

Nous arrivons au chapitre de la vertu transcendante de la connaissance, la prajna Paramita.

Elle nous a accompagnés, somme toute, tout au long de l'exploration des cinq autres *paramitas*. On l'a vue émerger soit en filigrane, soit en éclairage, soit en support et on peut voir déjà combien les *paramitas* s'interpénètrent. Il est bon de les voir fonctionnant en réseau et en synergie. La présentation linéaire a pour but de faciliter l'apprentissage de ces six qualités, de nous montrer aussi qu'il y a une certaine séquence dans l'accent que l'on doit placer sur une *paramita* puisqu'elle amène l'autre mais, dans l'expérience, on va voir qu'elles s'interpénètrent.

On commence par les six points que l'on a vus pour les autres *paramitas* mais ici c'est un peu différent : qualités de la connaissance transcendante et défauts de son absence, définition de la connaissance, les différentes formes de connaissance, caractéristiques de chaque forme de connaissance, la connaissance qu'il faut posséder, comment cultiver la connaissance et le fruit de la connaissance transcendante.

Qualités de la connaissance transcendante et défauts de son absence :

Comme pour les autres qualités on voit que, quand bien même on possède les cinq précédentes, quelque chose n'est pas complet s'il nous manque la connaissance. Un Bodhisattva qui posséderait toutes les vertus transcendantes de la générosité à la concentration à l'exception de la connaissance ne pourrait atteindre l'omniscience, synonyme d'éveil. Pourquoi ? Parce que les cinq premières vertus sont comparables à des aveugles sans guide. En revanche, lorsque la connaissance transcendante les accompagne, la générosité et les autres mérites sont comme une foule d'aveugles accompagnés par un guide : ils peuvent ainsi être dirigés sur la voie de la bouddhité et parvenir à l'omniscience.

Sans la sagesse transcendante, les cinq *paramitas* restent aveugles à la fixation dualiste. Elles ne perçoivent pas le contexte dans lequel elles sont prisonnières puisqu'elles opèrent toujours sur la base d'un sujet qui fait du bien à un objet et, quand bien même l'action est méritoire, positive et non négligeable, elle renforce la croyance dans la saisie dualiste. C'est seulement la connaissance transcendante qui nous permettra d'aller au-delà du sujet, de l'objet et de l'action et de nous éveiller de la fixation dualiste qui crée une contrainte qui, in fine, génère de la souffrance.

On l'a vu au fur et à mesure, une qualité comme la générosité, l'éthique, la patience, le courage ou la stabilité, si elle n'est pas menée à une transcendance par la sagesse non duelle, elle tourne en rond. Elle produit une amélioration puisque les actions positives créent des conditions positives mais elle court le risque, et c'est pour ça que l'on pratique la dédicace (ou réversion des mérites), de s'auto-saboter parce que, par exemple, la générosité ne voyant pas la transcendance peut arriver à une certaine limite et voir là une absence de reconnaissance et donc de l'amertume ou de la colère peut s'élever. La discipline peut, elle, nous conduire à une forme de fondamentalisme parce qu'on est attaché à la lettre et non pas à l'esprit.

Cette qualité de la connaissance de la sagesse non duelle, c'est ce qui va purifier et parachever les autres qualités et leur donner leur pleine dimension puisque nous sommes sur un chemin qui conduit au plein et parfait éveil. On ne cherche pas simplement l'amélioration du centre carcéral : « J'ai un coussin en plumes, les barreaux à la fenêtre sont dorés, j'ai un accès permanent à la bibliothèque etc... ». Ce n'est pas le but du jeu ! Le but du jeu, c'est de sortir et faire en sorte que tout le monde sorte. On ne va pas rester dans l'existence conditionnée, aussi confortable soit-elle, parce que, comme tout est impermanent dans ce contexte, un jour ou l'autre ça va changer.

Par la connaissance, on comprend parfaitement la nature des choses (c.-à-d. leur essence vide) et on comprend que leur manifestation s'élève du dynamisme de cet esprit vide qui manifeste des

phénomènes au travers de la production en interdépendance, dans le cadre de l'existence conditionnée et sous l'influence des actes karmiques et de leurs conséquences. Lorsqu'on voit que tous les phénomènes semblent réels mais ne sont pas vrais, on transcende véritablement la totalité des trois mondes : le monde du désir, le monde de la forme et le monde du sans-forme, c.-à-d. les quatre états de stabilisation que l'on a vu hier.

En effet, dans l'étude de *dhyana*, on vient à réaliser que ces expériences sont temporaires, qu'elles peuvent être la base du discernement, que le calme mental est la condition sine qua non pour le développement de la vision pénétrante et que c'est seulement la vision pénétrante menée à son fruit qui générera la connaissance transcendante et sera, par conséquent, le facteur libérateur.

« La connaissance suffit largement ! A quoi bon la générosité et les autres qualités ! Si c'est vraiment la sagesse qui libère pourquoi faire dans le détail ? Allons directement à l'essentiel ! ». Le Flambeau de la voie vers l'éveil d'Atisha nous dit : « la connaissance sans les moyens et les moyens sans la connaissance nous enchaînent. Ne renoncez ni aux moyens ni à la connaissance ». Les moyens, ce sont les cinq premières qualités transcendantes. La connaissance, c'est ce qui s'élève de la force méritoire de ces cinq pratiques. On peut donc avoir les cinq premières et pas la dernière mais on ne peut pas avoir la dernière dans les cinq premières. En même temps, la connaissance sans les moyens nous enchaîne. Les moyens sans la connaissance nous enchaînent aussi.

En quoi la connaissance sans les moyens peut nous enchaîner ? Le Bodhisattva qui pratique la connaissance sans les moyens tombe dans la paix du nirvana partiel auquel croient les Auditeurs. Par l'exercice de la connaissance transcendante, avec ce voile subtil de l'ignorance et le désintéret pour les cinq autres pratiques, on ne cherche qu'à s'établir dans une sorte de paix, de sérénité qui est au-delà des choses. Il y a un attachement à cet état béat de nirvana partiel qui correspond à ce que la voie des Auditeurs met en avant et qui est réalisé par le voie des Auditeurs au travers des quatre étapes qui mènent à l'état d'*arhat*, celui (ou celle) qui s'est défait de cet ennemi de la croyance en le soi de l'individu. Dans cette démarche, avec les quatre étapes, on entre dans le courant et on devient quelqu'un qui doit revenir encore au cours d'une autre existence pour peaufiner sa libération puis on devient quelqu'un qui n'a plus besoin de revenir. La quatrième étape est l'étape d'*arhat*. Dans cette perspective, ce qui est libéré dans la saisie dualiste, c'est simplement la saisie du soi de l'individu. L'accent n'a pas été mis sur la réalisation du soi des phénomènes et donc sur la fixation dualiste. L'éveil est partiel parce qu'on a travaillé sur une partie du problème et pas sur l'ensemble.

Si on est un Bodhisattva dans cette logique, on n'est pas très éloigné de quelqu'un qui est dans le véhicule des Auditeurs et qui s'attache à une libération personnelle. On a donc un nirvana partiel et, quelque part, on s'en trouve prisonnier puisqu'on pense que l'on a fait l'intégralité du chemin alors qu'on n'en a fait que la moitié. Le chemin des auditeurs menant à l'état d'Arhat a été enseigné par le bouddha pour faciliter la progression des disciples n'ayant pas encore l'ampleur de la vision du Bodhisattva

Le Bodhisattva n'atteindra pas le nirvana sans demeure. Le « nirvana sans demeure » est une expression technique que l'on trouve dans tous les textes classiques. Cela veut dire « par le mérite et l'éclairage de la connaissance transcendante, l'esprit se réalisant lui-même ne demeure plus dans le conditionnement de l'ignorance et la fixation dualiste mais il se s'installe pas non plus dans cette réalisation partielle des Auditeurs. L'ensemble de la situation (la fixation dualiste) a été vu, reconnu et réalisé, donc libéré. C'est un état qu'on dit « sans demeure ».

Dans les représentations iconographiques, comme quand on représente le Bouddha par exemple, c'est symbolisé par l'assise adamantine. La posture en lotus signifie que l'esprit de la personne représentée, le Bouddha en l'occurrence, est sans demeure. Il ne demeure pas dans la dualité ni dans l'attachement à un nirvana partiel.

Selon la tradition qui envisage les trois Véhicules (le véhicule des Bodhisattvas, le véhicule des Auditeurs et des Réalisés solitaires), si le Bodhisattva pratique la connaissance sans les moyens tombe dans la paix du nirvana, il restera enchaîné à jamais.

J'ai un peu de mal avec le « jamais » parce que tout est impermanent. Je pense que c'est une impermanence qui se nourrit d'elle-même et qui se rend durable par la répétition. Aussi longtemps qu'il n'y aura pas de prise de conscience, il n'y aura pas de libération de cette « hémiplegie spirituelle ». On peut alors espérer qu'un Bouddha vienne et dise « on se réveille, les gars ! On n'a pas terminé le travail ! ». Mais, quand on a pris cet état qui est important en termes de béatitude pour l'état définitif, revenir et cultiver les moyens (c.-à-d. les cinq autres qualités) sera un immense défi.

Les tenants du véhicule unique (ceux qui pensent que ces trois modalités sont trois façons d'approcher le même chemin par trois types d'êtres différents), disent que le Bodhisattva restera enchaîné 84.000 grands kalpas. C'est comme une « réduction de peine pour bonne conduite ».

A l'inverse, si le Bodhisattva pratique les moyens sans la connaissance, il ne dépassera pas le niveau des individus ordinaires, ceux qui dans les textes classiques sont appelés « puérils » puisqu'ils se comportent comme des enfants. Il ne pourra que rester prisonnier du samsara.

Aussi grandes soient les qualités des cinq premières *paramitas*, aussi vitales soient-elles pour la réalisation du sens de l'authentique, si elles sont pratiquées sans cette connaissance, elles tournent en rond. Donc la pratique conjointe des deux est importante. On peut dire que la voie du Grand véhicule, le Mahayana, se ramène à deux choses : la conjonction de la connaissance et des moyens.

La connaissance ne surgit pas d'elle-même. Si la connaissance surgissait d'elle-même, nous serions déjà tous éveillés. Ou bien il y aurait une injustice abominable parce qu'elle apparaîtrait chez certains et, chez d'autres, pas. Il faut bien comprendre que, comme on démarre un feu, il faut commencer par avoir un peu de mousse sèche, des brindilles et quelques feuilles. On allume, le feu démarre, on va le nourrir et mettre de plus en plus de bois et, à ce moment-là, on aura un feu conséquent. Les étincelles, ce n'est pas le feu. Les brindilles, les feuilles, les bûches, ce n'est pas le feu. Ce sont des méthodes. C'est ce qui nous permet d'accumuler la matière combustible. Mais sans la conjonction des étincelles et du petit bois, on n'aura jamais de feu. Les cinq premières *paramitas* sont des vertus « auxiliaires » parce qu'en elles-mêmes, elles ne sont pas suffisantes et « auxiliaires » parce qu'elles sont indispensables.

La Marche vers l'éveil nous dit : « toutes ces vertus auxiliaires, le Bouddha les a enseignées en vue de la connaissance ». Tous les enseignements du Bouddha qui portent sur les cinq premières qualités ont pour objet de nous conduire à la connaissance. Dans l'Entraînement de Lodjong en sept points, il y a un slogan qui dit : « il y a une seule intention derrière tous les enseignements du Bouddha qui est de libérer l'esprit de la fixation dualiste et, en particulier, l'accent qui est mis sur le soi de l'individu ».

C'est un angle d'approche qui est intéressant et je me suis dit que j'allais peut-être essayer de faire un enseignement qui reprendrait tous les enseignements avec cet angle-là, c.-à-d. que le Bouddha a donné tous ces enseignements pour libérer l'esprit de la fixation dualiste et, en particulier, la saisie du soi de l'individu comme étant une réalité autonome. Par exemple, le *Vinaya*, les enseignements de l'*Abhidharma*, la psychologie, la théorie de la perception, les agrégats, les facultés sensorielles, les portes des perceptions, les éléments (*dhatus*) etc. ont été enseignés pour libérer de la saisie dualiste. Certains de ces enseignements n'abordent pas directement la saisie dualiste. Dans l'*Abhidharma*, l'expérience du soi est, en fait, simplement un agrégat de cinq éléments psychophysiques : on ne parle pas encore de la fixation dualiste mais c'est déjà une forme de réfutation de la saisie de homogénéité du soi de l'individu. Voilà, c'est une de mes cogitations.

Définition de la connaissance :

C'est le discernement parfait de la nature des choses : c'est-à-dire comment les phénomènes s'élèvent et ce qu'ils sont en réalité, comment ils sont perçus et ce qu'est le sujet qui perçoit, ce qu'est l'objet qui est perçu. Il n'y a plus d'imprécision au terme du développement de la qualité de la connaissance transcendante dans la perception des phénomènes. Il n'y a plus d'imprécision quant à leur manifestation par la production en interdépendance. Il n'y a plus d'incertitude ni de voiles quant à l'essence du terrain fondamental d'où s'élèvent toutes ces manifestations et, finalement, quant au fait que ces manifestations participent de cette essence.

Les différentes formes de connaissance :

On peut reconnaître la connaissance mondaine qui a à voir avec le monde, la connaissance supra-mondaine mineure et la connaissance supra-mondaine majeure. La connaissance mondaine, c'est l'éducation classique avec les quatre sciences traditionnelles que sont la médecine, la logique, la linguistique et la technologie. Avec ces connaissances, on est en mesure d'utiliser le monde dans lequel nous vivons.

Nous savons prendre soin de nous et des autres parce qu'on a une compréhension de comment fonctionne le corps, comment les maladies arrivent, quelles formes de discipline alimentaire et physique il convient de cultiver. On a une connaissance pour savoir garder le corps en bonne santé et comment les maladies s'élèvent. Nous ne sommes pas tous des médecins mais nous comprenons à peu près comment fonctionne le corps.

La logique, c'est ce qui nous permet d'articuler notre pensée. Si on n'a pas la logique, on n'articule pas la pensée car tout est embrouillé. La logique, c'est la cause et l'effet. Si on ne sait pas que telle chose est produite par telle cause, on est maladroit et on avance à tâtons. A ce point, ce n'est pas la causalité du Dharma mais c'est apprendre, quand on est petit, que le poêle est chaud et qu'on va se brûler si on y met la main dessus.

La linguistique, c'est ce que nous utilisons en ce moment : c'est la maîtrise des conventions nominales qui nous permettent d'échanger des idées alors que nous vivons dans des histoires complètement différentes. Il est important de bien maîtriser la linguistique pour avoir un lexique le plus riche possible et une connaissance du lexique des autres pour voir ce que les mots qu'ils utilisent signifient pour eux et en quoi les mots qu'ils utilisent correspondent à mon vocabulaire ou bien s'il y a une nécessité d'ajustement. Ça veut dire aussi l'étude des langues.

La technologie, c'est ce qui va nous permettre dans ce monde de vivre de façon plus confortable. Mais une technologie sans conscience devient une catastrophe et on en a la preuve chaque jour. La technologie sert à améliorer la vie, à simplifier et alléger les actes du quotidien : comment on construit une maison, comment on se déplace etc. et on commence à voir poindre l'idée de conscience.

Ces quatre sciences traditionnelles étaient généralement données dans un cursus d'étude qui mène à la réflexion puis à la méditation et, éventuellement, à la libération. Nous, nous avons notre propre cursus, nous avons été à l'école et, en gros, on a étudié toutes ces choses d'une façon ou d'une autre. C'est la connaissance qui nous permet d'être dans le monde de façon intelligente et harmonieuse et de communiquer avec les autres, de formuler notre pensée d'une façon rationnelle et logique et de pouvoir réfléchir et penser. C'est vital pour l'étude du Dharma. Si on n'a pas un esprit préparé à la logique, au jonglage avec les concepts, la phase d'étude qui vient après et qui est appelée « connaissance supra-mondaine » sera impossible.

Ceci étant dit, on peut avoir un esprit simple et une grande dévotion et avoir la chance de rencontrer un Maître éveillé qui pourra nous donner les instructions sans avoir recours à un vocabulaire élaboré.

Guendune Rinpoché disait qu'il y avait un lama qui avait un disciple qui était illettré, comme beaucoup de gens au Tibet à cette époque. Il était donc hors de question d'utiliser le vocabulaire avec lequel le lama avait étudié. Il donnait par conséquent des instructions par gestes. Pour le calme mental, il lui avait expliqué la posture, le souffle. Ensuite, il lui expliquait qu'arrivé à un moment donné, lorsque l'esprit entre dans la pratique du calme mental (avec l'attention au souffle, l'attention à l'objet, le bien-être, la clarté et la cessation du processus discursif), ce qu'il convenait de faire alors, c'était de maintenir cet état sans le conceptualiser, en corrigeant les excès qui peuvent s'élever (une tension dans l'attention ou un relâchement excessif). Il lui enseignait en montrant sa main : « quand tu es un peu trop éparpillé, tu fermes ton poing. Ton esprit est comme le poing qui se ferme, il se regroupe et quand ton esprit est trop tendu tu ouvres la main, tu ouvres ton esprit qui se détend ». Là, il lui donnait un enseignement que l'on peut trouver dans les textes comme, par exemple, « Purifier l'état naturel » de Dakpo Tashi Namgyal sur la pratique de *Shamatha* qui n'a plus besoin que de deux choses : regrouper et détendre. Et, par moments, passer par l'équilibre. Le lama n'a pas utilisé le langage habituel parce que le disciple n'avait pas les outils de la communication. Cela n'empêche pas de pratiquer. C'est mieux quand on peut échanger et communiquer, ça facilite la compréhension mais ce n'est pas une absolue nécessité.

Rechungpa était un jeune berger, disciple de Milarepa. Il gardait les troupeaux de sa famille. Milarepa lui a donné des instructions de base sur le calme mental. Le jeune Rechungpa s'est installé dans la méditation. Le bétail s'est éparpillé. Sa famille lui a demandé ce qui s'était passé parce que ça faisait quatre jours qu'il n'était pas rentré. La famille a décidé à ce moment-là de donner Rechungpa à Milarepa parce qu'ils pensaient qu'il n'était bon à rien.

Les deux connaissances supramondaines sont ce qu'on appelle les « sciences intérieures » (*nangpé tchen*) : c'est une façon de parler du Dharma. « *Nangpa* » veut dire « ce qui se tourne vers l'intérieur » et « *tchen* », c'est la science, le savoir, le Dharma. C'est en opposition avec ce qui serait extérieur. Les sciences mondaines sont, comme toute démarche scientifique, l'effet d'un sujet qui regarde un objet. Il n'y a pas d'intériorisation dans ces sciences que sont la médecine, la logique, la linguistique et la technologie.

A l'inverse, les sciences supramondaines sont tournées vers l'intérieur pour comprendre l'esprit. Il y a deux étapes. Tout d'abord, la connaissance supra-mondaine mineure, c'est la connaissance qui résulte de l'étude, de la réflexion et de la méditation du système des Auditeurs et des *Pratyekabuddhas*. Cela consiste à reconnaître que les agrégats dont nous héritons par la force du karma sont impurs (puisqu'ils sont imprégnés d'ignorance), douloureux parce qu'au travers des cinq agrégats par les organes des sens alliés aux consciences sensorielles, la conscience mentale dualiste perçoit des informations sur le monde, les analyse, les évalue, émet des jugements et donc génère une propension aux afflictions mentales qui vont pousser des actions etc... Dans les Quatre Sceaux du Dharma, il est dit : « tout contact est douloureux ». Toute relation entre la conscience mentale dualiste et un objet véhiculé par une des consciences sensorielles ou un objet mental est douloureuse parce qu'elle s'effectue dans le cadre de la conscience dualiste qui crée un fossé d'où peuvent s'élever des appréciations (j'aime, je n'aime pas, ça m'indiffère) qui sont les « proto-afflictions mentales » qui vont donner naissance à des afflictions mentales et ainsi de suite.

Dans une discussion qu'on avait à ce sujet, Shamar Rinpoché m'a dit : « je préférerais dire que tous les contacts sont en majorité douloureux parce qu'il peut se faire qu'après l'étude, la réflexion et la méditation, il y ait un contact mais qu'il devienne une opportunité de réaliser la non-dualité ». Le détachement s'est élevé dans l'esprit et donc la saisie et le rejet ne sont plus actifs. La compassion a assoupli l'esprit et alors le contact qui aurait dû être douloureux ne le soit pas forcément.

Donc la connaissance supra-mondaine mineure, c'est avant tout la bonne compréhension de ce que sont les éléments psychophysiques (les agrégats) qui constituent l'expérience du soi. Dans la

démarche des Auditeurs et des Bouddhas-par-soi qui a pour but d'aller vers une libération personnelle, on met l'accent sur la compréhension du soi de l'individu. On va regarder vraiment de très près ces agrégats qui constituent l'expérience du soi.

Question inaudible :

Effectivement, les sciences ne regardent pas seulement l'objet matériel extérieur : elles s'attachent maintenant, avec la psychologie et les sciences neurocognitives, à regarder la façon dont la perception fonctionne. On regarde le cerveau et on commence à avoir une représentation de comment il fonctionne. Aujourd'hui, on se pose la question de la conscience : qu'est ce que la conscience. Où est-elle ? Comment se connecte-t-elle avec tout ça ? Etc... On en est là et il y a, à l'évidence, un progrès puisqu'il y a un regard intérieur mais on est toujours dans la démarche scientifique qui est que le sujet regarde l'objet. Les neurosciences ne se posent pas la question du paradigme de la dualité et de la fiction dualiste. Cette réflexion sur l'essence n'est pas dans une démarche scientifique puisque la démarche scientifique est dans l'observation, le calibrage, l'évaluation, la normalisation, la définition d'un objet par le sujet. Si ce n'est pas quantifiable ou définissable, ça n'existe pas. C'est là où il reste, malgré tout, une grande différence. Ça reste la meilleure connaissance du monde et un mieux-être. Peut-être, un jour, les sciences cognitives et la physique avec la mécanique quantique, arriveront à une expérience de la non-dualité. Mais, pour l'heure, on n'en est pas encore là.

Ce que décrivent les sciences mondaines, et en particulier les sciences neurocognitives, c'est une expérience au sein de la vérité relative. Elles n'ont pas en ligne de compte que cette réalité relative n'est pas LA réalité. C'est une manifestation qui s'élève avec un ensemble de causes et de conditions, la production en interdépendance qui s'élève sur la base d'un esprit vide et conscient mais qui ne se reconnaît pas. On parle des mêmes expériences que l'on décrit dans les enseignements bouddhistes et qui s'élèvent dans la réalité relative.

Toute la différence entre les sciences mondaines et les sciences intérieures, c'est la non-reconnaissance de la réalité dualiste. Les sciences mondaines, pourvu qu'elles soient portées par la conscience et la bienveillance et non par le profit, sont une amélioration pour la vie humaine et animale. J'espère !

Question inaudible :

L'expression artistique peut créer un environnement dans lequel un esprit prêt s'éveille. Il reconnaît quelque chose de l'impermanence, de la vacuité etc. Il faut que cet esprit soit déjà préparé par une introduction préalable. Sans cette introduction préalable, l'esprit va réagir sur la base de ses habitudes. Par exemple, un peintre comme Marc Rothko ou bien la mère de Matthieu Ricard, Yahne de Toumelin, qui essaie de faire ressortir la lumière. Quand on a demandé à Rothko « qu'est-ce que vous essayez de dire ? », il a répondu qu'il essayait de créer un espace dans lequel l'observateur pourra découvrir son histoire. C'est une peinture qui favorise l'ouverture. Mais pour que cette ouverture se fasse dans l'esprit de l'observateur, il faut que cet esprit se soit déjà défait des fixations et des habitudes très lourdes parce que, sinon, il va ressentir comme à l'ordinaire et projeter une représentation.

Une fois, j'ai vu à Berne une reconstitution majeure de Rothko qui à l'évidence avait dit « non, je n'ai pas de message ». Il y avait une personne qui dirigeait un groupe de visiteurs et qui disait : « dans cette œuvre, Rothko nous raconte que ... ». Bien que le peintre ait dit très clairement qu'il représentait seulement un espace pour l'observateur, la guide se sentait obligée de décrire ce que nous étions en train de voir et quelle était l'intention cachée.

Je pense qu'un esprit qui est déjà très sensibilisé par l'étude des *paramitas* et de la connaissance transcendante pourra profiter de cet environnement qui a été créé. Par exemple, dans la tradition zen, il y a un moine qui, pendant des dizaines et des dizaines d'années, pratique sérieusement. Il étudie tous les *koan* qu'il y a à étudier. Il fait *zazen* en permanence. *MŪ, MŪ, MŪ*, le vide, le vide, le vide et rien ne se passe. Un jour, il est fatigué et il décide d'aller jardiner. Il travaille la terre avec sa houe et sa houe tape

sur un caillou, le caillou vole et va taper un bambou. Ça fait « toc ! » et là, *Satori* ! On peut dire que c'est le « toc » du bambou qui a créé le *satori* mais, en fait, ce moine avait créé l'environnement à égale mesure avec des années de réflexion, des années de méditation. Il y a eu une préparation et l'esprit s'ouvre comme un fruit mûr qui, sous l'influence du vent, tombe. Il y a eu du temps et du mûrissement : énormément de paramètres.

Je ne crois pas à la qualité absolue d'une œuvre d'art qui, en elle-même, éveille parce que ça voudrait dire que quiconque passe devant, serait éveillé, même le balayeur et le chien. Mais, dans une coproduction, elle peut créer un environnement éveillant. On dit que, quand il y a la manifestation du corps historique et suprême, c'est l'avènement d'un Bouddha dans ce monde. C'est la physicalité d'un Bouddha qui est perceptible par les êtres qui ne peuvent pas percevoir les qualités de l'esprit et qui ont besoin d'une sorte de point d'ancrage qui est à la hauteur de leur capacité de connexion. Dans cette description, il est dit aussi qu'une œuvre d'art peut avoir la même fonction. Bien sûr, dans les textes classiques, quand on parle d'œuvre d'art, cela veut dire une statue de Bouddha, une *tangkha*, un objet de cet ordre qui est extrêmement inspirant puisque cette *tangkha* ou cette statue crée un environnement qui semblable à la présence d'un Bouddha.

L'avantage du Bouddha « humain », c'est qu'en plus du corps, il y a parole qui peut conduire (parce qu'on a maîtrise la linguistique et la logique) à aller au-delà de nos habitudes de fixation dualiste.

Question inaudible :

L'établissement dans la félicité de l'état d'Arhat, teintée par l'attachement à l'expérience, les éloigne de la réalité pleine et complète de la Bouddhité. Ils ont fait l'expérience d'une partie de la réalisation mais se sont enfermés dans ce qu'on appelle la paix. Ils sont prisonniers de cette paix et c'est pour cela que, pour certains, on dit qu'ils vont rester là tout le temps et que pour d'autres, ils resteront pendant 84.000 périodes cosmiques.

Ce qui est dit dans les enseignements classiques, c'est qu'à un certain moment, l'intervention d'un Bouddha comme par exemple le Bouddha Amitabha, par un rayonnement lumineux, viendra créer dans leur expérience un contraste et les éveillera dans l'enfermement qui est le leur et la partialité de leur expérience. Là, ils s'éveillent et se remettent sur le chemin des Bodhisattvas.

Question inaudible :

Si on lit Gampopa dans la définition des Auditeurs, il dit « *nyinjé tchoung zémépa* », c.-à-d. « sans la moindre compassion » : ça veut dire qu'il y a une sorte de vision-tunnel où on ne voit que la libération. Je crois que la l'amour est présent parce que la façon d'aider l'autre de l'Auditeur, c'est de se libérer et d'être un exemple pour les autres. On voit ça dans toutes les sociétés asiatiques. La communauté laïque fait offrande de nourriture chaque jour à la Sangha. Ce sont des Vénérables. J'ai vu en Thaïlande une scène incroyable : une femme qui devait avoir soixante-dix ou quatre-vingts ans, dans un petit bateau-taxi, s'est levée pour laisser s'asseoir un tout jeune moine. Il y a là une sorte d'admiration et d'aspiration de la part de la société laïque qui dit : « puissé-je un jour être capable de renoncer au monde et devenir comme ces êtres vénérables ».

Ce que je comprends, c'est qu'ils sont en chemin vers l'éveil et ils ne s'arrêtent pour personne. Mais, en chemin, ils démontrent la voie de la libération par leur exemple. A côté de chez nous, en Virginie, il y a un monastère des moines de la forêt thaïlandais. Ils sont tous très sympas. Ils aident. Par exemple, chaque année il y a une collecte de fonds pour les pompiers locaux et ils font des dons. Ils participent à la vie de la société. Ils ne vous acceptent dans leur monastère que si vous venez pour au moins cinq ou six semaines, que vous preniez les préceptes, que vous méditez et n'interférez pas dans la vie de la communauté. C'est une structure des Auditeurs.

Dans les centres du Dharma comme ici, le lama est à disposition en permanence. On vient. On s'en va. On reste un peu etc. C'est vraiment différent parce que, dans le *Mahayana*, il y a cette idée d'être en chemin, en même temps avec tout le monde. On attend tout le monde.

La grande différence est qu'il y a de l'attachement et une forte fixation sur l'éveil puisque, je le rappelle, dans l'approche des Auditeurs, le samsara est une entité à quitter et le nirvana est quelque chose à obtenir. Dans le véhicule du Mahayana, le samsara et le nirvana sont des expériences qui s'élèvent en binôme du fait de la production en interdépendance : il faut les concevoir et les réaliser comme étant, en essence, vides et dans leur manifestation comme n'étant qu'une illusion. Il n'y a donc pas cette projection ni ce désir qui fait l'enfermement dans l'expérience partielle.

Question inaudible :

J'ai déjà parlé de ce que j'appelle le « mensonge didactique ». Dans le principe homéopathique, le semblable soigne le semblable. Le Bouddha, dans son infinie maîtrise de la communication, a utilisé l'illusion comme moyen libérateur, tout comme l'illusion peut être une dynamique aliénante. L'enseignement du Dharma est provisoire et relatif. Il n'y a rien d'absolu dans l'enseignement du Bouddha. L'absolu, par définition, est indicible, ineffable et inconcevable. Donc comment est-ce qu'on pourrait l'exprimer ? Un peu comme pour l'art, on ne peut que créer un environnement propice à la transcendance qui amène à une libération, une réalisation personnelle indicible, ineffable et inconcevable.

Question inaudible :

Le Bouddha lui-même a dit que son enseignement aurait une écoute d'environ cinq mille ans. Donc on est à mi-chemin en ce moment.

Le Dharma est un moyen relatif, par conséquent il dépend des causes et des conditions. Tu peux être un Bouddha mais il n'y a plus personne pour écouter. Personne ne te regarde comme un Bouddha. Personne ne reconnaît tes qualités. Le Dharma ne peut pas apparaître puisqu'il a besoin des cinq conditions (le lieu, le temps, l'auditoire, l'intervenant et le sujet). On enlève une seule de ces conditions et le Dharma ne peut pas apparaître. On l'a vécu pendant deux ans. On enlève le lieu par le fait du Covid : on est tous confinés et on ne peut plus se retrouver dans le même endroit. Terminé ! Heureusement, la sagesse infinie des Bouddhas nous a dit : « mais il y a zoom !!! ». On a pu ainsi reprendre le fil.

Le Dharma ne disparaît pas. En soi, le Dharma est le *Dharmakaya*. C'est l'union de la conscience et de la vacuité. Il est donc « permanent » mais c'est une « permanence » qui est au-delà des concepts de permanence ou d'impermanence (je suis obligé d'utiliser les mots de la dualité). La confusion à propos de l'esprit est de la même teneur. Le nombre des êtres est infini. Le samsara n'a ni commencement ni fin, le nirvana n'a ni commencement ni fin. Il ne connaît pas l'allée et la venue, la naissance ou la mort.

Pourquoi est-ce qu'on dit que le samsara n'a ni commencement ni fin ? Parce que ce n'est pas une entité, c'est une illusion. Quelle est la date de votre naissance dans votre rêve ? Dans votre rêve, où serez-vous enterré ? Tout cela semble réel mais n'est pas vrai ! Donc ce n'est pas ! Mais parce que ça apparaît et que c'est réel, tout en n'étant pas vrai, on ne peut pas dire que c'est inexistant.

La connaissance supra-mondaine majeure résulte de l'étude, de la réflexion et de la méditation du Grand véhicule. Elle consiste à reconnaître que tous les phénomènes sont par nature vacuité, sans naissance. « Sans naissance » ça veut dire sans fondement, sans base. La manifestation est comme l'expérience du rêve, elle n'a pas de substance, elle n'a pas de base.

Le Flambeau de la voie vers l'éveil d'Atisha dit : « la connaissance de la vacuité naturelle, la compréhension directe que les agrégats, les éléments et les sources de perception n'ont pas de naissance, voilà ce qu'on appelle « connaissance transcendante ». On a donc réalisé la sagesse de la vacuité qui nous permet de voir que les éléments, les agrégats psychophysiques, tout ce qui favorise la perception sensorielle (les objets des sens, les organes sensoriels, les facultés sensorielles, les consciences sensorielles) n'a pas de base, pas de naissance ni de fond. Tout ça n'est pas existant, cela n'a pas de naissance parce que ce qui existe est né et ce qui n'existe pas n'est pas né par définition. Il n'y a pas de *svabhava*, d'existence inhérente et autonome. La connaissance de tout cela, c'est ce qu'on appelle la connaissance transcendante.

Parmi ces trois types de connaissance, celle vers laquelle il faut tendre, c'est la connaissance supra-mondaine majeure. Maîtriser le langage, savoir penser et être autonome dans ce monde, c'est important. Il est important aussi de comprendre la nature composée et illusoire du soi de l'individu. Mais il faut aller un peu plus loin sur ces deux premières connaissances, on va pouvoir développer la troisième qui est la connaissance supra mondaine majeure.

Là, on arrive au cœur du sujet dans ce chapitre sur la connaissance transcendante. Il y a six points à étudier : la réfutation à la croyance à l'existence réelle des phénomènes, la réfutation à la croyance à la non-existence réelle des phénomènes, les défauts de la croyance à la non-existence (nihilisme), les défauts des deux croyances (assemblage improbable d'être et non-être), la voie de la libération (c.-à-d. la libération de toutes les postures extrêmes), l'essence de la libération, ce qu'est le nirvana (ici le nirvana ne fait pas référence à la paix des Auditeurs mais au nirvana sans demeure qui n'est pas prisonnier d'un attachement à un bien-être béat et partiel).

La réfutation à la croyance à l'existence réelle des choses :

Prenons un phénomène quel qu'il soit. On pense qu'il existe réellement. Il faut toujours comprendre que, dans ce contexte, le mot « exister » veut dire qu'il est autonome (il n'est produit ni par une cause extérieure, ni par lui-même, ni par rien) et permanent (il ne change pas). Quand on dit que quelque chose « existe », on définit ce phénomène de cette façon-là. Il se suffit à lui-même, il ne change pas et il n'est créé ni par une cause, ni par lui-même ni par rien. Pour réfuter cette croyance à l'existence réelle des choses telle que définie par Nagarjuna, Atisha nous dit : « ce qui existe déjà ne peut logiquement naître et ce qui n'existe pas du tout, telle une fleur dans le ciel ou un objet imaginaire, ne peut naître non plus ».

Dans les enseignements de la voie graduelle, il est dit que ce qui existe réellement ou ce qu'on prend pour tel peut se ramener aux deux types de soi et il est dit aussi que ces deux types de soi sont, par nature, vacuité.

Quels sont les deux types de soi ? Le soi de l'individu et le soi des choses (ou phénomènes). Qu'est-ce que le soi de l'individu ? Ce qu'on appelle le soi de l'individu, c'est la continuité des agrégats karmiques dont la conscience mentale dualiste fait partie.

Un *Soutra*, qui s'appelle le « *Soutra* fragmenté », nous dit que c'est le continuum que l'on appelle individu. Le continuum, c'est ce qui se manifeste par le mouvement.

Un ingénieur en hydraulique, que j'avais rencontré à Québec, pose une question métaphysique : qu'est-ce qu'une rivière ? C'est un continuum ! Ici, on pourrait dire que ce qu'on appelle « rivière », c'est ce qui se manifeste par le mouvement. Il n'y a rien dans la rivière que l'on puisse montrer du doigt en disant « ceci est la rivière ! ». Donc on ne peut pas dire que la rivière existe. Mais comme ce continuum se manifeste par le mouvement, on ne peut pas dire qu'il est inexistant. Les deux postures extrêmes de l'existence et de la non-existence, l'être et le non-être, sont vus comme étant invalides indépendamment l'une de l'autre. L'existant et l'inexistant, dans un effet miroir, nous donnent l'impression de l'existence

d'une réalité. On peut s'attacher soit à la réalité apparente de l'existence, soit à l'existence apparente de l'inexistence si par nature on est un peu enclin à la vacuité et au nihilisme.

Cet individu qu'on tient pour unique et permanent et auquel on s'attache en tant que « je » ou « moi », constitue ce qu'on appelle le « soi de l'individu ». Le soi produit des émotions négatives, les émotions négatives engendrent le karma et la souffrance. La source de tous les maux et de toutes les souffrances est donc le soi. C'est en arrivant à cette conclusion que les Auditeurs se sont mis en chemin. Le soi de l'individu est la base de tous les problèmes. Dans leur vision-tunnel, ils se sont dit qu'ils allaient se défaire de ça et qu'en se défaisant de ça, ils atteindraient le nirvana.

Mais il reste la prise en compte du soi des phénomènes. Quand il y a « soi », il y a conscience de l'autre. L'autre ne peut être connu que si le soi de l'individu qui connaît le définit comme entité. Si le soi de l'individu n'a pas défini un autre comme une entité, il ne peut pas y avoir de reconnaissance de conscience de l'autre. Donc la conscience de l'autre dépend de la conscience de soi. La conscience de soi dépend de la conscience de l'autre parce que qu'est-ce que le soi si ce n'est pas une distance avec ce qui n'est pas le soi ? Là, on est dans une illustration parfaite d'une illusion : le ceci amène le cela.

Le soi de l'individu qui n'existe pas, sous l'influence de la fixation dualiste, conçoit ce qu'il est et, par conséquent, conçoit ce qu'il n'est pas. Et, concevant ce qu'il n'est pas, il accorde un soi à l'autre. Ce soi de l'autre dont je deviens conscient me renvoie la confirmation de mon existence personnelle.

J'illustre ça par la famille : un père, une mère et un enfant. Le père et la mère ont eu un enfant. La mère a donné naissance à l'enfant. L'enfant est né. Le problème est que la mère n'est pas devenue mère tant qu'elle n'a pas donné naissance à l'enfant. Jusqu'à ce qu'elle accouche de l'enfant, elle était femme. Le père n'est devenu père que quand l'enfant est né. Jusqu'à l'accouchement, il était homme. On a donc une femme et un homme qui sont devenus père et mère par l'enfant. C'est donc l'enfant qui a « accouché » de deux parents.

Si vous n'avez pas le père ni la mère, vous n'avez pas l'enfant. On ne peut pas avoir le père ni la mère avant l'enfant parce que c'est l'enfant qui « fait » les parents. Si vous ne pouvez pas avoir les parents avant l'enfant, vous ne pouvez pas avoir l'enfant, puisqu'on a qu'un homme et une femme. Quand on regarde ça de loin, on se dit : « il y a un père, il y a une mère et puis il y a un enfant. C'est simple ! ». C'est pour ça que la fixation dualiste continue de nous hanter depuis des temps sans commencement.

On n'y regarde pas de plus près et on ne voit pas que le soi de l'individu favorise l'avènement du soi de l'autre et que l'avènement du soi de l'autre favorise l'avènement du soi de l'individu. Qui est l'oeuf et qui est la poule dans cette affaire ? Personne puisque cela ne se situe pas dans une temporalité du type : « d'abord arrive le sujet puis arrive l'objet ». Lorsqu'on pense en ces termes, c'est qu'on a attribué une existence autonome, individuelle à chacun de ces protagonistes et qu'on les a cadrés dans une sorte de linéarité spatio-temporelle. D'abord le sujet puis l'objet. C'est comme ça que la science fonctionne. Il y a d'abord un sujet puis il y a un objet observé qu'on voit ou qu'on n'a pas encore trouvé et qu'on va chercher. Et on devient un chercheur. C'est la structure habituelle sous couvert de l'ignorance qui ne fonctionne que dans la schizophrénie particulière de la fixation dualiste. A l'intérieur de la psychose, tout est normal ! C'est pour ça que les gens disent : « moi, je n'ai pas besoin de médicaments ! Tout va bien ! ».

On va donc s'attacher à réfuter l'existence du soi de l'individu pour montrer que cette belle logique (le sujet est arrivé d'abord, c'est l'oeuf qui a fait la poule, c.-à-d. l'objet) n'est qu'une construction mentale. Quand on regarde le sujet et qu'on démonte l'affirmation qu'il a une existence propre (parce qu'on voit qu'il est né de différents paramètres) et qu'en fait, quand on regarde le soi de l'individu, on trouve beaucoup plus de morceaux de non-soi que de morceaux de soi. D'un seul coup, une des jambes de la dualité commence à flancher.

Ensuite, on va faire la même chose avec le soi de l'objet et on va voir qu'il est effectivement dépourvu d'existence intrinsèque, permanente, autonome et substantielle.

Là, on commence à avoir un grand coup de vent dans notre certitude du soi et de l'autre. C'est début de la libération mais ça commence par une grosse panique. Qui suis-je ? Où vais-je ? Etc. Il faut s'habituer progressivement, par l'étude et la réflexion, à cet état de fait pour pouvoir se poser et se détendre dans l'expérience et réaliser qu'effectivement le soi de l'individu et le soi des phénomènes apparaissent mais n'existent pas.

Question inaudible :

Quand tu parles à quelqu'un dans ton rêve, en quoi ce langage existe de façon autonome et impermanente ? De plus, le langage est comme une rivière : il se définit par le mouvement. Si le langage ne se définissait par le mouvement, il serait bloqué. Les mots sont des lettres qui sont des sons. Les phrases sont des mots associés. Tout ça n'est défini que par le mouvement. Un langage statique n'est pas un langage. Puisque le langage n'est pas statique, puisqu'il est association de phonèmes qui se forment en mots puis en phrases, il est donc inexistant. Il apparaît comme le continuum du soi. Il est défini par le mouvement. Mais quand on regarde une rivière, on ne voit pas la rivière. Les anciens grecs disaient : « on n'entre jamais deux fois dans la même rivière ». Je cite plutôt Coluche : un gars regarde dans la rivière sur un pont. Un autre gars passe et lui demande « mais qu'est-ce que tu fais ? ». L'autre répond : « je regarde mes lunettes qui sont tombées dans la Loire ». L'autre répond : « ce n'est pas la Loire, c'est la Seine ». Lui répond alors : « j'ai pas mes lunettes, j'peux pas savoir ! » .

Le continuum, c'est ce qui se définit par le mouvement. Il y a une image qui est donnée dans les enseignements classiques : un gars agite très rapidement une torche dans la nuit et il fait des cercles on a l'impression de voir apparaître une roue de feu. Si vous ne savez pas que c'est le bois, l'huile, l'oxygène, le feu et la persistance rétinienne qui fait qu'on projette l'image d'une roue alors qu'elle n'existe pas, vous êtes dans le cadre de l'illusion de la fixation dualiste. On voit une roue alors qu'elle n'existe pas. Vos sens vous disent qu'il y a une roue et vous pourrez la montrer à quelqu'un d'autre. S'il y a un bouddhiste dans les parages, il dira « mais non, c'est juste une torche qui tourne vite ». La roue de feu ne s'exprime que par le continuum, c.-à-d. le mouvement. Mais comme c'est une fête médiévale et qu'on est là pour s'amuser, on ne va pas y regarder de plus près. Le désir fait qu'on ne va pas y regarder de plus près.

Question inaudible :

La saveur de l'existence ? C'est la même chose, c'est un continuum. La saveur est une succession de sentiments. Aussi longtemps qu'on fixe les objets et qu'on leur accorde une permanence, on est dans l'apparition de l'expérience, la durée de vie de l'expérience et la dissipation de l'expérience. On a alors le sentiment au début d'avoir gagné quelque chose et ensuite de l'avoir perdu. C'est comme l'expérience du chewing-gum : au début on est content, on a un bon goût de fraise puis rapidement ça a un vieux goût de plastique. Qu'est-ce qu'on fait alors ? On va en prendre un autre ! C'est comme ça que la roue tourne et nous donne l'illusion d'une réalité. Ça s'applique aux saveurs, aux odeurs, aux contacts tactiles, etc.

Question inaudible :

On entre dans le monde du *Tantra*. La syllabe-germe, c'est le son de l'esprit. La forme de la syllabe-germe, c'est la forme de l'esprit. La forme et le son de l'esprit appartiennent au monde formel manifesté mais l'essence du son et de la forme de cette syllabe-germe est vacuité. Ce ne sont pas des

entités mais des manifestations qui s'élèvent par la production interdépendante. Elles ont, dans un cas très précis, une utilisation qui va être d'aligner le son de l'esprit qui se saisit comme une entité (« moi », « I », « ich », ham », « jo »..). On va utiliser le diapason de la sonorité de la syllabe-germe (« *Hri* », « *houng* », « *tam* ») et on va procéder à un ajustement de la vibration sonore de notre conscience dans un mouvement de libération par l'ajustement. On est dans la technique du *Tantra* : c'est extrêmement compliqué. La forme de la lettre, qui est une base du sanskrit, est une sorte de calligraphie de l'esprit. Chaque esprit étant différent, il va bénéficier davantage de telle ou telle syllabe-germe. C'est une science très complexe. Nous, on travaille avec du générique.

On va faire *Tchenrezi* : « *Hri* », c'est le couteau suisse de la syllabe-germe. On peut l'utiliser pour tout le monde pour faire plein de choses. On est dans le générique. Dans les années 1970, il y avait une rumeur qui courait : « le Karmapa peut voir votre longueur d'onde et votre sonorité et va vous donner la syllabe-germe qui est la plus proche pour que l'ajustement se fasse le plus facilement possible. Il va vous dire quel est votre *yidam* ». Le *yidam* est la divinité de méditation : *yi*, c'est l'esprit et *dam*, c'est ce à quoi on s'attache. On lie l'esprit à ce diapason (*Hri*, *houng*, *tam*) et on procède à l'ajustement jusqu'à ce que notre esprit, l'esprit de *Tchenrezi*, la forme de *Tchenrezi* et le son de *Tchenrezi* s'alignent dans une réalisation. Après la dissolution de tout cet outillage comme la visualisation, dans la phase de parachèvement, après le *mantra*, on s'installe dans le terrain fondamental.

Le *yidam* est un outil précieux qui nous permet de nous défaire de la « vibration » de l'ignorance et de retrouver l'état naturel. Et tout le monde allait voir Karmapa en demandant quel était son *yidam*.

Guendune Rinpoché a donné à une très bonne amie un *mantra* (une syllabe-germe, un son) particulier qui était très près d'elle et de son état pour faire cet ajustement. Elle n'avait pas le droit d'en parler. Mais là, on est dans la boîte à outils tantriques.

Cet individu que l'on tient pour unique et permanent et auquel on s'attache comme « je » ou « moi », constitue ce qu'on appelle le soi de l'individu. Il produit des émotions négatives, des actions négatives, du *karma* et de la souffrance. La saisie de ce soi définit le soi de l'autre. Le soi de l'autre nous renvoie une confirmation que le soi de l'individu existe, et nous voilà partis dans la co-dépendance de la fixation dualiste....

Qu'est-ce que le soi des choses ? Les choses (ou phénomènes) désignent les objets appréhendés à l'extérieur par les fonctions sensorielles, les organes sensoriels et les consciences sensorielles. Toutes ces informations arrivent à la conscience mentale dualiste qui, elle, ne voit jamais, ne sent jamais, ne touche jamais, ne goûte jamais ni n'entend aucun son. Elle n'a aucun contact direct avec les objets extérieurs. Ils ne lui sont connus que par les consciences sensorielles. L'oeil (la fonction visuelle) ne connaît pas l'objet. Il est un collecteur d'informations. Ces informations sont « connues » par la conscience visuelle. Cette conscience visuelle ne peut pas les articuler avec les autres consciences sensorielles.

C'est un peu comme à l'hôpital : on a cinq spécialistes et on a un interniste. L'interniste, c'est la conscience mentale dualiste qui va faire le lien entre toutes les informations que lui ont données les spécialistes. Il crée un réseau relationnel entre toutes les choses. La conscience mentale dualiste est très occupée à recevoir les informations des consciences sensorielles qui ne sont pas des objets ! La conscience mentale ne voit pas, n'entend pas, ne goûte pas, ne touche pas, ne sent pas. Elle reçoit uniquement des représentations mentales.

Tout ce qui se passe à partir du moment du contact et après le contact entre l'objet et l'organe des sens est virtuel. Ce ne sont que des informations traduites virtuellement pour que la conscience puisse les lire et que la conscience mentale dualiste puisse les analyser, les organiser et ensuite les renvoyer aux organes des sens pour favoriser ce qui est plaisant et éviter ce qui est déplaisant.

Les phénomènes désignent, d'une part, les objets appréhendés à l'extérieur et, d'autre part, l'esprit qui les perçoit à l'intérieur. Il y a une sorte de double fonction dans la conscience mentale, c'est de percevoir en interne et en externe.

Question inaudible :

L'intuition, c'est quelque chose qui appartient à notre monde, à notre temps et qui n'est pas dans les textes classiques. L'intuition pourrait être vue comme une perception qui manque de précision. On sent les choses mais on ne peut pas encore mettre une définition dessus. La conscience mentale « sent » quelque chose et « pressent ». Je pense que l'intuition, puisqu'elle est dans un contexte dualiste (quelqu'un a l'intuition de quelque chose), se situe dans la conscience mentale. C'est une activité de la conscience mentale. C'est une sorte de mise en organisation d'une instance de conscience qui n'est pas complète. On pressent mais ce n'est pas complètement abouti en termes d'organisation conceptuelle. Mais je ne veux pas être limitatif. Peut-être que c'est quelque chose d'autre.

Fondamentalement, notre perception de toutes les expériences (la perception du sujet, le soi) s'appuie sur les cinq *skandhas*. Il n'y a pas de perception en dehors des cinq *skandhas* dans la perspective dualiste. Il y a une omniscience qui est une des qualités des Bodhisattvas et des Bouddhas : on commence à avoir des présences, des capacités à voir dans le futur, à anticiper etc. : ce sont des qualités nées du calme mental. Shamar Rinpoché disait que les capacités d'avoir des mémoires antérieures et d'avoir des visions sur le futur viennent du fait qu'on remonte le continuum. Le continuum n'existe pas : ceci s'élève et donc cela apparaît. Pour que cela apparaisse, il faut que ceci n'existe pas. La rivière (le continuum) n'existe pas, c'est une succession d'instant de conscience.

Par une attention très aiguë, on peut voir le cela, le ceci, le cela précédent, le ceci d'avant etc... Et on revient sur les différentes étapes et on peut se remémorer des choses du passé en remontant très loin. Selon Shamar Rinpoché, on peut faire la même chose dans le futur. On voit la probabilité. Le cela, très probablement, eu égard aux tendances fondamentales et aux habitudes, va aller dans cette direction et cela va amener ceci. Ce ceci amènera un autre cela etc.... C'est comme ça que l'on peut faire une sorte de prévision. Sur la base d'une absolue maîtrise du calme mental.

Lorsqu'on a la conscience éveillée des très grands Bodhisattvas des septième, huitième et neuvième terres ou d'un être éveillé, on a ce qu'on appelle l'omniscience. On voit, à l'intérieur de la manifestation dans le cadre dualiste, tous les tenants et les aboutissants du passé, du présent et du futur de tous les êtres et leurs interactions. Là, c'est autre chose ! Ce n'est pas une intuition, c'est une omniscience.

Dans le *Soutra* qui rappelle les qualités des Trois Joyaux, et notamment dans les commentaires, il y a beaucoup d'explications très extensives à propos de la conscience dans l'instant d'un être ordinaire, d'un Bodhisattva et d'un Bouddha. Pour faire un parallèle, c'est un peu comme si on était un être humain dans un avion et qu'on regarde au sol ce qui se passe, on va voir des taches et on va les assimiler à des arbres, par exemple. Si on est un aigle, à la même hauteur, on va voir la souris qui court, on va voir plein de détails. L'acuité visuelle, comme l'acuité de sagesse, sera accrue chez un Bouddha de façon inconcevable, chez un Bodhisattva de façon extraordinaire, avec un fossé énorme entre l'acuité

de conscience d'un Bouddha et celle d'un Bodhisattva. Il y a aussi un fossé énorme entre l'acuité de conscience d'un Bodhisattva et celle d'un être ordinaire.

L'affinement de l'acuité de conscience qui mène à l'omniscience vient de la dispersion des voiles. Le voile des afflictions mentales, le voile de l'inconnaissance sont une sorte de « cataracte » qui vient voiler la conscience naturelle de l'esprit. Ces différences viennent de l'intensité d'épaisseur entre l'être ordinaire, le Bodhisattva et le Bouddha totalement libéré. En un instant, un Bouddha peut voir l'ensemble des êtres au présent, dans leur passé et dans leur futur. En un instant, un Bouddha peut voir quel a été leur chemin, à quel moment ils ont pris refuge, à quel moment ils ont développé l'esprit d'éveil, à quel moment ils ont commencé à pratiquer les *paramitas*, comment ils vont continuer et à quel moment ils vont atteindre l'éveil. Et cela, pour tous les êtres. C'est ce qu'on appelle l'omniscience.

Quand on fait la prière pour renaître dans la terre pure de *Sukhavati* (*Déouatchène*), on dit « puissé-je renaître là et une fois né, puissé-je entendre du Bouddha la prophétie de mon éveil ». *Déouatchène* est un niveau de conscience du premier niveau de Bodhisattva. Guendune Rinpoché nous disait : « Dans *Déouatchène*, la table est toujours mise et les lits sont toujours prêts ». C'était sa définition : ça donne envie d'y aller ! C'est aussi l'accès à un niveau de conscience supérieure à la nôtre qui est possible par la rencontre, l'interdépendance de l'aspiration de l'être qui veut renaître là et la compassion d'Amitabha. Il y a le crochet d'Amitabha et l'effort que fait l'individu pour former un anneau de dévotion: c'est ce qui fait que notre conscience sort du contexte dualiste dans l'établissement dans *Déouatchène* après notre mort. Dans cette conscience, le Bouddha peut faire une prophétie, disant : « dans tant de temps, à telle époque, cette personne sera connue comme le Bouddha Untel. Il résidera en telle terre pure et ses disciples seront ceux ci et ceux-là etc... ». La vision d'un Bouddha n'a aucune obstruction.

Question inaudible :

Dans la mode absolu, c'est déjà là. Dans la mode relatif, non. La linéarité, c'est le flot. Ça n'existe pas mais ça ne manifeste. Le soi de l'individu se manifeste par le mouvement. Le continuum, c'est le mouvement. La prophétie du Bouddha, c'est un mouvement, c'est aussi un enseignement relatif qui permet de prendre confiance et de continuer son chemin. L'un n'exclut pas l'autre. Même si vous regardez l'Isère et que vous vous dites que c'est une convention nominale, on peut quand même voir le flot. Si vous regardez le flot en essayant d'arrêter l'Isère, ça se transforme en misère. On ne peut pas arrêter ce flot ! Mais nier la présence du flot, c'est s'attacher à l'inexistence. Appeler l'Isère en pensant que ce flot existe, c'est s'attacher à la permanence et à l'existence des choses. On tombe alors dans ces deux positions extrêmes qui ne résistent pas à l'introspection analytique.

Qu'est-ce que le soi des choses ? Ce sont les objets appréhendés à l'extérieur et l'esprit qui les perçoit à l'intérieur. On ne peut pas avoir l'un sans l'autre. N'est vu que ce qui est vu par ce qui voit. S'il n'y a pas ce qui voit, il n'y a pas d'objet qui est vu. Donc le soi des choses, ce sont les objets appréhendés à l'extérieur par l'esprit qui les perçoit à l'intérieur. C'est toujours la production interdépendante.

Qu'entend-on par « choses » ? C'est ce qui possède des caractéristiques particulières : c'est mouillé, c'est rapide, c'est grand, c'est doux, c'est loin etc.... Toutes ces caractéristiques particulières ne sont que des imputations. C'est l'esprit qui perçoit à l'intérieur l'objet qui est perçu comme objet extérieur qui donne à cet objet, perçu comme étant objet extérieur en l'esprit qui conçoit à l'intérieur, des caractéristiques et des définitions qui sont, en fait, des projections, des représentations mentales nées des habitudes et des tendances qui sont stockées dans la conscience-réservoir. En fait, on voit un film et on se le crée au fur et à mesure. Ce film qu'on voit alors qu'on le crée renforce l'idée qu'il y a un

réalisateur. L'écran fait le projecteur et le projecteur fait l'écran. Les caractéristiques particulières appartiennent à la nature imaginaire. Elles ne sont absolument pas réelles. Comme le dit Shamar Rinpoché : « la nature imaginaire ou d'imputation, ce sont les perceptions illusoirees nées d'une conscience confuse ».

Appréhender tant l'objet que le sujet comme ayant une existence réelle et s'y attacher, voilà ce qu'on appelle croire au soi des choses.

Avez-vous des questions ?

Question inaudible :

Tout ce qui est dans l'Octuple sentier jusqu'à la connaissance juste, appartient aux cinq premières *paramitas*. La conscience juste (*prajñā*) appartient à la sixième. Il s'agit de deux façons de découper la tarte.

Question inaudible :

Le chapitre qui traite des six *paramitas* dans le « Joyau ornement de la libération » est une bonne base de réflexion. En termes d'étude, j'aurais tendance à dire qu'il est important de comprendre en quoi l'une amène l'autre. On commence avec ce choix d'exposition linéaire. On va comprendre comment la générosité amène l'éthique, comment l'éthique amène la patience, comment la patience amène le courage, comment le courage conduit à la stabilité qui, elle-même conduira à la sagesse. On va voir les articulations de cette exposition linéaire.

On regarde ensuite leur inter pénétration. Comment dans la générosité il y a de l'éthique, de la patience, du courage, de la stabilité et du discernement ? Après l'approche séquentielle, on va avoir une approche synergétique, c.-à-d. en réseau.

On peut aussi les prendre les unes indépendamment des autres et on essaie de voir la définition et de bien la garder à l'esprit la définition de chacune des *paramitas*.

En termes de pratique, c'est la vie qui va nous amener à développer telle ou telle *paramita* dans l'instant. A un moment il y aura besoin de plus de patience, de plus d'organisation, de courage ou de distance, de stabilité et de discernement.

En termes d'entraînement méditatif, au travers de l'exercice du don et de la prise en charge, on peut voir poindre les six *paramitas*. On voit le moment où on est dans le don, la générosité, puis on voit qu'on fait une sélection avec des gens, par exemple, qu'on n'aime pas et qu'on va un peu oublier. On va revenir sur une organisation pour que tout le monde soit là. On peut voir dans la pratique de *tonglen* l'émergence ou la carence de telle ou telle qualité.

Après, c'est la vie qui nous entraîne : c'est la *Bodhicitta* en application. Cela se fait en contact du monde et en réponse aux stimulations. D'une manière générale, on répond à la stimulation avec une affliction mentale et une habitude de préférence : j'aime ou je n'aime pas. Là, on va commencer à répondre avec quelque chose qui est un peu plus structuré et moins compulsif : de la générosité plutôt que du retrait, de la discipline plutôt que de la panique, de la patience plutôt que de l'impatience etc. Là, c'est l'objet qui va solliciter le sujet et lui imposer un travail. La tâche du sujet dépendra de la proposition de l'objet.

Question inaudible :

Je pense que l'explication rationnelle, qui est donnée dans le *Soutra* qui rappelle les qualités des Trois Joyaux, ne peut pas rendre justice à ce qu'est l'expérience d'un Bouddha. On est un peu comme

un poussin enfermé dans sa coquille qui parle de la nature de la réalité en disant : « je me suis aperçu qu'il y a deux réalités : il y a la chaleur et le froid. La chaleur est associée à l'obscurité et le froid à la lumière ». Dans la coquille, quand la mère poule s'assoit sur les oeufs, c'est la nuit et il fait chaud. Lorsqu'elle se lève pour aller manger et que la lumière traverse la coquille, il fait froid. Voilà la définition de la réalité selon les poussins à l'intérieur de leur coquille. Donc il faut prendre tout ça avec un peu de distance : c'est une tentative maladroite d'exprimer ce qui est inconcevable.

Je répond maintenant à la question sur les prophéties : est-ce que la prophétie est un déterminisme ? Les prophéties ne sont pas un déterminisme dans la mesure où, par l'étude des prophéties, on peut infléchir le cours des choses. Donc la prophétie est une probabilité. « Si vous continuez à rouler tout droit dans la direction du mur, le pied au plancher, dans quatre-vingt mètres, soit vingt-cinq secondes, vous allez rentrer dans le mur ». On ne va pas dire qu'on est foutu, on va lever le pied, freiner et tourner à droite. C'est la fonction de la prophétie de nous mettre en face d'une probabilité. Le problème, c'est qu'elle vient nous déranger dans nos désirs et nos habitudes. Aujourd'hui, tout brûle : la Gironde, l'Hérault, même la Bretagne. Au Pakistan, il fait 50°C. Tout le monde se demande ce qu'il se passe mais ça fait un siècle que les scientifiques disent « on va dans le mur ! On va dans le mur ! ». C'était une prophétie.

Jimmy Carter, à la fin de son mandat de Président, a commencé à dire : « on est une nation totalement en addiction pour tout ce qui est produits pétroliers : ce sont des produits à volume fini ». Son dernier discours disait : « il faut réduire notre consommation ! ». Il n'a pas été réélu. Al Gore parle de ça depuis longtemps « on va dans le mur ! » mais on a préféré George W Bush. La maison est en feu mais on fait une fête avec les copains : on a tout, les bières et la musique, on ne va rien changer !

Le but des prophéties, c'est d'éveiller les consciences, autant que faire se peut. Si les consciences ne s'éveillent pas, les prophéties vont se réaliser.

Question inaudible :

On est à deux mille cinq cents ans du Bouddha. On a encore deux mille cinq cents ans. Il n'a pas parlé de la période cosmique qui vient entre l'avènement d'un univers (le Big Bang) et l'extinction de cet univers. Il a parlé de la réception de l'enseignement et ça va durer cinq mille ans. Ensuite les mots mêmes « Bouddha », « Dharma » et les enseignements vont disparaître et le Bouddha Maitreya va arriver pour recommencer un cycle d'enseignements. Avant le Bouddha Sakyamuni, il y avait le Bouddha Kashyapa qui a fait un cycle d'enseignement. Cet enseignement a eu un âge d'or puis, progressivement, les gens s'en sont désintéressés et détournés parce que pris par des préoccupations matérielles. Il reste quelques traces de ce Bouddha Kashyapa ici et là. Shamar Rinpoché m'a dit qu'en Birmanie (je crois) il y a un rocher avec l'empreinte du Bouddha Kashyapa. C'est la seule trace qui reste. Son enseignement s'est évaporé parce que les gens qui l'ont reçu, progressivement, l'ont altéré. Ils ont été intéressés par autre chose. Ça s'étiole et ça disparaît. L'enseignement du Bouddha est un phénomène qui existe dans l'expérience dualiste : il est donc soumis à l'impermanence.

La terre va suivre son cours mais c'est nous, les humains, qui allons disparaître si on continue de faire ce qu'on fait. Ce sera invivable, tout simplement. Ce n'est pas la première fois. Des civilisations se sont élevées et ont disparu et on pense de façon très égocentrée et très orgueilleuse que nous sommes le centre du monde mais non ! Si on active les conditions de notre disparition, la disparition va arriver rapidement.

On va dans le mur.

Ralentissez et tournez le volant !

La vacuité naturelle des deux types de soi.

Appréhender tant l'objet que le sujet comme ayant une existence réelle et s'y attacher, voilà ce qu'on appelle croire au soi des choses. Nous allons expliquer la vacuité naturelle des deux types de soi.

La réfutation du soi de l'individu :

En réalité absolue, le soi n'existe pas. Il n'existe qu'en mode relatif au travers des cinq agrégats qui sont perçus comme une entité solide par la conscience qui est affectée d'ignorance. Si le soi existait en réalité absolue, on devrait encore constater son existence lorsque l'on voit la réalité. En arrivant à l'éveil et que la réalité profonde des choses est vue, si le soi existait en mode absolu, un Bouddha aurait encore un égo avec des agrégats.

En effet quand on connaît l'authentique (voir la vérité absolue et voir le fonctionnement de la réalité relative) tel qu'il est, c.-à-d. la nature profonde de l'esprit, deux choses ne surgissent plus. Cela veut dire qu'il n'y a plus de croyance ni de fixation au « moi » et à ce qui « est à moi », le « mien » étant une extension du « moi ».

Supposons que le soi existe puisque apparemment on appuie tout notre fonctionnement dans la fixation dualiste sur le postulat que le soi existe. Ici on parle de « moi » : « j'existe ». Voyons alors s'il naît de lui-même, d'autre chose ou des deux ensemble ou bien s'il naît des trois moments du temps (le passé, le présent, le futur).

Il ne naît pas de lui-même car ou bien il existe déjà ou alors il n'existe pas encore. S'il n'existe pas, il ne peut pas naître de lui-même parce que le « lui-même » n'existe pas. Donc il ne naît pas de lui-même.

S'il n'existe pas encore, il ne peut pas être sa propre cause.

S'il existe déjà, il ne peut être son propre effet parce que se créer soi-même est une contradiction.

Penser que le soi existe et qu'il naît de lui-même : pourquoi aurait-il besoin de naître de lui-même alors qu'il existe déjà ? S'il a besoin de naître de lui-même, c'est qu'il n'existe pas déjà ou il n'existe pas encore ! Il y a une incompatibilité logique dans cette affirmation.

Il ne peut pas non plus naître d'autre chose. Cette autre chose ne peut être une cause parce que toute cause est relative à son effet. Tant qu'il n'y a pas d'effet, il n'y a pas de cause. Le soi de l'individu ne peut pas naître d'autre chose. Je ne parle pas de notre corps en tant qu'être humain qui est un des cinq *skandhas*. Je parle de l'esprit qui se conçoit comme un soi, comme une entité qui existe. Il ne naît pas de lui-même, il ne naît pas d'autre chose car cette autre chose ne peut pas être une cause. Pour naître d'autre chose que lui-même, il faudrait une cause qui favorise son avènement.

Toute cause est relative à son effet et tant qu'il n'y a pas d'effet, il n'y a pas de cause. La cause dépend de l'effet. Pour naître de quelque chose d'autre, le soi a besoin d'une cause. Mais comme il n'est pas encore né, il ne peut pas être l'effet. S'il n'y a pas d'effet, il ne peut pas y avoir de cause.

Le soi ne naît pas de ces deux ensemble non plus car, comme nous l'avons vu précédemment, chacun de ces deux cas est impossible. Si naître de lui-même n'est pas possible, si naître d'autre chose n'est pas possible, alors on ne peut pas dire que les deux ensemble vont faire un truc qui marche !

Question inaudible :

C'est le doigt qui pointe la lune et on regarde le doigt. Tous les exemples que l'on va utiliser ont leur limitation. Dans ce cas de figure, on doit s'accorder sur la logique qu'on essaie de mener. C'est le but du jeu. Bien sûr, je sais comment se font les enfants ! Cet exemple est un exemple et, comme tous les exemples, il n'est pas complet. Il ne décrit pas la réalité, c'est juste une façon de nous aider à comprendre.

Par exemple, on pourrait le lier à « il naît d'autre chose ». L'enfant est le soi de l'individu. On va dire « il naît d'autre chose, c'est-à-dire son père et sa mère ». Sauf que son « père » et sa « mère » n'ont pas existé avant sa naissance. Je ne parle pas de l'homme et de la femme qui font un enfant. Je parle de ce qu'est le père et de ce qu'est la mère. Quelque chose se passe, chez l'homme et la femme, au moment de la naissance : c'est une sorte de révélation. On peut dire qu'émotionnellement, il y a quelque chose qui se transforme, qu'il y a un basculement. On devient père et mère au moment de la naissance de l'enfant. L'enfant est l'effet d'une cause, comme le soi serait l'effet d'une cause mais comme cette cause dépend de l'effet, elle ne peut pas naître d'autre chose.

On doit s'accorder sur les mots et les conventions. La logique ne décrit pas la réalité. Elle nous permet de sortir d'une aliénation à une confusion mentale qui est aussi totalement illusoire. On utilise l'illusoire pour soigner l'illusoire. Il ne faut pas espérer de la logique qu'elle démontre ce qu'est l'état indescriptible, ineffable et inconcevable de la nature de l'esprit. C'est juste un pis-aller.

Est-ce qu'il provient d'un des trois moments du temps ? Est-ce qu'il est le produit du passé ? Il ne peut pas être le produit du passé parce que le passé, comme une semence pourrie qui n'aurait plus le pouvoir de croître. Le passé n'existe plus. Le soi ne peut pas naître du passé parce que le passé n'existe plus au moment où le soi serait créé. Il n'est pas le produit du futur parce que ce serait alors une spéculation. Ce qu'on dit dans les textes classiques, c'est « parler de la prestance de l'enfant d'une femme stérile ». On peut parler tant qu'on veut : « quel beau garçon ! Il est charmant et intelligent ». Mais dommage que sa mère n'ait pas pu le concevoir ! L'enfant de la femme stérile, c'est le futur. C'est un futur qui n'existe pas parce que dans le présent, il ne peut pas être conçu sur la base du futur. S'il naît du futur, cela voudrait dire que la cause qui serait le présent générerait l'effet dans le futur. Mais dans cet instant présent, il ne peut pas être parce que l'effet n'étant pas encore produit, la cause n'existe pas (puisqu'elle dépend de l'effet). Il ne provient pas du présent non plus parce que la cause et l'effet ne peuvent pas coexister. Entre la cause et l'effet, il faut un espace temporel.

Donc le soi de l'individu ne naît pas de lui-même, il ne naît pas d'autre chose, il ne naît pas de ces deux possibilités, il ne naît pas non plus d'un des moments du temps (présent, passé ou futur). Il est dit : « comme le moi ne vient ni de lui-même, ni d'un autre, ni des deux ensemble, ni de l'un des trois moments du temps, la croyance au moi s'évanouit ». Le moi est une fixation sur une représentation mentale. Là, en utilisant la logique, intellectuellement on commence à voir que cette fixation n'est qu'une saisie d'une représentation mentale. Il va falloir y réfléchir et contempler. Il va falloir méditer sur cela et, au terme, on arrivera peut-être à la libération de la saisie du soi comme étant une réalité.

Dans la pratique méditative, par exemple, on peut faire ce qu'on appelle les « quatre placements de l'attention ». Si on postule que le soi de l'individu existe, on va essayer de voir où il se trouve. On fait une recherche progressive : est-il dans le corps ? Dans l'esprit ? Dans le nom ? Etc... On va passer le corps au « peigne fin » et on va voir que plus on regarde et plus on trouve des morceaux de « non-moi » et moins on trouve des morceaux de « moi », comme le dit Thich Nhat Hanh. Il apparaît évident, progressivement, que regardant la physicalité comme siège potentiel du moi, on ne trouve aucune base première du moi. Le moi n'est qu'une représentation mentale.

La réfutation du soi des choses (ou phénomènes) :

On va regarder l'inexistence des objets perçus puis l'inexistence de l'esprit qui les perçoit puisque les phénomènes sont décrits comme un objet extérieur appréhendé et une conscience à l'intérieur qui les appréhende.

En termes de pratique de *vipassana*, c'est regarder la pensée, l'émotion et essayer de voir si elle a une couleur, une forme, un lieu, une résidence, des caractéristiques définitives qui pourraient constituer une sorte d'identité stable et permanente. Quand on regarde l'objet, il disparaît. Les commentaires disent : « lorsque je ne regarde pas l'objet, je le vois et lorsque je le cherche, je ne le trouve pas ». Ceci est pour l'objet extérieur appréhendé par une conscience à l'intérieur.

Dans la pratique de *vipassana*, puisque l'on suppose que la conscience qui perçoit a une existence, on va la regarder et on va voir si elle existe effectivement et si elle a des caractéristiques irréfutables, immuables que tout le monde et en toute circonstance pourrait percevoir. On cherche une couleur, une forme, un lieu, une résidence etc. Et on s'aperçoit que cet esprit qui perçoit, quand on ne le regarde pas on le voit et, quand on le cherche, on ne le trouve plus.

Question inaudible :

Quand tu parles d'autres possibles mondes, tu les conçois. C'est une représentation mentale. Donc ils existent au travers de ta conscience mentale. C'est une connaissance inférentielle. On parle tous des atomes mais personne n'a vu les atomes. C'est un travail mathématique. Ce ne sont pas des phénomènes qui sont vus par les sens, en particulier le sens visuel, mais qui sont appréhendés comme objets en extérieur par une conscience en intérieur au travers des représentations mentales. C'est donc un objet de la conscience mentale tout comme les autres sont des objets des consciences sensorielles.

Question inaudible :

Oui, parce que la conscience mentale continue à percevoir des manifestations, non plus au travers des consciences sensorielles associées à la physicalité mais au travers de perceptions associées à la conscience mentale. La conscience mentale imagine, par exemple, une montagne. C'est ce qui se passe quand on rêve : on voit mais on n'a pas les yeux ouverts. C'est la conscience mentale dualiste qui fait son cinéma ! Quand les *pranas* circulent dans les poumons, on va rêver de grandes montagnes, de plaines ouvertes. Il y a une influence de la physicalité. Dans le *bardo* (l'état intermédiaire), tout ce qui est perçu comme très réel n'est que le produit de la conscience mentale. C'est tout le propos du placement de l'attention en quatre points : le « moi » n'est ni dans le corps, ni dans les sensations, ni dans les phénomènes, ni dans l'esprit. C'est sur la base d'une réflexion intellectuelle et de la logique. On va s'asseoir et on va suivre le protocole de recherche du soi au travers du placement de l'attention en quatre points.

L'inexistence des objets perçus :

Comme vous pouvez le supposer, tout le monde n'est pas d'accord dans le propos bouddhiste parce que chacun se représente les choses à sa manière et que chacun a une lecture de ce que le Bouddha a dit. Il y a pratiquement autant de bouddhismes que de bouddhistes ! On les range en quatre grandes catégories, c'est ce qu'on appelle les Quatre écoles de la pensée bouddhiste : deux appartiennent à ce qu'on appelle les Auditeurs et deux qui appartiennent au Grand véhicule (le Mahayana.)

Dans le véhicule des Auditeurs, il y a les *Vaibashikas* et le *Sautrantikas*. *Vaibashikas* veut dire « ceux qui s'appuient sur les encyclopédies ». Ce sont les commentaires sur la base des *Soutras*, l'organisation logique des thèmes évoqués par le Bouddha.

Les *Sautrantika* s'appuient sur les textes originaux, les *Soutras*, que l'on trouve dans les trois cercles d'enseignement (la courte exposition, la moyenne exposition et la large exposition) qui ont été compilés et traduits en pâli. Le pâli est une évolution de la langue qui était parlée à l'époque du Bouddha.

Apparemment, le Bouddha parlait une langue qui s'appelait le *Māgadhi*, une langue de la province qui s'appelait le Magadha. Le pâli est un dérivé de cette langue.

Le canon pâli, c'est ce qu'on appelle les Textes anciens ou Textes originaux.

Dans le Mahayana, il y a deux grands courants : le *Yogacara* et le *Madhyamaka*. Ces deux courants ont des vues qui diffèrent à l'intérieur du Mahayana et ils diffèrent des deux vues au niveau des Auditeurs, sachant que les Auditeurs eux-mêmes ont deux courants qui ont des petites différences.

Les *Vaibashikas* affirment l'existence matérielle de particules infimes. C'est pour cela qu'on les appelle « substantialistes ». Ils pensent que la manifestation est composée d'atomes. On peut dire qu'avec le développement de la physique jusqu'à Einstein, on était relativement dans la vision des Auditeurs. Ils pensent que ces particules infimes, c.-à-d. que l'on ne peut plus fractionner comme les atomes, sont sphériques et indivisibles, comme un atome. Leur assemblage constitue les objets de perception tels que les formes. Cela ressemble beaucoup à ce que nous pensons : moléculaires, cellulaires etc. Ces particules sont des éléments discrets. Chacune est entourée d'autres particules que des espaces séparent. Dans leur vision, les particules fondamentales apparaissent comme étant une seule et même chose, comme on pourrait le dire d'un balai qui est fait de poils. Si les poils sont en majorité rouges, c'est un balai rouge. Ces particules du balai (les poils) sont entourées d'espaces. Elles ne se désagrègent pas, c.-à-d. que ces atomes qui s'accrochent entre eux continuent à rester en une sorte d'amas par la force du karma des êtres.

Les *Sautrantika* ont une autre approche : ils disent que ces atomes sont maintenus ensemble, sans se toucher, mais sans non plus qu'il y ait d'espace entre eux.

Je vous laisse imaginer les discussions entre les *Vaibashikas* et les *Sautrantika* ... Il y en a eu pendant des siècles ! C'est important. Chez nous, de Newton jusqu'à la physique quantique, il y a eu des débats passionnés avec beaucoup de colère. Les gens voulaient affirmer leur vue. Est-ce que ces points de vue résistent à la logique ? La particule infime est-elle une ou multiple ? Si elle est une, peut-on encore la diviser en directions spatiales ? Quand on a une brique (un atome), elle a six côtés. Donc on a déjà divisé la brique en six. On ne peut pas dire qu'elle n'est pas fractionnable puisque, déjà, on lui attribue six côtés. Si on ne pouvait pas la diviser en directions spatiales, tout se réduirait nécessairement à un seul atome.

Lorsque six particules s'agrègent à un atome, celui-ci se trouve doté de six côtés. Si ces six parties n'occupaient qu'un seul lieu, leur amas ne formerait qu'un seul atome. Ce qui voudrait dire que tous les phénomènes extérieurs ne seraient qu'un seul atome.

Question inaudible :

Ils sont substantialistes. Ils s'accordent à voir qu'il y a une certaine réalité dans la manifestation. Là, on parle du soi des phénomènes à l'extérieur qui sont perçus par la conscience à l'intérieur. On ne parle pas du soi de l'individu.

Le soi de ces phénomènes extérieurs est composé, c.-à-d. qu'il n'a pas homogénéité qu'on lui accorde. Si vous regardez une table, la table n'est perçue que dans son ensemble et par association, c'est-à-dire une construction conceptuelle. Si on regarde ça de plus près, on va voir que c'est un ensemble d'atomes et de particules subatomiques en mouvement et qu'il y a plus d'espace que de masse. On ne peut pas attribuer une réalité et une existence à quelque chose qui est aussi instable, en changement et en réorganisation constants. La saisie des objets extérieurs n'est qu'une projection conceptuelle sur un amoncellement de particules infimes. En ce sens, pour eux, la matière a une base substantielle.

Question inaudible :

De quoi parle-t-on quand on parle d'individu ? Là, je parle du soi des phénomènes. Si on regarde le corps, il est un phénomènes extérieurs puisque la conscience regarde le corps. Elle dit même « c'est MON corps ». Le corps n'est donc pas moi puisqu'il est mien. Donc la même chose s'applique au corps, en tant que phénomène extérieur perçu par une conscience intérieure .

Question inaudible :

Là, on parle des phénomènes extérieurs appréhendés par la conscience en intérieur : c'est ce qu'on appelle le soi des phénomènes. C'est constitué de deux choses : les objets appréhendés et la conscience qui les appréhende. Les objets appréhendés sont constitués d'infimes particules qui s'organisent et forment une sorte de substance très infime mais qui ne justifie pas le concept d'une solidité et d'une permanence.

Quand on parle de la conscience, pour eux, c'est une succession d'instant de conscience très courts qui prennent conscience d'un objet extérieur et qui, par erreur, lui attribuent une solidité alors que ce n'est qu'un amas d'atomes. Ceci amenant cela, il y a un continuum de conscience qui n'est que la succession d'instant de conscience très brefs. Ce continuum n'existe pas vraiment. Si ceci amène cela, quand le cela est arrivé le ceci a disparu. Ce n'est pas une ligne, c'est plutôt quelque chose qui clignote très rapidement. Ça, c'est ce qui concerne la conscience, pas la conscience en termes de conscience dualiste mais le fait d'être conscient de quelque chose.

On arrive à ce qui va être la base de la philosophie du *Yogacara* dans le Soutra de l'*Avatamsaka*. Le Bouddha dit : « Ô fils des vainqueurs, ces trois mondes ne sont qu'esprit ». Ensuite *Lankavatara Sûtra* dit : « l'esprit troublé par les tendances habituelles se manifeste clairement comme objet. Il n'y a pas d'objet mais l'esprit seulement. L'objet extérieur est une perception erronée ». Le soi des phénomènes est appréhendé apparemment en extérieur par une conscience apparemment en intérieur. Puisque c'est l'esprit qui manifeste les phénomènes qui vont être appréhendés par la conscience en intérieur, ces phénomènes sont sous l'influence des tendances habituelles. Il n'y a donc pas d'objet mais l'esprit seulement.

Dans le *Yogacara*, il n'y a pas la substance que voient les *Sautrantika* et les *Vaibashikas*. Ils vont plus loin. Ce n'est qu'esprit. C'est pour cela que l'on dit que *Yogacara* et *Madhyamikas* sont non-substantialistes parce qu'ils n'affirment pas que la base de perception de la conscience d'un objet extérieur s'appuie sur une construction d'atomes. Pour eux, ce n'est que production de l'esprit.

Les *Yogacara* qui mettent beaucoup d'importance sur le continuum sont accusés (à tort ou à raison) par les *Madhyamikas* d'affirmer que le continuum existe. L'esprit est un continuum et, par conséquent, aurait une sorte d'entité. On attribue donc aux *Yogacara* le qualificatif de « non-substantialistes affirmatifs ». Les *Madhyamikas* sont, eux, « non-substantialistes non-affirmatifs ».

Donc on va résumer cela très simplement : perceptions extérieures connues par une conscience en intérieur.

Réfutation à la croyance de la non-existence des deux types de soi : ça va être sensiblement la même chose que la croyance à l'existence parce qu'elle s'appuie sur une perception erronée de la réalité. Les deux (croyance à l'existence et croyance à la non-existence) sont apparemment opposées mais en

essence, ce ne sont que des positions extrêmes qui ne reflètent pas la réalité. Selon le *Madhyamaka*, la réalité se trouve au-delà de ces deux extrêmes.

Si les deux types de soi n'ont aucune réalité, sont-ils alors inexistantes ? On revient à la question : est-ce réel ou vrai ? C'est réel mais ce n'est pas vrai. « Si ce n'est pas vrai, alors cela ne peut pas être réel ! » (Nous fonctionnons en mode binaire). « Les deux types de soi n'ont pas d'existence ? Donc ils sont inexistantes ! ».

Eh, bien, non ! Pour une raison très simple ! Ils ne pourraient être qualifiés d'inexistants que s'ils avaient existé auparavant. La négation est une négation de quelque chose. Je dis à mes amis athéistes que la plus grosse partie du qualificatif, c'est quand même « théiste », ce qui veut dire « dieu » en grec avec le privatif « a ». Pour dire que dieu n'existe pas, il faut croire en l'existence du dieu que l'on réfute, sinon à quoi bon en réfuter l'existence. Moi, en tant que bouddhiste de base, je m'en fous. Pour moi, dieu est ni existant ni inexistant. Pour celui qui croit, qui reçoit des grâces etc., dieu existe : c'est sa façon de voir les choses. Pour celui qui pense que c'est de l'affabulation, il n'existe pas et, pour cette personne, c'est vrai.

Il y a quelques années, aux USA, il y avait une grande tension. La moitié du pays était opposée à l'autre moitié. On a commencé à voir apparaître un concept sur les chaînes TV qui voulaient promouvoir les supporters de l'ex-président (dont on ne prononcera pas le nom...) : ils sont parlé de « faits alternatifs ». Ce que l'on dit, ce n'est pas ce que vous pensez et ce n'est pas la vérité telle que vous l'entendez mais c'est un « fait alternatif ». On a le droit de penser ce qu'on veut. Il y a eu un grand débat entre ceux qui étaient tenants du fait alternatif et ceux qui disaient que c'était des foutaises.

A une amie qui est très démocrate, très engagée et en guerre contre les faits alternatifs, je dis : « dans ma logique *Madhyamika*, ils sont ni existants ni non existants ».

Elle m'a répondu : « arrête ! C'est déjà assez compliqué ! ».

« Le fait que dieu ait tout créé, c'est dans ta perception illusoire dans le cadre de la dualité. Pourquoi pas ? Darwin nous a dit « non, c'est l'évolution. L'être humain vient des singes ». Pourquoi pas ? »

« Tu ne peux pas dire que les deux existent ! »

« Non, je ne dis pas que l'un existe et que l'autre n'existe pas ».

« Alors, tu dis que les deux n'existent pas ».

« Non, je ne dis pas ça non plus ».

Là, je deviens la réincarnation de Nagarjuna parce que je suis non substantialiste non affirmatif. C'est dérangement et je mets la panique dans tous les systèmes et tous les points de vue mais je n'annonce pas le mien qu'ils pourraient démonter puisque je n'en ai pas !! Et, en même temps, j'en ai et ça s'appelle le « *Madhyamika* ».

Donc, les deux types de soi ne pourraient être qualifiés d'inexistants que s'ils avaient existé auparavant. Comme ils n'ont jamais existé (comme on l'a vu dans les deux points précédents) ils sont au-delà des deux concepts extrêmes de l'être et du non-être.

Après, on va dire qu'ils ne sont ni existants ni non-existants, en même temps ?

S'ils ont été prouvés comme n'étant ni inexistantes, ni non-existants, on ne peut pas faire de deux postures fausses quelque chose de juste.

Donc si ça n'est pas possible, c'est donc qu'ils sont l'inverse, professe-t-on !

Ils ne peuvent pas être l'inverse d'une position qui a été démontrée comme invalide. L'existence et la non-existence ont été démontrées comme invalides.

Tout ça, c'est ce qu'on appelle le « tétralemne » : les quatre réfutations des points de vue extrêmes.

On peut se dire qu'on est en train de couper les cheveux en quatre alors que les êtres souffrent et le monde brûle etc. Oui, ils souffrent et le monde brûle parce qu'on s'attache à la fixation dualiste. Il est important, parfois, de regarder de plus près ce qui est la cause de la misère des êtres parce que c'est par là qu'on va les amener à se libérer. C'est de la logique à laquelle on réfléchit pour ensuite l'assimiler dans son expérience.

J'ai un ami charpentier qui me disait : « quand je construis, je ne me demande pas si c'est du « hêtre » ou du « non-hêtre ». Je construis ! ». On vit dans la vérité relative, on fait des choses dans la vérité relative, on cultive toutes les *paramitas* dans la vérité relative mais il faut quand même, de temps en temps, amener de l'éclairage et se dire : « relative », ça veut dire que ce n'est pas vraiment existant et pas vraiment inexistant, que ça dépend des causes et des conditions, que c'est une production en interdépendance et qu'on ne voit pas tout ça parce qu'on est pris dans la fixation du « être » et du « non-être ». Il faut qu'il y ait cette incursion de la vérité absolue dans notre gestion de la vérité relative. Si on n'a que la vérité relative, même si on est de braves gars et de braves filles, on tourne en rond. Si on n'a que la vérité absolue, on s'échappe dans une sorte de paix béate, complètement coupée de la réalité manifestée du monde.

Saraha dit : « croire à l'existence réelle des choses, c'est se comporter comme le bétail mais croire en leur inexistence est encore plus bête ».

Si je dis « je tape sur la table : elle est vraie, elle existe ! Moi, je suis vrai et j'existe ! » : On peut le comprendre. Mais dire « je tape sur la table, elle n'existe pas et je n'existe pas » : c'est pire !

Question inaudible :

Je suis d'accord : le « au-delà » est une convention nominale. On peut dire, en effet, qu'on a repoussé le problème au loin et c'est tellement ailleurs qu'on ne voit pas. On peut dire alors que la nature de la réalité du soi de l'individu comme du soi des phénomènes ne se satisfait d'aucune des positions extrêmes.

En effet, la réalité est au-delà de ce que l'intellect peut concevoir. L'expérience indicible, inconcevable, ineffable de l'éveil, on ne peut rien en dire ! Tout ce qu'on va en dire sera dit avec notre langage dualiste et limitant. On ne lui rendra pas justice.

Le Dharma n'est pas là pour nous dire ce qu'est l'éveil mais pour nous dire ce que n'est pas l'éveil.

Avec une définition en creux, on nous dit là où il ne faut pas aller ou regarder, mais la réalité, elle, reste indéfinissable.

Intellectuellement, on peut lire les trente-sept qualités du *Dharmakaya*, les dix pouvoirs etc. qui nous donnent une idée, par rapport à ce qu'est notre statut actuel de la liberté qui vient de cette réalisation du *Dharmakaya*. Mais je ne pense pas que ces trente-sept qualités du *Dharmakaya* représentent ce qu'est le *Dharmakaya*. Il se peut que le *Dharmakaya* ne soit, en fait, qu'une convention nominale. On a créé une étiquette « *Dharmakaya* » mais on n'a pas encore trouvé le pot de confiture sur lequel on peut poser l'étiquette.

On est dans le relatif et donc on a besoin de ces outils, toujours dans la perspective homéopathique : le semblable soigne le semblable.

Question inaudible :

C'est la distorsion fondamentale de l'ignorance. Dès qu'il y a une fixation sur quoi que ce soit, on est dans la prise de position et donc on est au cœur de la dualité. A l'inverse, on est dans la négation de

prise de position et on est toujours dans la dualité. En conclusion, qu'on prenne position ou qu'on ne prenne pas position, on reste dans la dualité. A tout prendre, il vaut mieux prendre une position qui va, non pas nous rapprocher de la réalité mais qui va nous permettre de nous éloigner de ce qui est infondé et mal appréhendé.

Le Dharma n'est pas un travail en construction mais en excavation : c'est de l'élagage. Quand on a tout élagué et qu'il ne reste plus que le tronc, on coupe le tronc et voilà ! Et ça, c'est une image qui ne représente absolument pas le chemin !

Thich Nhat Hanh racontait qu'un de ses disciples vietnamiens lui a dit : « j'aimerais construire un stupa pour qu'il soit un reliquaire pour vos cendres ». Thich Nhat Hanh a répondu : « Non, ça ne sert à rien. Mais je sais que vous allez le faire quand même. La seule chose que je vous demande, c'est de graver sur une plaque devant le monument qui contiendra mes cendres : je ne suis pas là. Et à l'arrière du monument, une autre plaque où il sera écrit : là non plus ! ».

L'affirmation est un extrême. La négation est un extrême. Essayer de concilier les deux dans un accord improbable, c'est un extrême. Penser qu'on va trouver une autre solution, c'est un extrême. Il faut utiliser la logique et les mots aussi loin qu'on peut pour comprendre que toute fixation extrême sur l'être, le non-être et toutes les combinaisons possibles n'est que le fruit de l'ignorance. Finalement, ça va nous mener vers une espèce de régression infinie parce qu'on ne se contente pas de réfuter l'existence ou la non-existence, alors on rajoute une couche en se disant c'est peut-être les deux ensemble ou autre chose ou l'ensemble des quatre positions etc.... C'est un peu comme les boîtes de fromage où on voit, sur l'étiquette, une fermière avec les joues bien rouges qui tient un fromage où on voit la même fermière avec ses joues bien rouges qui tient un fromage etc.... Quand j'étais gamin, j'essayais de voir aussi loin que possible la fermière sur les étiquettes successives. Ici, c'est exactement la même chose.

A nouveau, c'est le doigt qui est regardé plutôt que la lune.

On va passer aux défauts de la croyance à la non-existence.

Si la croyance à la réelle existence des choses est la racine du samsara, le fait de croire à leur inexistence ne libère-t-il pas du samsara ? On peut se poser la question puisqu'on dit que c'est par la fixation dualiste que se crée le terrain dans lequel les afflictions mentales peuvent s'élever, que les actes karmiques peuvent être accomplis et que les conditions de la souffrance peuvent être ressenties. Donc si je ne crois pas à leur existence, saisir leur inexistence ne serait-il pas une façon de libérer l'existence conditionnée ?

Cette position est encore plus erronée que la première.

Rappelons la citation de Saraha : « croire à l'existence réelle des choses, c'est se comporter comme le bétail mais croire en leur inexistence est encore plus bête ».

Citons un *Soutra* : « Passe encore, ô Kashyapa, que l'on croie gros comme le mont Mérou (l'axe du monde) au soi individuel, il n'en saurait être de même avec la prétention de ceux qui croient à la vacuité ». Il faut ici entendre « vacuité », non pas comme la vacuité naturelle de l'esprit c.-à-d. comme l'union de la conscience et de la vacuité, mais comme vide, nihilisme.

La croyance néfaste à la vacuité conduit les pauvres en sagesse au désastre. La croyance en l'inexistence est une absence de sagesse. Pourquoi cela conduit les pauvres en sagesse au désastre ?

Quelque part, la saisie de l'existence des phénomènes fait la distinction entre le bien et le mal et on peut faire le choix de la voie du bien des six *paramitas* et, au travers de cet apprentissage arriver à la sagesse transcendante puis, ensuite, à la sagesse primordiale. Il y a quelque chose à abandonner et quelque chose à obtenir. C'est réel et relativement vrai.

Si on est dans la croyance à la non-existence des phénomènes, il n'y a ni bien ni mal. Donc on s'en fout. J'ai un ami qui est terriblement nihiliste et il me dit : « que j'aïlle faire le bien auprès des êtres ou que je vide trois bouteilles de whisky, c'est pareil ! ». On peut se dire que si rien n'existe, alors rien n'a de valeur ni d'importance. On s'en fout. Mais dans « on s'en fout », on n'a pas nullifié le « on ». Le « on » s'est caché derrière un bouclier de « rien » pour pouvoir faire ce qu'il veut. Comme il n'y a plus de rapport avec le bien et le mal qui vient de la croyance en l'existence des phénomènes, il est en pilote automatique, poussé par les habitudes et ce qu'il va faire va être simplement la continuité naturelle des tendances négatives qui sont majoritaires dans l'esprit confus. Du coup, ça empire.

On dit que ceux qui croient en l'inexistence sont incurables parce que, comme ils sont dans le déni du bien et du mal, ils n'ont même plus la possibilité d'utiliser l'illusion du bien et du mal pour se sortir du marécage du mal. Ils le pensent comme étant la liberté d'exprimer ce que bon leur semble.

Il y a eu une grande vague chez les Russes au XIXème siècle, début du XXème et ça s'est mal fini pour la plupart d'entre eux. Le nihilisme n'amenait pas forcément à la joie ! Si vous êtes un peu guilleret et que vous voulez revenir à la réalité des choses, lisez Emil Cioran. Ça va vous calmer ! « Rien n'a d'importance, tout est fini, rien n'existe etc... ».

Il est dit : ceux qui croient à la vacuité sont dits incurables. Pourquoi incurables ? Prenons l'exemple d'un malade à qui on administre un purgatif. Il sera guéri lorsque le mal et le remède seront évacués. Quand on prend des antibiotiques, ensuite il faut prendre des probiotiques pour annuler l'effet néfaste des antibiotiques. Mais si une fois le mal écarté, le remède ne peut pas être éliminé, le malade sera inguérissable et mourra.

On peut utiliser la négation de la réalité pour se défaire de l'extrême saisie de la réalité mais il faut aussi faire attention à ne pas rendre permanent ce qui était un remède. C'est comme si on avait des antibiotiques pour une infection. L'infection est guérie mais on continue, toute sa vie, à prendre les antibiotiques. La flore intestinale sera détruite et lentement, ça va nous tuer.

Ça nous renvoie à un slogan du premier chapitre de l'Entraînement de l'esprit sur le Bodhicitta absolue qui dit : « considérez tous les phénomènes comme semblables à l'expérience du rêve, laissez tous les remèdes se dissiper, installez-vous dans le terrain fondamental : l'état naturel ».

Laisser le remède se dissiper est le contre-point important lorsque l'on dirige l'esprit vers la réalisation de l'aspect illusoire de la nature des phénomènes. Sinon, on va tomber dans l'autre extrême qui sera une sorte de fixation de l'inexistence des phénomènes. Le moyen de défaire un extrême devient un poison parce qu'il a été mal géré.

Question inaudible :

Là, on parle de choses différentes. Je vais faire le tri des choses. « Suspendre le jugement » veut dire qu'on voit les phénomènes s'élever sans leur attribuer une préférence subjective et ancienne. Les personnes qui disent qu'il ne faut pas être dans le jugement, mais qui perdent la valeur du bien et du mal, sont dans la croyance à l'inexistence »).

Une citation d'un texte qui s'appelle la Guirlande des Joyaux : « Celui qui croit à l'être va dans les mondes heureux ». Ce n'est pas une transcendance mais, par la croyance dans la réalité des choses, on fait la différence entre le bien et le mal, supposant quand on prend l'option du bien qu'on va construire les conditions qui nous mènent vers une renaissance dans les mondes supérieurs (humain, *asouras*, *dévas*). Il faudra ensuite amener le discernement équilibrant de la connaissance transcendante pour transcender ces mondes heureux.

Celui qui croit au non-être va dans les mondes inférieurs parce que cette croyance à l'inexistence vient totalement torpiller la différence entre bien et mal. En niant le bien et le mal, en fait, on promeut le mal. C'est ça, le problème ! On suit la tendance fondamentale. Il y a une énergie qui est centripète. Si on en fait pas un effort vers une énergie centrifuge qui ouvre, on va aller vers davantage de densité.

Le défaut des deux croyances : l'une et l'autre sont similaires et en même temps opposées. La croyance à l'existence et la croyance à l'inexistence présentent l'une et l'autre des défauts en ce sens qu'elles conduisent aux extrêmes de l'éternalisme ou du nihilisme. L'éternalisme, c'est « tout existe » et le nihilisme « rien n'existe ». Tomber dans l'extrême de l'éternalisme ou l'extrême du nihilisme, c'est être ignorant puisque dès qu'on prend une position extrême, on est dans le déni de la réalité. On a pris parti mais ce parti est incapable de voir la nature de la réalité qui est au-delà des positions extrêmes. L'ignorance empêche de se libérer du samsara.

Ceux qui croient que le monde qui est comme un mirage existe ou n'existe pas sont dans l'ignorance et dans l'ignorance, il n'y a pas de libération.

Ça nous amène au cinquième point qui est la voie de la libération.

On a mis en place une vue correcte. On a, en tout cas, expliqué ce qu'est une vue incorrecte. On a vu par quoi on est aliéné et maintenant on va voir par quoi on est délivré.

On est délivré par la voie médiane qui évite les deux extrêmes. C'est la vue du *Madhyamaka* qui est non-substantialiste non-affirmative. Qui connaît correctement l'authentique réalité (la nature de l'esprit) évite les deux et se libère. Par conséquent le sage ne demeurera ni dans l'être ni dans le non-être.

Là, on parle de voie médiane mais attention ! Ne faites pas de cette voie médiane quelque chose parce que, sinon, elle va devenir une voie extrême comme toutes les autres ! On parle donc de cette voie médiane qui est libre des concepts des extrêmes mais cette voie médiane elle-même ne peut être l'objet d'aucun examen (c.-à-d. qu'on ne peut pas la tirer dans son camp). En fait, elle est libre de toute saisie mentale et transcende l'intellect.

C'est pour cela que Nagarjuna a eu beaucoup de difficultés parce que l'expression de son tétraleme était tellement au-dessus de ce que les auditeurs de son temps pouvaient comprendre qu'ils l'ont accusé de nihilisme « Vous n'affirmez rien, donc vous êtes un nihiliste ! », alors que le pauvre, il avait passé tout son temps à dire « ni l'un, ni l'autre, ni les deux, ni l'inverse ».

Ça me fait penser à une histoire. Un bouddhiste veut ouvrir un centre à Belfast en Irlande du nord. Les protestants et les catholiques viennent le voir en lui demandant s'il est catholique ou protestant. Il répond : « non, je suis bouddhiste ». « Ok mais bouddhiste catholique ou bouddhiste protestant ? ». C'est ce qui est arrivé au pauvre Nagarjuna et il a été obligé de trouver quelque chose qui pourrait être appréhendé par les gens de son époque et par les êtres en général. C'est ainsi qu'il a mis en avant la vue de la vérité relative et de la vérité absolue.

Je redonne la citation ; « On parle donc de cette voie médiane qui est libre des concepts des extrêmes mais cette voie médiane elle-même ne peut être l'objet d'aucun examen. En fait, elle est libre de toute saisie mentale et transcende l'intellect. Comme elle ne se trouve ni ici ni là ni entre les deux, elle connaît l'égalité des trois temps ». Elle est intemporelle. Elle n'est pas soumise au temps ni à la représentation. On dit donc qu'il s'agit de la connaissance transcendante de ce qui n'est pas né, de ce qui est libre de naissance puisqu'elle n'est ni soumise au temps ni soumise à une position extrême. Elle est utopique (qui n'a pas de lieu). Elle est ex tempora. Elle est libre des trois temps.

Mais quand je dis ça, je la définis comme étant utopique et ex tempora. Non, elle n'est pas ça.

Madhyamika est non-substantialiste, non-affirmatif. Et pas nihiliste :

L'essence de la libération, le Nirvana :

Puisqu'aucun des phénomènes du samsara n'est réellement existant ou inexistant, le nirvana, existe-t-il réellement ou non ? Certains qui veulent absolument se représenter les choses estiment que le nirvana existe réellement. C'est la vue des Auditeurs : le nirvana est à obtenir et le samsara est à abandonner. On a un besoin de représentation pour se motiver sur la voie.

Si le nirvana n'est pas même inexistant, comment existerait-il réellement ? Si quelque chose est inexistant, il faut qu'il ait été inexistant précédemment ? S'il n'est pas inexistant, il n'a pas existé précédemment.

Si le nirvana existait réellement, il serait composé comme tous les phénomènes. Il serait alors le fruit de la production en interdépendance et s'il était composé, il finirait pas disparaître.

Il n'est pas non plus inexistant. Alors qu'en est-il ? Ce qu'on appelle « nirvana », c'est l'état ineffable transcendant l'intellect dans lequel tout concept d'être ou de non-être a pris fin. La fin des concepts de réel et d'irréel, voilà ce qu'on appelle « nirvana ».

Cultiver la connaissance transcendante :

Si toutes choses sont vacuité, y a-t-il la moindre nécessité de cultiver cette connaissance ? « Oui, répond le Bouddha, prenons l'image du minerai d'argent : il est de la nature de l'argent mais tant qu'on ne l'a pas fondu et purifié, cet argent demeure invisible. Si on veut l'extraire, on doit faire fondre l'argent et le purifier. De même, bien que toutes choses soient depuis toujours vacuité, libres de toute construction mentale, les êtres perçoivent un grand nombre de réalités différentes et font l'expérience de multiples souffrances. Il est donc nécessaire de comprendre cette connaissance et de la cultiver ».

Une fois que l'on a compris tout ce qui précède, il faut s'y habituer.

Qu'est-ce que l'habitué (synonyme de méditation) ? Les Préliminaires, la méditation, la post-méditation ou les entre-méditations et ensuite les signes de la stabilisation de cette familiarisation.

Les Préliminaires consistent à laisser l'esprit s'établir dans son état naturel. Cela signifie que tout ce qu'il y a avant, c.-à-d. les Préliminaires communs, les Préliminaires extraordinaires, le calme mental-exercice, le calme mental-pratique, *vipassana* exercice et *vipassana* pratique nous conduisent à ça : laisser l'esprit s'établir dans son état naturel.

Le chapitre de l'Entraînement de l'esprit nous dit : « tous les phénomènes sont comme un rêve. Attention à ne pas figer les remèdes qui dissolvent la fixation de l'existence. Laissez poser l'esprit dans le terrain fondamental ». Ça nous semble être un aboutissement mais ici on parle de préliminaires. Donc il faut se préparer à aller jusque là.

La *Prajnaparamita* nous dit : « Nobles disciples, restez dans un endroit solitaire, prenez plaisir à ne pas avoir d'occupations distrayantes, asseyez-vous les jambes croisées sans avoir à l'esprit aucun concept, y compris à propos de la méditation ». C'est ce que Maitripa enseigne dans son *Mahamoudra* qui est un *Mahamoudra* libre de l'ingérence conceptuelle.

C'est la vue, c'est-à-dire vers quoi on va. Après, en termes de méditation, qu'est-ce que ça veut dire ?

La méditation consiste à laisser l'esprit tel qu'il est sans adopter ni rejeter quoi que ce soit, sans concevoir l'être, le non-être ou toute autre chose.

Les six injonctions de Tilopa : « ne pensez pas, ne réfléchissez pas, ne connaissez pas, ne méditez pas, n'analysez pas, laissez l'esprit tel qu'il est ».

Il y a un texte dont le titre est Repos dans la nature de l'esprit. « Écoute, fils, quelles que soient tes pensées, elles ne te rendent pas service ni te libèrent. Quelle merveille ! Repose-toi donc en laissant ton esprit tel quel sans te laisser distraire ni rien corriger ».

Quand on médite, on ne médite sur rien et c'est par convention qu'on parle de méditer. Quand on arrive au terme du chemin de Mahamoudra, avec les étapes de l'esprit concentré posé en un point, l'esprit défait de la complication dualiste, l'esprit qui savoure la nature unique de tous les phénomènes et de l'esprit qui les conçoit, le représente ou les connaît, on arrive enfin à la quatrième étape qui est la non-méditation. Là, on nous appelle « grand méditant ». En fait, on ne médite plus comme on pouvait l'entendre précédemment.

« Cela même », qui est profond et sans élaboration, est une expression qui parle de la nature de l'esprit et est ineffable, inconcevable et indescriptible. C'est pour cela qu'on utilise ces mots « l'ainsi » ou « le comme cela » ou « le cela même » parce que toute autre élaboration dans la représentation mentale va créer une fixation. On essaie donc d'éviter la représentation mentale et la fixation.

« Cela même » (l'esprit) qui est profond, sans élaboration ni complication, c'est la simplicité (ce n'est pas l'épuisante action entre le sujet et l'objet dans la fixation dualiste). Il est lumineux (il se connaît en lui-même), il est incomposé et spontané. Il n'est pas créé et donc n'est pas soumis à la naissance et à la cessation, pur depuis toujours, l'espace absolu sans milieu ni circonférence, naturellement au-delà de la souffrance. Contemple-le avec l'oeil de l'esprit, sans pensées, sans torpeur. Ni agité, ni confus. Dans l'espace absolu libre d'élaboration. Laisse la conscience libre d'élaboration ».

C'est la méditation du Mahamoudra.

Entre les méditations, qu'est-ce qu'on fait ? C'est bien beau de rester dans l'incrédulité et le détendu mais il faut aller au boulot !

Entre les méditations, pratiquez le plus possible la générosité et les autres actes qui permettent d'accumuler du mérite, tout en considérant toute chose comme une illusion magique. Pratiquez les cinq *paramitas* éclairées de la conscience de la non-dualité qui vient de la réalisation de l'expérience de la sagesse de la vacuité.

En termes de *Lodjong*, dans la pratique de la Bodhicitta absolue, « tous les phénomènes sont comme un rêve », « laisse les remèdes se dissoudre », « installe-toi dans le terrain fondamental » pour la méditation. Pour la post-méditation, « sois comme l'enfant de l'illusion » : le soi de l'individu qui perçoit les phénomènes extérieurs appréhendés par la conscience intérieure apparaissent et sont comme une illusion. Cette illusion n'a pas de réalité profonde mais, par la production interdépendante, toute chose est possible, toute chose se manifeste et on regarde toutes ces choses comme étant une illusion, y compris l'observateur. Le sujet est un enfant de l'illusion et il participe de cette illusion.

Ceci est l'attitude à avoir dans l'entre-deux.

Lorsqu'on s'est habitué à la connaissance transcendante, on est attentif à faire le bien. On est de moins en moins sujet aux émotions négatives. On éprouve de la compassion pour les autres. On s'adonne assidûment à la pratique, on renonce à toutes les distractions qui égarent et on ne s'attache plus aux choses de cette vie.

Le fruit de la connaissance transcendante, comme pour toutes les autres *paramitas*, est ultime et temporaire. Le fruit ultime, c'est l'éveil insurpassable. Le fruit temporaire est l'apparition de tous les bonheurs et de tous les bienfaits.

Il y a une grande fluidité dans l'esprit qui a développé la qualité transcendante. On cultive une équanimité.

Dans l'Entraînement de l'esprit en sept points, le chapitre 5 parle des critères de progrès : le témoin intérieur devient fiable et on traverse la vie et les événements avec une humeur égale. On n'est pas emporté par de grandes excitations ni déprimé par les difficultés. Il y a une sorte de « calme olympien ».

Voilà, les amis : on a fait le tour ! Avez-vous des questions ?

Question inaudible :

Il s'agit d'une instruction orale. Ce n'est pas un texte puisque le gars ne savait pas lire. Guendune Rinpoché disait qu'il y avait un lama dont le disciple était illettré. Il devait sans doute traduire ses expériences avec les mots qui étaient les siens. Le lama lui montrait l'alternance des corrections d'excès de tension et de laxisme en ouvrant et en fermant la main.

Question inaudible :

En cultivant la connaissance transcendante : ce qui fait qu'on ne s'attache pas au mal en suivant toutes nos tendances et nos pulsions dans cette direction. On ne s'attache pas au mal par compassion parce qu'on voit que cela fait souffrir l'autre et nous-mêmes et que cela n'apporte rien de ce que l'on attend.

Par contre, dans une certaine mesure, on peut s'attacher au bien parce qu'au travers des cinq premières qualités transcendantes, on va commencer à voir la sixième qui amène l'éclairage de la non-dualité qui sera le remède au possible attachement qui pourrait se développer à terme. Il n'est pas nécessaire de commencer à regarder l'aspect vide du bien parce que ça risque d'être une excuse pour arrêter de le faire et on va sombrer dans un attachement à l'inexistence.

On n'est pas encore dans un moment où on peut comprendre ce qu'est l'au-delà de l'existant et de l'inexistant. Quand on pense « inexistant », on pense « rien ». Si on ne s'attache pas au bien, on risque de tomber dans une sorte de négation du bien et de ne plus rien faire et, du coup, ne pas trouver la sagesse de la vacuité, la connaissance transcendante qui nous permettra de transcender le bien. Donc on peut cultiver un attachement au bien.

La même question est souvent posée : « si je travaille sérieusement, que je pose l'esprit, que je suis dans la félicité, la clarté et le silence intérieur, il est possible que je m'y attache. Qu'est-ce que je ferai alors ? ». « Fais-le d'abord et puis on verra quand tu t'attacheras. On ne va pas essayer de régler un problème qui n'existe pas encore ».

Question inaudible :

On revient à la générosité et l'intention dévoyée. On a un acte qui, apparemment, est de la générosité mais, en fait, si on essaie d'imposer sa vue, de s'attirer les grâces et les faveurs d'un supérieur, de montrer au monde qu'on est le meilleur, etc... ça ne qualifie pas cette action de généreuse. Ça ressemble à de la générosité mais cela n'est pas de la générosité puisque l'intention est dévoyée.

Question inaudible :

Le fait d'accumuler les miles et de voyager « bouddhiste » dans ta prochaine vie, ça t'intéresse. Mais ce n'est pas une mauvaise motivation. Certains vivent pour avoir du plaisir dans cette vie et ne se préoccupent pas de l'avenir. D'autres se préoccupent de l'avenir en espérant avoir au moins aussi bien et, peut-être, mieux dans la prochaine vie et d'autres encore se préoccupent d'aller vers l'éveil. Ce sont différentes approches. Mais que l'on prenne l'une ou l'autre de ces approches, elles ne se réaliseront que si l'on développe le mérite, c.-à-d. l'énergie positive. Et la dernière, le chemin vers l'éveil, ne se développera que si l'on ajoute à l'effort méritoire un éclairage de sagesse.

On commence le chemin. Soyons un peu excessifs dans le bien. Allons-y ! Soyons bons et gentils tout le temps !

Question inaudible :

Je ne crois pas que la proposition bouddhiste brûle des étapes parce que, quand bien même on peut donner une explication de ce qu'est la souffrance, des conséquences de l'ignorance, la cause de la souffrance qu'est l'ignorance, la possibilité d'une libération de la souffrance et des causes de la souffrance et une méthodologie conduisant à cette libération absolue de la souffrance, on nous donne en fait une carte qui montre le parcours. Mais tout ça, c'est intellectuel. C'est comme si on nous donnait le menu d'un restaurant mais auparavant il y a des choses à préparer : il faut avoir des vêtements, aller jusqu'au restaurant, avoir un peu d'argent, avoir réservé une table, entrer, s'asseoir, commander les plats, mâcher, savourer, digérer et payer. Il y a un long travail qui se fait étape par étape.

On peut donc avoir la vue, c.-à-d. l'ensemble du chemin et voir aussi les étapes qui sont plus raisonnables. On nous dit que la vue doit être aussi vaste que l'espace et que l'action doit être aussi mesurée que la plus fine des farines.

Je crois, en fait, que l'enseignement du Bouddha fait encore pire que ce que tu dis ! Ce n'est pas une machine à faire des dieux parce que le concept de Dieu n'est pas un thème central dans le bouddhisme. On nous dit : « Ici et maintenant, cet esprit qui ne se connaît pas est, malgré tout, parfait et plein éveil ».

Imaginez dans un contexte musulman « ton esprit est Allah », dans un contexte chrétien « ton esprit est Dieu », dans un contexte juif « ton esprit est Yahvé ». On va avoir des problèmes avec les gardiens du temple. Le bouddhisme est beaucoup plus radical puisqu'il part de la « bonne nouvelle ». Il ne part pas comme dans la plupart des traditions d'Abraham de « vous avez péché, gros problème, heureusement qu'il y a quelqu'un qui va pouvoir vous donner les paroles justes qui vont vous sauver et qu'il y a les clercs d'une église organisée qui vont vous permettre de savoir comment faire ». Là, on nous dit : « tous les êtres sont dotés de la nature d'éveil ! ». Comment se fait-il qu'on ne la voit pas ? On ne la voit pas parce que ci et parce que ça etc... : c'est une sorte de rétro-ingénierie. On part du fruit et on voit tout ce qui nous empêche de voir le fruit et on va l'attaquer pas à pas.

Il n'a jamais été question d'atteindre l'éveil, de le construire, de l'appréhender, de le saisir comme un objet dont nous serions étrangers ici et maintenant. Guendune Rinpoché nous disait toujours : « la voie vers l'éveil, ce n'est pas acheter, construire, fabriquer l'éveil ». Moi, je compare ce travail à de l'élagage. On fait de la place et on enlève tout ce qui encombre. La voie, c'est se libérer des encombrants. Et une fois qu'on s'est libéré des encombrants, ce qui est devient évident. Le dernier encombrant, c'est de penser qu'il y a quelqu'un qui regarde et qui fait ça. Lorsque ce dernier encombrant est libéré, l'esprit se connaît en lui-même, par lui-même, non pas comme un objet extérieur perçu par un sujet observant.

Il y a aussi une importance extrême qui est mise sur la participation personnelle. Le Bouddha n'est pas vu comme un principe créateur ni un principe salvateur : il est vu comme un enseignant. On dit « Teunpa Sangyé Lama Rinpoché », le Très Précieux Bouddha Enseignant. Il montre en quoi la réalité n'est pas ce que l'on pense qu'elle est, en quoi on pourrait voir les choses différemment, comment le faire et quels seraient les bienfaits de cette transformation de notre vue.

Un académique dans le bouddhisme dit : « le Bouddha n'est pas un pédagogue mais un andragogue. Il ne s'adresse pas à des enfants mais à des adultes, c.-à-d. des gens qui veulent et qui peuvent penser par eux-mêmes, être informés et faire la part des choses.

Historiquement, en langue pâli, lorsqu'on voulait joindre la communauté des disciples du Bouddha, on fait une requête et le Bouddha répondait : « Ehi pasékou », ce qui veut dire « viens et juge par toi-même ». C'est la proposition du Bouddha : « viens et juge par toi-même, ta participation requise ».

C'est pour cela que ce n'est pas une voie qui correspond à tout le monde. Ce n'est pas une voie qui va dire « ton obéissance et ta foi seront ton salut. Le salut est déjà pris en charge, ça déjà été fait et quelqu'un a payé d'addition avant toi et tu n'as juste qu'à accepter ». Cela peut être très tentant ! Le sauveur a déjà tout fait, oui, je suis d'accord ! Je comprends, je n'ai pas un regard critique sur ça. Je peux comprendre la nature humaine qui a une foi simple, avec une praxis simple et un résultat garanti parce que quelqu'un de plus grand et de supérieur a déjà fait tout le travail.

Le bouddhisme n'est pas fait pour tout le monde. Il faut être adulte, vouloir se poser des questions et accepter que notre participation soit requise et indispensable. C'est pour cela que je ne crois pas à la conversion des masses, sinon on achèterait une chaîne de télé, on bombarderait du bouddhisme à tour de bras et tout le monde serait d'accord. Mais il ne s'agit pas d'une intervention extérieure : il y a un éclairage, une proposition de compréhension, de réflexion et d'intégration par l'expérience intime et personnelle. Tout le monde ne va pas trouver son content dans cette approche. Mais ce n'est pas grave, il y a plein d'autres choses. Il y a des traditions, qui seront plus simples dans leur expression (« cernez le désir, vendez le besoin », « moi je veux une libération garantie sans trop d'engagement avec un certificat de résultat ») et où il y a une déité ou son représentant qui a déjà fait le travail. Il suffit d'accepter dans son cœur et de suivre un certain nombre de règles.

Quand on regarde ces règles (tu ne prendras pas la vie, tu ne pratiqueras pas l'adultère, tu honoreras ton père et ta mère etc.), ce sont des actions constructives. C'est juste l'idée qu'on fige de « mon dieu est plus grand que le tien et il est meilleur ». Là, on commence à entrer dans une guerre des dieux. Et si on s'attache à la lettre, qu'on dévoie le message initial et qu'on veut imposer par la force notre croyance au monde entier, là il y a un problème.

Toutes les religions parlent d'aimer son prochain et d'être attentif. C'est très bien !

Il y a une histoire que j'aime beaucoup à propos de jeunes missionnaires mormons : quand ils ont vingt ans, ils doivent partir dans le monde pour taper aux portes et demander si on connaît l'église de Jésus Christ des saints des derniers jours et rarement les gens ouvrent leur porte. Un gars part faire son travail de missionnaire et revient très fatigué. A son retour, il dit à son supérieur : « personne ne veut écouter le message, personne n'y croit. Je suis découragé ». Le supérieur lui dit : « tu prends le truc à l'envers. On ne t'envoie pas dans ce travail de missionnaire pour que tu convainques l'autre mais pour que tu développes ta foi et que tu croies de plus en plus ». Bon, c'est une blague !

Question inaudible :

Je ne sais pas. C'est difficile d'être dans une généralité. Mon mantra, c'est « ça dépend ! ». Si on regarde l'exercice des cinq *paramitas*, on nous montre que, grâce à ces cinq qualités, on crée un environnement où la sagesse peut apparaître, tenant compte du fait que, parfois, pendant l'exercice des cinq *paramitas*, on a reçu des instructions sur la présence de la sixième qualité de la non-dualité. Donc toute pratique qui va intégrer les cinq *paramitas* avec une notion de la transcendance conduit à la même réalité.

Toutes les pratiques religieuses ou spirituelles ne conduisent pas à la même expérience parce que toutes ne mettent pas en avant la fixation dualiste et l'ignorance comme la cause de la souffrance.

Il y a souvent quelque chose de l'ordre de l'incarnation : la souffrance est parce que vous avez péché et donc il faut une rédemption. On est toujours dans « dieu et sa création ». On est toujours dans la dualité. Il y a des mystiques qui ont transcendé la dualité par leur expérience et par les écrits qui sont, d'une certaine manière influencés par ça, comme ceux de Maître Eckhart par exemple, mais c'est quand même très exceptionnel.

Dans le monde pré-musulman, il y avait la tradition soufiste qui a dû s'intégrer à l'Islam qui arrivait. En Gaule romaine ce fut la même chose, lorsque le christianisme est arrivé, toutes les traditions druidiques ont été obligées de passer en mode souterrain. Beaucoup parmi les premiers évêques de la chrétienté étaient des druides.

A Périgueux, il y a le personnage de Saint Front (d'où le nom de la cathédrale). C'était un druide et il est devenu l'évêque de la ville de Périgueux. Il y a une histoire qui a été écrite dans les annales romaines de la présence d'un dragon qui vivaient dans l'Isle, la rivière qui passe aux pieds de Périgueux. Ce dragon sortait régulièrement de l'Isle pour aller dévorer des gens. Le consul a décidé de nourrir le dragon pour faire en sorte que les romains ne soient pas dévorés. Il a donc proposé de ramener des chrétiens. Front a dit : « je serai le premier ». Le dragon est sorti, a essayé de dévorer Front mais sans succès. Front l'a alors expulsé un peu plus loin. Il y a une tour en partie effondrée et il est rapporté que c'est le dragon qui, en partant, a démoli la tour. C'est écrit dans les rapports de l'administration romaine. Saint Front était donc un Mahasiddha. On lui demande de consacrer une église qui était à Ste Foy la Grande (à 80 kilomètres de Périgueux) alors qu'il devait servir la messe à Périgueux. Il est dit que pendant la messe il s'est assoupi et, à Ste Foy la Grande, tout le monde l'a vu faire la consécration de l'église et il a même laissé son gant. Quand il est reparti de Périgueux, il n'avait qu'un gant. On a là des êtres qui ont compris la nature illusoire des choses.

Toutes les traditions peuvent mener, par la bienveillance, à un degré de conscience qui permet la réalisation de la non-dualité. Mais si on est instruit dès le début, ça sera plus aisé.

Voilà. On a fini.

Merci d'avoir trouvé le temps de venir et d'être resté là. Relisez le texte de Gampopa.

Je remercie l'équipe de Montchardon, tous ces bénévoles qui font en sorte que l'enseignement puisse être partagé dans de bonnes conditions.

Je vous propose de dédier tous les bienfaits de ces quelques jours d'étude au mieux-être de Lama Teunzang.

Qu'il vive aussi longtemps que possible et de la façon la plus claire et la plus confortable.

On est conscient de l'impermanence, on ne va donc pas souhaiter l'impossible. On fait le souhait qu'il puisse nous faire la grâce de sa présence encore longtemps, mais pas au prix d'une souffrance infinie.

Sennam diyi.....