies. Le régime végétarien est adopté et conseillé sur tous les continents : au Japon l'Association "Pour Une Alimentation Naturelle" compte des millions d'adeptes. Il en est de même en Chine continentale avec le mouvement "Vers une Consommation des Fruits et Légumes", sans compter une multitude d'associations similaires en Europe et aux U.S.A.

Un dernier préjugé toutefois, il convient de le souligner ici, fait encore hésiter bon nombre de personnes: c'est la croyance selon laquelle seul un régime carné est susceptible d'apporter le nombre de calories nécessaires pour le travail musculaire. Cette erreur a été démontrée par des savants et chercheurs de l'Université de YALE.

Le professeur Irvin Fischer a déclaré qu'une nourriture riche en azote - viande et poisson par exemple - procure un tonus momentané, mais diminue la capacité d'endurance à la fatigue. En conséquence un plat de viande rouge a le même effet qu'un excitant musculaire : alcool ou autre. Un autre professeur, Madame White assure que les aliments comme les graines, feuilles, fruits ne cède en rien à une nourriture composant: viandes, poissons et matières grasses d'origine animale.

### III. COMMENT PRATIQUER

#### LE REGIME VEGETARIEN

##### a. Les divers degrés du régime.

Le régime végétarien n'est profitable qu'autant que nous le pratiquons de façon méthodique, selon les aptitudes d'adaptation de notre organisme, et les progrès de notre évolution morale. L'excès d'ardeur du néophyte apporte dans une grande majorité de cas plus de mal que de bien. C'est pourquoi sans prescrire de règles absolues, la discipline bouddhiste distingue plusieurs degrés dans le Régime Végétarien.

##### Régime périodique.

Il est pratiqué seulement pendant un certain nombre de jours du mois ou de l'année. Ainsi le régime:

\*de deux jours: les 1er et 15è jour du mois lunaire

\*de quatre jours : les 1er, 8è, 15è et 23è jours.

\*de six jours: les 1er, 8è, 14è, 15è, 23è et le dernier jour du mois.

\*de dix jours: les 1er, 8è, 14è, 15è, 23è, 24è, 27è, 28è, 29è et 30è jours (ou les 4 derniers jours si le mois est incomplet).

\*d'un mois: pendant tout le 1er ou le 7è mois de l'année.

\*de trois mois: pendant tout les 1er, 7è et 9è ou 10è mois de l'année...ou encore pendant un trimestre entier.

Après cette période d'adaptation, passer à la deuxième étape.

### Régime perpétuel.

Pendant toute la durée de l'existence. Ce régime peut encore s'accompagner d'un exercice plus sévère qui consiste à ne rien consommer quand midi est passé.

#### **b. L'application pratique.**

##### b1. Diversification du régime.

Elle permet d'éviter la monotonie et la lassitude du régime.

Le règne végétal nous offre en effet une variété de produits comestibles, permettant tous les choix et combinaisons possibles, en fonction de leurs teneurs en azote et en vitamines. Citons au hasard: la tomate, le liseron d'eau, le soja, les champignons, le chou, la pomme de terre, le maïs, le blé, le riz etc ... Il suffit de les combiner judicieusement pour obtenir des menus aussi appétissants que nutritifs. En voici quelques uns : Fruits frais ou secs, riz ou maïs ou blé, bettes ou autres légumes, arachides grillées.

Lait de soja, fruits, riz, céréales ci-dessus etc ...

Les épices ne sont pas interdits, mais il ne faut pas en abuser.

##### b2. Les modes de cuisson.

La cuisson est aussi importante que le choix des produits. Le régime végétarien requiert lui aussi un art culinaire. Il y a donc lieu de parler sommairement d'une technique spéciale de cuisson.

-Eviter les cuissons prolongées qui détruisent les

vitamines B et C.

-Eviter autant que possible les fritures dont les matières grasses rendent laborieuse la digestion.

-Préférer les grillades aux fritures.

-Pour cuire à l'eau, mettre la quantité d'eau strictement nécessaire; consommer cette eau de cuisson riche en vitamines.

-Adopter la cuisson au bain-marie chaque fois que cela se peut.

### b3. Précautions supplémentaires.

Pour ceux qui adoptent les régimes végétariens périodiques, préparer l'organisme à passer sans difficulté au régime permanent, en consommant le moins de viande possible pendant les périodes hors régime.

Consommer également le moins d'oeufs possible, et de préférence les oeufs non couvés. Le mieux c'est de s'en abstenir.

## **c. Des erreurs à éviter**

c1. Ne pas croire que le régime végétarien procure un bienfait miraculeux sur le plan spirituel. Eviter surtout de se sentir supérieur à celui qui pratique encore le régime carné.

c2. Suivre avec prudence le processus d'accentuation du régime. Eviter d'adopter d'emblée le régime végétarien permanent si l'organisme n'a pas le temps de s'y habituer.

c3. Ne pas considérer que le régime végétarien est

une ascèse. Un menu trop chargé est nuisible à la santé mais une alimentation trop pauvre ne l'est pas moins. L'organisme affaibli ne permet pas à l'esprit de progresser sur la Voie de la Connaissance, et du perfectionnement.

c4. Eviter les imitations de plats de viande.

Certains restaurants végétariens et aussi certaines ménagères croient faire preuve d'ingéniosité en donnant à des plats végétariens l'apparence et le goût des plats de viande, sans oublier de les baptiser comme tels. Ce faisant, ces faux cordons bleus commettent aussi le péché de tentation, car ils cherchent à éveiller la gourmandise et à faire considérer le régime carné comme supérieur au régime végétarien.

c5. Ne pas oublier les jours de régime.

Il faut avoir le courage de suivre le régime pendant les jours convenus, même en voyage, même au cours des relations publiques.

c6. Eviter les épices forts ou trop aromatisés. En général ces épices excitent inutilement les sens sans donner meilleur goût aux plats. Sont à bannir l'oignon, l'échalote, l'échalote de chine, l'ail...

#### **IV. LES AVANTAGES DU REGIME VEGETARIEN.**

##### **a. avantages pour l'individu.**

Le régime végétarien procure des avantages immédiats tels que : économie d'argent, économie de travail et de temps, surtout avantage de bonne santé et d'équilibre mental. Il est bénéfique aussi pour la vie

future car il allège notre karma en le débarrassant de toute complicité de meurtre d'êtres vivants comme il a été exposé plus haut.

**b. Avantages pour l'humanité et l'ensemble des êtres vivants.**

Si dans une ère future l'humanité toute entière pratique le régime végétarien, elle se sera débarrassée de tous sentiments et de tous actes de cruauté à l'égard des animaux aussi bien que des hommes. Le monde ne connaîtra plus de guerre. Un savant a dit : "La paix commence d'abord par l'absence d'effusion de sang d'animaux, par la suppression de l'alimentation carnée chez les hommes."

La même pensée avait été exprimée chez un distique chinois du 9<sup>e</sup> siècle :

*Toute pensée de meurtre ayant été bannie  
du coeur humain.*

*Pourquoi s'inquiéter du bruit des armes sur terre ?*

## **Conclusion**

Aussi donc le bouddhiste est à l'avant-garde du combat pour la Paix comme pour l'Humanité dans son acception la plus large, car elle s'étend à tous les êtres vivants sur terre. Pour lui, les animaux ne sont pas des bêtes, mais des êtres doués de spiritualité potentielle qui leur permettra de parvenir un jour à la libération de leur

karma et de devenir bouddhas tout comme les hommes.

En conclusion, bouddhistes ou non bouddhistes, si tous les hommes pratiquaient le régime végétarien, la terre serait déjà le Pays du Suprême Bonheur.

Pour nous, Bouddhistes, la règle ayant été ainsi définie il nous suffit de l'observer, sans faire d'efforts excessifs, avec juste ce qu'il faut de détermination et de constance, et la vision d'un monde meilleur nous apparaîtra sur cette terre même.





## LEÇON N° 10

# LES HUIT ABSTINENCES

(ATTHANGA SILA)

### Introduction

Bouddha a prêché pendant près de 50 ans; il a abordé 80 mille sujets différents, lesquels, en dépit de leur grand nombre, peuvent être classés en trois domaines principaux; à savoir : Giói (les abstinences), Định (la Concentration mentale) et Huệ (la Faculté de vision, de compréhension et de pénétration)...

### Développement

#### I. DEFINITION

#### II. EXPLICATIONS CONCERNANT LES HUIT ABSTINENCES.

1. Ne pas détruire la vie
2. Ne pas voler
3. Ne pas avoir de relations sexuelles
4. Ne pas mentir.
5. Ne pas prendre de boissons enivrantes.
6. Ne pas danser, chanter, se parfumer
7. Ne pas utiliser de meubles luxueux, de lits confortables.
8. Ne pas manger l'après midi.

## Conclusion

Il est conseillé aux bouddhistes de se conformer aux huit abstinences.

1. Les effets bénéfiques des huit abstinences.
2. Pour ces raisons, tout bouddhiste convaincu se doit de pratiquer la règle des huit abstinences.



LEÇON N° 10

**LES HUIT ABSTINENCES**  
(ATTHANGA SILA)

**Introduction**

Bouddha a prêché pendant près de 50 ans; il a abordé 80 mille sujets différents, lesquels, en dépit de leur grand nombre, peuvent être classés en trois domaines principaux; à savoir : **Giõi** (les abstinences), **Định** (la concentration mentale) et **Huệ** (la faculté de vision, de compréhension et de pénétration).

De ces trois domaines, celui des abstinences est incontestablement le plus important. C'est fondamental car l'abstinence permet la concentration mentale, et la concentration mentale permet d'accéder à la vision dans la nature profonde des choses, y compris la réalisation du Nirvana.

Grâce aux abstinences, le bouddhiste se débarrasse des tracas matériels pour accéder à la haute sphère de la spiritualité, tout en chassant de son esprit et de son coeur tous les soucis et toutes les obsessions, afin de mieux parvenir à l'état de Bouddha.

On dénombre plusieurs degrés et des formes multiples d'abstinences chez le pratiquant. Ainsi le novice (Sa di) est assujetti à 10, le bikkhu à 250 et la bikkhuni (nonne) à 348.

Quant aux bouddhistes pratiquant à domicile, ils

peuvent être assujettis aux Trois Refuges (tam quy), aux Cinq Interdictions (ngũ giới), aux Huit abstinences (bát quan trai giới) ou au régime de Bodhisattva (Bồ tát giới).

Nous avons déjà étudié les Trois Refuges et les Cinq Interdictions. Quant au régime réservée aux bodhisattvas, nous l'étudierons plus tard, en raison de sa complexité. A présent, nous abordons les Huit abstinences.

## Développement

### I. DEFINITION

Les Huit Abstinenances, c'est le régime que le vrai bouddhiste pratique à domicile pendant un jour et une nuit, sans discontinuité. Ce régime, on l'appelle en sino-vietnamien "Bát quan trai giới", "bát quan" signifiant les "huit ports" et "trai giới" les "abstentions volontaires". Plus particulièrement, le vocable "trai" (populairement chay) se traduit du sanskrit Posadha, du pali Posatha, qui a le sens d'interdiction de manger après la montée du soleil au zénith.

En somme, le régime des Huit abstinences (bát quan trai giới) prescrit au bouddhiste l'observance stricte des huit empêchements suivants :

1. Ne pas détruire la vie.
2. Ne pas voler.
3. Ne pas avoir de relations sexuelles.
4. Ne pas mentir.
5. Ne pas prendre de boissons enivrantes.
6. Ne pas se maquiller, se parfumer, chanter, danser,

assister aux spectacles.

7. Ne pas utiliser de sièges et lits luxueux et confortables.

8. Ne pas prendre de nourriture solide après midi.

## **II. EXPLICATIONS CONCERNANT LES HUIT ABSTINENCES.**

### **1. Ne pas détruire la vie**

Pourquoi il ne faut pas détruire la vie ? Les êtres vivants, innombrables et multiformes, ont un point commun : ils veulent vivre, ils ont peur de la mort, ils sont sensibles à la joie ainsi qu'à la souffrance. Tous cherchent à fuir le danger pour préserver leur existence. Une fois qu'ils échappent au danger, leur joie est indicible.

Notre ligne de conduite, à nous bouddhistes, est de ne jamais porter atteinte à la vie des êtres, si humbles soient-ils, de les aider à vivre, de ne pas détruire la vie, sous quelque prétexte que ce soit.

"Ne plus tuer" est le premier des Cinq Commandements déjà vu. Tous les bouddhistes ne sont pas forcément des végétariens. Ils s'abstiendront le jour des Abstinenances de toutes viandes.

En voulant consommer de la viande, les gens se donnent le penchant, le droit et la liberté de tuer. C'est pourquoi, il faut s'abstenir de viande, dans la mesure du possible pour neutraliser ce penchant à tuer les animaux. Quant aux êtres humains, il est rigoureusement interdit de les tuer. C'est pourquoi toute guerre est condamnable,

parce que destructrice de vies humaines. Par contre, il faut toujours prêcher la paix, la concorde et la fraternité.

## **2. Ne pas voler.**

Voler c'est s'approprier quelque chose qui ne nous appartient pas. Voler, c'est aussi le fait d'utiliser de fausses mesures, de la fausse monnaie, de tromper les gens, de concussionner, de ne pas restituer ce qu'on doit aux autres, etc...

Pourquoi voler aux autres ce qu'ils ont acquis honnêtement à la sueur de leur front ? A fortiori, un bouddhiste qui se soucie si peu des biens de ce monde, s'interdit de commettre le moindre vol, la moindre frustration au détriment de qui que ce soit.

Dans la lutte pour la vie, qui se déroule dans des conditions de plus en plus difficiles, les gens sont souvent enclins à recourir à diverses astuces pour gagner un peu plus ou beaucoup plus, tout cela est répréhensible et tout vrai bouddhiste se doit de s'en abstenir.

Non seulement il ne faut pas voler, mais il faut encore partager ce qu'on a aux autres moins privilégiés, moins favorisés que nous, les aider moralement et matériellement, faire au moins une bonne action dans la journée des Abstinenances.

## **3. Ne pas avoir de relations sexuelles**

L'acte sexuel est le karma enchaînant existences successives. C'est pourquoi celui qui veut entrer complètement en religion doit s'interdire toute relation sexuelle. Bouddha a prêché ceci : "Celui qui veut atteindre le Nirvana, sans s'interdire toute relation

sexuelle, n'y parviendra jamais. Il est comme celui qui veut obtenir du riz, en faisant cuire du sable et des graviers."

Quant aux pratiquants à domicile, il ne leur est pas interdit de pratiquer l'acte sexuel, dans sa forme conjugale, avec tempérance, afin de ne pas altérer la santé. Il ne doit pas comettre l'adultère.

Il va sans dire que le régime total, dit des Huit abstinences, interdit non seulement toute relation sexuelle, mais encore toute pensée à caractère sexuel.

L'interdiction sexuelle est bénéfique en ce sens qu'elle conduit à l'extinction du désir: base de la philosophie bouddhique.

#### **4. Ne pas mentir.**

Mentir c'est ne pas dire vrai, c'est dire le contraire de ce qu'on pense. On ment par inconscience, par intérêt ou par méchanceté.

Le mensonge sème le doute et la discorde dans les relations personnelles, familiales et sociales. Il peut nuire aux autres et fait perdre du crédit à soi-même .

Le vrai bouddhiste doit non seulement s'interdire le mensonge, mais encore doit encourager tout le monde à la franchise et la sincérité.

L'observance de la règle de franchise totale ne peut qu'engendrer des effets bénéfiques chez le pratiquant de la religion bouddhique, qui aura ainsi acquis une vertu essentielle : la sincérité.

#### **5. Ne pas prendre de boissons enivrantes.**

L'usage de l'alcool rend ivre et obnubile l'esprit.

L'alcool est plus nuisible que le poison, car si le poison tue de suite et une seule personne, l'alcool, par ses effets, agit aussi sur l'entourage immédiat et aussi sur la descendance.

Pour cette raison, le Bouddha enseigne : "Il vaut mieux boire du cuivre bouillonnant pour annihiler son propre corps, que boire de l'alcool."

Bouddhistes, nous devons nous abstenir d'alcool et liqueurs, afin de conserver notre pleine lucidité, tendre au perfectionnement de nous mêmes à l'image de bouddha.

Le bouddhiste n'invite personne, ni n'encourage personne à boire, car ce serait faire du tort aux autres, et la conséquence serait plus gave.

Exceptionnellement, le bouddhiste peut accepter l'absorption d'une certaine quantité d'alcool, sous forme de médicament et sur avis du médecin.

Plus particulièrement, au jour d'abstinence totale comportant les Huit interdictions, l'alcool est rigoureusement proscrit.

## **6. Ne pas danser, chanter, se parfumer**

Nos cinq sens : les oreilles, les yeux, le nez, la langue, le corps, sont les portes d'accès, soit au Nirvana, soit à l'Enfer. Cela dépendra de nous d'en faire bon usage pour avoir la bonne direction. Une vie saine, des pensées nobles, l'observance des interdits, la pratique de la méditation nous ouvrent la porte du Nirvana. Par contre une vie de luxure, tout entière attachée au matérialisme dégradant nous conduit immanquablement à l'Enfer.



C'est pourquoi le bouddhiste s'interdit de se parfumer, de se maquiller, de se parer, de chanter, de danser, car ce sont là autant de facteurs dépravants pouvant porter préjudice au corps et à l'esprit.

Toutefois, il n'est pas interdit au bouddhiste d'assister à des manifestations culturelles et artistiques de qualité et d'éviter, autant que faire se peut, de participer à toute manifestation peu recommandable.

Il va sans dire qu'au jour d'abstinence totale qu'aucun relâchement n'est permis sous quelque forme que ce soit.

L'observance de cette règle, même pour la durée de 24 heures, ne peut que donner des efforts bénéfiques au pratiquant.

#### **7. Ne pas utiliser de meubles luxueux, de lits confortables.**

Il est démontré que le luxe entraîne la luxure, que le moelleux et le soyeux provoquent des sensations physiques non propices à la pratique de la religion, qui exige plutôt la simplicité et l'austérité dans la vie quotidienne.

On cite l'exemple du Vénérable Ngo Đat, Conseiller du Royaume, qui avait bénéficié de tous les égards de la part des rois Y Ton et Hy Ton. Il s'asseyait notamment sur un canapé en bois de santal et se laissait allécher par les honneurs et les richesses. Ce qui le poussa à commettre des exactions préjudiciables à sa dignité et sa moralité.

Sachant tout le mal que peuvent engendrer ces formes

matérielles d'existence, les grands Maîtres de la religion bouddhique, tels que les Vénérables Hiep Ton et Cao Phong Dieu, avaient toujours refusé les lits moelleux et les sièges confortables, cependant que Bouddha se tenait à même le gazon et sous la rosée, presque tout au long de son existence.

Il est donc recommandé au bouddhiste pratiquant de vivre avec le minimum de confort et le plus simplement possible, afin de porter tout son effort vers la méditation et le perfectionnement de soi-même.

L'observance de cette règle est stricte le jour d'abstinence totale.

### **8. Ne pas manger l'après midi.**

La loi bouddhique prescrit : "Les Devas se nourrissent le matin, Bouddha à midi, les animaux l'après midi, les diables la nuit venue. Les disciples de Bouddha (les religieux ou bonzes et bonzesses) se doivent de prendre leur repas en même temps que bouddha."

Le fait de se nourrir à midi vous rapporte les cinq bienfaits suivants :

- On risque moins de commettre des erreurs
- On chasse l'envie de dormir
- On favorise la concentration mentale
- On maintient l'enthousiasme
- On stabilise le corps et on évite des maladies.

Dans quelques cas exceptionnels, par exemple en cas de maladie, le bouddhiste peut s'autoriser un peu de riz

ou de potage l'après midi, mais avec une certaine honte.

En tout cas, l'observance de cette règle est stricte au jour d'abstinence totale.

## **Conclusion**

Il est conseillé aux bouddhistes de se conformer aux huit abstinences.

### **1. Les effets bénéfiques des huit abstinences.**

Il est indéniable que les huit abstinences portent des effets bénéfiques pour le pratiquant à domicile, ne serait-ce que pour la durée de 24 heures, durant lesquelles les agissements, les expressions et les pensées doivent être soumises à une stricte discipline, celle de la pureté complète, et c'est appréciable. Ce n'est peut être qu'une goutte d'eau, mais de l'eau pure, tout à fait pure, qui garde toute sa valeur, tel un petit joyau.

Nous allons passer en revue ces bons effets qui se font sentir à l'issue de ces 24 heures d'abstinence :

- La première abstinence nous permet de conserver notre parfaite quiétude, nous mettant à l'abri de tout remords. Nous sommes tranquilles en notre corps, notre esprit, notre âme et notre conscience, pour n'avoir fait aucun mal à qui que ce soit.

- La seconde abstinence nous met au dessus de tout soupçon, nous permet d'avoir la conscience tranquille, n'ayant rien pris aux autres et partant, n'ayant causé aucun dommage à qui que ce soit.

- La troisième abstinence nous aide à conserver notre

propreté physique et notre pureté mentale.

- La quatrième abstinence nous évite de commettre des mensonges préjudiciables à notre dignité et nuisibles à autrui, ce qui préserve la confiance et le respect de ceux qui nous entourent.

- La cinquième abstinence nous préserve des effets maléfiques de l'alcool, tout en nous conservant la lucidité et en épargnant tout danger à ceux qui nous entourent.

- La sixième abstinence nous préserve de toutes les saveurs, senteurs, couleurs désordonnées et provocantes; de toute musique perverse et dégradante.

- La septième abstinence nous met à l'abri de toute tentation à la luxure, aux honneurs et aux richesses, étant nous mêmes persuadés que rien ici-bas ne dure, que tout s'effrite, que tout est vanité, rien que vanité.

- La huitième abstinence nous inculque la sobriété et la tempérance, la règle d'or qui nous fait éviter bien des maladies, qui nous distingue des animaux et des diables affamés qui sont en quête de nourriture la nuit venue.

## **2. Pour ces raisons, tout bouddhiste convaincu se doit de pratiquer la règle des huit abstinences.**

Il est recommandé aux bouddhistes à domicile, généralement occupés par des activités professionnelles, de venir au moins une fois par mois à la pagode pour y pratiquer le régime d'abstinence totale ; tel qu'il a été défini plus haut.

Il est souhaitable qu'ils y viennent le plus souvent, si les moyens d'existence le permettent, car la pagode offre

le cadre propice aux abstinences et à la méditation.

Aux uns et aux autres, nous leur recommandons, dans la mesure du possible, les huit abstinences qui ouvrent la voie à la purification et à la libération physique et mentale...



## **Cérémonie pour la pratique du régime des Huit Abstinenances.**

D'après les normes, le pratiquant doit se rendre à la pagode pour recevoir du maître de séance, les nombreuses instructions, les unes après les autres.

S'il est empêché, il peut, à domicile, devant son autel de Bouddha, suivre les rites de cette pratique.

Il importe au pratiquant qu'avant le jour du régime, il règle ses affaires de famille afin de préserver sa tranquillité d'esprit. C'est la condition essentielle pour que la pratique du rite soit bénéfique.

De tout coeur, je me prosterne respectueusement devant tous les Bouddhas, ceux des temps passés, ceux des temps présents et ceux des temps futurs, devant les Sutras infiniment respectés, devant les sages religieux résidant habituellement dans le monastère.

(1 prosternation)

De tout coeur, je me prosterne devant le Maître vénéré plein de compassion et de miséricorde Sakya Muni Bouddha, devant le Bodhisattva Mahasattva Maitreya, devant le...

(1 prosternation)

De tout coeur, je me prosterne devant...

(1 prosternation) (Debout, mains jointes, récitation

## de la grande compassion ( CHÚ ĐẠI-BI)

Nam mô Đại Bi Hội Thượng Phật Bồ Tát (3 fois)

Thiên thủ thiên nhãn Vô ngại Đại bi tâm đà la ni.

Nam mô hắc ra đác na đá ra dạ da, Nam mô a rị gia bà lô kiết đế, thuốc bát ra da, bồ đề tát đỏa bà da, ma ha tát đỏa bà da, ma ha ca lô ni ca da.

Án tát bàn ra phạt duệ, số đát na đát tōa.

Nam mô tất kiết lật đỏa y mông, a rị da bà lô kiết đế, thất Phật ra lăng đà bà.

Nam mô na ra cần trì hê rị, ma ha bàn đá sa mế, tát bà a tha đậu du bằng, a thệ dựng, tát bà tát đá, na ma bà đà, ma phạt đạt đậu đát điệt tha. Án a bà lô hê, lô ca đế, ca ra đế, di hê rị, ma ha bồ đề tát đỏa tát bà tát bà, ma ra ma ra, ma hê ma hê, rị đà dựng, cu lô cu lô kiết mông, độ lô độ lo, phạt xà da đế, ma ha phạt xà da đế, đà ra đà ra, địa rị ni, thất Phật ra da, dá ra dá ra. Mạ mạ phạt ma ra, mục đế lệ, y hê di hê, thất na thất na, a ra sâm, Phật ra xá lợi, phạt sa phạt sâm, Phật ra xá da, hô lô hô lô ma ra, hô lô hô lô hê rị, ta ra ta ra, tất rị tất rị, tô rô tô rô, bồ đề dạ bồ đề dạ, bô đà dạ, bô đà dạ, di đế rị dạ, na ra cần trì, địa rị sắc ni na, ba dạ ma na ta bà ha. Tất đà dạ ta bà ha. Ma ha tất đà dạ ta bà ha. Tất đà du nghệ, thất bàn ra dạ, ta bà ha. Na ra cần trì, ta bà ha. Ma ra na ra ta bà ha. Tất ra tăng a mục khê gia ta bà ha. Ta bà ma ha, a tất đà dạ, ta bà ha. Giả kiết ra a tất đà dạ, ta bà ha. Ba đà ma yết

tất đà dạ ta bà ha. Na ra cần trĩ bàn đà ra dạ ta bà ha.  
Ma bà lợi thắng kiết ra dạ ta bà ha.

Nam mô hắt ra đát na, đa ra dạ gia. Nam mô a ri  
gia bà lô kiết đế, thuốc bàng ra dạ ta bà ha.

Án tất điện đô mạng đa ra, bạt đà da ta bà ha (3  
fois).

Nam mô Thập Phương Thường Trú Tam Bảo (3  
fois)

(A genoux, mains jointes, lecture du texte)

### "SE REPENTIR" (SAMMA)

Je suis le disciple qui a commis beaucoup de  
mauvaises actions,

Toujours à cause de ma cupidité, de ma colère et de  
mon ignorance,

Que ce soit par mes actes (le corps), de par mes  
paroles (la bouche) et de par mes pensées (l'esprit),

De tout cela, je dois me repentir.

(Après 3 lectures, debout)

Nam mô Cầu Sám Hối Bồ Tát Ma Ha Tát

(3 fois 3 prosternations)

(A genoux, mains jointes, lecture des vœux pour la  
pratique du régime des 8 abstinences)



## TEXTE DES VOEUX

### **Un : vœu de ne pas tuer**

Disciple, je fais serment de ne pas porter atteinte à une vie quelconque durant ces 24 heures. Non seulement, je ne tue pas, mais je ne demanderai pas à une tierce personne de tuer et je n'assisterai pas avec plaisir à une tuerie.

( 1 inclination )

### **Deux : vœu de ne pas voler**

Disciple, je fais serment de ne pas voler durant ces 24 heures. Non seulement, je ne vole pas mais je n'inciterai pas une autre personne à voler et je n'assisterai pas avec plaisir à un vol.

( 1 inclination )

### **Trois : vœu de ne pas avoir des relations sexuelles**

Disciple, je fais serment de ne pas avoir de relations sexuelles durant ces 24 heures. Non seulement, je n'aurai pas de relations sexuelles mais je ne demanderai pas à d'autres d'en avoir ou d'assister avec plaisir à un acte sexuel.

(1 inclination)

### **Quatre : vœu de ne pas mentir**

Disciple, je fais serment de ne pas mentir durant ces 24 heures. Non seulement, je ne mentirai pas mais je ne serai la cause d'aucun mensonge ou ne ressentirai un plaisir à l'écoute d'un mensonge.

(1 inclination)

**Cinq : vœu de ne pas prendre une boisson alcoolisée**

Disciple, je fais serment de ne pas prendre une boisson alcoolisée durant ces 24 heures. Non seulement je n'en prendrai pas mais je n'inviterai pas une autre personne à en boire ou assisterai avec plaisir à l'absorption d'alcool.

(1 inclination)

**Six : vœu de ne pas se maquiller, chanter et danser**

Disciple, je fais serment de ne pas me faire belle (beau), de chanter et de danser durant ces 24 heures. Non seulement je ne me maquillerai pas, je ne chanterai pas, je ne danserai pas mais je ne demanderai pas à d'autres de le faire ou d'assister avec plaisir à de tels actes.

(1 inclination)

**Sept : vœu de ne pas se servir de chaises ou lits moelleux et luxueux**

Disciple, je fais serment de ne pas me servir de chaises ou lits luxueux et moelleux durant ces 24 heures. Non seulement je ne me servirai pas de chaises et lits confortables mais je n'inciterai pas une autre personne à s'en servir ou ressentirai un plaisir quelconque quand je verrai les autres s'en servir.

(1 inclination)

**Huit : vœu de ne pas manger en dehors des heures prescrites**

Disciple, je fais serment de ne pas manger en dehors des heures prescrites durant ces 24 heures. Non

seulement, je ne mangerai pas en dehors des heures prescrites, mais je ne demanderai pas à d'autres de le faire ou assisterai avec un plaisir à une telle faute.

(1 inclination)

(Debout invoquer trois fois)

NAM MÔ CÔNG ĐỨC LÂM BỒ TÁT MA HA TÁT

(1 prostration chaque fois)

(Debout, mains jointes, réciter le Sutra Prajna Paramita - Bát nhã Tâm kinh -)



**LES BASES  
FONDAMENTALES  
DU BOUDDHISME  
MAHAYANA**

**TOME II**

**INSTITUT DE RECHERCHE  
BOUDDHIQUE  
LINH-SON**



## LEÇON N°1

# LES DEVOIRS DU BOUDDHISTE LAÏC

(Le pratiquant bouddhiste chez soi)

### Introduction

1. Tous les hommes ont des devoirs à remplir
2. Le bouddhiste laïc a plus de devoirs qu'un agnostique

### Développement

#### I - EN QUOI CONSISTENT LES DEVOIRS DU BOUDDHISTE LAÏC ?

Devoirs envers soi-même

Devoirs envers les parents

Devoirs envers les ascendants

Devoirs envers les enfants

Devoirs de l'épouse envers le mari

Devoirs du mari envers l'épouse

Devoirs envers les autres membres de la famille

Devoirs envers les employés et les serviteurs

Devoirs des employés et serviteurs

Devoirs envers les personnes extérieures à la famille

Devoirs de l'élève envers le Maître

Devoir du Maître envers l'élève

Devoirs envers les Bonzes et les amis bouddhistes

## **II - LES FORMULES DE POLITESSE ET LES REGLES DU CEREMONIAL**

- a. Comment saluer les Religieux
- b. Quel titre donner aux Religieux au moment de s'adresser à eux ?
- c. Règles pour entrer dans le sanctuaire
- d. Règles pour la récitation des prières
- e. Comment tenir le livre des prières

### **Conclusion**

Les exploits extraordinaires ne demandent qu'efforts et enthousiasmes momentanés d'une durée limitée, tandis que les tâches les plus simples, si l'on doit les remplir chaque jour, exigent la patience et les efforts de toute une vie. Même des personnes étrangères à notre religion, mais appartenant à un bon milieu, ayant la pratique des règles de bienséance et des actions vertueuses, ont tout naturellement la connaissance de ces devoirs et de ces règles...



## LEÇON N°1

# LES DEVOIRS DU BOUDDHISTE LAIC

(Le pratiquant bouddhiste chez soi)

### Introduction

#### 1. TOUS LES HOMMES ONT DES DEVOIRS A REMPLIR :

Tous les hommes nés dans cet Univers ont des devoirs. D'une façon générale, toute chose portant un nom, est astreinte à une condition. Les plus infimes créatures, comme les fourmis, les abeilles ont leur condition de créature; les objets les plus volumineux, comme la lune et le soleil, ont aussi chacun leur destinée. Quelque soit leur taille, leur importance, toutes les choses et tous les êtres ont un destin. Ils ont des devoirs en fonctions des tâches et de ce destin qui leur sont dévolus.

Plus le nom a d'importance, plus lourde est la condition, et plus nombreux sont les devoirs. Il est clair qu'au fur et à mesure que d'autres appellations, ou d'autres titres et qualités, s'ajoutent à la dénomination initiale, les devoirs afférents à ces divers cumuls s'ajoutent aussi à la tâche première. Un fonctionnaire a naturellement plus de devoirs qu'un simple particulier ! Si de surcroît, il est un fonctionnaire d'autorité, il en a encore davantage. Mais quand on se borne à accaparer les fonctions et les titres, sans remplir les devoirs qui en

découlent on commet un grave abus de confiance. Les titres sont alors des titres usurpés, de faux titres ! En se généralisant une telle situation a faussé plus d'un système social. C'est pourquoi, pour rétablir l'ordre dans la société de son temps, Confucius a mis au point sa doctrine du "Chính-Danh", c'est-à-dire de la dénomination correcte.

## **2. LE BOUDDHISTE LAÏC A PLUS DE DEVOIRS QU'UN AGNOSTIQUE :**

Le bouddhiste laïc est "un homme qui suit les préceptes de la religion bouddhique sans quitter sa famille." D'où pour lui trois qualités et trois séries de devoirs : il a des devoirs d'homme, des devoirs de bouddhiste, et des devoirs envers sa famille. Si, en plus il assure une fonction publique, il aura aussi les devoirs de sa charge. Pour ne pas entrer dans des détails superflus, nous évoquerons ici simplement les devoirs du bouddhiste laïc en tant que bouddhiste et membre d'une collectivité familiale.

### **Développement**

#### **I - EN QUOI CONSISTENT LES DEVOIRS DU BOUDDHISTE LAÏC ?**

Nous savons que Bouddha est l'Intelligence Parfaite, la puissance Absolue, la Vertu Parfaite : ayant définitivement rompu avec le Moi et la Matière, notre Maître a le pouvoir de faire toutes les actions bonnes et justes ! Dans sa connaissance des Causes et des Effets, il

ne sème que le bon grain.

L'adepte de la religion bouddhique, qui aspire à devenir un fils de Bouddha, à suivre la trace de ses pas, à mériter le nom de bouddhiste, doit naturellement accomplir les devoirs qui découlent de ses vœux : obéir aux Enseignements du Maître, s'efforcer de suivre sa voie et son exemple.

Théoriquement, il devrait en être ainsi, malheureusement étant des laïcs, il nous est impossible de faire tout ce que Bouddha a fait, car nous sommes encore intégrés à des collectivités familiales et subissons les entraves des obligations qui s'y rapportent.

Il en résulte, pour le bouddhiste laïc, trois catégories de devoirs :

- a) envers soi-même,
- b) envers la famille et la parenté,
- c) envers les intimes et les proches n'appartenant pas à la famille.

### **Devoirs envers soi-même :**

On peut les résumer en une formule : le perfectionnement de soi par la maîtrise des passions et la formation du caractère.

Outre ses devoirs d'homme, outre ses efforts pour sauvegarder sa dignité d'homme, le Bouddhiste doit encore maîtriser son cœur et forger son caractère, afin de parvenir à la sérénité intérieure, atteindre le bonheur dans le présent et s'engager sur le chemin de la Délivrance dans l'avenir.

Le bouddhiste doit continuellement chercher à

dépasser sa condition humaine, et sortir des Six Voies. Depuis le commencement des Temps, l'humanité vit et meurt dans l'ignorance, pour se délivrer d'un monde où tout n'est qu'illusion. Au long de sa métamorphose, la multitude des créatures est restée, enchaînée à un destin inexorable. Heureusement pour nous, grâce à de bonnes actions accomplies au cours d'existences antérieures, les bouddhistes laïcs que nous sommes peuvent aujourd'hui déchiffrer les textes sacrés et entendre le Bonne Parole. Tel le voyageur qui dans la nuit noire aperçoit une lumière, le noyé qui, perdu dans l'océan de souffrances, rencontre la barque qui va le sauver, nous avons cette chance inouïe d'entrevoir enfin la Vérité Bouddhique.

Nous serions indignes de la Bonté manifestée par un Bouddha à notre intention, si nous gâchions cette chance, si nous ne consacrons toutes nos forces à l'acquisition de la Foi, au combat contre les mauvais penchants et les passions funestes qui nous maintiennent dans l'étau de la douleur.

Nous nous rendrions coupables d'ingratitude envers le Maître, qui a montré aux hommes comment ils peuvent échapper à la Roue du Temps, au Cycle des Morts et des Renaissances.

En bref, le bouddhiste laïc doit observer les Cinq Préceptes, pratiquer les Dix Vertus, triompher de la souffrance et de la tristesse, se consacrer à la prière et s'ouvrir à la charité. Ainsi seulement il pourra s'élever au dessus de la condition humaine et faire les premiers pas sur le chemin de la Délivrance.

### **Devoirs envers les parents :**

Le bouddhiste laïc a dans sa famille ou sous son toit, ascendants, conjoints, descendants, parents et alliés, et enfin employés et gens de maison. Envers toutes ces personnes, il a des devoirs. Ceux-ci sont groupés par le Kinh Thiên Sanh en cinq catégories comprenant chacune cinq obligations :

### **Devoirs envers les ascendants :**

Le bouddhiste laïc doit :

a. Veiller à ce qu'ils soient chaudement vêtus en hiver, et jouissent de la fraîcheur en été, pour que leur sommeil et leur repos soient paisibles en toutes saisons.

b. Se lever de bonne heure, répartir dès le début de la matinée les tâches entre les serviteurs, préparer soigneusement les repas destinés aux ascendants.

c. Eviter aux ascendants tout effort pénible afin de leur assurer une vieillesse tranquille et heureuse.

d. Se rappeler continuellement leurs bienfaits, et leur prouver toute la reconnaissance dont on est capable durant toute leur vie.

e. S'il tombent malades, leur prodiguer tous les soins nécessaires avec un dévouement total, quels que soient les sacrifices qu'il faudra s'imposer.

### **Devoirs envers les enfants :**

Le bouddhiste laïc doit :

a. Leur apprendre à être bon.

b. Leur conseiller de fréquenter des personnes éclairées et vertueuses.

c. Les inciter à acquérir du savoir.

d. Les marier quand ils atteignent la majorité.

e. Les faire participer aux affaires de la famille et à

l'édification du bonheur familial.

### **Devoirs de l'épouse envers le mari :**

La femme qui pratique la religion bouddhique doit :

a. Aimer et respecter son mari, vivre en harmonie avec lui, se montrer affectueuse et prévenante quand il rentre à la maison et quand il sort.

b. Pendant l'absence du mari, vaquer aux soins du ménage, faire la couture, préparer les repas et d'attendre l'époux pour se mettre à table avec lui.

c. Supporter sans bouderie les accès de mauvaise humeur du mari, écouter ses conseils, partager avec lui le meilleur et le pire.

d. Chaque soir, quand l'époux est couché, vérifier le bon ordre des choses de la maison, s'assurer de la fermeture des portes et fenêtre avant d'aller au lit.

### **Devoirs du mari envers l'épouse :**

Le bouddhiste laïc doit :

a. Se montrer attentionné à l'égard de son épouse en toutes occasions.

b. Prendre les repas à des heures régulières et ne pas se montrer difficile, afin d'éviter à l'épouse fatigues et soucis.

c. Dans toute la mesure de ses moyens, procurer à l'épouse vêtements et autres objets, selon le goût de celle-ci.

d. Avoir pleine confiance en son épouse et lui laisser la conduite des affaires de la maison.

e. Respecter la foi conjugale.

### **Devoirs envers les autres membres de la famille :**

Le bouddhiste laïc doit :

a. Conseiller la bonté à toutes les personnes de sa parenté et s'efforcer de ramener dans le droit chemin celles qui commettent de mauvaises actions.

b. Apporter toute l'assistance possible aux parents malades, ou victimes d'un accident.

c. Respecter les secrets et la vie privée de chacun.

d. Entretenir avec la parenté des relations suivies, afin de s'encourager mutuellement à accomplir de bonnes actions et éviter les mauvaises.

e. Aider, si on en a la possibilité, ceux qui sont dans le besoin.

### **Devoirs envers les employés et les serviteurs :**

Le bouddhiste laïc doit :

a. Avant de donner des ordres, s'assurer que les employés et serviteurs ne manquent de rien au point de vue vêtements et nourriture, et qu'ils ont la force et l'entrain nécessaires pour travailler.

b. Leur prodiguer tous les soins indispensables quand ils tombent malades.

c. S'il commettent une faute, les excuser si celle-ci est involontaire. Dans le cas contraire faire preuve de mansuétude et ne faire de réprimandes que sur un ton mesuré.

d. Ne jamais chercher à s'appropriier les économies des employés et serviteurs et les fruits de leur épargne.

e. Distribuer éloges et récompenses en toute équité.

### **Devoirs des employés et serviteurs :**

Le bouddhiste laïc, s'il est employé ou serviteur, doit:

- a. Se lever chaque jour avant le patron ou les maîtres.
- b. Exécuter les tâches quotidiennes sans attendre d'en recevoir l'ordre.
- c. Prendre soin du matériel et des biens appartenant au patron ou au maître de maison.
- d. Témoigner aux employeurs affections et respect.
- e. Ne jamais dire du mal du patron ou des maîtres.

### **Devoirs envers les personnes extérieures à la famille**

Par "personnes extérieures à la famille" nous n'entendons pas ici celles qui nous sont étrangères; même si elles habitent notre voisinage immédiat, mais uniquement celles avec lesquelles nous entretenons des relations étroites et suivies, sans qu'elles partagent notre toit et fassent partie de notre famille. Ces personnes, intimement liées à votre existence jouent un grand rôle dans notre vie. Elles nous guident sur le chemin de la Connaissance et de la Vertu. Elles contribuent pour une large part à l'édification de notre bonheur.

Pour les bouddhistes laïc, ce sont d'abord les Maîtres, éducateurs ou directeurs de conscience, puis les membres de la communauté que l'on connaît et vénère, enfin les amis bouddhistes, particulièrement versés dans l'étude et la pratique de la religion. Envers chacun de ces trois catégories de personnes, le bouddhiste laïc a des devoirs.

### **Devoirs de l'élève envers le Maître :**

En tant que Bouddhiste, l'élève doit :

- a. Vénérer le Maître à l'égal du père et de la mère.
- b. Obéir au Maître.
- c. Aider le Maître dans le danger ou l'adversité.



d. Suivre avec assiduité et application son enseignement.

e. Les études terminées, continuer à rendre visite au Maître, lui prouver sa gratitude, et la vénération pour ses vertus et son savoir.

### **Devoir du Maître envers l'élève :**

De son côté le Maître bouddhiste a aussi envers son élève cinq obligations, il doit :

a. Enseigner avec conscience, dévouement et ténacité.

b. S'efforcer de faire faire à son élève des progrès sûrs, constants et rapides.

c. S'attacher à graver dans la mémoire de l'élève les questions importantes.

d. Expliquer avec clarté les points difficiles, afin d'obtenir de l'élève une compréhension parfaite.

e. Avoir l'esprit large et ne pas craindre d'être dépassé un jour par l'élève.

### **Devoirs envers les Bonzes et les amis bouddhistes :**

Le bouddhiste laïc doit :

a. Avoir un respect sincère pour les religieux de la communauté, et les adeptes éclairés de la doctrine bouddhique.

b. Obéir aux recommandations et conseils donnés par les uns et les autres.

c. Suivre avec une attention soutenue les séances d'enseignements, se pénétrer du sens des sermons et des prêches, appliquer les préceptes dont ils sont l'illustration.

d. Demander constamment aux Vénérables Bonzes et amis bouddhistes éclairés toutes explications nécessaires

sur les points difficiles de la Doctrine.

e.Demander aux Bonzes, choisis comme Maîtres, les règles des pratiques essentielles de la Foi, telles que la “méditation”, la “prière”, afin de s’y consacrer sans relâche.

## **II - LES FORMULES DE POLITESSE ET LES REGLES DU CEREMONIAL**

Le bouddhiste laïc doit connaître les formules en usage quand on s’adresse aux religieux de la communauté, ainsi que les règles à observer quand on entre dans une pagode, quand on fait ses dévotions au Bouddha, quand on récite les prières etc...

Encore qu’il s’agisse de formules, et de marques extérieures, le bouddhiste se doit de ne pas les ignorer.

### **a. Comment saluer les Religieux :**

Si l’on rencontre sur la route un ou plusieurs membres de la Communauté, il faut joindre les mains de manière à exprimer le respect, et prononcer la formule “NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT” sur un ton joyeux, afin de communier avec les Religieux dans la même joie d’une lumière et d’une foi partagée. Cette façon de saluer est la marque d’une chaleur de sentiment bien supérieur à celle exprimée par la poignée de mains des Occidentaux.

L’invocation bouddhique énoncée est destinée à rappeler à chacun qu’il participe de l’essence de Bouddha, et qu’en suivant la Voie il pourra aussi parvenir à l’Illumination.

### **b. Quel titre donner aux Religieux au moment de**

## **s’adresser à eux ?**

Le bouddhiste laïc, tout en étant, comme les membres de la communauté, disciple du Bouddha, ne doit pas appeler les Religieux ses frères et se servir des termes “Huynh” (frère aîné), Sù-Huynh (condisciple aîné) ou Đạo-Hữu (amico-réligionnaire). Il doit appeler Thầy (révérend) chaque membre de la communauté.

Quant aux termes de Thượng-Tọa, Đại Đức, il ne faut pas en abuser. Il ne convient de les utiliser qu’en présence de Religieux Vénérables, âgés et entrés depuis longtemps en religion, connus pour leurs vertus et leur science, mais avec lesquels on n’a pas encore beaucoup de relations. Vis-à-vis des Religieux dont nous suivons l’enseignement ou les directives, et que nous sommes appelés à voir d’une manière habituelle, le terme “Thầy” (Maître) par les sentiments de respect, d’attachement et d’affection sincère qu’il exprime, est de beaucoup plus préférable.

(A l’heure actuelle, les termes Thượng-Tọa et Đại Đức jouissent d’une grande vogue dans quelques milieux. Nous pensons qu’il ne faut les employer qu’à bon escient, pour ne pas laisser s’étendre la croyance que les membres de la Communauté ont encore soif de titres).

### **c. Règles pour entrer dans le sanctuaire :**

Avant de pénétrer dans le sanctuaire, c’est-à-dire dans la pièce où est dressée l’autel des Bouddhas, il faut d’abord se laver la figure, se purifier la bouche, se laver les mains et les pieds, Il faut se déchausser avant de passer le seuil. On entre par le côté gauche, pour sortir par le côté droit, suivant le précepte “Hữu Nhiếu” de la

religion bouddhique (faire le tour de la natte étendue par terre devant l'autel, trois ou sept fois dans le sens des aiguilles d'une montre, afin de marquer sa vénération à l'égard des Bouddhas).

En sortant du sanctuaire, veiller à ne pas marcher sur des fourmis et autres insectes. Cette précaution est encore plus bénéfique que, par exemple, l'action de donner la liberté à des animaux en captivité.

#### **d. Règles pour la récitation des prières :**

Pour réciter les prières, il faut d'abord joindre les mains à hauteur du coeur. Les appliquer l'une contre l'autre, les doigts joints, de manière à ne pas laisser d'espace vide entre les paumes réunies. Les pieds doivent être à la même hauteur, les talons joints : l'ensemble formant le caractère chinois "bát" (un angle obtus).

Il faut garder les yeux baissés, réciter en articulant posément les mots et les phrases, sans élever la voix, pour ne pas troubler et distraire les autres récitants. Bien observer le rythme de la récitation, scandée par les coups frappés sur le "mō" (instrument constitué par un morceau de bambou ou de bois creux) et conduite par le Duy-Na (ou récitant principal).

A chaque prosternation: la tête, les mains, les genoux doivent toucher la terre, le récitant se vidant l'esprit pour se pénétrer d'un sentiment unique, la vénération envers les Bouddhas. Il faut aussi se tourner légèrement ou se placer un peu à côté, afin de ne pas présenter le dos aux autres autels dressés à l'intérieur de la pagode et préserver la place du Bonze Supérieur.

#### **e. Comment tenir le livre de prières :**

Avant de toucher le bréviaire, il faut avoir les mains propres. Si on doit le déplacer d'un endroit à un autre, il faut le tenir serré contre son coeur. Ne jamais le placer sous l'aisselle, car vénérer le Livre des Prières c'est vénérer les Bouddhas. Quand on a le livre dans sa mains, pour saluer quelqu'un il faut d'abord déposer le livre sur une table. Faute de pouvoir le faire, on serrera le livre sur la poitrine en énonçant la formule Nam-Mô-A-Di-Đà-Phật. Il faut surtout éviter de faire le geste du salut avec le bréviaire dans les mains : cela est strictement défendu.

Nous n'avons consigné ci-dessus que les principales règles dont l'observance est demandée au bouddhiste laïc. Le protocole complet en comporte beaucoup d'autres, plus minutieuses, mais elles n'entrent pas dans le cadre de cet exposé.

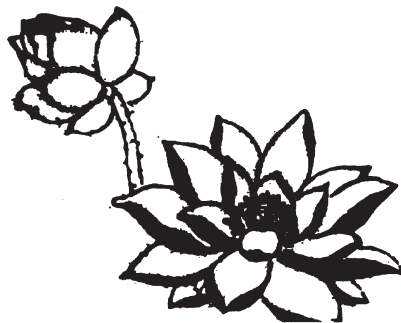
## **Conclusion**

Les devoirs du bouddhiste qui pratique la religion sans quitter sa famille tels que nous les avons énumérés ci-dessus, ne sont ni nombreux ni particulièrement difficiles à remplir. Même des personnes étrangères à notre religion, mais appartenant à un bon milieu, ayant la pratique des règles de bienséance et des actions vertueuses, ont tout naturellement la connaissance de ces devoirs et de ces règles.

Cependant l'importance n'est pas de savoir ce qu'il faut faire, mais plutôt de faire ce qu'il faut. Bien accomplir les devoirs d'une vie quotidienne dans l'existence ordinaire de chaque jour, est souvent plus

difficile que l'aller au combat ou de gravir les montagnes et traverser des torrents. Les exploits extraordinaires ne demandent qu'efforts et enthousiasmes momentanés d'une durée limitée, tandis que les tâches les plus simples, si l'on doit les remplir chaque jour, exigent la patience et les efforts de toute une vie. C'est pour cette raison que nous avons ce dicton populaire : "le plus difficile est de pratiquer la religion chez soi, la pratiquer sur la place publique l'est déjà moins, et rendre le culte à la pagode est la manière la plus facile de pratiquer le Bouddhisme."

Amis bouddhistes, ne négligez donc pas vos devoirs même s'ils vous paraissent simples. Consacrez leur toutes vos forces et tous vos instants. Vous serez récompensés de votre ardeur et de votre ténacité : déjà vous avez fait un grand pas vers la Délivrance.



## LEÇON N°2

# **LA CEREMONIE ULLAMBANA** **DU 15EME JOUR DU 7EME MOIS LUNAIRE**

### **Introduction**

- 1 - Piété filiale
- 2 - Les différentes manifestations de la piété filiale

### **Développement**

#### **DEFINITION**

- a - Origine
- b - Conseils pratiques
- c - Quelques précisions complémentaires

### **Conclusion**

Pour peu que l'étincelle de bodhicitta demeurant emprisonnée au fond du coeur de l'être condamné soit apte à recevoir cet appel émouvant, elle s'allumera instantanément et jaillira au-delà des voiles d'illusions qui l'enserrent, et ainsi se libérera elle-même du poids du karma négatif pesant sur elle depuis plusieurs existences.





## LEÇON N°2

# **LA CEREMONIE ULLAMBANA** **DU 15EME JOUR DU 7EME MOIS LUNAIRE**

### **Introduction**

De toutes les fêtes et cérémonies bouddhiques, une des plus importantes est le Wou Lan Boun, appelée communément la journée de prières du 15ème jour du 7ème mois lunaire.

C'est en quelque sorte le jour des morts dans la conception du Grand Véhicule, mais il n'est pas seulement destiné au culte du souvenir. Essentiellement et avant tout, il vise à obtenir par l'amour et la ferveur des vivants la rémission des fautes que les chers disparus avaient commises au cours de leurs existences passées, et leur libération immédiate du cercle des renaissances.

### **1 - PIETE FILIALE :**

Il apparaît inutile d'insister sur le devoir d'affection et de reconnaissance que les enfants doivent à leurs parents. Toutes les religions, toutes les doctrines philosophiques et morales considèrent la piété filiale comme premier fondement de la société civilisée.

La morale confucéenne en particulier considère la reconnaissance envers les parents comme la vertu primordiale de l'homme. Un grand nombre de dictons

populaires chantent les peines et les sacrifices des parents pour élever leurs enfants.

En Occident, l'image du pélican donnant son coeur en nourriture à ses petits est devenue, grâce aux poètes, un symbole immortel de l'amour paternel.

## **2 - LES DIFFERENTES MANIFESTATIONS DE LA PIETE FILIALE :**

La philosophie confucéenne, fondée toute entière sur la notion d'harmonie universelle et la finalité de l'homme en tant qu'être social, prescrit l'affection, le respect, l'obéissance et l'obligation de l'entretien dûs aux parents.

La conception bouddhique est différente sur ce point: la piété filiale consiste avant tout à aider ses parents à trouver la voie de leur libération des souffrances et de la causalité karmique.

C'est ce qu'a fait le prince Gautama quand il est devenu Bouddha Sakyamuni. Grâce à ses enseignements, son père, le roi Suddhodana, et sa tante Prajapati (qui l'a élevé dès son enfance), sont parvenus à l'état de Parfait comme lui.

En conséquence, le premier devoir du Bouddhiste digne de ce nom, c'est d'aider les parents de leur vivant à suivre la voie du perfectionnement et à les encourager par son affection et sa conduite irréprochable.

A l'égard des parents défunts, le Tathagata nous a enseigné un moyen miraculeux pour leur apporter notre assistance : il s'agit de la cérémonie du 15ème jour du 7ème mois lunaire.

## Développement

### DEFINITION :

En sanscrit, le mot Ullambana signifie : sauver du péril extrême. Phonétisé Wou Lan Boun en chinois, cette expression désigne l'acte de délivrance d'une personne pendue par les pieds.

#### a - Origine :

Un jour l'un des premiers adeptes du Tathagata, le Bodhisattva Maha Maudgalyana qui, grâce à ses perfectionnements, possédait les six pouvoirs miraculeux<sup>1</sup>, usa de sa puissance pour rechercher sa mère dans les six mondes de renaissance<sup>2</sup>. Grâce à sa vue divine, il vit sa mère dans le monde des esprits affamés.

C'était des êtres d'un aspect physique lamentable. Ils avaient un corps décharné, une tête énorme, un ventre démesuré, un cou long et effilé comme une corde, ne permettant pas aux pauvres malheureux d'assouvir leur faim, si jamais ils arrivaient à trouver de la nourriture sous leurs pas.

Versant des larmes abondantes devant les malheurs de sa mère, Maudgalyana revint en pleurant auprès du

---

<sup>1</sup> Les 6 pouvoirs miraculeux (siddhas) : la vue divine, l'ouïe divine, la perception des pensées d'autrui, la connaissance de ses existences passées, le pouvoir de faire des miracles, le pouvoir d'échapper à l'impermanence.

<sup>2</sup> Les 6 mondes de renaissance (samsara): le monde des dieux (devas), des humains (manusyas), des dieux coléreux (asuras), des animaux (tirascinayonis), des esprits affamés (pretas) et des enfers (narakas).

Tathagata pour lui conter les malheurs de sa mère et le supplier de la sauver de sa damnation.

Le Parfait lui dit : *"Écoutez-moi Maudgalyana, votre mère supporte actuellement les conséquences de ses fautes accumulées depuis de nombreuses existences. Malgré vos mérites personnels et votre sentiment de piété filiale, vous n'arriverez pas à diminuer le poids de son karma négatif. C'est comme si vous vouliez transporter un pan de montagne sur une frêle embarcation. Vous seul ne pourrez jamais sauver votre mère, il vous faudra l'assistance de l'ensemble de la Sangha qui vous apportera le concours de ses forces spirituelles et de ses mérites. Je vais vous dire comment y parvenir.*

*"A cet effet, le 15ème jour du 7ème mois est la date de la réunion annuelle des assemblées de Bhikshus après leur retraite d'été. C'est le jour le plus favorable pour le monde des humains. Les Bouddhas sont contents de constater les progrès accomplis par le corps de la Sangha dans la connaissance du Tripitaka<sup>3</sup> et l'accomplissement des actes de paramitas. Les moines jouissent des effets de leurs méditations et de leurs études pendant les trois mois de vie collective. Certains d'entre eux peuvent même atteindre les degrés les plus élevés de perfectionnement moral et mental.*

*"Vous devez vous procurer les offrandes les plus pures telles que des nourritures variées aux cent saveurs,*

---

<sup>3</sup> Les 3 recueils du canon bouddhique : le Sutrapitaka (recueil des enseignements du Tathagata), le Vinayapitaka (recueil de la discipline) et l'Abhidharma (recueil des commentaires).

*des fruits de cinq espèces, des fleurs parfumées, des encens, des cierges, divers articles de nécessité pour la vie matérielle, en un mot tous les articles faisant partie des quatre offrandes aux Bouddhas et à la Sangha.*

*"Puis vous parcourerez les monastères comme les montagnes isolées, à la recherche des bhikshus ou des moines solitaires renommés par leurs vertus, ceux ayant atteint les quatre degrés de perfectionnement, ceux ayant acquis les degrés de connaissance précédant la condition des Arhats, et même des Bodhisattvas prêchant sous l'habit de simples moines. Vous solliciterez leur aide. Par votre ferveur et votre pureté de coeur, vous toucherez leur coeur miséricordieux. Ils joindront leurs incantations et leurs voeux aux vôtres. Ensemble, vous parviendrez à faire jaillir les remords et l'étincelle de bodhicitta du coeur de votre mère, et instantanément elle sera sauvée".*

Maudgalyana suivit scupuleusement les recommandations du Parfait. Sa mère fut libérée de tout son poids de karma et parvint au Royaume des Bienheureux.

Tout heureux, Maudgalyana demanda au Tathagata : *"Ô Parfait ! ce qui vient de m'être accordé, pourra-t-il servir aussi à d'autres mortels désireux de sauver leurs parents du cycle des renaissances ?"*

Le Tathagata répondit : *"Très bien, très bien, votre question est excellente ! Ecoutez-moi, mes disciples. A l'avenir quand un être humain, homme ou femme, quelle que soit sa situation sociale, du puissant monarque au simple sujet, désirera sauver ses parents du tourbillon*

*des souffrances des trois mondes inférieurs, il attendra le 15ème jour du 7ème mois pour demander l'intervention des représentants du corps de la Sangha dans les conditions que je vous ai indiquées, et ainsi des êtres damnés pourront bénéficier de cette journée de grâce collective.*

Maudgalyana et les autres disciples transmirent fidèlement les recommandations du Tathagata aux assemblées successives du Sangha et aux adeptes de tous les pays du monde; des milliers et des milliers d'êtres ont pu ainsi obtenir leur libération du samsara. La tradition se perpétue jusqu'à nos jours et le 15ème jour du 7ème mois est devenu en Asie une fête religieuse de la plus haute importance.

#### **b- Conseils pratiques :**

Il apparaît superflu de parler du devoir des enfants envers leurs parents pendant que ces derniers sont encore en vie. Toutes les morales du monde lui consacrent une place importante.

A l'égard de l'adepte du Bouddhisme, une recommandation apparaît particulièrement essentielle : **il lui faudra apporter à ses parents, à tout instant de leur vie, les conditions nécessaires pour leur tranquillité d'esprit et leur sérénité, conditions nécessaires à la méditation et à leur libération mentale.** De cette façon l'on peut dire que les mérites des enfants profitent également aux parents et qu'il existe en quelque sorte une transmission du karma positif entre les divers membres d'une famille.

### **c- Quelques précisions complémentaires :**

Certains d'entre nous seraient tentés de poser cette question : "L'enseignement bouddhique nous apprend que chacun reçoit les fruits bons ou mauvais de son propre karma. Comment les incantations et les prières des représentants de la Sangha peuvent-elles aider un mort à atteindre le Nirvana ?"

Réponse : Nous ne devons pas sous-estimer la force de concentration de l'esprit et la puissance latente des actes volitifs. Dans le domaine psychique, ce que nous appelons l'intelligence et les acquisitions de l'intellect, n'a rien de commun avec le mental, avec la véritable connaissance qui existe au fond du coeur de tout être humain, aussi ignorant soit-il. Cette parcelle de bodhicitta (bouddhité en français) est obscurcie par l'accumulation des illusions provoquées par nos perceptions, nos tendances et surtout par la capitalisation des karmas négatifs de nos existences passées. Elle n'attend cependant qu'une occasion favorable pour se réveiller et se manifester en une puissance incommensurable, capable de détruire toutes les couches successives d'illusions qui la tiennent emprisonnée, pour jaillir tel un éclair étincelant vers la libération.

Cette puissance mentale est comparable à l'énergie nucléaire que nous gardons en réserve au fond de notre coeur. Chez les membres de la Sangha, cette puissance mentale est encore renforcée par l'acquisition continue des mérites, par la méditation et la concentration de l'esprit.

Elle est capable de rayonner au-delà du monde

physique avec lequel nous avons l'habitude de raisonner. C'est pourquoi la conjonction de leurs pensées peut parvenir jusque dans les coins les plus reculés des six mondes et atteindre le coeur de tout être vivant, quelle que soit la condition dans laquelle il se trouve actuellement.

2ème question: "Comment un homme pauvre arrivera-t-il à se procurer les offrandes les plus précieuses telles que celles recommandées par le Tathagata ?"

Réponse : Quand le Parfait parle des quatre catégories les plus précieuses d'offrandes, il faut comprendre qu'il s'agit d'une parole. L'essentiel c'est la détermination de l'acte pieux qui pousse chacun de nous à consentir les plus grands sacrifices pour sauver nos parents du Samsara par les données les plus récentes de la recherche sur la force psychique et les transmissions de pensées.

## **Conclusion**

La volonté ardente d'un fils désireux de sauver sa mère, jointe aux sentiments convergents de compassion et de miséricorde de la part des êtres purs, disposant d'une énergie mentale surmultipliée après trois mois d'études et de méditations, forment un ensemble psychique comparable au fluide magnétique s'étendant à tous les confins de l'univers.

Pour peu que l'étincelle de bodhicitta demeurant emprisonnée au fond du coeur de l'être condamné soit apte à recevoir cet appel émouvant, elle s'allumera



instantanément et jaillira au-delà des voiles d'illusions qui l'enserrent, et ainsi se libérera elle-même du poids du karma négatif pesant sur elle depuis plusieurs existences.

Quelle belle illustration de la grandeur et en même temps de la misère de notre condition humaine !

*Il est heureux d'honorer sa mère,*

*Il est heureux d'honorer son père.*

*Il est heureux d'honorer des ascètes,*

*Il est heureux d'honorer les Nobles.*



## LEÇON N°3

# LA LOI DE LA NON-PERMANENCE

### Introduction

Les choses passent sous nos yeux comme les nuages dans le ciel, comme le jeune poulain qui galope dans la plaine. Dans notre religion bouddhique, ces changements, cette instabilité porte un nom : c'est la vérité de la non-permanence.

### Développement

**I - QU'EST-CE QUE LA NON-PERMANENCE ?**

**II - LE CORPS HUMAIN ET LA NON-PERMANENCE.**

**III - LE MOI ET LA NON-PERMANENCE**

**IV - LA NON-PERMANENCE ET LE MONDE EXTERIEUR**

### Conclusion

Pénétrons-nous de son enseignement : apprenons qu'au delà du relatif, il nous faut découvrir l'Absolu. Au delà de la non-permanence, nous devons rechercher la Permanence...



## LEÇON N°3

# LA LOI DE LA NON-PERMANENCE

### Introduction

Parmi les notions qui doivent rester constamment présentes à l'esprit du bouddhiste, celle du désir est l'une des plus importantes. C'est le désir qui incite les hommes à s'attacher désespérément aux choses de ce monde. En tant que créatures, nous sommes tous, à des degrés divers, possédés par le désir et l'ambition, qui nous poussent à nous accrocher à tout ce que nous avons pu acquérir, amasser, édifier... De tous ces biens fragiles, nous ne consentons à séparer qu'au moment de rendre le dernier soupir. Et même à cette ultime minute, s'il restait encore en nous la moindre parcelle d'énergie, nous ne dessererions pas notre étreinte.

Cependant, quoiqu'il fasse, il n'est pas donné à l'homme de conserver si peu que ce soit le fruit de ses efforts. Ce n'est pas lui qui se dessaisit de ses biens : ce sont eux qui l'abandonnent. Tout au long de notre existence, nous ne faisons que répéter les mêmes gestes inutiles : saisir et retenir. Et c'est pourquoi, tout au long de notre existence, souffrances et désespoirs se succèdent, car nos désirs ne peuvent jamais être assouvis. Tout nous fuit, rien ne demeure. C'est le perpétuel devenir : tout se transforme, tout change d'aspect et de place, tel le chevalier errant des légendes, ou le courant

des fleuves gonflés par les crues; les choses passent sous nos yeux comme les nuages dans le ciel, comme le jeune poulain qui galope dans la plaine. Dans notre religion bouddhique, ces changements, cette instabilité porte un nom : c'est la vérité de la non-permanence.

## **Développement**

### **I - QU'EST-CE QUE LA NON-PERMANENCE ?**

Écoutons l'enseignement du Bouddha : "Toutes les choses de ce monde sont sujettes au changement et à la destruction : c'est la loi de la non-permanence". La non-permanence, c'est la grande vérité de notre monde, où tout est changeant et précaire. Nul être, nul objet ne demeure identique à lui-même. Tout ce que nous voyons est en état de transformation perpétuelle: les apparences se dessinent, puis disparaissent, ou se désintègrent. La doctrine bouddhique distingue dans ce processus quatre phases: d'abord la création (ou la naissance), puis la croissance (ou l'apogée), ensuite le déclin et enfin la destruction. Tout ce qui existe dans l'univers, du grain de sable jusqu'aux étoiles, de l'infiniment petit à l'infiniment grand, passe par ces quatre phases, tout est sujet à la non-permanence.

Pour avoir une notion précise de cette loi, il nous suffit d'observer notre propre corps, ensuite de concentrer nos réflexions sur notre "moi", c'est-à-dire notre vie intérieure, afin de voir ce qui se passe autour de nous.

### **II - LE CORPS HUMAIN ET LA NON-PERMANENCE**

Je suis jeune et vigoureux, mon existence est un hymne à la joie... C'est souvent ce que pense et affirme la majorité des jeunes gens des deux sexes. Et c'est là la grande erreur de la jeunesse : elle vit dans l'insouciance du lendemain, elle se complaît dans une vision superficielle des choses; elle croit que le bel âge qui est le sien durera indéfiniment; si elle songe parfois à la vieillesse, c'est pour se dire qu'elle est loin ! Pourtant, n'est-il pas évident qu'à chaque minute, à chaque seconde, la vieillesse et la mort se rapprochent un peu plus de chacun de nous ? Ces deux vers d'un poète chinois ont leurs pareils dans toutes les littératures :

*« Ne voyez-vous pas votre père qui, mélancoliquement,  
Contemple dans son miroir ses cheveux blancs ?  
Ce matin, ils étaient aussi lustrés que de la soie,  
Et ce soir, ils sont déjà couverts de neige et de cendre ! »*

De son côté, la science moderne a découvert que dans le corps humain, les cellules naissent, croissent et meurent selon un rythme déterminé. C'est ce renouvellement des cellules qui fait que le corps humain se développe; quand il s'arrête, c'est la mort de l'être tout entier. Nous pouvons donc dire que dans toutes les parties de notre organisme, des naissances et des morts partielles surviennent à chaque instant; les tissus se modifient, les fonctions s'altèrent, l'homme de cette année n'est pas le même que celui de l'année dernière, le corps de ce soir n'est pas celui de ce matin. Tel est le sens de cet apologue :

"Un voyageur se trouvait sur la route quand vint le crépuscule, il avait encore un long chemin à faire; avisant

au milieu des champs une mesure abandonnée, il y pénétra pour passer la nuit. Il venait de s'asseoir, lorsqu'il vit entrer un démon aux cheveux verts, portant sur les épaules un cadavre. L'horrible créature, posant à terre l'homme mort, s'apprêtait à le dévorer, quand un second démon, aux cheveux rouges, fit irruption, et voulut disputer à l'autre sa proie. Un terrible combat allait s'engager, quand les monstres aperçurent notre voyageur, blotti, vert de peur, dans son coin. Ils s'emparèrent de lui, l'amenèrent au centre de la pièce, et lui demandèrent d'arbitrer leur querelle. Terrifié, l'homme crut devoir raconter exactement ce qu'il avait vu, et témoigner en faveur du démon aux cheveux verts : *Il est entré le premier avec le cadavre, c'est donc à lui que ce dernier appartient.*

Alors l'autre démon s'emporta : se saisissant du naïf voyageur, il lui arracha un bras, qu'il se mit aussitôt à dévorer. Pris de compassion, et pour prouver sa reconnaissance au bon témoin, le démon vert pris un bras à son cadavre, et le mit à la place de celui du voyageur. Mais l'autre démon enleva encore à ce dernier son second bras, et l'autre dut encore le remplacer. Le monstre aux cheveux rouges poursuivant son festin et successivement les diverses parties du cadavre furent greffées sur le voyageur. Alors les démons s'en allèrent, et notre homme, délivré de son horrible cauchemar, se demanda quel corps était le sien ! "

Ce conte ne réflète-t-il pas l'image exacte de notre existence ? Depuis notre venue au monde, jusqu'à notre mort, notre corps, jusque dans ses infimes particules, a



changé des milliards de fois. Le cadavre mis dans la bière n'a rien de commun avec le corps du nouveau-né qu'il a été. *Perpétuel est le changement*, lit-on dans les livres bouddhiques. Et ce changement obéit à une règle inexorable : la cellule qui remplace une autre est plus vieille que celle qui l'a précédée, et ce vieillissement s'aggrave à chaque seconde de la vie.

Alors, qu'il était un jeune et beau Prince, lit-on dans les textes sacrés, le Bouddha, vivant dans un somptueux Palais et ayant à ses côtés la belle Princesse Dadou, songeait déjà à la non-permanence des choses... Aussi dit-il un jour à son épouse : "Bientôt nous vieillirons, nos corps se faneront. Avec les années, vos beaux cheveux se couvriront de cendre et de neige. Vos yeux, en ce moment si purs, deviendront une onde trouble. Vos lèvres rouges se terniront, comme la rose de vos joues. En nous, de même qu'en tous les êtres, j'entends au fil des heures le froissement des muscles qui s'affaissent, la vibration des nerfs qui se détendent, je perçois l'éclatement des os que brise la hache du temps. Comment pourrions nous conserver ce que nous avons de plus précieux ? Nous n'étreignons jamais que des ombres. C'est sur des senteurs, des effluves que nous fermons nos doigts ! "

Quelle sublime clairvoyance que celle du Maître ! Malgré les richesses qui l'entouraient, malgré les soins dévoués d'une admirable épouse, la vérité de la non-permanence est restée présente à son esprit. Ses paroles non seulement ont éclairé la Princesse Dadou, elles ont encore dissipé les ténèbres pour tous ceux qui, perdus dans les mirages, sont voués à l'enchaînement des

naissances, du vieillissement, de la maladie et de la mort, c'est-à-dire à la non-permanence.

C'est la loi inéluctable, que celle qui condamne tous les êtres pourvus d'un corps à vivre et souffrir avant de mourir. Lao-Tseu l'a dit pour sa part : "J'ai un corps, et c'est de là que vient ma grande souffrance. Si je n'ai pas de corps, je ne souffrirais de rien ! "

Notre corps est appelé à disparaître, et pourtant, combien de crimes ne sont-ils pas commis chaque jour par les hommes, uniquement pour leur nourriture ! Qui dira jamais le nombre de ces pauvres bêtes innocentes, exterminées toutes les heures, parfois avec des raffinements de cruauté inouis ?

Tous nos lecteurs connaissent l'histoire de Tsin Che Hoang Ti, cet empereur chinois qui se délectait de la cervelle de singes vivants, dont il ouvrait lui-même le crâne, à table, d'un coup de hachette; les courtisans rivalisant de dextérité pour plaire à leur Maître, la salle résonnait d'éclats de rire qui se mêlaient à des râles d'agonie... Comment ne pas se révolter à l'évocation de telles horreurs ? Jusqu'à quel point la conscience humaine peut-elle être obscurcie ?

### **III - LE MOI ET LA NON-PERMANENCE**

Le contenu de notre âme change sans arrêt tout autant que notre corps, et suivant un rythme encore plus rapide. En l'espace d'une seconde, nos sentiments peuvent varier d'un extrême à l'autre, nos pensées passer d'un sujet à un autre. Le courant mental ne s'arrête jamais.

C'est ce que le Bouddha a enseigné à ses disciples: *Le coeur de l'homme est comparable au singe qui gambade de branche en branche, au cheval qui galope dans la prairie*. Nos pensées et nos sentiments naissent et meurent le temps d'une pulsation, et cette rapidité même qui crée en nous l'illusion de la continuité, de ce qu'on a appelé "l'identité du moi". Si nous disons à un petit enfant que le spectacle qu'il voit sur un écran cinématographique n'est qu'une succession d'images, disparues aussitôt que surgies, peut-être refusera-t-il de nous croire. Pourtant, c'est une illusion de même nature qui nous fait dire que notre vie intérieure est un phénomène continu, alors que dès notre naissance la mort alterne déjà avec elle.

- « Est-ce que j'existe ? » Cette question du poète peut se sembler naïve de prime abord, cependant elle s'inspire d'une pensée profonde. Que sommes-nous, sinon des ombres changeantes et fugitives ? On comprend mal que dans ces conditions, des hommes aient encore soif de gloire et de richesses, et qu'ils n'hésitent pas à dépouiller et asservir leurs semblables pour satisfaire leurs appétits. Il ne saurait y avoir plus grande aberration.

#### **IV - LA NON-PERMANENCE ET LE MONDE EXTERIEUR**

Une légende chinoise a souvent inspiré les poètes orientaux : "Tous les trois mille ans, la mer se transforme en champs de mûriers". C'est par cette image que les Anciens exprimaient le caractère éphémère non seulement des êtres, mais encore du milieu qui les

entoure. Les montagnes vieillissent, les rivages se déplacent, rien ne demeure indéfiniment dans le même état, et les astres eux-mêmes n'échappent pas à la loi de la non-permanence.

Sur le plan humain, dans le cours d'une seule existence, que de fois n'avons-nous vu que, par le monde, la victoire succéder à la défaite, l'humiliation et la déchéance devenir le lot de ceux-là mêmes qu'on croyait invulnérables, lorsqu'ils étaient au faite des honneurs ? Combien de riches, qui ne pouvaient faire l'inventaire de leur fortune, sont-ils à présent dans la misère ?

Cependant, ces ruines, ces désastres, ces revers, n'empêchent que chaque jour des hommes se lancent encore à la poursuite d'éphémères jouissances, qui ne peuvent que les conduire à leur perte. Pour notre édification, souvenons-nous de ce conte bouddhique :

*"Il y avait une fois, un roi dont la cupidité et l'avidité étaient vraiment sans limites. Bien que ses palais fussent pleins à craquer d'or, d'argent, et de pierreries, il décréta encore, un jour, que tous ses sujets devraient offrir au Trésor Impérial la moitié de leurs biens. Dans tout le royaume, plaintes et gémissements s'élevèrent, mais le monarque était tout puissant, nul ne pouvait lui désobéir. Alors un marchand se dévoua pour sauver le peuple; il apporta dans la capitale toutes ses richesses, et les déposant au pied du trône, il dit au roi: Sire, que Votre Majesté daigne accepter tout ce que je possède. Surpris, le roi s'écria : Mais je n'exige que la moitié du patrimoine de chacun. Alors le marchand répondit : En réalité, Sire tout ceci ne m'appartient pas.*

*Cinq fléaux se les partagent déjà : l'inondation, l'incendie, la piraterie, le pouvoir arbitraire et enfin la cupidité de mes épouses et de mes descendants. Quoi que je fasse, je serai dépouillé tôt ou tard. J'ai donc pensé qu'il valait mieux que je me sépare dès à présent de tous mes biens.*

*Le roi, après avoir écouté ce discours, se mit à réfléchir, et comprit la leçon. « Ce marchand, se dit-il m'a appris une grande vérité. Même les eaux et les montagnes sur lesquelles je règne cesseront un jour de m'appartenir, accaparées par les cinq fléaux dont parle cet homme. A plus fort raison, comment pourrais-je garder mes trésors ? Jusqu'à présent, que d'inutiles exactions n'ai-je donc pas commises au détriment de mon peuple ! » Ainsi frappé par la lumière, le roi confus et repentant, non seulement révoqua son édit, mais encore ouvrit toutes grandes les portes de son Palais et partagea tous ses biens entre tous ses sujets."*

Que les disciples de Bouddha méditent sur ce conte !

### **Conclusion**

En enseignant la vérité de la non-permanence, le Bouddhisme conduit-il au pessimisme, et vise-t-il à convaincre les hommes de l'inutilité de tous leurs efforts ? Telle est la question que beaucoup de gens se posent, car disent-elles, si rien ne dure, si la poussière doit retourner à la poussière, pourquoi dépenser son énergie et ses forces en vaines agitations ?

Qu'il nous soit permis de répondre à ces critiques. La loi de la non-permanence, à vrai dire, n'est qu'un des principes énoncés par Bouddha pour asseoir sa Doctrine. C'est d'abord et surtout un argument, destiné à freiner l'avidité des hommes, leur cupidité, d'une manière générale toutes les passions néfastes ont leur salut. La non-permanence, ce n'est pas encore la Vérité absolue. Pour mieux comprendre le Bouddha, appliquons-nous à voir en lui le Médecin Merveilleux qui, à chacun de nos maux ordonne un remède.

A ceux d'entre nous qui ne sont pas convaincus du caractère précaire des biens de ce monde, il enseigne la non-permanence. Mais à ceux dont les yeux se sont déjà ouverts sur cet aspect des êtres et des choses, c'est une vérité plus profonde qu'il enseigne. Nous apprenons alors qu'en réalité, au sein du tourbillon des apparences, *se trouve l'essence du permanent.*

Sans doute est-ce là une notion difficile à saisir. Le grand Ananda lui-même ne l'a pas comprise de prime abord, ainsi qu'il ressort de ce passage du « Surangama Sutra ». Ananda ne comprit pas tout de suite les paroles du Maître. Pour permettre à ses disciples de se pénétrer de sa Doctrine, Bouddha ordonna à Rahula de donner un coup de gong. Et pendant que l'instrument résonnait, Bouddha demanda :

- « Ananda, vous entendez ? »

- « Oui, Maître, j'entends. »

Quand les vibrations s'éteignirent, le Parfait demanda encore :

- « Ananda, vous entendez ? »

- « Non, Maître, je n'entends plus ! »

Bouddha ordonna à Rahula de donner un second coup de gong, et de nouveau posa la question à Ananda :

- « Ananda, vous entendez ? »

- « Oui, Maître, j'entends. »

Alors le Bouddha réprimanda son disciple préféré :

- « Ananda, pourquoi me faites-vous des réponses si peu sensées ? »

Profondément surpris, Ananda répondit respectueusement :

- « Maître, tout comme mes condisciples, que puis-je dire d'autre, sinon que « j'entends », au moment où le gong résonne, et que « je n'entends plus » lorsque le son s'éteint ? »

- « Ananda, reprit le Maître, vous me répondez que vous entendez, quand Rahula frappe sur le gong, et que vous n'entendez plus, lorsqu'il n'y a plus de son. Cela signifie-t-il que votre faculté d'entendre disparaît avec le bruit ? Dans ce cas, comment avez vous pu percevoir le deuxième coup de gong de Rahula ? Ce que vous m'avez répondu la second fois, ce n'est donc pas la vérité. En fait vous avez continué à entendre. Ce qui apparaît, puis disparaît, c'est le son. Le son est la chose discontinue, mais il existe un élément permanent qui est votre faculté d'entendre ».

Ainsi Ananda et le cercle des disciples furent éclairés par le Maître. A notre tour, pénétrons-nous de son enseignement : apprenons qu'au delà du relatif, il nous faut découvrir l'Absolu. Au delà de la non-permanence, nous devons rechercher la Permanence.

En résumé, la loi de la non-permanence s'applique au corps humain, à l'âme, comme tous les êtres et toutes les choses de ce monde. Si nous arrivons à posséder cette notion essentielle de la doctrine bouddhique, nous disposerons d'un remède miraculeux contre la douleur; nous n'aurons plus à endurer les souffrances innombrables qui sont la rançon de nos désirs et de nos ambitions.

Car, avec la conviction de la précarité des biens terrestres, nous pouvons demeurer indifférents à tout ce qui arrive : désillusions et déboires, séparations et deuils. Nous pouvons éprouver un détachement complet à l'égard de tout ce qui a trait aux richesses et aux honneurs, et la charité sera dès lors l'unique mobile de nos actes. Nous lutterons contre les apparences, pour déblayer la Voie que nous espérons poursuivre et au bout de laquelle la Parfaite Lumière et la Joie Ineffable seront notre récompense.



# LEÇON N°4

## **MODERATION DES DESIRS ET ACCEPTATION DU SORT**

### **Introduction**

Entraînés par le courant du matérialisme, la plupart des hommes ne connaissent plus de limites à leurs désirs et leurs ambitions.

### **Développement**

**I - DEFINITION**

**II - EN QUOI CONSISTENT LES DESIRS DE  
L'HOMME**

**III - LES CONSEQUENCES NEFASTES DES  
DESIRS**

**IV - LES REMEDES APPROPRIES**

**V - LES AVANTAGES D'ORDRE TEMPOREL**

**VI - UNE GRAVE CONTROVERSE**

### **Conclusion**

Le Tathagata conseille comme précepte à tous la pratique de la modération des désirs et le contentement de ce qu'on a.



**LEÇON N°4**

**MODERATION DES DESIRS**

**ET ACCEPTATION DU SORT**

**Introduction**

Entraînés par le courant du matérialisme, la plupart des hommes ne connaissent plus de limites à leurs désirs et leurs ambitions. Dans le contexte d'une société libre et bien équilibrée, autant l'aspiration vers un niveau de vie plus élevé est légitime chez le pauvre, autant apparaît blâmable le besoin du luxe et de superflu chez le riche. Dans un certain nombre de cas, ce dernier et encore plus à plaindre que le premier car la soif de possession ne pourra jamais être apaisée en cette vie.

C'est pourquoi l'une des règles primordiales en matière de discipline pour les membres du Sangha c'est de ne rien posséder en dehors du strict nécessaire pour la vie quotidienne et à l'égard des gens du monde temporel, le Tathagata conseille comme précepte de vie la modération des désirs et le contentement de ce qu'on a. Dans un de ses sermons sur les biens terrestres, il a dit "L'homme content de son sort éprouve de la joie en dormant par terre. L'homme insatiable se sent malheureux même s'il vit dans un palais du monde des cieux".

## Développement

### I - DEFINITION

Modérer ses désirs, c'est les ramener au minimum raisonnable. Être content de son sort, c'est se satisfaire de ce qu'on a (et de sa condition de vie présente). Dans la conception bouddhique, ces deux conseils représentent la règle d'or pour une existence humaine, et une possibilité de perfectionnement en vue de sa libération définitive.

En effet durant toute sa vie, l'activité de tout être humain est entièrement absorbée par la satisfaction de ses désirs. Désirs d'ordre élevé, de perfectionnement moral ou spirituel, quelquefois, mais dans la majorité des cas, désirs plus terre à terre, plus proches des besoins de subsistance ou de sécurité pour soi même et ses proches, ou simplement désirs de jouissance du corps et des sens. Avec le développement de la civilisation, la satisfaction d'un besoin vital élémentaire, comme la nourriture, le sommeil, le déplacement, est devenue chaque jour plus compliquée et s'accompagne du désir de possession et de puissance : posséder plus que son prochain, pouvoir jouir plus que son prochain.

En conclusion, disposant de plus de moyens matériels, l'homme moderne est tributaire chaque jour de besoins nouveaux qu'il doit satisfaire, et à moins qu'il ne décide d'une règle de conduite à suivre, il se sentira plus malheureux qu'un galérien enchaîné à la nef qu'il doit faire avancer sur la mer infinie.

Cette règle de conduite, c'est justement la recherche de la sérénité et de la joie intérieure, et seules la

modération des désirs et la satisfaction de son sort peuvent l'aider à y parvenir.

## **II - EN QUOI CONSISTENT**

### **LES DESIRS DE L'HOMME**

Ils sont multiformes, mais au bout de l'analyse, ils appartiennent aux cinq catégories de jouissance ci-après :

- a) jouissance des biens matériels,
- b) celle des beautés de la forme physique,
- c) celle des honneurs,
- d) celle de la bonne chère,
- e) celle du sommeil de l'indolence.

La recherche des biens matériels pousse à la course vers plus d'or, plus d'immeubles ou de meubles, plus de confort matériel dans la vie quotidienne, course effrénée qui ne laisse aucun répit à l'intéressé pour lui permettre de songer à sa condition d'être humain, et à l'alourdissement de son karma négatif.

La recherche de la beauté physique, qui consiste essentiellement dans la satisfaction des plaisirs du corps, se traduit en fait par un attentat contre la dignité humaine: l'homme qui considère la femme comme un objet à conquérir et à posséder. Aux yeux de la moral bouddhique, c'est une faute aussi grave que le fait de donner la mort ou d'infliger des blessures à un être plus faible que soi. La recherche des honneurs qui a pour corollaire l'arrogance envers les faibles et la flagornerie envers les puissants, conduit quelquefois à l'oppression et à la trahison.

La recherche de la bonne chère et de la boisson asservit l'esprit au corps. Pour moins avilissante qu'elle soit par rapport aux trois précédentes, elle peut conduire aussi aux actes dégradants et à la perte de la dignité. Enfin, le plaisir du sommeil et de l'indolence anéantit tout énergie vitale chez l'être humain et le réduit à une vie végétative ou simplement animale.

Tous ces cinq types de jouissance ont pour fondement l'illusion de plaisir. A la façon d'une drogue, cette illusion tient le sujet emprisonné dans un monde étroit qu'il s'est forgé lui-même sans espoir d'en échapper durant toute son existence, à moins que la parcelle d'intelligence divine (bodhicitta) qui sommeille au fond de son coeur ne s'allume pour l'éclairer et lui inspirer le moyen de parvenir à sa libération.

Examinons de plus près chacune de ces cinq catégories de jouissance, et essayons de remonter à leurs causes originelles. Nous constaterons que l'une d'entre elles, la recherche des honneurs, provient du sentiment d'orgueil (abhimâna) qui n'est autre que le désir de s'imposer, d'être supérieur aux autres, le sentiment du moi opposé au monde extérieur et qui provient lui même de l'ignorance originelle chez tout être humain (avidya).

Quant aux autres, la recherche des biens matériels, celle des beautés de la forme physique, de la bonne chère, et du sommeil repos, elles sont plus prosaïquement que les conséquences des troubles de nos cinq sens. Considérons par exemple la recherche de la beauté, elle provient de la dérivation des fonctions originelles de la vue. Les yeux sont faits pour relever les formes et les

couleurs. Mais à la base du processus, il y a eu un concept erroné, la différenciation des deux sexes masculin et féminin qui dirige la perception, et ne laisse filtrer que les visions du monde extérieur conformes aux inclinations du corps humain, attirance des accessoires (vêtements, bijoux etc...) ou du milieu environnant (temps et lieux favorable etc...) et le résultat en est la présentation d'une image conforme à la commande préétablie par l'esprit, plutôt qu'à la naturelle réelle de l'objet en soi.

Il en est de même des autres sens, l'ouïe, l'odorat, le goût, et le toucher, qui ne font parvenir au cœur différencié de l'homme que les éléments qui lui sont agréables : la musique et les sons mélodieux, les parfums, les odeurs coutumières, les saveurs plaisant à la langue et au palais, les sensations de douceur, de chaleur et de confort, qui apportent le plaisir en procurant une impression momentanée d'aise et d'adéquation.

L'esprit humain est ainsi fait, il ne peut qu'apercevoir la nature relative du monde extérieur sans pouvoir réaliser sa nature vraie qui est la même pour tous les êtres et les choses de l'univers, et qui a comme nom : l'absolu, le vide, le néant (suyata).

### **III - LES CONSEQUENCES NEFASTES DES DESIRS**

Dans n'importe quel domaine des sens de l'homme, un désir exagéré conduit à la passion et qui dit passion dit avilissement de la condition humaine.

Sur le plan social d'abord, elle est condamnée par la morale, puis par la loi des hommes quand elle a atteint un

certain degré de gravité susceptible de troubler l'existence de la communauté et de faire du tort à son prochain. Sur le plan de la vraie connaissance, le désir avide est l'un des trois liens le plus solide enchaînant l'homme au samsara. Ce n'est pas sans raison que dans le symbolisme de l'imagerie bouddhique, il est représenté par un porc tournoyant entre le serpent et le coq; l'ignorance et la colère. Des désirs immodérés en cette existence prédisposent, pour la prochaine, le monde des pretas, fantômes affamés, perpétuellement poursuivis par les tortures de la soif et de la faim.

#### **IV - LES REMEDES APPROPRIES**

Ils consistent tout naturellement dans la suppression de toute idée préconçue de jouissance, autrement dit dans la satisfaction des seuls besoins de la vie et dans la recherche des plaisirs nobles et élevés.

En ce domaine, toutes les morales et toutes les philosophies se rejoignent pour recommander aux hommes la modération de désirs et le contentement de son sort. La doctrine taoïste cite en exemple, "le Saint homme qui place son moi à l'arrière-plan, et en dehors du monde qui lui conserve son rang privilégié." Le Confucianisme enseigne que "réaliser ce qu'on possède suffisamment, c'est avoir acquis la totalité des biens."

Et le Tathagata lui-même dit un jour à ses disciples "O Bhiksus ! le premier pas vers la délivrance de la douleur consiste à être satisfait de son sort. Quoi qu'on fasse, on ne pourra jamais satisfaire à tout ses désirs, et vu sous cet angle, l'homme qui possède tout au monde,



et l'homme qui ne désire rien en ce monde, sont aussi riches l'un que l'autre." Ces paroles méritent d'être l'objet de nos méditations et de servir de guide à notre comportement de tous les jours.

## **V - LES AVANTAGES D'ORDRE TEMPOREL**

Dans l'immédiat, et sur le plan social, la modération des désirs permet à l'homme d'être à l'abri des besoins, de conserver sa dignité en toutes circonstances, d'assurer le bonheur de sa famille et d'entretenir autour de lui une atmosphère de concorde et d'amitié; ce qui est tout le contraire de l'esprit des affaires, et celui de la lutte pour la vie, mais un avant goût de la sérénité et de la paix intérieure.

## **VI - UNE GRAVE CONTROVERSE**

Certains pourraient alors formuler cette objection: "Dans la vie moderne, le désir et la tentation sont les moteurs essentiels du développement économique et du progrès. Condamner les désirs revient à annihiler tout effort vers une vie meilleure. Et ainsi on pourrait même dire que la morale bouddhique a choisi la régression de l'humanité." Nous répondrons: Non ! la morale bouddhique vise à redresser les mauvais penchants chez l'homme, à diriger l'humanité vers la bonté, la générosité et le sacrifice pour le bien d'autrui.

Elle encourage ainsi toutes les actions, tous les efforts tendant à offrir le bien être et la joie à son prochain, et c'est ce qui constitue l'une des Huit Voies conduisant à la

recherche du Nirvana. Sur le plan social, la doctrine bouddhiste approuve toutes les acquisitions bénéfiques de la civilisation, mais elle condamne tout ce qui favorise les passions et la soif de jouissance qui ne peuvent entraîner l'homme que vers plus de déchéance morale.

## **Conclusion**

Aussi, quand l'humanité toute entière aspire à la Paix et à l'Entente entre tous les peuples, doit-on proclamer tout haut que le meilleur moyen de maintenir la concorde et la fraternité sur cette terre, consiste tout d'abord à modérer l'esprit de jouissance et apprendre à chacun à rechercher la joie intérieure et la sérénité. Ils constituent les premiers pas sur la voie de bonheur, avant de parvenir à l'étape suivante qui est celle de la totale libération de l'individu du monde des douleurs.

# LEÇON N°5

## **LOI DE LA CAUSALITE**

### **Introduction**

L'univers, les êtres ne meurent, ne se transforment pas par pur hasard, de façon anarchique, mais selon une loi commune. C'est la loi de la causalité. Cette loi n'a pas été créée par quelqu'un en particulier, mais il s'agit d'une loi naturelle, silencieuse, immuable, et omni-puissante.

### **Développement**

#### **I - DEFINITION**

#### **II - LES CARACTERISTIQUES DE LA LOI DE CAUSALITE**

1. Telle cause tel effet
2. Une cause ne peut pas, à elle seule, produire d'effet.
3. Dans la cause il y a l'effet, dans l'effet il y a la cause.
4. L'évolution rapide ou lente de la cause à l'effet.

#### **III - QUELQUES ASPECTS DE LA LOI DE CAUSALITE DANS LA VIE REELLE.**

1. La loi de causalité dans les choses inanimées.
2. La loi de causalité dans le règne végétal.
3. La loi de causalité dans le règne animal.

4. La loi de causalité chez l'être humain.

#### **IV - LA LOI DE CAUSALITE SUR LE PLAN MORAL**

1. Cause et effet des pensées et des actes répréhensibles.
2. Cause et effet dans les pensées et actions bienfaitantes.

#### **V - L'UTILITE DE LA CONNAISSANCE ET DE LA PRATIQUE DE LA LOI DE CAUSALITE.**

1. La loi de causalité nous fait éviter les fausses croyances et les superstitions.
2. La loi de causalité apporte la confiance en soi-même.
3. La loi de causalité nous évite le désespoir et le ressentiment.

#### **VI - QUESTIONS.**

1. Pourquoi voit on des honnêtes gens rencontrer tant de malheurs, alors que des méchants demeurent à l'abri de toute punition?

2. Selon la loi de causalité, chacun récolte ce qu'il a semé, alors pourquoi, quand le père commet une faute, il appartient au fils de réparer, et inversement?

### **Conclusion**

Ainsi, pénétrés de la signification et de l'importance de la Loi de causalité, nous devons la mettre en pratique dans nos actions quotidiennes.

# LEÇON N°5

## **LOI DE LA CAUSALITE**

### **Introduction**

L'univers, les êtres ne meurent, ne se transforment pas par pur hasard, de façon anarchique, mais selon une loi commune. C'est la loi de la causalité. Cette loi n'a pas été créée par quelqu'un en particulier, mais il s'agit d'une loi naturelle, silencieuse, immuable, et omni-puissante.

Le commun des mortels, par manque d'observation précise et judicieuse ne se rend pas compte de l'existence de cette loi. Du fait de cette ignorance, les gens agissent de façon désordonnée, irresponsable, aussi bien vis-à-vis de soi-même que vis-à-vis des autres. Et c'est à cause de cela qu'ils souffrent, qu'ils se débattent dans l'océan de la souffrance, de la passion et de la culpabilité.

Par contre, Bouddha étant le Parfait Eveillé, a su révéler au monde cette loi de causalité qui régit tous les êtres et les choses dans l'univers. Fort de cette connaissance, Bouddha a toujours agi de façon clairvoyante et profitable tant pour lui-même que pour les autres.

Bouddhistes que nous sommes, nous devons bien connaître cette loi de causalité - révélée par Bouddha, pour nous conformer à son exemple dans l'accomplissement de nos actes dans la vie quotidienne,

afin de créer un bonheur durable pour nous-mêmes comme pour notre entourage.

## Développement

### I. DEFINITION

La loi de la causalité, c'est la loi de CAUSE à EFFET. La cause est la germe, le grain. L'effet est le fruit issu de cette graine. La cause est la force impulsive, l'effet est le résultat issu de cette force. La cause et l'effet sont deux états consécutifs, étroitement dépendants et complémentaires. Autrement dit, s'il n'y a pas de cause, il n'y a pas d'effet. Et s'il n'y a pas d'effet, c'est qu'il n'y a pas eu de cause.

### II. LES CARACTERISTIQUES DE LA LOI DE CAUSALITE

#### 1. Telle cause tel effet

Si nous voulons avoir des oranges nous devons semer des graines d'orange. Si nous voulons avoir des haricots. On ne peut jamais obtenir des oranges en semant des graines de haricot et inversement. Celui qui apprend la musique pourra jouer de la musique, celui qui apprend l'alphabet saura lire. Autrement dit, la cause et l'effet qui s'ensuit sont de même nature. Si l'on change la cause, on change aussitôt l'effet.

#### 2. Une cause ne peut pas, à elle seule, produire d'effet.

Les êtres et les choses de l'univers sont le résultat de

plusieurs causes. C'est pourquoi une cause unique ne pourrait pas produire un effet sans l'aide d'autres causes. Quand nous disons qu'un grain de paddy donne naissance à un plant de riz, c'est que nous simplifions à dessein le raisonnement. En réalité, le grain de riz à lui seul ne peut rien produire, si on le met par exemple dans le vide, sans air, ni lumière, en l'absence de la terre, de l'humidité et des soins de l'homme.

C'est pourquoi, quand nous entendons quelqu'un prétendre que toute chose en ce monde a été créée par une cause unique, ou qu'une cause unique peut créer toute chose, nous pouvons affirmer que c'est faux.

### **3. Dans la cause il y a l'effet, dans l'effet il y a la cause.**

Dans la "cause" présente il y a déjà "l'effet" futur. Tout comme dans l'effet actuel on peut déjà déceler l'image de la "cause" passée. Nous identifions une chose comme cause quand elle ne se transforme pas encore, quand elle ne devient pas encore l'effet que nous espérons, que nous attendons. Nous identifions une chose comme effet quand elle s'est transformée et est devenue le résultat que nous escomptons. Ainsi, chaque chose peut être considérée aussi bien comme la cause ou comme l'effet : par rapport au passé, elle est l'effet mais par rapport au futur, elle est la cause. Cause et effet se succèdent indéfiniment, comme les anneaux d'une longue chaîne.

### **4. L'évolution rapide ou lente de la cause à l'effet.**

L'évolution de la cause à l'effet est tantôt rapide tantôt lente, mais n'est jamais en un mouvement uniforme.

Certain effet succède à la cause de façon immédiate. Par exemple dès qu'on frappe sur un tamtam (cause), on entend un bruit résonner instantanément (effet); de même lorsque deux courants électriques de signes contraires se joignent (cause), cela produit immédiatement de la lumière (effet). Par contre, dans d'autres cas, il s'écoule un temps assez long entre la cause et l'effet. En effet, quand on sème les grains de paddy (cause), il faudra attendre au moins quatre mois pour pouvoir les récolter (effet).

Ce temps intermédiaire peut atteindre même plus de dix ans. C'est le cas d'un enfant qui entre à l'école pour ne la quitter que de nombreuses années après. Ce temps peut aussi durer des siècles, par exemple le cas d'un pays colonisé qui peut retrouver son indépendance et qui ne l'obtiendra qu'au bout de plusieurs générations de luttes. Ce temps intermédiaire étant variable entre la cause et l'effet, nous ne devons pas conclure hâtivement que la loi de causalité n'est pas tout à fait exacte, lorsque nous ne voyons pas encore venir l'effet.

### **III. QUELQUES ASPECTS DE LA LOI DE CAUSALITE DANS LA VIE REELLE.**

Comme nous l'avons vu plus haut, la loi de causalité régit tous les êtres et toutes les choses de l'Univers. Rien ne lui échappe. Pour avoir une idée plus précise sur cette loi, nous allons l'analyser dans des exemples précis :

#### **1. La loi de causalité dans les choses inanimées.**

L'eau chauffée par le feu acquiert de la chaleur, soulevée par le vent, elle devient vague, au contact d'un



froid intense, elle se solidifie en glace. Quand le beau temps dure trop longtemps, c'est la sécheresse. Une pluie abondante amène l'inondation. Un vent très fort se transforme en tempête.

## **2. La loi de causalité dans le règne végétal.**

Il est évident que la graine d'orange donnera naissance à un oranger qui produira à son tour des oranges. Une graine de piment donnera naissance au pimentier, qui produira à son tour des piments... D'une façon générale, on peut dire que telle graine donnera tel fruit, chaque variété engendrant la sienne, avec ses qualités et ses caractéristiques propres.

## **3. La loi de causalité dans le règne animal.**

Les oiseaux pondent des oeufs, nous désignons l'oeuf comme la cause. Le jour de l'éclosion de cet oeuf nous désignons l'oisillon comme l'effet. Cet oisillon devient à son tour la cause, il va pondre des oeufs qui sont des effets.

Les animaux donnent naissance à des petits qui sont des effets. Devenus adultes ces derniers deviennent des causes qui vont engendrer de nouveau des effets.

## **4. La loi de causalité chez l'être humain.**

Physiquement : notre corps est issu des principes vitaux hérités de nos parents et c'est l'environnement qui nous entretient. Nos parents et l'environnement constituent la cause, alors que nous en sommes l'effet. Cet effet deviendra à son tour la cause, et ainsi de suite, le cycle ternaire cause-effet-cause se répète indéfiniment.

Moralement : les pensées et les actes dans le passé

contribuent à façonner nos bons ou mauvais caractères ainsi que notre mode de vie actuels. Il y a ainsi une relation de cause à effet. Nos caractères actuels et notre vie présente constituent à leur tour la cause déterminante de notre existence future, laquelle en sera l'effet. Etant donné son importance exceptionnelle sur le plan moral, nous allons étudier ci-dessous les divers aspects de cette loi immuable.

#### **IV. LA LOI DE CAUSALITE SUR LE PLAN MORAL**

##### **1. Cause et effet des pensées et des actes reprehensibles.**

**LA CONVOITISE** : La vue de l'argent d'autrui suscite la convoitise et fait agir le voleur ou le tueur, c'est la cause. Il est appréhendé par le patron ou par la justice et doit purger sa peine en prison et c'est là l'effet.

**LA COLERE** : Dans un accès de colère, celui-là frappe sa femme et ses enfants ou même tue ses voisins, la colère en est la cause. Revenu à lui-même, il s'est aperçu de sa conduite déplorable, vis-à-vis de sa famille, de son prochain. Il doit alors comparaître devant la justice qui lui infligera une peine exemplaire, laquelle en est l'effet.

**LA PASSION** : L'homme dominé par ses passions ne sait plus distinguer le bien du mal. La passion est la cause. Elle brise sa famille, l'affaiblit physiquement l'obnubile moralement, en voilà les effets.

**LE DOUTE** : Celui qui est sous l'emprise du doute ne croit en rien, il doute de tout. Le doute en est la cause.

Toute sa vie, il adopte une attitude passive. Enfin de compte, le bilan s'avère négatif et c'est là l'effet du doute systématique.

**L'ORGUEIL** : Il se croit supérieur à tout le monde; il méprise tous ceux qui l'entourent. Il se crée ainsi la cause dont l'effet se fera sentir : personne ne le fréquente, il vit complètement isolé.

**LA PASSION DU JEU** : En voulant s'appropriier l'argent d'autrui, celui-là est amené à s'adonner au jeu, voilà la cause. Perdre toute sa fortune, s'endetter jusqu'au cou, commettre de mauvaises actions, en voilà les effets.

## **2. Cause et effet dans les pensées et actions bienfaites.**

Comme on l'a vu plus haut, autant les pensées et les actes répréhensibles engendrent les résultats néfastes, autant les pensées et les actions bienfaites engendrent des brillants résultats qui embellissent l'existence.

Ceux qui sont ni cupides ni avares, ne sont pas aliénés par l'argent et ont leur esprit dispos, et leur âme dégagée de tout souci et de toute préoccupation. Ceux qui ne se laissent pas dominer par la colère, vivent dans une vie de famille. Ceux qui mènent une vie sobre, qui ne courent pas après les plaisirs sensuels. Tous ces êtres conservent toute leur lucidité intellectuelle, leur santé physique, et se font respecter de tout le monde.

Ceux qui ne doutent pas, sont actifs dans leur travail ont la confiance de leur entourage et réussissent bien dans la vie. Ceux qui ne sont pas orgueilleux sont bien considérés par leurs amis qui leur viennent en aide dans les moments difficiles. Ceux qui ne boivent pas, ne jouent

pas, ne manquent de rien et sont respectés par leur entourage.

Il suffit de lire les journaux ou de regarder autour de nous, pour nous rendre compte de la véracité de ces assertions et du bien-fondé de la Loi de causalité. En résumé du point de vue moral comme du point de vue matériel nous récoltons ce que nous semons "chacun est fils de ses oeuvres" comme dit un proverbe français.

## **V. L'UTILITE DE LA CONNAISSANCE ET DE LA PRATIQUE DE LA LOI DE CAUSALITE.**

### **1. La loi de causalité nous fait éviter les fausses croyances et les superstitions.**

Elle fait apparaître la réalité des êtres et des choses qui n'a rien de flou ni de mystérieux. Elle dissipe toutes les ombres savamment entretenues par les superstitions qui recouvrent les choses. Elle rejette le sophisme qui prétend que "toute chose en ce monde est créé par un Dieu, nanti de l'omnipuissance et du droit de récompense et de punition". C'est pourquoi celui qui est pénétré de la compréhension de la Loi de causalité n'accorde plus sa confiance de façon erronée, ne formule aucune prière inutile à quelque Dieu que ce soit, ne s'appuie plus sur aucune force surnaturelle, n'éprouve ni peur, ni inquiétude.

### **2. La loi de causalité apporte la confiance en soi-même.**

Une fois que nous nous sommes rendu compte que nos actes volitionnels et nos pensées en s'accumulant

constituent notre propre "karma" qui détermine notre propre existence, que nous sommes notre propre architecte dans l'édification de cette existence même, alors sur qui devons nous compter, sinon sur nous-mêmes? La confiance en soi constitue donc une force d'une valeur inappréciable qui nous permet d'agir en toute lucidité, pour le beau, le bien et la juste cause. En effet, nous savons que les bonnes actions sont de précieuses causes qui vont apporter d'excellents résultats.

### **3. La loi de causalité nous évite le désespoir et le ressentiment :**

Celui qui désespère ou qui fait des reproches à autrui, c'est parce qu'il a mis sa confiance de façon erronée qu'il était habitué à ne compter que sur autrui, qu'il s'oriente vers l'extérieur. Quand il saurait qu'il est la principale force, la cause unique de tous ses échecs ou réussites, alors il ne trouverait plus aucune raison valable pour désespérer ou pour maugréer contre autrui. Il ne lui reste plus qu'à modifier son comportement dans le sens du bien, pour espérer récolter de bons résultats dans le futur.

## **VI. QUESTIONS.**

*1. Certaines personnes pensent : la Loi de causalité est une loi naturelle, sensée, juste, alors pourquoi on voit des honnêtes gens rencontrer tant de malheurs, alors que des méchants demeurent à l'abri de toute punition ?*

**Réponse :** Comme il a été dit plus haut, la période d'évolution de la cause à l'effet est de durée variable. Il y a des causes à effets immédiats, il y a d'autres dont les effets sont à retardement et certains peuvent séchelonner

d'une génération à l'autre, etc...

Si, dans la présente vie, on voit des méchants jouir d'une certaine tranquillité, c'est parce qu'ils ont fait du bien dans leur existence antérieure. Quant à leur méchanceté actuelle, qui n'est que récente, elle portera ses effets néfastes dans leur avenir ou dans leur existence prochaine. Tout comme celui qui mène une vie oisive cette année c'est parce qu'il a suffisamment économisé l'année précédente. Et, l'oisiveté - cause de cette année donnera l'effet - misère pour l'année suivante.

Par contre, celui qui n'a fait que des bienfaits durant cette vie mais qui a subi des malheurs de toutes sortes, c'est parce qu'il a commis des fautes dans sa vie antérieure. La "cause bienfaits" actuelle procurera des joies dans sa prochaine existence. Il en est de même de cet agriculteur qui, cette année, bien que travaillant durement n'arrive pas à joindre les deux bouts. C'est parce qu'il n'a pas bien travaillé l'année précédente. Mais il bénéficiera de l'abondance l'année prochaine. Les Anciens avaient raison de dire : **"Le bien comme le mal porte toujours des fruits. La seule différence est qu'ils arrivent tôt ou tard."**

*2. Selon la loi de causalité, chacun récolte ce qu'il a semé. Autrement dit, quand le père commet une faute, il n'appartient pas au fils de la réparer, et inversement. Pourtant on voit couramment le père supporter les fautes des enfants ou vice-versa, où est donc la justice ?*

**Réponse :** Bouddha a enseigné dans ses sutras qu'il y a en vérité deux sortes de karma, le karma individuel et le karma collectif. Le karma individuel ne concerne que

l'individu en question. Par exemple, quelqu'un qui étudie bien acquiert beaucoup de connaissances pour lui seul. Quelqu'un qui mange bien, sera rassasié, lui seul, et personne d'autre. Celui qui travaille bien, réussira par contre s'il est paresseux, il s'attendra à des échecs et des déboires.

Le karma collectif concerne un groupe d'individus, vivant dans une même situation. Pour ne citer qu'un exemple, durant la guerre du Viêt-Nam, tout un peuple a souffert sans distinction de classes sociales. Si, par contre, l'on a la chance de vivre parmi un peuple riche, chacun peut profiter de sa part de bonheur matériel. Ainsi vivant dans une même famille, une même société, les individus ont un dénominateur commun dans leur karma. Les livres anciens disaient : "Une personne qui accomplit une bonne action fait profiter de son geste des milliers d'autres personnes. Un arbre fleuri embaume tout le jardin".

### **Conclusion.**

Ainsi, pénétrés de la signification et de l'importance de la Loi de causalité, nous devons la mettre en pratique dans nos actions quotidiennes. Nous devons peser chaque parole, chaque geste, chaque action, en fonction de leur valeur morale et de leur poids karmique dans le futur. Si nous pouvons agir de cette façon, nous verrons notre caractère et nos comportements s'améliorer de jour en jour. Les fautes diminueront et les bonnes actions augmentent. Grâce à ces bonnes semences, de la

condition humaine nous pourrions devenir des sages, des êtres exceptionnels.





## LEÇON N°6

# LOI DE LA RENAISSANCE

### Introduction

Les deux théories de la discontinuité et de la permanence sont combattues par le bouddhisme qui soutient que tout être vivant échappe à ces deux théories pour subir celui de la métempsyose.

### Développement

#### I - DEFINITION

#### II - LE SAMSARA DANS LES CHOSES ET LES ETRES

- 1.La Terre
- 2.L'eau
- 3.Le vent
- 4.Le feu
- 5.Le samsara de l'Univers.
- 6.Le samsara du corps humain.
- 7.Le samsara de l'esprit et de l'âme.

#### III - LE SAMSARA SELON LA LOI DE CAUSALITE A TRAVERS LES SIX MONDES.

#### IV - QUELQUES PREUVES DE METEMPSYCOSE

1. Une histoire véridique de métempsycose en Inde.
2. Une histoire de métempsycose en Amérique.
3. Une histoire de mutation karmique avec changement corporel.

## **V - QUESTIONS A EXPLIQUER.**

### **Conclusion**

Cette doctrine du karma donne l'espoir, le sens de la responsabilité et le courage moral à un bouddhiste, qui, arrachant les mauvaises herbes sur son chemin, sème en même temps la bonne semence qui lui permettra de progresser jusqu'aux hautes sphères des Arhats, des Bodhisattvas ou de Bouddha.

## LEÇON N°6

# LOI DE LA RENAISSANCE

### Introduction

Etre et non-être, vivre et mourir sont autant de questions qui ne cessent de tourmenter le commun des mortels. En fin de compte deux théories semblent attirer beaucoup d'attention :

1. Celle qui admet, au contraire, que tout être vivant, une fois mort, se désintègre ne laissant plus rien, et que, poussière d'origine, on redevient poussière.

2. Celle qui admet, au contraire, que tout être vivant est mortel mais son âme subsiste après la mort soit pour monter au Paradis pour jouir de la béatitude, soit pour descendre en Enfer y subissant le pire des supplices.

Ces deux théories sont aussi inexacte l'une que l'autre: en effet, nous pensons qu'après la mort, rien n'est totalement perdu et il doit en rester quelque chose, même en quantité infinitésimale.

De même il n'est pas vrai que l'âme demeure telle quelle, indéfiniment, soit au Paradis, soit en Enfer. L'observation des choses de la nature nous permet d'affirmer que toute chose subit la loi de la transformation et du changement. Par ailleurs, quoi de plus injuste que la cause d'une vie éphémère puisse engendrer un effet bon ou mauvais, qui dure éternellement.

Ainsi les deux théories de la discontinuité et de la permanence sont combattues par le bouddhisme qui

soutient que tout être vivant échappe à ces deux théories pour subir celui de la métempsycose.

## Développement

### I. DEFINITION

Métempsycose ou Transmigration des âmes est la traduction occidentale de samsara (en Sanscrit, et traduit sino-vietnamien par "Luân Hôi", Luân signifiant "la roue" et Hôi, "qui tourne sur elle-même". L'image de la roue qui tourne traduit bien la pensée bouddhique de la transmigration des âmes d'un être à un autre, dans les six sphères, sous forme d'existences successives selon le cycle ternaire: **vie - mort - renaissance** et ainsi de suite. La loi de la transmigration est une loi parfaitement vérifiable. Si nous acceptons la véracité de la loi de causalité nous ne pouvons pas refuser celle de la transmigration. En effet, la transmigration n'est qu'une succession ininterrompue de causes et effets. Mais parce que tantôt sous une forme, tantôt sous une autre, nous croyons qu'elle est isolée sans interdépendance.

### II. LE SAMSARA DANS LES CHOSES

#### ET LES ETRES

Les choses et les êtres de ce monde, du plus petit comme la poussière au plus grand comme la Terre, subissent le cycle samsarique, c'est-à-dire les transformations successives avec retour à l'état initial. Pour nous en persuader, examinons, quelques cas bien précis.

## **1. La terre :**

Ce vase à fleur qui est devant nous est fait d'argile ou de kaolin, son état initial. Ce kaolin a été pétri par un potier qui en a fait un vase. Au bout d'un certain temps, le vase se brise. En s'émiettant, il retrouve son état initial la terre, laquelle va nourrir les plantes. Celles-ci serviront de nourriture ensuite aux autres plantes ou aux bétiaux qui les rejettent en partie sous forme d'excréments qui deviendront des engrais. Lorsque les bêtes dépérissent, ils retournent à l'état de terre. Il y a donc des transformations successives, des changements d'état et de nature, selon des causes diverses. Mais après un cycle continu et de durée plus ou moins longue, la terre retourne à son état initial.

## **2. L'eau :**

Sous l'action de la chaleur solaire, l'eau de mer se transforme en vapeur. Celle-ci, sous l'action du froid, se transforme en nuage qui tombe sous forme de pluie. La pluie remplit des cours d'eau, qui coulent vers la mer et le cycle recommence. Il arrive aussi que l'eau, sous l'action d'un froid intense, devient la glace, laquelle fond en eau, sous l'action de la chaleur. Depuis la nuit des temps, l'eau est toujours l'eau. Elle change de forme mais son essence reste inchangée.

## **3. Le vent :**

Le vent résulte d'un déplacement d'air. Sous l'effet des rayons solaires, l'air s'échauffe et se raréfie en montant vers la haute sphère, il se produit alors un vide qui provoque alors un appel d'air. Un courant d'air est ainsi créé. Si ce courant d'air se déplace lentement, il

donne un vent léger, s'il se déplace vite, il va donner un gros vent. Un vent très fort devient tempête. Le vent peut être soit léger et c'est la brise, le zéphyr, soit très fort ce sera un typhon... Sous quelle forme qu'il soit, la nature propre du vent c'est toujours l'air.

#### **4. Le feu :**

Il va sans dire que le feu existe à l'état latent et insaisissable de cette manière. Il suffit de frotter deux morceaux de bois l'un contre l'autre, pour en faire jaillir du feu. Le feu à son tour est capable de brûler les morceaux de bois, les transformer en charbon, puis en cendre, tout en laissant dégager du gaz carbonique. Les plantes puisent avec leurs racines leur nourriture dans cette cendre, pendant que les feuilles respirent en absorbant du gaz carbonique le jour et l'oxygène la nuit venue. Les plantes emmagasinent ainsi ce qui pourra plus tard donner du feu que nous ne voyons pas. Ainsi le feu existe tantôt à l'état caché, tantôt sous forme apparente et il nous est permis d'affirmer son existence, sans même qu'il soit visible.

#### **5. Le samsara de l'Univers.**

Les sutras bouddhiques affirment que la pluralité des mondes est comparable au sable du Gange. Pour s'en convaincre il suffit de jeter un coup d'oeil, le soir venu, sur l'immensité du ciel où scintillent des myriades d'étoiles. Chaque constellation est un monde parmi l'infinité des mondes visibles ou non, dans cet univers incommensurable, subissant la loi éternelle de la formation, de la croissance, de la destruction et du néant.

## **6. Le samsara du corps humain.**

Le corp humain, comme celui de l'animal, est composé de quatre éléments principaux : la terre, l'eau, le vent et le feu. Les matières consistantes comme la chair, la peau, les tendons, les os appartiennent à l'élément "terre"; les matières liquides comme le sang, la graisse, la sueur et les larmes appartiennent à l'élément "eau", tout ce qui concerne l'appareil respiratoire et les mouvements appartiennent à l'élément "vent"; tandis que la chaleur humain appartient à l'élément "feu". En son vivant, le corps humain est ainsi constitué. Une fois qu'on est mort, chaque matière de ce corps retourne à l'élément initial auquel elle appartenait. Ces éléments en s'agglomérant, en présence de conditions favorables, donneront naissance à des plantes ou à des êtres vivants, perpétuant la vie d'une génération à l'autre, selon le cycle samsarique conditionné.

L'illustre écrivain chinois Leang Ki Tchao, en étudiant le bouddhisme de l'Inde, a émis l'opinion suivante : "L'être humain se trouve en permanence dans le cycle samsarique, dont la durée peut varier selon les conditions de développement des stades intermédiaires".

## **7. Le samsara de l'esprit et de l'âme.**

L'être humain n'est pas seulement constitué des quatre éléments principaux sus-mentionnés, mais encore de l'esprit et de l'âme, de tous les éléments psychiques, connus sous les appellations "sensations" (thọ), perceptions (tưởng), formations mentales (hành) et conscience (thức). Et si le corps proprement dit ne s'annihile pas tout à fait, la partie psychique, elle aussi, ne

se détruit pas pour autant. L'une et l'autre sont sensées renaître à travers d'autres existences, selon la loi de causalité et la théorie samsarique.

Comme il a été démontré au chapitre II, tous nos actes et nos pensées créent notre propre karma. Ce karma détermine la formation de l'être correspondant dans ses existences successives, jusqu'à l'extinction de l'enchaînement karmique, à partir de laquelle il n'y aura plus de renaissance ou de réincarnation. Lorsque ce corps physique, dit le moine Rahula, n'est plus capable de fonctionner, les énergies ne meurent pas avec lui, mais elles continuent à exercer en prenant une autre forme, que nous appelons une autre vie. Chez un enfant, toutes les facultés physiques mentales et intellectuelles sont tendres et faibles, mais elle possède en elles-mêmes la potentialité de produire un homme adulte.

Les énergies physiques et mentales qui forment ce qu'on appelle un être sont douées en elles-mêmes de pouvoir de prendre une forme nouvelle, de croître graduellement et d'atteindre leur pleine puissance.

Comme il n'y a pas de substance permanente, immuable, rien ne se transmet d'un instant à l'autre. Ainsi il est évident que rien de permanent, d'immuable ne peut passer ou transmigrer, intégralement et sans modification, d'une vie à l'autre. C'est une série qui continue sans rupture, mais qui change cependant à chaque instant. La série à proprement parler, n'est rien que du mouvement. C'est comme une flamme qui brûle pendant la nuit : ce n'est pas la même à tout instant, ce n'est pas non plus une autre.



Tant qu'il y a la soif, le désir (tanha) d'être et de devenir, le cycle de continuité (samsara) se poursuit. Il ne pourra prendre fin que lorsque la force qui se meut, cette soif même, sera arrachée, coupée, par la sagesse qui aura la vision de la Réalité, de la Vérité, du Nirvana.

### **III. LE SAMSARA SELON LA LOI DE CAUSALITE A TRAVERS LES SIX MONDES.**

On peut affirmer que l'ensemble des actions accomplies au cours de cette existence-ci constitue la cause déterminante pour la formation de l'existence prochaine. Celle-ci n'en est que l'effet logique. Il est évident qu'un bon karma (kusala) produit de bons effets, alors qu'un mauvais karma (akusala) ne peut produire que de mauvais effets. Cette loi de causalité influe sur le dogme de la continuité samsarique à tel point qu'un être humain, de par son karma positif ou négatif, pourra naître en être supérieur ou en animal, en raison des actes antérieurs. Chacun se rend responsable de ses actes et il faut bannir l'idée de récompense ou de punition en provenance d'un Être suprême, de qui il ne faut rien attendre. Autrement dit, il faut compter sur soi-même et aucune prière ne nous permet de nous élever dans l'échelle sociale, soit dans la vie présente, soit dans la vie future.

Voici les six sphères, dans lesquelles tout être évoluera en fonction de son karma accumulé dans la vie présente :

1. L'Enfer : commettre de mauvaises actions, perpétrer des crimes sur terre, tout cela ne peut que

conduire à l'enfer, pour y subir les peines les plus atroces.

2. Le monde des esprits affamés (pretas): la cupidité, l'avarice, la non-assistance aux malheureux, des actes pervers, des ambitions démesurées au détriment d'autrui... vous transforment en esprits affamés, en démons.

3. Le monde animal: s'adonner aux vices, se complaire dans la luxure, les festivités onéreuses, ne pas savoir distinguer le bien du mal, tout cela vous fera prendre la forme animale.

4. Le monde des dieux coléreux (asuras): ce sont des gens à double personnalité, faisant à la fois le mal et le bien, selon l'humeur du moment, ou indistinctement, de caractère coléreux et de tempérament superstitieux, enclin à suivre les doctrines pernicieuses. Ces gens-là deviendront Asuras, tantôt heureux, tantôt malheureux.

5. La nature humaine : ceux qui observent les cinq abstinences, à savoir : ne pas porter atteinte à la vie, ne pas voler, ne pas commettre d'adultère, ne pas mentir, ne pas boire de l'alcool jusqu'à l'ivresse, ceux-là renaîtront sous forme d'humains.

6. La sphère céleste : ceux qui parviennent à se débarrasser des dix méchancetés pour se consacrer à la morale et cultiver la vertu, renaîtront dans la sphère céleste, mais ils sont encore sujets à réincarnation.

Pour échapper au cycle samsarique et atteindre les quatre degrés de Saint, d'Arhat, de Bodhisattva ou de Bouddha, il faudra appliquer à la lettre la Doctrine de Bouddha, définie par le Noble Sentier Octuple (Bát Chánh Đạo) qui conduira à l'Eveil et à la Libération totale

de soi-même.

#### **IV. QUELQUES PREUVES DE METEMPSYCOSE**

##### **1. Une histoire véridique de métempsycose en Inde.**

Il y a quelques dizaines d'années, la revue MAI a publié, avec photos à l'appui, l'anecdote suivante : en Inde, à la Nouvelle Delhi, une fillette de 8 ans qui se nomme Phatidevin, se met à pleurer abondamment en suppliant ses parents de l'emmenner à la ville de Mita pour rencontrer son mari, un enseignant. Les deux villes étant distantes de 200 kilomètres, les parents sont très intrigués et demandent à un journaliste de procéder à une enquête.

Le journaliste est venu pour s'enquérir auprès de la fillette. Voici ce qu'elle déclare : elle était la femme d'un enseignant, de qui elle eut un enfant. Quand celui-ci atteignit l'âge de 11 ans, elle tomba malade et en mourut.

Le journaliste exige des preuves. La fillette révèle qu'avant de mourir, elle laissa des lingots d'or et d'argent ainsi que plusieurs objets, qu'elle enterra à un endroit précis. Elle laissa à son mari un éventail avec des inscriptions. Le journaliste se rend à Mita où il rencontre l'enseignant dont il s'agit. Tous les deux se sont mis à vérifier les dires de la fillette, lesquels se trouvent confirmés point par point.

De retour à la Nouvelle Delhi, le journaliste ne peut que confirmer aux parents l'exactitude des propos de Phatidevin. Pour les édifier complètement, il les conduit en voiture jusqu'à Mita. Quoique très jeune et n'ayant

jamais quitté la capitale, Phatidevin, s'ingénie à indiquer tout le chemin à suivre jusqu'à Mita en donnant même les noms des connaissances et parents qui habitent en bordure de la route.

La voiture arrive là où elle ordonne de stopper, juste devant la demeure du père de l'enseignant, un octogénaire. Elle se précipite sur lui en criant :

- Voici le père de mon mari.

Enfin, elle accourt vers un enfant en bas âge pour l'embrasser, en versant d'abondantes larmes :

- Enfin, voici mon fils.

Cette histoire ahurissante a défrayé les chroniques de l'époque, dans le monde entier qui n'y a rien compris, sauf nous, les bouddhistes, qui y voient l'illustration la plus éloquence du dogme samsarique.

## **2. Une histoire de métempsycose en Amérique.**

Vers 1956, une femme américaine de 33 ans, du nom, de Ruth SIMOND, convaincue de la métempsycose, a prié un hypnotiseur renommé, Morey BERSTEIN, de l'aider à revoir son existence antérieure.

L'hypnotiseur la met en état d'hypnose et lui demande:

- Qu'avez-vous fait à l'âge de dix ans ?

Mlle Simond raconte alors les menus détails de sa vie de fillette, en famille et à l'école. L'hypnotiseur lui demande alors:

- Et qu'avez-vous fait à l'âge d'un an ?

Mademoiselle Simond se met alors à balbutier

comme un bébé. L'hypnotiseur lui pose alors la dernière question :

Enfin, rappelez-vous les étapes de votre existence antérieure ?

Alors Mlle Simond se met à raconter comme suit : Je naquis en 1798 dans la famille des Murphy à Cork en Irlande. Je revois parfaitement mon village natal. Mon mari s'appelait Brian Mac Carthy, professeur de droit, ayant collaboré au journal "Belfast News". Après ma mort, je devins fantôme pendant plus d'un siècle, avant de renaître dans la famille Simond en 1923 etc...

Mlle Simond a raconté sa vie antérieure avec force détails, que l'hypnotiseur a noté scrupuleusement dans un ouvrage intitulé "A la recherche des origines de Mlle Murphy". Cet ouvrage a été tiré à 170 000 exemplaires entièrement vendus en trois mois. Après l'hypnotiseur s'est mis à enregistrer la confession de Mlle Simond (ex-Murphy) sur 30 000 disques, lesquels ont été vendus en deux jours.

Cette histoire a été relatée en son temps dans la presse internationale, notamment dans Paris Match de France, et dans certains quotidiens de Saïgon, tel le Tin Điên, et même dans la revue de propagation de la Foi bouddhique "Liên Hoa" ou Fleur de Lotus.

### **3. Une histoire de mutation karmique avec changement corporel.**

Il y a 30 ans de cela, à Cà Mau (Tuk Kmau - Eau Noire) au sud Viêt Nam, il s'est passé un fait extraordinaire qui a remué l'opinion publique : le premier

notable du village de Tân-Việt, notoirement connu dans la région du Đầm-Giỏi (Étang aux chauves souris) sous le nom de Ông Cả Hiêu, a une fille âgée de 19 ans. Par malheur, elle tombe malade et passe de vie à trépas.

A une centaine de kilomètres de là, le notable Thừa du village de Vĩnh Mỹ, district de Bac Liêu (de Po Loenh: le Banian Sacra), a aussi une fille à peu près du même âge, qui meurt de maladie, mais qui revient subitement à la vie. Elle se met à parler de choses et d'autres devant la famille ahurie qui croit rêver.

Elle pleure abondamment tout en suppliant de la faire réintégrer sa véritable famille qu'elle désigne du nom de Ông Cả Hiêu. Elle précise même le nom du village, avec toutes les coordonnées qui permettent précisément de retrouver sa famille.

Le notable Thừa est allé chercher le premier Hiêu pour lui raconter l'histoire surprenante à faire sursauter les gens de toute la région. Ils se rendirent tous les deux à Vĩnh Mỹ. A la vue du notable Hiêu, la jeune fille ressuscitée accourt embrasser, à chaudes larmes, celui qu'elle considère comme son père. Puis elle se met à raconter les menus détails de son existence chez le premier notable, avec une précision étonnante.

Naturellement, son âme a quitté son ancien corps, alors en désintégration, pour venir habiter le corps de la fille du notable Thừa. Cette fille ressuscitée appartient désormais à deux famille, l'une pour le corps et l'autre pour l'âme, les deux familles la tiennent en affection et elle bénéficiera d'un double héritage.

## V. QUESTIONS A EXPLIQUER.

**1. Question :** Admettons qu'il y ait migration des âmes et réincarnation, comment se fait-il qu'au début il n'y avait que très peu d'êtres humains et qu'aujourd'hui on compte plusieurs milliards? Se peut-il qu'il y ait multiplication ou émiettement de l'âme?

**Réponse :** Comme il a été dit plus haut, l'espèce humaine et l'espèce animale subissent le cycle samsarique, conformément à leur karma et seront appelés à peupler l'une des dix sphères qui leur seront assignées, à savoir la sphère céleste, la communauté humaine, le domaine des Asuras, la sphère des Pretas, la sphère des animaux ou l'Enfer. Chaque être animé pourra ainsi revêtir tantôt la forme humaine, tantôt la forme animale, d'une existence à l'autre, selon la qualité karmique. Il n'est pas dit que l'homme se réincarnera obligatoirement en homme. Par contre, un animal ayant purgé son mauvais karma contracté antérieurement, pourra reprendre la forme humaine, et inversement.

Par ailleurs, les Sutras bouddhiques admettent la pluralité des mondes: les astres et les galaxies sont aussi nombreux que les grains de sables du Gange. Certains à en croire les savants, sont habitables et tout aussi peuplés que notre terre. Dans ces conditions, on peut supposer qu'il y a aussi migration inter-astrale des âmes, comme il est dit dans les Sutras (Kinh Địa Tạng).

"Thủ thế giới hoại thời, hoàn ký tha phương", ce qui signifie qu'un monde qui se détruit est sensé renaître, par le fait de la migration des âmes.

Pour prendre un exemple concret, disons que

pendant la guerre, Saïgon comptait quatre millions d'hommes du fait de l'affluence des campagnards fuyant la guerre, alors que maintenant cette ville ne compte plus qu'un peu plus d'un million, en raison du départ des gens vers les campagnes. Il en est de même des migrations inter-astrales.

**2. Question :** L'espèce humaine et l'espèce animale sont tout à fait différentes l'une de l'autre. Comment une permutation de corps et d'âme est-elle possible ?

**Réponse :** Ceux qui pensent que l'âme humaine et l'âme animale sont distinctes ignorent systématiquement le Karma, ou l'acte volitionnel, intentionnel qui crée un influx capable d'influencer sur la vie future, une sorte d'énergie psychique, invisible mais réel, qui accompagne chaque existence comme l'ombre suit le corps. Cet influx déterminera dans quel sens on renaîtra, selon la loi des affinités, des similitudes qui s'attirent ou se recherchent (Đồng thanh tương ứng, đồng khí tương cầu).

C'est pourquoi, au lieu de dire qu'un homme renaît sous forme animale, ou inversement, il faudrait plutôt dire que l'influx karmique d'un être disparu, réapparaît sous forme humaine ou sous forme animale.

## **Conclusion.**

Le dogme du samsara ou de la Métempsycose nous est profitable, en ses divers aspects :

1. Il fait ressortir l'erreur de la "théorie annihiliste" (đoạn kiến) qui décourage les êtres humains, car ils pensent que c'est inutile de s'évertuer à faire quelque

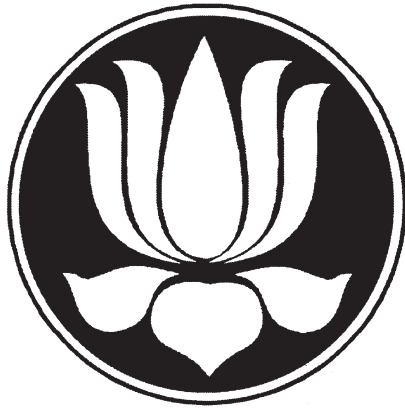


chose en ce monde, du fait qu'on finira dans le néant.

2. Il combat aussi la "théorie éternaliste" qui prétend que l'être humain, une fois mort, conservera son âme humaine, qu'il ait accompli sur terre de bonnes ou de mauvaises actions. Dans ce cas, il est tout aussi inutile de s'évertuer à faire quelque chose de son vivant.

3. Par contre, en admettant le dogme samsarique et de l'influx karmique, on est assuré que rien n'est perdu après la mort, la vie se continuera sous une forme ou sous une autre, selon le poids karmique créé par soi-même.

Selon cette conception, "nous ne sommes pas toujours dominés par une nécessité rigide, car le karma n'est ni le destin, ni la prédestination, imposés par un pouvoir inconnu mystérieux auquel nous devons nous soumettre aveuglement. C'est notre façon d'agir qui réagit sur nous-mêmes et nous avons ainsi la possibilité de modifier largement le cours de notre karma". Cette doctrine du karma donne l'espoir, le sens de la responsabilité et le courage moral à un bouddhiste, qui, arrachant les mauvaises herbes sur son chemin, sème en même temps la bonne semence qui lui permettra de progresser jusqu'aux hautes sphères des Arhats, des Bodhisattvas ou de Bouddha.



## LEÇON N°7

# LES DIX BONNES ACTIONS

### Introduction

Les dix bonnes actions sont la source de ce qui est beau dans notre vie d'homme, et dans les vies supérieures.

### Développement

#### I - DEFINITION

#### II - ORIGINE DES DIX MAUVAISE ET DIX BONNES ACTIONS

##### 1. Les dix mauvaises actions :

- a) provenant du corps : tuer, voler, succomber au désir sexuel.
- b) provenant de nos paroles : mentir, déformer la vérité, parler du mal des autres, dire des méchancetés.
- c) provenant de nos pensées : avoir des ambitions vulgaires, être emporté par la haine ou la colère, s'obstiner dans ses erreurs.

##### 2. Les bonnes actions :

- a) provenant du corps : respecter la vie, respecter la propriété des autres, observer la chasteté.
- b) provenant de nos paroles : dire et respecter la vérité, ne pas parler en mal des autres, ne pas dire

de méchancetés.

- c) provenant de nos pensées : ne pas avoir d'ambitions vulgaires, ne pas se laisser emporté par la haine ou la colère, cultiver la sagesse.

### **3. Sens et valeur des dix bonnes actions :**

- a) Respecter la vie
- b) Ne pas voler
- c) Observer la chasteté
- d) Dire la vérité.
- e) Respecter la vérité.
- f) Ne pas dire du mal des autres.
- g) Ne pas dire de méchancetés
- h) Ne pas avoir d'ambitions vulgaires
- i) Ne pas se laisser emporter par la haine ou la colère
- j) Cultiver la sagesse

## **Conclusion**

- 1. Perfectionner corps et esprit.**
- 2. Perfectionner l'environnement.**
- 3. Accéder au Ciel.**
- 4. Devenir Bouddha.**

## LEÇON N°7

# LES DIX BONNES ACTIONS

### Introduction

Les dix bonnes actions sont la source de ce qui est beau dans notre vie d'homme, et dans les vies supérieures.

Dans les deux textes explicatifs consacrés respectivement à la «loi des causes et effets» et «aux vies successives», nous avons pu constater de manière claire et nette, que nous récoltons toujours ce que nous avons semé, soit en bien, soit en mal, soit dans cette vie, soit dans les vies à venir.

Si nous voulions que notre vie suivante soit celle d'un homme, il faudrait observer les cinq interdictions (ne pas tuer, ne pas voler, ne pas avoir des relations sexuelles illicites, ne pas mentir, ne pas boire de l'alcool). De cette façon, dans notre vie actuelle, nous ne rencontrerons qu'affection et estime.

Cependant, si nous voulions accéder aux mondes supérieurs il faudrait pratiquer les «dix bonnes actions». Cette pratique nous apporte tout de suite une vie plus heureuse et plus pleine.

Nous ne pourrions parvenir à ce niveau que si nous comprenions les quatre vérités, les 12 éléments de la production conditionnée et le chemin octuple.

Obligatoirement, nous avons aussi à pratiquer les « dix bonnes actions » qui sont les marches de l'escalier de la transcendance, les fondations les plus solides, pour notre libération. C'est pour cette raison que l'on dit que les « dix bonnes actions » sont la source même du bonheur dans notre vie d'homme et dans les vies supérieures.

## **Développement**

### **1. DEFINITION**

Le mot «action» est la traduction du mot sanscrit « karma ». En effet, ce dernier signifie : création, acte, action, et leur conséquences. Il y a trois sortes d'action : la bonne, la mauvaise et celle qui n'est ni bonne ni mauvaise. Est bonne celle qui est utiles à soi-même et aux autres. Est mauvaise, celle qui est nuisible à soi-même et aux autres.

### **2. ORIGINE DES DIX MAUVAISE ET DIX BONNES ACTIONS**

Les actions sont multiples. Cependant, on peut distinguer dix bonnes et dix mauvaises actions fondamentales qui proviennent soit de notre corps, soit de nos paroles ou de nos pensées.

#### **1. Les dix mauvaises actions :**

a) provenant du corps : tuer, voler, succomber au désir sexuel.

b) provenant de nos paroles : mentir, déformer la vérité, parler du mal des autres, dire des méchancetés.

c) provenant de nos pensées : avoir des ambitions

vulgaires, être emporté par la haine ou la colère, s'obstiner dans ses erreurs.

## **2. Les bonnes actions :**

a) provenant du corps : respecter la vie, respecter la propriété des autres, observer la chasteté.

b) provenant de nos paroles : dire et respecter la vérité, ne pas parler en mal des autres, ne pas dire de méchancetés.

c) provenant de nos pensées : ne pas avoir d'ambitions vulgaires, ne pas se laisser emporté par la haine ou la colère, cultiver la sagesse.

## **3. Sens et valeur des dix bonnes actions :**

### **a) Respecter la vie**

Rien n'est plus précieux que la vie. Il faut être reconnaissant à ceux qui respectent notre vie. Lorsqu'un oiseau, sur le point d'être tué, est libéré, on devine la joie qu'il ressent, de même qu'un poisson. L'oiseau se met à chanter, à voler et le poisson, de nouveau, à évoluer. Autrement dit, comme il est précieux d'échapper à la mort. C'est pourquoi, ne pas tuer et au contraire libérer tout ce qui est captif, est la première des dix bonnes actions.

Ne pas tuer et ne pas manger de la viande nous permet d'échapper à deux fautes graves :

1) Tuer ceux qui pourraient devenir Bouddha, car le Bouddha a dit : Tout être pensant peut devenir Bouddha.

2) Tuer ceux qui dans les vies antérieures auraient pu être nos parents, car dans le « Bodhisattva Sutra », il est dit que « tout être vivant a été notre père, notre mère,

nos parents, dans le cycle de leurs vies successives ».

Ceux qui ne tuent pas, développent dans leur vie actuelle leur sentiment de charité, et de cette manière, se perfectionnent pour devenir un jour Bouddha. En effet, si vous ne tuez pas :

a) Tout le monde vous respecte.

b) Votre sentiment de charité se développe envers tous.

c) La violence et la rancune sont bannies.

d) Votre corps est en bon équilibre.

e) Vous aurez la protection des Juges Divins.

f) Vous vivrez longtemps.

g) Vous bénéficierez d'un sommeil paisible.

- Vous éliminez toute rancune,

- Vous échappez aux trois niveaux de l'Enfer,

- A votre mort, vous accédez au Paradis.

## **b) Ne pas voler**

Ne pas voler, c'est ne pas s'emparer des choses qui ne nous appartiennent pas, et que l'on ne nous a pas données. Le droit de posséder est un droit important. Evidemment la vie est précieuse, mais nous ne pourrions vivre, sans nous vêtir, nous loger, sans manger et posséder ce qui est nécessaire à la vie. Aussi, chacun sent-il la nécessité de travailler afin d'acquérir ce qui est nécessaire pour garantir sa vie et celle de ses proches.

Si donc, pour une raison quelconque, l'on vous dépossède, il est compréhensible que vous en soyez



malheureux et même désespéré, au point d'en être malade et, en dernière extrémité, de vouloir vous supprimer. C'est aussi une affaire de justice et d'égalité. Si vous ne voulez pas qu'on vous vole, alors ne volez pas à votre tour. La société ne peut se maintenir que si chacun respecte cette règle élémentaire de justice. D'ailleurs, les biens mal acquis passent comme l'eau ou le sable qui s'écoule. En définitive, vous n'avez plus rien, sauf le mépris, la honte pour vous et votre descendance.

Au contraire, ceux qui ne volent pas ont la paix de l'âme; ils n'ont pas d'ennemis. Dans une société qui ignore le vol, il n'est pas nécessaire de verrouiller les portes, les objets perdus se retrouvent. C'est la paix civile.

Et si, non seulement vous ne volez pas, mais encore donnez, alors selon le livre des dix bonnes actions :

a) Vous vivrez dans l'aisance sans avoir à redouter ni la guerre, ni les confiscations par le pouvoir, ni les inondations, ni les incendies, ni vos descendants qui dilapident.

b) Vous jouissez de la confiance du grand nombre.

c) Vous n'avez pas à redouter des abus de confiance ou escroqueries.

d) Tous chantent votre droiture.

e) Vous avez la paix de l'esprit.

f) A votre mort, vous accéderez au Paradis.

### **c) Observer la chasteté**

La sexualité assure le cycle des vies successives.

Cependant, elle est un obstacle à notre libération. c'est pourquoi les religieux, pour parvenir à leur but, doivent s'en abstenir en pensée et en acte. Le Surangama Sutra dit: "Sans élimination du désir sexuel, on ne peut échapper au cycle de la mort et de la vie."

Pour les non-religieux, la sexualité n'est pas interdite entre époux. Mais l'adultère est interdit. C'est seulement de cette manière que la famille vit en paix et dans le bonheur, et que les autres vous respectent.

Le livre des dix bonnes actions dit que la chasteté vous apporte quatre avantages :

- 1) Vos cinq sens ainsi que votre pensée sont sauvegardés.
- 2) Vous éliminez toute contrariété.
- 3) Votre famille est respectée par tous.
- 4) Tous vous estiment.

#### **d) Dire la vérité.**

Dire la vérité, c'est dire ce que l'on pense, et ce qui correspond à la réalité. Pour ce qui existe, il faut dire qu'il existe, pour ce qui n'existe pas, il faut dire qu'il n'existe pas. Certains pensent que mentir pour flatter, est sans inconvénient. Mais en vérité ce n'est pas ainsi. On prend la mauvaise habitude de mentir. Et ceux qui nous entourent cessent de nous croire, même si parfois nous disons la vérité. Mentir par peur ou par faiblesse est pire encore. Car on prend ainsi l'habitude de cacher ses défauts et on ne cherche plus à les guérir.

Le plus grave est de mentir par intérêt ou par fatuité. Les commerçants qui mentent ne vendent plus. Les gens

qui prétendent accéder à la sainteté pour impressionner autrui, commettent le plus grand mensonge et sont condamnés à l'Enfer. Seul ne constitue pas une faute, le mensonge fait pour secourir quelqu'un. Selon le livre des dix bonnes actions, ceux qui ne mentent pas, ont les avantages suivants :

- 1) Ils ont la bouche pure.
- 2) Ils ont le respect de tous.
- 3) Ils ne commettent pas d'erreur.
- 4) Leur esprit aussi est pur.
- 5) Ils jouissent de la félicité qu'ils recherchent, et de manière générale, les trois sources d'actions, à savoir : le corps, la parole et la pensée, restent purs.

#### **e) Respecter la vérité.**

Respecter la vérité veut dire ne pas déformer la vérité, ne pas enjoliver ni broder la parole pour ébranler la confiance d'autrui, ou entraîner autrui vers le mal. Ceux qui font cela ne sont pas honnêtes. Ils exploitent la confiance des autres dans un but intéressé. On les critique et on les méprise.

Selon le livre des dix bonnes actions, ceux qui respectent la vérité ont les avantages suivants :

- 1) Ils jouissent de l'estime de tous.
- 2) Ils peuvent répondre même aux questions les plus difficiles.
- 3) Tous les respectent.

#### **f) Ne pas dire du mal des autres.**

Cela veut dire aller chez les uns dire du mal des

autres, et inversement chercher à dévaloriser les uns aux autres et semer de la haine entre eux. Bref, il ne faut pas dire du mal pour transformer les amis en ennemis et diviser les gens.

En évitant cela, nous évitons la discorde avec nos proches et nos amis, et on a de l'estime pour nous. Si, en plus, nous n'avions que des paroles de paix, de telle manière que ceux qui sont amis s'apprécient encore davantage, alors partout où nous irions, nous ne rencontrerions que respect et bon accueil. Partout, nous sommes en mesure de surmonter les difficultés.

Selon le livre des dix bonnes actions, si nous agissions ainsi, nous bénéficierons des privilèges suivants:

- 1) L'union dans notre famille.
- 2) Les sentiments d'amitié sont solides et durables.
- 3) Consolider nos vertus.
- 4) Consolider notre foi.

### **g) Ne pas dire de méchancetés**

C'est en particulier ne pas proférer de grossièretés, ni d'injures. Ne pas blesser le cœur des autres par nos paroles, mais au contraire il faut utiliser celles de paix et de charité.

Selon le livre des dix bonnes actions, ceux qui n'utilisent que des paroles amicales, bénéficient des privilèges suivants:

- 1) Tout ce qu'ils disent est exact, correct et utile .
- 2) Tous suivent ses paroles et leur font confiance .

3) Personne ne les critique et tous les aiment .

### **h) Ne pas avoir d'ambitions vulgaires**

Il y a cinq ambitions vulgaires, qui menacent particulièrement chacun de nous : les richesses, le désir sexuel, les honneurs, la gourmandise et la paresse. En effet, aimer les richesses finit par nous rendre malheureux, car pour les acquérir on utilise parfois des procédés malhonnêtes et on est évidemment malheureux lorsqu'on les perd. Quant au désir sexuel, il nous fait perdre argent, santé, honneur, potentiel intellectuel.

Pour satisfaire ces désirs, les honneurs nous conduisent à des courbettes et flatteries. Nous perdons toutes nos forces et ressources pour les obtenir. Souvent notre attitude nous rend ridicules. La gourmandise entraîne la maladie, la fatigue et raccourcit la vie.

Enfin la paresse et l'apathie conduisent à l'abrutissement. Ce sont précisément ces cinq ambitions vulgaires qui nous enchaînent dans le cycle des vies successives. Ceux qui n'y succombent pas, ont peu de désirs, mais beaucoup de clairvoyance et de sagesse. Ils arrivent à se perfectionner et à avoir une vie simple, pure et paisible. Si nos sociétés n'étaient composées que de cette catégorie de personnes, nous ne verrions plus les forts opprimer les faibles, les riches exploiter les pauvres, les pauvres haïr les riches. Ce serait la paix et la joie.

Selon le Livre des dix bonnes actions, ces personnes bénéficient des privilèges suivants :

1) Les trois sources d'actions, à savoir : le corps, les

paroles et les pensées, sont en équilibre.

2) Ils échappent aux vols de toutes sortes.

3) Ils ont la chance et le bonheur.

4) Toutes les satisfactions leur sont accordées, bien qu'ils ne les aient pas sollicitées.

### **i) Ne pas se laisser emporter par la haine ou la colère**

C'est savoir garder son calme devant les contrariétés. Etre haineux et coléreux est un très grave défaut. C'est une flamme qui nous consume, ainsi que tous ceux qui sont autour de nous. L'Ecriture dit : "Devant un seul acte de violence, s'ouvrent toutes les portes conduisant aux mauvaises actions. La flamme de la haine, réduit en cendres toute bonne action". Elle dit aussi "savoir dominer sa colère assure la paix pour cent ans".

Selon le Livre des dix bonnes actions, ceux qui ne connaissent pas la haine et la colère bénéficient des privilèges suivants :

1) On échappe à la souffrance.

2) On échappe à la violence.

3) On échappe aux désirs et aux ambitions.

4) On jouit de la paix intérieure et de la droiture.

5) On a l'esprit de charité.

6) On fait du bien autour de soi.

7) Les autres respectent votre dignité.

8) Votre abnégation vous permet d'accéder au Ciel.

### **j) Cultiver la sagesse**

C'est apprendre à raisonner correctement, à

distinguer le vrai du faux, à ne pas suivre son propre penchant, à écarter tout ce qui n'est pas conforme à la raison, et surtout à écarter toute superstition.

Par contre, garder sa lucidité, comprendre la loi des causes et effets et celle du karma, faire du bien autour de soi, être vigilant dans son perfectionnement, lutter contre son ignorance afin de progresser sur la voie de sa libération.

Selon le Livre des dix bonnes actions, celui qui a ces qualités bénéficie des privilèges suivants :

- 1) Avoir la bonté et de bons amis.
- 2) Comprendre la loi des causes et effets et ne jamais faire de mal.
- 3) Suivre l'enseignement du Bouddha, écarter ce qui n'est pas conforme à la sagesse.
- 4) La droiture et la lucidité.
- 5) La transcendance.
- 6) Avoir la chance et le bonheur.
- 7) Une vie honnête et pure.
- 8) Une vie utile aux autres.
- 9) Se conformer à la raison.
- 10) Eviter tout malheur.

## **Conclusion**

Les dix bonnes actions, comme les dix mauvaises, ont comme source notre corps, nos paroles et nos pensées. Les mauvaises actions sont comme les mauvaises herbes. Et les bonnes sont comme le Blé. Les deux poussent aux mêmes endroits. C'est pourquoi, si l'on

veut du bon blé, il faut arracher les mauvaises herbes. Autrement dit, il nous faut combattre les mauvaises actions pour entreprendre les bonnes.

Si nous arrivons à dominer les mauvaises actions, les bonnes progressent, et nous bénéficions alors des quatre avantages suivants :

### **1. Perfectionner corps et esprit**

Notre corps et notre esprit dépendent des actions bonnes et mauvaises. Si donc, nous pratiquons les bonnes c'est tout notre corps et notre esprit qui s'en trouvent influencés. Par exemple, au lieu de tuer les êtres vivants qui sont captifs, nous les libérons, alors l'esprit de méchanceté se transforme en esprit de charité, et la haine en générosité.

### **2. Perfectionner l'environnement**

L'environnement est comme un miroir qui réfléchit le vie et le comportement de chacun de nous. Si nous rions, le miroir nous renvoie notre rire, et si par contre nous pleurons, ce sont nos pleurs qu'il renvoie.

Aussi, si dans notre vie nous faisons du bien, nous aidons les autres, alors tout ce qui nous entoure devient satisfaisant. Par exemple, au lieu d'accabler et de refuser, nous aidons les autres, alors autour de nous il n'y a ni haine ni mort, mais seulement affection et amitié.

### **3. Accéder au Ciel**

Pratiquer les dix bonnes actions, c'est semer le bien pour cueillir plus tard le fruit, c'est-à-dire accéder au Ciel dans le bonheur et la joie.

### **4. Devenir Bouddha**

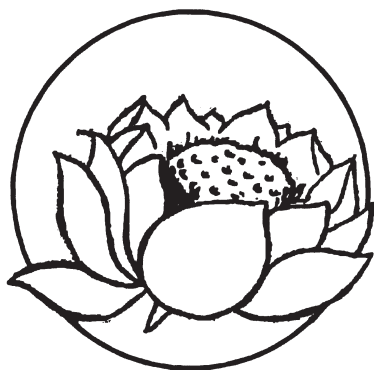


Tout ceux qui ont pu échapper au cycle des vies successives, ont pris les dix bonnes actions comme directives de ses actes. Car le résultat de ces actions est de purifier notre corps, nos paroles et nos pensées. Il purifie ainsi notre karma.

C'est seulement de cette manière que nous pouvons échapper au cycle des vies successives et devenir Bouddha.

Je formule le voeu de pratiquer les dix bonnes actions pour mon bonheur personnel et celui de l'humanité.

Si, dans notre vie actuelle d'homme nous ne cherchons pas à nous perfectionner, alors combien d'autres vies nous faudrait-il encore ?...



## LEÇON N°8

# **LES QUATRE VERTUS POUR LA PROPAGATION DE LA DOCTRINE BOUDDHIQUE**

### **Introduction**

Perfectionner ses mérites personnels, faire le bien autour de soi et aider son prochain à comprendre la doctrine bouddhique représentent les trois objectifs essentiels de la voie du Bodhisattva.

### **Développement**

#### **1. LES QUATRE VERTUS**

Définition

#### **2. MISE EN OEUVRE**

2-1. La pratique des dons

2-2. La pratique des paroles amicales

2-3. La pratique d'aide et de secours

2-4. La coopération

#### **3. AVANTAGES DE LA PRATIQUE DE CES QUATRE VERTUS**

3-1. Pour nous mêmes

3-2. Pour notre famille

3-3. Pour notre milieu social

## **Conclusion**

Se perfectionner chaque jour davantage pour soi-même et autrui. Vivre pleinement et sincèrement la vie du groupement social dont nous faisons partie, de façon à lui faire profiter des bienfaits de la doctrine bouddhique...

## LEÇON N°8

# **LES QUATRE VERTUS POUR LA PROPAGATION DE LA DOCTRINE BOUDDHIQUE**

### **Introduction**

Perfectionner ses mérites personnels, faire le bien autour de soi et aider son prochain à comprendre la doctrine bouddhique représentent les trois objectifs essentiels de la voie du Bodhisattva.

En effet, le Tathagata est venu en ce monde dans le dessein de libérer les humains du cycle des renaissances. Nous qui avons fait voeu de suivre sa voie, devons suivre son exemple dans notre comportement de tous les jours, et ne jamais oublier qu'en poursuivant notre perfectionnement nous cherchons à réaliser non seulement notre propre libération mais encore celle de nos semblables.

Cette recommandation résume l'essence même du Mahayana: le rejet de tout concept de dualité (soi-même et autrui). Le moi n'existe pas réellement. Il fait corps avec tous les êtres, tous les composants de l'univers qui l'entoure. Il n'est que la combinaison fragile et éphémère des cinq skandas qui donne à chacun d'entre nous une apparence d'individualité.

En conséquence, autant l'attachement à notre égo nous éloigne de l'objectif poursuivi, autant la pratique de

l'altruisme nous rapproche chaque davantage de l'état décisif de l'Eveil.

Le but ainsi défini, les méthodes mises en oeuvre par le Tathagata pour aider les humains à l'atteindre sont innombrables. Elles varient avec l'âge, le niveau intellectuel et l'environnement social de chaque sujet. Nous en trouvons des multitudes d'exemples dans les recueils du TRIPITAKA (les trois corneilles) et du JATAKA (récits des vies antérieures du Bouddha). Parmi ces méthodes il y en a quatre pour faire comprendre la Doctrine aux hommes.

## **Développement**

### **I - LES QUATRE VERTUS**

#### **Définition**

La doctrine du Bouddha est si noble et si élevée qu'elle devient très difficile aux humains de la comprendre. Notre devoir est de les aider pour leur salut. Pour cela il faut d'abord conquérir leur sympathie par la pratique des quatre vertus suivantes :

1. La donation
2. Les paroles amicales
3. L'aide et le secours
4. La coopération

### **2. MISE EN OEUVRE**

#### **2-1. La pratique des dons**

Donner est un acte humain simple et banal. Mais si nous en faisons une analyse plus poussée, nous verrons

qu'à la lumière du Bouddhisme, il a une signification bien plus élevée qu'un simple geste de charité ?

Regardons autour de nous : le comportement d'un individu ou un enchaînement d'évènements sociaux proviennent toujours de causes profondes s'exerçant sur l'état mental de l'individu ou sur la structure du groupement social considéré.

Pour les individus, les faits divers de chaque jour en fournissent des cas multiples. De son côté, l'histoire est le témoignage vivant des périodes de grandeur et de décadence des peuples les plus connus du monde. Et nous sommes forcés de constater que quelque soit la situation matérielle de l'individu ou le niveau de civilisation d'une société, le Mal prédomine toujours sur le Bien. Et de tous les maux dont souffrent les hommes, le plus grave est l'égoïsme, car il est à l'origine de toutes les fautes individuelles ou collectives, allant de la simple convoitise à la violence et à la guerre.

Les progrès de la civilisation sont sans effet sur ce triste état de choses, et le développement du matérialisme ne fait qu'accentuer l'égoïsme des hommes et intensifier leurs souffrances dans la poursuite des besoins toujours nouveaux et jamais assouvis.

Pour ces raisons, la Doctrine bouddhique pose comme règle fondamentale que l'extinction de la souffrance commence en premier lieu par l'abandon de l'égoïsme, le rejet de toute conception du "moi".

A cet effet le meilleur moyen de lutter contre l'égoïsme est la pratique des dons. Faire don de ce qu'on a est un acte méritoire certes, mais il est surtout nécessaire

pour améliorer son propre perfectionnement et réaliser sa propre libération.

Le don se pratique sous trois formes :

### ***1 - Le don des biens matériels***

C'est la forme la plus simple. Elle vise à satisfaire dans la mesure du possible les besoins matériels du prochain et atténuer les souffrances qu'ils engendrent : besoins élémentaires désignés sous le terme des quatre primordiaux : la nourriture, l'habillement, le logement et la guérison en cas de maladie, mais aussi besoins plus variés et moins pressants comme les moyens d'améliorer l'existence ou de préparer l'avenir.

La règle essentielle en la matière est que le don des biens est praticable pour tout le monde, depuis le plus riche jusqu'au plus démuné. Un pauvre trouve toujours un plus pauvre que lui, avec qui partager le peu qu'il possède. Ce faisant, il acquiert plus de mérite qu'un riche qui distribue argent et vivres pour se vanter de sa richesse.

### ***2 - Le don de la connaissance***

C'est la connaissance de la doctrine, de l'enseignement du Bouddha.

Aider son prochain à comprendre le Dharma, et lui communiquer les moyens qu'on a soi-même acquis, pour parvenir à la Libération de la douleur et du cycle des renaissances, est la forme d'assistance la plus noble qui soit.

A cet égard, même si nos connaissances sont encore élémentaires, avec toute notre ferveur et notre ardent



désir de venir en aide à notre prochain nous pouvons lui faire partager notre espérance et notre confiance et lui indiquer les moyens les plus simples pour prendre refuge dans les trois précieux, tel par exemple lui apprendre à invoquer les noms des Bouddhas, l'encourager à suivre les cérémonies, à lire les sutras, à suivre les enseignements des Maîtres, à suivre le régime végétarien, à pratiquer les dons, etc...

En même temps, efforçons nous de progresser dans l'étude de la Doctrine et d'améliorer notre perfectionnement chaque jour davantage en vue de rendre notre assistance plus efficace encore pour nos prochains.

### ***3 - Le don du sentiment d'impavidité***

L'impavidité est beaucoup plus que le courage devant le danger ou l'adversité. C'est la sécurité fondée sur la connaissance de la nature réelle de la vie et de la mort, c'est la sérénité à l'égard du plaisir et de la douleur en ce monde.

Etant parvenus à éliminer de notre coeur tout sentiment de désir, de crainte, de colère, ou de regret, nous pouvons aider notre prochain à traiter ses propres difficultés avec la même disposition d'esprit et le même équilibre mental.

Ce don se manifeste sous les formes multiples du cas le plus simple, par exemple reconforter un enfant qui a peur, ou aider un aveugle à traverser un carrefour, aux situations les plus délicates, quand il s'agit de redonner espoir aux désespérés, d'exhorter les faibles et les vaincus à réagir devant le malheur ou les calamités etc...

## **2-2. La pratique des paroles amicales**

Elle consiste à faire preuve, en toutes circonstances, de gentillesse et de douceur, envers nos semblables, sans distinction aucune, même lorsqu'il s'agit de personnes éprouvant de l'animosité, ou de mauvais sentiments à notre égard. Un adepte du Bouddha considère tout le monde comme soi-même.

En d'autres termes cette deuxième pratique consiste à apporter du réconfort partout où nous en sentons la nécessité, de façon à aider ceux qui nous entourent à apprécier la morale bouddhique et à suivre la voie de la doctrine.

## **2-3. La pratique d'aide et de secours**

Elle va de pair avec celle des paroles amicales. L'adepte du Tathagata doit agir sans relâche pour le bien d'autrui dans un effort continu et avec le désintéressement absolu.

L'exemple le plus remarquable est celui d'un Bodhisattva, connu simplement sous le nom de Bodhisattva "Porteur de terre". Pendant toute son existence, en dehors des séances de méditations et de pratiques religieuses, il passait son temps à bâtir des chemins là où il en fallait, à entretenir les routes et les ponts, à aider les gens à sortir d'une voie embourbée, les bateliers à hâler leurs embarcations etc...

Mais la société moderne nous offre encore de multiples occasions d'aider nos prochains, non seulement par nos actes isolés, mais encore dans le cadre des organisations d'oeuvres sociales, à la mesure de nos capacités et de notre temps disponible. En résumé, l'aide

et le secours sont la manifestation de la compassion et de la bonté.

## **2-4. La coopération**

C'est la vertu la plus appréciée dans notre organisation sociale contemporaine.

En effet, quelle que soit notre activité, nous faisons partie d'un groupement professionnel ou économique : travailleurs manuels dans une usine, employés d'une entreprise publique ou privée, artisans ou commerçants dans une même corporation, partout nous voyons autour de nous des camarades de travail, partageons avec eux la même joie ou les mêmes soucis. Entre eux et nous règnent un sentiment spontané de solidarité, et un esprit de corps favorable à l'amitié.

Il nous est en conséquence facile de leur faire comprendre la morale et la doctrine bouddhiques, car nous avons obtenu leur confiance. Si nous réussissions dans cette entreprise, nous aurions accompli un acte méritoire pour nous-mêmes, et fourni à nos compagnons d'activité les moyens précieux de parvenir à leur libération.

## **3. AVANTAGES DE LA PRATIQUE DE CES QUATRE VERTUS**

### **3-1. Pour nous mêmes**

Nous serons les premiers à en retirer des avantages dans le perfectionnement de nos propres mérites; car chaque jour nous cherchons à approfondir nos connaissances sur la doctrine, et surtout nous acquérons l'habitude de la pratique du bien, de telle façon qu'elle

devienne notre seconde nature, indissoluble de notre qualité d'adepte du Tathagata.

### **3-2. Pour notre famille**

Notre exemple sera suivi par tous nos proches, et ainsi nous aurons créé et maintenu une atmosphère de pureté et de foi salutaire à tous les membres de notre famille.

### **3-3. Pour notre milieu social**

Nous avons vu comment chacun de nous est susceptible d'agir pour le bien du groupement social dont il fait partie.

A l'échelle d'une nation, les conséquences bénéfiques sont encore plus considérables, et bien plus encore au niveau de l'humanité toute entière.

## **Conclusion**

Sur le plan pratique, les quatre vertus précitées sont résumées dans les quatre prescriptions ci-après :

### *1<sup>ère</sup> prescription*

Faire don de ses biens matériels, de son cœur et de ses connaissances pour l'amour du prochain.

### *2<sup>ème</sup> prescription*

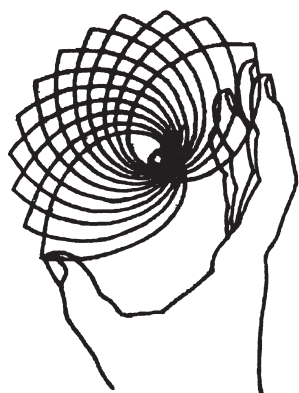
Se perfectionner chaque jour davantage pour soi-même et autrui.

### *3<sup>ème</sup> prescription*

Avoir en vue les pratiques les plus efficaces pour rendre service à autrui.

*4<sup>ème</sup> prescription*

Vivre pleinement et sincèrement la vie du groupement social dont nous faisons partie, de façon à lui faire profiter des bienfaits de la doctrine bouddhique.



## LEÇON N°9

# LES SIX REGLES DE CONCORDE

### Introduction

- 1- Les méfaits de la discorde
- 2- L'importance de l'harmonie

### Développement

#### I - DEFINITION

#### II - LES SIX REGLES DE CONCORDE

1. Première règle : Concorde dans la vie commune.
2. Deuxième règle : Concorde dans la parole.
3. Troisième règle : Concorde dans la pensée commune.
4. Quatrième règle : Concorde dans l'observation de la discipline.
5. Cinquième règle : Concorde dans le partage des connaissances.
6. Sixième règle : Concorde dans le bénéfice de l'intérêt commun.

## **Conclusion**

Pour nous autres adeptes de Tathagata, ces six règles sont nos premiers pas dans la voie du perfectionnement, il importe qu'ils soient bien assurés avant d'entreprendre d'autres démarches vers la connaissance de la doctrine.



## LEÇON N°9

# LES SIX REGLES DE CONCORDE

### Introduction

#### 1- LES MEFAITS DE LA DISCORDE

Dans la vie en commun de tous les jours, rien n'est plus nuisible que la discorde qui peut entraîner la séparation des membres d'un groupe. En effet, une mésentente mal éteinte au sein de la famille peut miner sa cohésion, pour la plus grande douleur de tous ses membres. Au niveau d'un peuple, des discordances d'intérêts ou de convictions politiques conduiront tôt ou tard aux partitions, aux luttes fratricides.

A l'échelle du monde, les oppositions entre nations pourraient dégénérer en guerres avec leurs cortèges de destructions et de morts qui font la honte et la damnation de l'humanité tout entière.

#### 2- L'IMPORTANCE DE L'HARMONIE

L'entente et l'harmonie constituent la règle primordiale pour la conservation de l'espèce, et cette loi naturelle s'impose à toutes les formes de vie grégaire, des sociétés de fourmis et d'oiseaux aux collectivités humaines. Toutes les morales, toutes les religions, commandent aux hommes de s'aimer, de s'entraider, de vivre en bonne entente au nom de l'humanité et de la

charité: "Aimez vous les uns les autres, dit l'Évangile".

"Les hommes des quatre océans sont des frères", dit le Confucianisme. Et même le grand guerrier de l'antiquité chinoise TSUN-TSEU, pose comme première règle de stratégie politique que "les circonstances propices ne valent pas un terrain favorable, mais le terrain favorable passe après la concorde au sein du peuple."

Mais à la différence de toutes les autres doctrines, le Bouddhisme va au delà des considérations d'ordre pratique ou de foi divine, car il supprime toute différenciation, toute conception dualiste, entre le moi et les autres, entre l'homme et l'univers qui l'entoure. En effet, pour la philosophie bouddhique, toute conscience individuelle n'est que la combinaison passagère des cinq skandhas, ces composés phénoménaux essentiellement instables et irréels (qui sont: l'objet extérieur, la perception, la représentation, l'action et la connaissance). Elle même ne peut donc qu'être impermanente et illusoire. Dans ces conditions, pourquoi s'attacher encore aux différences qui séparent des phénomènes passagers et illusoire. La conduite la meilleure ne serait-elle pas de se servir de ces éléments irréels pour réaliser notre perfectionnement et atteindre la libération qui est, elle, tout à fait réelle et définitive ?

A partir de cette conception fondamentale, la morale bouddhique pose comme discipline de vie sociale les six règles de concorde que doivent observer aussi bien les membres de l'ordre que les adeptes laïques dans leurs conduites de tous les jours.

## Développement

### I - DEFINITION

Il s'agit de six préceptes moraux permettent de réaliser une entente franche et naturelle, sans contrainte et sans faiblesse, entre tous les membres d'une communauté propre à chacune des sphères d'activité de la vie sociale. L'Entente est avant tout l'expression d'une harmonie naturelle, d'un accord raisonné sur toutes les questions essentielles pour la vie du groupe (1) et sans distinction aucune entre les intérêts de chacun et ceux de la collectivité, entre le moi et les autres.

### II - LES SIX REGLES DE CONCORDE

#### 1. Première règle : Concorde dans la vie commune.

Elle s'impose à tous les individus vivant sous un même toit, dans une même cellule d'activité, dans une même communauté de foi religieuse ou d'idéal politique. Sur le plan matériel, elle se traduit par de petits sacrifices librement consentis dans l'intérêt de tous, en fonction des moyens d'existence communs. Sur le plan moral, elle réside dans la compréhension totale et la tolérance mutuelle. Et les fruits précieux de cette entente et de cette harmonie ont pour noms : **bonheur familial, solidarité nationale, paix internationale** etc...

A son niveau le plus élevé, le plus noble, l'entente entre tous les peuples du monde confère au mot humanité toute sa signification et contribue à adoucir dans une large mesure toutes les souffrances inhérentes à la

condition humaine.

## **2. Deuxième règle : Concorde dans la parole.**

Le discours n'est que le moyen d'expression de coeur. Quand le coeur est en paix, la parole est douce et modérée. Elle persuade mieux et permet de gagner l'adhésion et la confiance de son prochain.

Pour ces raisons, un adepte du Bouddhisme doit, en toutes circonstances, faire preuve de modération et de douceur dans ses propos, afin de faire partager son point de vue et le cas échéant de rectifier les erreurs d'autrui avec sincérité et courtoisie.

## **3. Troisième règle : Concorde dans la pensée commune.**

Dans son étude de la pensée humaine, la doctrine bouddhique place la pensée au premier rang du comportement humain avant le corps (les cinq sens) et la parole. En effet, le concept est comme la langue d'Esopo, la meilleure ou la pire des choses. Il est le moteur de toute action, il est à la base de tous les mérites comme de tous les défauts humains. En conséquence, dans toute vie communautaire, la première règle est celle de la conscience collective à l'origine de toute activité commune.

Cette communauté de pensée doit être acceptée par la collectivité grâce au raisonnement et à la réflexion et non imposée de façon arbitraire par des volontés individuelles. Au sein d'un ordre religieux, cette règle est

encore plus importante. Elle conditionne l'existence ou la disparition même de l'ordre.

Pour ces raisons, le Parfait a conseillé à ses adeptes de pratiquer en toutes circonstances les prescriptions de joie (*mudita*) et d'équanimité (*upeksa*) c'est-à-dire la sérénité devant des circonstances plaisantes ou déplaisantes par rapport aux tendances propres de son "moi" à ses désirs particuliers.

#### **4. Quatrième règle : Concorde dans l'observation de la discipline.**

Dans toute organisation de groupes, le règlement intérieur régit le comportement de chacun des membres dans l'intérêt de la collectivité toute entière. Pour une communauté de caractère religieux, ce règlement s'impose de manière bien plus rigoureuse encore, car elle représente la somme de toutes les disciplines sans lesquelles l'existence de l'ordre elle-même serait menacée.

Dans la religion bouddhique, les règles à observer sont clairement définies, et judicieusement graduées pour chacun à la mesure de son degré de perfectionnement. Ainsi l'adepte laïque est tenu à observer les Cinq abstentions capitales (le meurtre, la luxure, le vol, l'ivresse, les mauvais propos).

Les membres de Sangha doivent observer des règles plus sévères et bien plus draconiennes : ainsi les novices commencent avec 10 prescriptions, pour en arriver à 250 pour un Bhiksu et 348 pour une Bhiksuni. La discipline collective s'impose dans toutes les réunions d'adeptes,

quelle que soit la durée des séminaires. Chacun s'efforcera d'observer toutes les prescriptions correspondant à son rang et aider ses camarades d'études à les observer, dans l'esprit de fraternité le plus sincère.

En conclusion l'adepte de Tathagata est tenu toute sa vie à observer les règles de disciplines collectives, en vue de créer autour de lui une atmosphère d'amitié, de joie et d'efforts communs vers l'accomplissement du bien.

### **5. Cinquième règle : Concorde dans le partage des connaissances.**

Elle est le corollaire de la communauté de pensées. Ce que nous savons par l'étude et la méditation, nous sommes moralement tenus à en faire profiter à nos camarades d'études, car "**Comprendre et faire comprendre aux autres**" telle est la devise du Mahayana, la voie de Bodhisattva.

Sur le plan pratique, c'est la méthode indispensable pour progresser dans l'étude de la doctrine. les enseignement de Tathagata s'adaptent à tous les niveaux des disciples, allant de l'exposé le plus simple et le plus clair (tel le sermon sur les Quatre Nobles Vérités) jusqu'aux formules imagées nécessitant un exercice laborieux de recherche et de déduction, et même faisant appel à la perception intuitive pour les degrés les plus élevés du perfectionnement.

### **6. Sixième règle : Concorde dans le bénéfices de**

## **l'intérêt commun.**

Toute vie commune tend vers un intérêt commun, qu'il soit prosaïquement matériel comme la réalisation des profits dans une société à caractère économique, ou la réalisation d'un idéal plus élevé dans des associations culturelles et culturelles. Quels que soient les résultats de l'activité commune, elle doit profiter à tous les membres de la communauté, dans un esprit constant d'équité de compréhension et de joie absolue. Cette règle s'applique aussi bien dans le partage l'un bénéfice commercial que dans la mise en commun des connaissances nouvelles dans le cadre d'associations d'études d'ordre culturel ou culturel.

### **Conclusion**

Sur le plan pratique, ces six règles de concorde se traduisent par l'observation des recommandations ci-après:

1. La vie en commun doit être beaucoup plus qu'une existence. Chacun doit la rendre aussi agréable que possible en faisant passer l'intérêt de la collectivité avant le sien propre.

2. La concertation est la première des règles de vie communautaire. Aucune décision n'est juste que quand elle n'est pas librement acceptée par chacun.

3. Les échanges d'idées sont toujours profitables quand ils sont animés par la seule recherche de la vérité et de l'intérêt commun.

4. L'inobservation des règles de discipline représente l'attitude la plus grave à l'existence de la communauté.

5. Ne jamais perdre de vue le conseil de Tathagata : "Comprendre le dharma pour le faire comprendre à son prochain."

6. Toute vie communautaire implique un but commun, des avantages et des désagréments communs des profits et des pertes communs.

Pour nous autres adeptes de Tathagata, ces six règles sont nos premiers pas dans la voie du perfectionnement, il importe qu'ils soient bien assurés avant d'entreprendre d'autres démarches vers la connaissance de la doctrine.



## LEÇON N°10

# **LA VOIE DE LA TERRE PURE**

(SUKHAVATI MAGGA)

### **Introduction**

L'univers compte une infinie de mondes, seul le monde de la béatitude suprême est le plus agréable de tous...

### **Développement**

**I - Pourquoi l'appelle-t-on monde de la Béatitude Suprême, Contrée de la Terre Pure.**

**II - Comment obtenir sa renaissance dans le monde du Sukhavati ?**

1. Une foi inébranlable
2. Un vœu sincère
3. Exécuter fidèlement ce vœu.

**III - Les procédés du perfectionnement pour atteindre le monde de la Terre Pure.**

1. Prise de Refuge par invocation de nom
2. Prise de Refuge par l'analyse mentale
3. Prise de Refuge par la visualisation
4. Prise de Refuge par la nature réelle du cœur

**IV - Importance de l'invocation du Bouddha au moment du décès.**

**V - La pratique de l'invocation est facile et sure.**

**VI - Des témoignages véridiques.**

**VII - Avantages de l'invocation du Bouddha  
Amitabbha dans l'existence présente.**

**VIII - Quelques doutes à dissiper.**

## **Conclusion**

Le Procédé de l'invocation du Bouddha Amitabbha est le plus facile à pratiquer, le plus efficace quant aux résultats. Il est à la portée de tous les croyants quels que soient leurs âges, leurs niveaux intellectuels, leurs occupations...



## LEÇON N°10

# **LA VOIE DE LA TERRE PURE**

### **(SUKHAVATI MAGGA)**

#### **Introduction**

### **1. L'univers compte une infinité de mondes**

Comme le Tathagata nous a enseigné, il existe dans l'Univers un nombre infini de mondes (habités par des êtres doués d'intelligence et de sentiments tout comme les êtres humains, un nombre aussi considérable que celui des grains de sables du Gange, selon l'expression consacrée). De nos jours, de grands savants sont arrivés à la même constatation.

En effet, la voie Lactée compte à elle seule des millions de planètes. Or, l'univers compte des millions de système d'astre aussi importants que la voie lactée, sinon plus. En conséquence, il n'y a rien d'extraordinaire si le Sukhavati Vyuha Sutra (le Sutra de la Béatitude Suprême et de la Terre Pure) affirme qu'à l'est de notre Terre, il existe un nombre incalculable de mondes comme des grains de sables de Gange. Il en est de même à l'Ouest, au Nord et au Sud.

### **2. Seul le monde de la béatitude suprême (ou de la Terre Pure) est le plus agréable de tous.**

En effet, tous ces mondes sont des genres aussi

variés que possibles, il y a des mondes de jouissances et ceux de la spiritualité, il y a des mondes du mal et ceux du bien, des mondes récemment formés et ceux sur le point de disparaître, etc...

Mais, précise Bouddha Sakyamuni, de tous ces mondes, seul, celui du Bonheur (Maha Sukha) qui est le royaume du Bouddha Amitabbha, est le meilleur.

## Développement

### **I - POURQUOI L'APPELLE-T-ON MONDE DE LA BEATITUDE SUPREME, CONTREE DE LA TERRE PURE.**

Un jour que le Tathagata était avec ses disciples, Ananda remarqua sur son visage un sourire à peine perceptible en même temps qu'un éclair de joie illumina son regard serein. Il lui demanda :

***O, Parfait, vous avez l'air content. Pouvons-nous connaître les raisons ?***

***Le Tathagata répondit : Je viens de penser au Bouddha Amitabbha et à son royaume, et par la même occasion, je vais initier les humains au méthode de perfectionnement leur permettant d'obtenir facilement leur Libération. Ecoutez-moi bien. A partir de ce monde du Saha, à dix mille milliards de mondes vers l'Ouest, il existe une contrée merveilleuse appelée le monde de la Béatitude Suprême ou Monde de la Terre Pure, où le Bouddha Amitabbha est en train de prêcher le Dharma.***

***Le paysage de ce monde est merveilleux. La lumière y est douce et diaphane, l'air est embaumé des***

*senteurs de mille espèces de fleur, le pays tout entier est comme un jardin bien entretenu avec des lacs, des cascades aux eaux limpides, des murs de rocailles enrubannés de plantes grimpantes.*

*L'eau des lacs est d'un bleu limpide, et douée de huit qualités de bien. Dans les lacs, sur un fond de sable d'or poussent des lotus aussi grandes que des roues de chars, de toutes les couleurs. Elles sont lumineuses chacune ayant une aura de sa propre couleur : bleue, blanche, rose ou rouge qui, se reflétant sur l'eau, crée un spectacle féérique. Les ponts, les chemins, les temples et les palais sont faits de pierres précieuses, d'or ou d'argent.*

*Les oiseaux sont fabuleux, tels que des phénix, des grues blanches, des paons aux plumes d'or, des perroquets, des alouettes aux plumes d'argent ou de cristal, etc... Tous ces oiseaux émettent jour et nuit des chants mélodieux qui ne sont autres que les enseignements du Dharma. En réalité, ces oiseaux ne sont que des créations miraculeuses de Bouddha Amitabbha qui se sert de leur voix pour parler au coeur de ses sujets.*

*De même, chaque souffle du vent, chaque murmure des vagues ou bruissement des feuilles rappellent aux fidèles, la présence des trois Précieux (Triratna : Bouddha, Dharma, Sangha) et les incitent à invoquer leur assistance à chaque instant.*

*Mais ce qui est le plus remarquable, c'est que la nuit ne tombe jamais sur ce monde merveilleux : le ciel et la terre sont constamment éclairés par la lumière*

*provenant du corps du Bouddha Amitabbha, et pour cette raison, il est encore appelé le Bouddha de la Lumière Infinie (Amityus).*

En résumé, si tout concourt à donner aux habitants de ce monde un cadre et des conditions optima pour réaliser leur perfectionnement et atteindre rapidement l'état d'éveil, c'est grâce à la concrétisation des vœux du Bouddha Amitabbha, et des mérites accomplis par tous les Bodhisattvas et les sages de cette contrée de la Terre Pure.

## **II - COMMENT OBTENIR SA RENAISSANCE DANS LE MONDE DU SUKHAVATI ?**

Tous humain désireux de renaître dans ce monde merveilleux doit remplir les trois conditions ci-après :

### **1. Une foi inébranlable**

Il est écrit dans l'Avatamsaka Sutra, la foi est la mère de tous les mérites. Avec la foi, tout homme peut trouver la Bodhicitta, cette aptitude de l'éveil qui sommeille au fond de notre coeur.

La foi se manifeste sous trois formes :

a) Foi en Bouddha, le sauveur de tous les êtres vivants. Le Tathagata n'a pas d'autres désirs que celui de nous libérer du cycle des renaissances et des souffrances inhérentes à la vie. C'est pour cette raison qu'il nous a indiqué la voie la plus rapide et la plus facile pour atteindre cet objectif: obtenir notre renaissance dans le monde du Sukhavati qui a une existence véritable.

b) Foi dans l'enseignement du Parfait. Nous devons être assurés de l'efficacité des moyens indiqués par le Tathagata et les mettre en pratique avec confiance.

c) Foi dans notre force d'âme. Si nous croyons fermement que nous sommes des Bouddhas en devenir, selon l'expression même du Tathagata, nous parviendront au but avec l'assistance du Bouddha Amitabbha.

## **2. Un vœu sincère**

Le chemin à parcourir peut être court ou long selon notre détermination. Le Bouddha Amitabbha est prêt à accueillir tous ceux qui désirent prendre refuge en son royaume, comme une mère est toujours prête à serrer son enfant sur son cœur, mais encore faut-il que celui-ci pense à sa mère et se mettre en route pour la retrouver.

## **3. Exécuter fidèlement ce vœu.**

### **III - LES PROCÉDES DU PERFECTIONNEMENT POUR ATTEINDRE LE MONDE DE LA TERRE PURE.**

Il existe plusieurs procédés pour obtenir la renaissance dans le monde de la Béatitude Suprême et celui de la Terre Pure, mais tous ont pour fondement l'invocation de Bouddha Amitabbha pour demander son assistance.

Il existe quatre procédés de Prise de refuge :

#### **1. Prise de Refuge par invocation de nom.**

Elle consiste à concentrer sa pensée sur le Bouddha Amitabbha tout en récitant la formule :

***"Namo Tassa Amitabbha Bouddha"*** (Je

prends refuge auprès de Bouddha Amitabbha).

Cette pratique est la plus simple. Elle peut être accomplie à n'importe quel moment de la journée, en n'importe quel endroit, aussitôt qu'on dispose d'un répit dans son activité quotidienne.

Le soir avant de s'endormir, une incantation plus longue est conseillé elle consiste d'abord à s'asseoir en position de lotus, le coeur serein, l'esprit vide, puis joignant les mains, à réciter ces paroles : *J'ai foi en la bonté du Bouddha Amitabbha, avec ferveur je sollicite son assistance pour me libérer des fautes accumulées aussi bien dans la vie présente que dans mes existences antérieures, et je souhaite que le jour de ma mort je sois accueilli dans le monde de la Terre Pure par le Bouddha Amitabbha et tous ses Bodhisattvas.*

## **2. Prise de refuge par l'analyse mentale**

L'invocation du Bouddha Amitabbha se fait par la pensée, sans murmurer son nom. Elle est plus délicate car elle consiste à suivre intérieurement le processus de formation de notre souhait depuis le commencement jusqu'à la fin et ainsi de suite sans discontinuité, c'est comme nous assistons à l'écoulement d'un filet de notre pensée. Cette pratique représente un exercice ardu de la concentration et un premier pas vers la méditation (Dhyana).

## **3. Prise de refuge par la nature réelle du coeur**

Dans ce procédé nous avons en esprit l'image du Parfait, nous le voyons debout sur une fleur de lotus épanouie, le corps haut de quatre mètres, tout aurolé d'or. Nous mêmes, nous nous voyons assis sur une feuille



de lotus à ses pieds, les mains jointes et le visage tourné vers le Parfait.

Au bout d'une longue pratique, nous arriverons à garder fidèlement cette image dans notre esprit, ce qui représente une étape appréciable dans la voie du perfectionnement.

#### **4. Prise de refuge par la nature réelle du coeur**

Elle consiste à invoquer le Tathagata Amitabbha tout en prenant conscience de la nature réelle de notre coeur. En effet, toutes les images et les conceptions de l'esprit sont formées dans notre mental. Or notre mental est fluctuant et variable comme un cours d'eau, autrement dit, chacune des images qui apparaît dans notre mental est inconsistante et illusoire. Seul notre coeur réel représente notre nature vraie. Cette nature est vraie car elle est éternelle et non soumise aux variations. Elle n'a pas de provenance ni de destination. Elle est toujours égale à elle même. C'est pour cette raison qu'elle est appelée la Nature réelle, car aucune illusion extérieure ne peut venir altérer sa pureté.

Les trois premiers procédés relèvent de la forme. Ils permettent d'atteindre rapidement les résultats espérés.

Le dernier, lui, est du Domaine de la pure spiritualité. Il représente le niveau le plus élevé de la prise de refuge, car en fin de compte, il nous permet de constater que le Bouddha Amitabbha réside au fond de notre coeur, que la contrée de la Terre Pure n'est autre que la nature vraie de l'esprit humain, et qu'il suffit de prendre refuge en nous-mêmes pour voir s'épanouir l'étincelle de bodhicité qui nous guidera sur le sentier de

la libération.

#### **IV - IMPORTANCE DE L'INVOCATION DU BOUDDHA AU MOMENT DU DECES**

Dans la croyance commune, le dernier moment d'un être cher est l'instant le plus déchirant pour tous les membres de la famille, car on va le perdre définitivement sans espoir de le retrouver jamais, dès lors, il est naturel, il est humain, de laisser libre cours à sa douleur. Des rites confucéens réglementent minutieusement les pleurs et les lamentations au moment de la séparation suprême.

Or, il s'agit là d'une erreur, selon la conception bouddhique sur la mort, celle-ci n'est rien d'autre que le passage d'un état vers le suivant, selon le bilan du Karma, en solde positif ou négatif. Si l'être qui nous est cher est bouddhiste, bien décidé à suivre les enseignements de Bouddha pour atteindre le Nirvana, nos pleurs et nos regrets ne pourront que troubler ses derniers instants au risque de lui inspirer un dernier sentiment d'attachement à l'existence, susceptible de l'entraîner à nouveau dans le cycle de naissance et de mort de ce monde de Saha.

Il faut éviter cette erreur. Pour nous mêmes, le moment venu, nous saurons franchir d'un coeur léger cette étape passagère pour rejoindre le parfait Amitabha afin de préparer notre libération définitive. La raison en est que le dernier chapitre de notre karma est le plus important de tous. Il pèse lourd dans la balance de bien et du mal. Il détermine la délivrance définitive ou une nouvelle renaissance à la vie. Si, au moment du départ, nous pensons encore aux douceurs illusoire de ce

monde, aux parents que nous laissons derrière nous, le sentiment d'attachement (Trisna) engendrera inévitablement les autres éléments de la chaîne des 12 causalités et aussi serons-nous à nouveau entraînés par la roue des six voies de renaissance.

Aussi, l'attitude à adopter en présence de la mort, par l'intéressé comme par ses parents et amis, c'est le calme et la sérénité avec une confiance absolue en la bonté du Bouddha Amitabbha. La perspective d'une existence merveilleuse doit inspirer à tous une foi et une espérance intenses au lieu des sentiments de séparation et de perte inconsolables.

## **V - LA PRATIQUE DE L'INVOCATION EST FACILE ET SURE**

De tous les procédés de perfectionnement enseignés dans la doctrine Bouddhique, celui de l'invocation du Bouddha Amitabbha est le plus facile à pratiquer et le plus efficace.

Si l'on compare l'homme cherchant sa libération à un termite emprisonné dans le coeur d'un bambou, celui qui pratique les voies classiques du perfectionnement est le termite qui perce lentement et patiemment toutes les cloisons des noeuds pour sortir par le sommet de la tige, tandis que celui qui adopte la voie du Sukhavati est le termite qui perce directement le corps du bambou pour s'échapper immédiatement.

Les sages ont dit "celui qui pratique la méditation (dhyana, zen) tout en ignorant le procédé de l'invocation du parfait Amitabbha, ne réussira qu'une fois sur dix.

Celui qui pratique la voie du Sukhavati (c'est-à-dire l'invocation du parfait Amitabbha) même s'il ignore la méditation, parviendra infailliblement au but. S'il pratique les deux, il acquiera une énergie redoublée tel un tigre doté encore d'une corne acérée.

Ainsi la priorité doit rester à la pratique de l'invocation du Bouddha Amitabbha. Le zen seul risque de conduire sur des chemins de l'erreur. Quant à celui qui néglige à la fois la méditation et l'invocation du Bouddha Amitabbha, il est semblable à quelqu'un qui dort sur un lit de fer chauffé ou qui est ligoté contre une colonne de cuivre remplie de braise ardente.

## **VI - DES TEMOIGNAGES VERIDIQUES**

Comme il a été dit dans la leçon sur les invocations des Bouddhas en général, les témoignages ne manquent pas sur l'efficacité des invocations et leurs résultats positifs constatés dès la présente existence.

Tous les Sutras en parlent, particulièrement, l'Avatamsaka, le Vyura Sukhavati, et d'autres textes du Mahayana.

Tous les Bodhisattvas ont pratiqué l'invocation du Bouddha Amitabbha. Par exemple le Bodhisattva Maricuri qui a fait voeu de "prendre refuge" auprès du Bouddha voir le Parfait au moment de sa mort pour le suivre dans son royaume de la béatitude suprême. Il en était de même pour le Bodhisattva Samantabhadra.

Suivant ces illustres exemples les grands maîtres de la doctrine tels Avaghosa, Nagarjuna et Asangha dans

l'Inde antique, puis Tian Tsan de l'école de la vraie Nature, Tche-Ya de l'école Tien-Tai, et Hsien-Tsu fondateur de l'école Hien Tsu en Chine, ont tous souligné les mérites immenses de la voie du Sukhavati.

Plus près de nous, à l'époque moderne, d'autres maîtres Chinois et Vietnamiens sont parvenus à prédire le jour de leur mort en précisant les circonstances de leur renaissance dans la contrée de la Terre Pure.

## **VII - AVANTAGES DE L'INVOCATION DU BOUDDHA AMITABBHA DANS L'EXISTENCE PRESENTE**

En dehors de l'objectif suprême à atteindre après notre mort, notre prise de refuge auprès du Parfait Amitabbha nous procure les avantages immédiats suivants:

1. L'invocation du Parfait préserve notre coeur de toute idée du mal, de toutes tentations et de toutes exigences des sens.
2. L'invocation du Parfait éloigne la tristesse et l'inquiétude.

Dans les moments de désespoir et d'angoisse, l'invocation du nom du Parfait suffit à ramener la sérénité et la confiance dans notre coeur, et nous débarrasser de toutes les conséquences de nos fautes de la vie présente et des existences antérieures.

## **VIII - QUELQUES DOUTES A DISSIPER**

**Première question :** *Pourquoi parmi tous les Bouddhas, invoquer seulement le Parfait Amitabbha ?*

- **Réponse:** Tous les Bouddhas sont doués de nature vraie, de constance, d'équanimité et de lumière infinie. Ils représentent la réalité absolue et permanente. Invoquer le Parfait Amitabbha revient à les invoquer tous. Il est l'un des cent miroirs répartis sur les murs d'une salle. Quand nous nous regardons devant un seul miroir, notre image est aussitôt renvoyée sur tous les autres.

**Deuxième question:** *Pourquoi tourner vers le monde de l'Ouest et négliger les trois autres?*

- **Réponse:** En premier lieu le monde de Sukhavati est celui que nous connaissons le mieux grâce aux indications du Tathagata, c'est en lui que nous plaçons toutes nos espérances.

En second lieu, la concentration de notre pensée sur un seul monde nous permet d'obtenir des résultats immédiats et des progrès rapides dans le domaine de la méditation. Si nous pensons tantôt aux mondes de l'Est, tantôt à ceux de l'Ouest, du Sud ou du Nord, notre attention sera vite perturbée et aucun résultat ne sera possible avec un coeur agité.

## Conclusion

Le procédé de prise de refuge auprès du Bouddha Amitabbha est le plus facile à pratiquer, le plus efficace quant aux résultats. Il est à la portée de tous les croyants quels que soient leurs âges, leurs niveaux intellectuels, leurs occupations.

Non seulement il nous permettra d'atteindre l'objectif souhaité après avoir quitté ce monde, mais

même dans l'existence actuelle, il éloigne de nous tous les sentiments mauvais en particulier l'angoisse, le doute et la tristesse de notre condition humaine.

En conséquence, gardons en mémoire ces deux vers célèbres :

*N'attendons pas la vieillesse pour nous tourner vers le Parfait.*

*Les tombes de jeunes ne manquent pas dans les cimetières.*





## LEÇON N°11

# **LA VIE DU BOUDDHA AMITABBHA ET SES QUARANTE - HUIT GRANDS VOEUX**

### **Introduction**

L'arbre a ses racines, la rivière a sa source. De même, les Bouddhistes, qui pratiquent l'invocation des Bouddhas pour demander leur renaissance dans le monde de la Terre Pure, doivent connaître la vie du Bouddha Amitabbha qui est très connu pour son dévouement à son prochain et la magnanimité de ses vœux, plus particulièrement sa bienveillance et sa compassion pour les êtres vivants de notre monde, le monde du Saha.

### **Développement**

- I - La signification de l'appellation Amitabbha
- II - Les mérites et les réussites du Bouddha Amitabbha
- III - Les 48 vœux du Bouddha Amitabbha

## **Conclusion**

Efforçons-nous donc de réaliser notre vœux qui consiste à obtenir notre renaissance dans le royaume de la Terre Pure, au cœur d'une fleur de lotus, et là, nous poursuivrons notre perfectionnement pour parvenir à l'état de celui qui n'a plus besoin de renaître. Puis, nous demandons à revenir sur cette terre des souffrances pour aider tous nos proches et nos prochains à sortir ensemble du cercle de Samsara.

## LEÇON N°11

# **LA VIE DU BOUDDHA AMITABBHA ET SES QUARANTE - HUIT GRANDS VOEUX**

### **Introduction**

L'arbre a ses racines, la rivière a sa source. De même, les Bouddhistes, qui pratiquent l'invocation des Bouddhas pour demander leur renaissance dans le monde de la Terre Pure, doivent connaître la vie du Bouddha Amitabbha qui est très connu pour son dévouement à son prochain et la magnanimité de ses voeux, plus particulièrement sa bienveillance et sa compassion pour les êtres vivants de notre monde, le monde du Saha.

C'est le Tathagata Sakyamuni qui nous a fait connaître le Bouddha Amithabbha et nous a initié à cette méthode de perfectionnement dite "La Terre Pure".

Dans un précédent exposé nous avons montré combien la pratique de cette méthode est simple et facile, et par conséquent accessible à tous les humains, quels que soient leurs degrés de connaissance.

### **Développement**

#### **I - SIGNIFICATION DE L'APPELLATION AMITABBHA**

Amitabbha vient du mot sanscrit AMITA. Les écrits

bouddhiques chinois le désignent sous la double appellation *lumière incommensurable* et *longévité éternelle*.

## **II - LES MERITES ET LES REUSSITES DU BOUDDHA AMITABBHA.**

Il est matériellement impossible de citer tous les lieux où le Bouddha Amitabbha avait vécu au cours de ses innombrables existences.

Retenons seulement les quatre existences mentionnées dans les sutras les plus connus :

1. Le chapitre *Des Exemples* du SADDHARMA PUNDARIKA SUTRA relate que le Bouddha Amitabbha était le fils d'un roi très pieux qui devint Bouddha nommé Mahabhiyana Jhanabhibhu. Durant toute sa vie le Bouddha Amitabbha expliquait le Saddharma Pundarika Sutra aux fidèles, c'est pourquoi il accédait à l'éveil sous le nom d'Amitabbha, et vivait à Sukhavati, le monde de la joie suprême. Selon le sutra Kinh Quán Phật Tam Muội Hải, dans une de ses existences passées, alors qu'il était un moine Bouddhiste (Bikkhu) il vouait toute sa ferveur et sa foi au Bouddha Không Vương, et dans ses méditations se concentrait sur la vision des sourcils blancs de ce Bouddha. Grâce de cette ferveur il était consacré par le Bouddha Không Vương sous le nom de Bouddha Amitabbha.

2. Le Sutra Bi Hoa s'étend plus longuement sur une autre de ses existences. Il était alors un roi très pieux nommé Vô Tránh Niệm (roi sans concurrence). Il avait un ministre très pieux du nom de Bảo Hải (soutien infini). Un

jour le Bouddha Bảo Tạng arriva dans son royaume et prêcha le Dharma dans le parc Jambo à côté de la capitale. Le roi et son ministre étaient présents et l'appréciaient beaucoup.

Le roi invitait alors le Bouddha à venir dans son palais pour le vénérer pendant trois mois. Chaque jour, la foule était admise dans l'enceinte du palais pour écouter les sermons du Bouddha, et ce dernier conseilla au roi de pratiquer des perfectionnements pour obtenir l'état de la libération suprême. Simultanément le Bouddha projeta une lumière éclatante qui éclaira les univers des bienheureux des dix contrées, à la cour et au peuple. Le Ministre Bảo Hải dit au roi : *Grâce au pouvoir du Bouddha, votre Majesté a pu voir tous les univers des bienheureux, quel est celui que vous choisiriez ?*

Le roi se prosterna devant le Bouddha et formula le souhait que le jour où il atteindrait l'état d'éveillé, tous ses sujets vivraient dans un monde de pureté et de sainteté absolues.

Grâce à ce souhait, il devenait par la suite le Bouddha Amitabbha, régnant sur le monde de la Terre Pure de l'Ouest.

3. Le Tathagata Sakyamuni lui-même, nous a appris que: dans un passé très lointain, remontant à plus de dix kalpas, il existait un pays appelé Nguyệt Thượng Luân Vương, et la reine Thù Thắng Diệu Nhan, les souverains avaient trois fils : l'aîné s'appelait le prince Nhật Nguyệt Minh; le second, le prince Kiêu Thi Ca, et le troisième, le prince Nhật Đế Chúng. En ce temps là, le Bouddha Thế Tụ Tại Vương Như Lai était venu sur terre pour prêcher le

Dharma. Le Prince Kiêu Thi Ca abandonna le palais royal pour se faire moine et suivit le Bouddha. Le Bouddha lui donna le nom de religion de Pháp Tạng.

S'agenouillant devant le Bouddha, le jeune Bikkhu prononça 48 vœux promettant de secourir la totalité des êtres vivants appartenant aux dix mondes de l'Univers. Si un seul de ses vœux n'était pas réalisé il se refuserait à atteindre lui même l'état d'éveillé.

En entendant ses vœux, les dieux firent tomber des pluies de fleurs sur le sol. La terre toute entière trembla et du haut des cieux retentit une ovation suprême : Le Bikkhu Pháp Tạng atteindra l'état d'éveillé sous le nom de Bouddha Amitabbha.

### **III - LES 48 VOEUX DU BOUDDHA AMITABBHA**

**Vœu 1** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si dans mon royaume il existe encore les trois voies: celle de l'enfer, des esprits affamés et des animaux, je renoncerai à mon état de Bouddha.

**Vœu 2** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si dans mon royaume il existe encore des êtres célestes et des humains condamnés à renaître dans les trois voies de la damnation ci-dessus, je renoncerai à mon état de Bouddha.

**Vœu 3** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les êtres célestes et les humains vivant dans mon royaume n'ont pas un corps brillant comme de l'or, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Vœu 4** - Le jour où je parviendrai au degré suprême

de l'éveil, s'il existe encore parmi les êtres célestes et les humains de mon royaume des bons et des méchants, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 5** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les êtres célestes et les humains de mon royaume ne sont pas doués de la connaissance miraculeuse des destinées remontant à une infinité de kalpas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 6** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les êtres célestes et les humains de mon royaume ne sont pas doués du sens de la vue miraculeuse leur permettant de voir une infinité d'univers des bienheureux, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 7** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les êtres célestes et les humains de mon royaume ne sont pas doués du sens de l'ouïe miraculeuse leur permettant d'entendre et de comprendre les paroles des Bouddhas dans une infinité de mondes des bienheureux, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 8** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les êtres célestes et les humains de mon royaume ne sont pas doués de la connaissance miraculeuse des pensées d'autrui, leur permettant de lire dans le cœur de tous les êtres vivants dans une infinité de monde des bienheureux, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 9** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les êtres célestes et les humains de mon royaume ne sont pas doués du pouvoir de déplacement miraculeux, leur permettant en l'espace d'une pensée de

se rendre dans une infinité de mondes, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 10** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les êtres célestes et les humains de mon royaume il en existe encore qui s'attachent à leur propre égo, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 11** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les êtres célestes et les humains de mon royaume il en existe encore qui n'arrivent pas à suivre la voie des perfectionnement et de la patience absolue, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 12** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si la lumière du Dharma est encore limitée et n'éclaire pas une infinité de mondes d'êtres vivants, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 13** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, la durée de vie des êtres vivants est encore limitée et n'atteint pas une infinité de kalpas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 14** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si l'ensemble des Arhats de mon royaume peut encore être dénombré, si l'ensemble des Pratyekabuddha peut encore être dénombré même en comptant pendant des centaines des milliers de kalpas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 15** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les êtres célestes et les humains de mon royaume, à l'exception de ceux ayant formulé les quatre voeux spéciaux, ne bénéficient pas



d'une longévité infinie, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 16** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les êtres célestes et les humains de mon royaume, il y a un seul qui entend encore des méchantes paroles, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 17** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si l'infinité de Bouddhas des dix contrées ne prononcent pas de louanges en mon nom, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 18** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si les êtres vivants des dix contrées de bienheureux sollicitent avec ferveur 10 fois la faveur de renaître dans mon royaume en invoquant mon nom, mais n'obtenant pas satisfaction, je renoncerai à l'état de Bouddha. Toutefois, cette grâce ne peut être accordée qu'à ceux qui ont commis les cinq fautes capitales, ou qui ont prononcé des paroles irrespectueuses envers le Dharma.

**Voeu 19** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les êtres vivants des dix contrées de bienheureux, écoutant la voix de leur coeur, pratiquent avec persévérance les perfectionnements des Bodhisattvas et invoquent mon nom à l'heure de leur mort et qu'avec toute ma suite, je ne me rende pas à leur chevet, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 20** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si les êtres vivants des dix contrées de bienheureux ayant entendu mon nom demandent à renaître dans mon royaume en accumulant durant leurs

vies tous les mérites, et n'obtiennent pas satisfaction, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 21** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les êtres célestes et les humains de mon royaume ne possèdent pas les 32 marques des bienheureux, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 22** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si les Bodhisattvas des autres contrées renaissent en mon royaume, ils obtiendront tous l'état de celui qui n'a plus qu'une seule réincarnation à accomplir, à part ceux qui auront formulé les quatre voeux particuliers consistant à porter assistance à tous les êtres vivants en parcourant les mondes habités pour expliquer le dharma, pratiquer les six vertus du prajna paramita, et apprendre aux fidèles à vénérer les Bouddhas des dix contrées et à suivre l'exemple des voeux du Bodhisattva Samantabhadra. Si cet état de choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 23** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les Bodhisattvas de mon royaume ne jouissent pas des facultés miraculeuses des Bouddhas en parcourant, l'espace d'un repas, une infinité de mondes d'êtres vivants pour les secourir, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 24** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les Bodhisattvas de mon royaume se présentent devant les Bouddhas des dix contrées en souhaitant pouvoir leur offrir des présents selon leurs coeurs, mais n'obtiennent pas satisfaction instantanément, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 25** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les Bodhisattvas de mon royaume n'obtiennent pas le don de l'omniscience en une seule pensée, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 26** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les Bodhisattvas de mon royaume ne sont pas dotés d'un corps composé des pierres précieuses les plus pures, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 27** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, tous les objets dont se servent les êtres célestes et les humains de mon royaume seront d'une beauté et d'une efficacité miraculeuses leurs nombres seront incalculables et personne ne pourra en citer tous les noms. Si cet état de choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 28** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les Bodhisattvas de mon royaume, même ceux qui ont accumulé le moins de mérites, ne jouissent pas de la faculté de voir l'arbre bodhi haut de 400 millions de coudées, et brillant de mille couleurs, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 29** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si les Bodhisattvas de mon royaume qui détiennent, lisent, et expliquent les recueils des dharmas n'obtiennent pas la faculté miraculeuse de tout comprendre et tout expliquer, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 30** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si quelqu'un arrive à trouver une

limite aux connaissances des Bodhisattvas de mon royaume, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 31** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, mon royaume tout entier sera resplendissant de pureté, et mes sujets verront les dix mondes des bienheureux aussi nettement que s'ils se regardaient dans un miroir. Si cet état des choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 32** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, mon royaume sera resplendissant de beauté, de la terre jusqu'au ciel, les habitations, les palais, les arbres comme les lacs et les cours d'eau seront parés de mille pierres précieuses. Des parfums rares embaumeront l'air et seront perçus jusque dans les dix contrées des bienheureux. Les Bodhisattvas qui les sentiront, obtiendront l'énergie miraculeuse leur permettant de perfectionner leurs mérites jusqu'à l'éveil total. Si cet état des choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 33** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, tous les êtres vivants appartenant à une infinité de mondes des dix contrées, percevront la lumière émanant de mon corps, et se sentiront débarrassés de toutes les souffrances du corps, et se sentiront débarrassés de toutes les souffrances du corps comme de l'esprit. Si cet état des choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 34** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, tous les êtres vivants, appartenant à une infinité de mondes des dix contrées, en entendant

prononcer mon nom, acquièrent la faculté de persévérance propre au non-né et non-existant, ainsi que celle de la concentration absolue. Si cet état des choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 35** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, tous les êtres de sexe féminin appartenant à une infinité de mondes des dix contrées seront animés d'un esprit de bodhi le plus élevé et n'éprouveront plus aucun attachement à leur état féminin. Si ces êtres, n'obtiennent pas le don de renaître dans un corps masculin, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 36** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, tous les Bodhisattvas vivant dans une infinité de mondes des dix contrées, en entendant mon nom, seront animés d'une énergie miraculeuse leur permettant de poursuivre leurs perfectionnements sans relâche jusqu'à leur éveil total. Si cet état des choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 37** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si les êtres célestes et les humains appartenant à une infinité de mondes des dix contrées, en entendant mon nom, ne se prosternent pas à terre, le cœur animé de joie et d'énergie nouvelles pour l'accomplissement infaillible de leurs perfectionnements et ne méritent de ce fait les louanges de tous les êtres célestes et les humains, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 38** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, tous les êtres célestes et les humains de mon royaume n'auront plus besoin d'accomplir des actes matériels pour se vêtir, il leur suffira d'expliquer

leur désir d'être habillés, pour obtenir instantanément tous les vêtements qu'ils désirent. Si cet état des choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 39** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si tous les êtres célestes et les humains de mon royaume ne jouissent pas de la béatitude infinie des Bikkhus, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 40** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, si les êtres célestes et les humains de mon royaume désirent contempler les dix contrées des bienheureux, ils obtiendront satisfaction instantanément. Si cet état des choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 41** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, tous les Bodhisattvas des autres contrées en entendant mon nom, obtiendront la sérénité suprême. Ils demeureront dans cet état jusqu'à leur éveil suprême, et ne cesseront de voir tous les Bouddhas des trois générations passées, présentes et futures dans leur méditation. Si cet état des choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 42** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, tous les Bodhisattvas des autres contrées en entendant mon nom, obtiendront la libération par la sérénité miraculeuse. Demeurant dans cette sérénité, espace d'une pensée, ils pourront honorer avec ferveur tous les Bouddhas des générations passées, présentes et futures sans en être perturbés. Si cet état des choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voeu 43** - Le jour où je parviendrai au degré

suprême de l'éveil, tous les Bodhisattvas des autres contrées en entendant mon nom, obtiendront leur renaissance dans des familles nobles de bonne éducation. Si cet état des choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voëu 44** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, tous les Bodhisattvas des autres contrées, en entendant mon nom, seront remplis de joies et encouragés dans leurs perfectionnements. Si cet état des choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voëu 45** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, tous les Bodhisattvas des autres contrées, en entendant mon nom, obtiendront la sérénité suprême. Ils demeureront dans cet état jusqu'à leur éveil suprême, et ne cesseront de voir tous les Bouddhas des trois générations passées, présentes et futures dans leur méditation. Si cet état des choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voëu 46** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, tous les Bodhisattvas de mon royaume pourront instantanément entendre tous les dharmas qu'ils désirent. Si cet état des choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voëu 47** - Le jour où je parviendrai au degré suprême de l'éveil, tous les Bodhisattvas des autres contrées, en entendant mon nom obtiendront l'état de celui qui ne recule plus sur la voie. Si cet état des choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

**Voëu 48** - Le jour où je parviendrai au degré

suprême de l'éveil, tous les Bodhisattvas des autres contrées, en entendant mon nom, obtiendront la faculté de persévérance au suprême degré. Si cet état des choses ne se réalise pas, je renoncerai à l'état de Bouddha.

## **Conclusion**

Comme nous le voyons, tous les mérites et perfectionnements obtenus par le Bouddha Amitabbha reposent sur l'idée de l'altruisme et de la compassion universelle.

Il avait abandonné, fortune et honneur pour rechercher la libération absolue. Une fois son objectif atteint, il a formulé ces quarante huit vœux destinés à venir en aide à tous les êtres vivants de l'univers.

Quel exemple magnifique a laissé à nous autres, les pauvres humains du monde du Saha, et quelle reconnaissance ne devons-nous pas au Tathagata Sakya Muni qui nous a appris à demander l'assistance du Bouddha Amitabbha tout au long de notre vie et à l'heure de notre mort. Efforçons-nous donc de réaliser notre vœux qui consiste à obtenir notre renaissance dans le royaume de la Terre Pure, au coeur d'une fleur de lotus, et là, nous poursuivrons notre perfectionnement pour parvenir à l'état de celui qui n'a plus besoin de renaître. Puis, nous demandons à revenir sur cette terre des souffrances pour aider tous nos proches et nos prochains à sortir ensemble du cercle de Samsara.



# **TABLE DES MATIERES**

---

## **LES BASES FONDAMENTALES DU BOUDDHISME MAHAYANA**

### **TOME I**

<i>Leçon n°</i>	<i>Titre</i>	<i>Page</i>
1.	Le bouddhisme	9
2.	Vie et oeuvres du Bouddha Sakyamuni: De l'Avatara à l'éveil	23
3.	Vie et oeuvres du Bouddha Sakyamuni: De l'éveil au Parinirvana.	41
4.	Prendre refuge auprès des trois joyaux	63
5.	Les cinq préceptes	79
6.	Le repentir	101
7.	Les rites bouddhiques et leurs significations	115
8.	Lecture des sutras - Récitation des mantras - Invocation des Bouddhas	129
9.	Le régime végétarien	143
10.	Les huit abstinences	161

**LES BASES FONDAMENTALES  
DU BOUDDHISME MAHAYANA**

**TOME II**

<i>Leçon n°</i>	<i>Titre</i>	<i>Page</i>
1.	Les devoirs du bouddhiste laïc	181
2.	La cérémonie Ullambana	197
3.	La loi de la non-permanence	209
4.	Modération des désirs et acceptation du sort.	223
5.	Loi de la causalité	233
6.	Loi de la renaissance	247
7.	Les dix bonnes actions	265
8.	Les quatre vertus pour la propagation de la doctrine bouddhique	281
9.	Les six règles de concorde	293
10.	La voie de la terre pure	303
11.	La vie du Bouddha Amitabbha et ses quarante - huit grands voeux	319



---

Hộ Pháp Vi-Đà Bồ-Tát

Kệ Hồi Hương Công Đức

*Nguyện đem công đức này  
Trang nghiêm Phật tịnh độ  
Trên báo bốn trọng ân  
Dưới cầu ba đường khổ  
Nếu có kẻ thấy nghe  
Tất phát Bồ-đề tâm  
Đến khi mạng này hết  
Đồng sinh Cực-Lạc quốc.*

With bad advisors forever left behind,  
From paths of evil he departs for eternity,  
Soon to see the Buddha of Limitless Light  
And perfect Samantabhadra's Supreme Vows.

The supreme and endless blessings  
of Samantabhadra's deeds,  
I now universally transfer.  
May every living being, drowning and adrift,  
Soon return to the Land of  
Limitless Light!

### The Vows of Samantabhadra

I vow that when my life approaches its end,  
All obstructions will be swept away;  
I will see Amitabha Buddha,  
And be born in his Land of Ultimate Bliss and Peace.

When reborn in the Western Land,  
I will perfect and completely fulfill  
Without exception these Great Vows,  
To delight and benefit all beings.

### The Vows of Samantabhadra Avatamsaka Sutra



MONASTERE BOUDDHIQUE LINH-SON  
9 av. Jean Jaurès  
94340 Joinville Le Pont - France  
Tél : 01.48.83.75.47 - Fax : 01.48.83.77.59



# DEDICATION OF MERIT

May the merit and virtue  
accrued from this work  
adorn Amitabha Buddha's Pure Land,  
repay the four great kindnesses above,  
and relieve the suffering of  
those on the three paths below.  
May those who see or hear of these efforts  
generate Bodhi-mind,  
spend their lives devoted to the Buddha Dharma,  
and finally be reborn together in  
the Land of Ultimate Bliss.  
Homage to Amita Buddha!

**NAMO AMITABHA**

**南無阿彌陀佛**

【法文：大乘佛法之基礎】

財團法人佛陀教育基金會 印贈

台北市杭州南路一段五十五號十一樓

Printed and donated for free distribution by

**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

11F., 55 Hang Chow South Road Sec 1, Taipei, Taiwan, R.O.C.

Tel: 886-2-23951198 , Fax: 886-2-23913415

Email: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

Website: <http://www.budaedu.org>

**This book is strictly for free distribution, it is not to be sold.**

**Ce livre est pour distribution gratuite mais pas à vendre.**

Printed in Taiwan

1,000 copies; December 2014

FR004-12794



