

LES CINQ POISONS ET LEURS ANTIDOTES DANS LE BOUDDHISME

1 Introduction

Madame Blavatsky, fondatrice du mouvement théosophique moderne, écrivait, dans l'un de ses tout derniers ouvrages, la Voix du Silence :

« *Les sentiers sont deux ; les grandes perfections trois ; six sont les vertus qui transforment le corps en l'arbre de la connaissance* ».

En fait, ces sentences sont extraites du « Livre des Préceptes d'Or », ouvrage ayant la même origine que les Stances de Dzyan qui ont donné naissance à la Doctrine Secrète, ouvrage majeur de Mme Blavatsky. Ce Livre des Préceptes d'Or contient quatre-vingt-dix petits traités distincts, d'où Mme Blavatsky en a extrait et traduit une sélection de textes « *qui conviendront le mieux aux quelques vrais mystiques de la Société Théosophique* ». Si quelques préceptes de cet ouvrage sont d'origine pré-bouddhique, ce Livre se réclame de la même origine que le grand ouvrage mystique appelé Paramârtha qui fut remis à Nagarjuna par les Nagas. Nagarjuna est reconnu comme l'un des fondateurs du Bouddhisme Mahayana, au début de notre ère.

Donc, les deux sentiers dont parle Mme Blavatsky sont, dans la tradition du bouddhisme, ceux de la Doctrine de l'oeil et de la Doctrine du Coeur, les deux écoles de la doctrine de Bouddha, l'exotérique et l'ésotérique. La doctrine de l'Oeil fut l'oeuvre de la tête et du cerveau (l'intellect), là où la Doctrine du Coeur, appelée aussi le Sceau de Vérité ou le vrai Sceau (*Mahamudra*) émana du coeur du Bouddha.

Les trois perfections¹ existent en relation avec les trois Corps du Bouddha (*trikaya*). Mme Blavatsky les cite en parlant du Sambhogakâya ou Corps de Félicité.

Les six vertus qui « *transforment le corps en l'arbre de la connaissance* » sont connus des bouddhistes sous le terme de *paramitas*, ou vertus transcendantes. Elles sont habituellement au nombre de six ou bien de dix, par analogie avec les dix terres des *Bodhisattvas*. Ce sont des actes vertueux éclairés par la connaissance supérieure et transcendant les concepts de soi et d'autrui.

Le texte nous dit plus loin : « *Vivre au bénéfice de l'humanité est le premier pas. Pratiquer les six vertus glorieuses (paramitas) est le second* ».

Vivre au service de l'humanité est le premier but de la Société Théosophique.. C'est un axe important dans la plupart des traditions spirituelles du monde. C'est aussi le pré-requis, le premier pas dans une démarche de recherche spirituelle. Viennent ensuite la pratique des vertus.

Les six vertus glorieuses sont : la générosité ou charité (*dâna*), la discipline ou moralité (*shila*), la patience (*kshanti*), le courage ou énergie (*virya*), la concentration ou contemplation (*dhyana*) et la connaissance transcendante ou sagesse (*prajna*). Mme Blavatsky nous dit que « *ces nobles portes de vertu mènent à la Bodhi et à Prajna, la septième marche de la sagesse* ». Elle les appelle « *les clefs d'or qui ouvrent les portails menant l'aspirant à travers les ondes sur l'autre rive* ». Son traité – les Sept Portails – décrit le parcours le long de ce sentier spirituel qui mène à la libération de la ronde des renaissances et à la consécration au service des autres en atteignant le statut de Bodhisattva.

Pour bien comprendre cet enseignement, il nous faut pénétrer dans l'atmosphère de cette tradition et y puiser les principes fondamentaux.

2 L'enseignement du Bouddha

L'enseignement du Bouddha commence par la description des quatre nobles vérités que sont la réalité de la souffrance, la vérité de l'origine de la souffrance, la vérité de la cessation de la souffrance, et la vérité de la voie qui mène à la réalisation (le noble octuple sentier).

1 Voir note 34 p.113 de la Voix du Silence

La réalité de la souffrance est un constat que tout le monde peut faire, à condition d'ouvrir les yeux. Le Bouddha donne les exemples de la maladie, la vieillesse, la mort, l'union avec les choses et les êtres que nous n'apprécions pas, la séparation avec les choses et les êtres que nous aimons, et le fait de ne pas obtenir ce que nous désirons, comme phénomènes inévitables dans une vie humaine. Dans notre monde, la souffrance est immense, depuis celle de peuples entiers qui vivent dans la misère extrême, luttant désespérément pour leur survie, en passant par les misères des déshérités vivant dans la précarité, et dont la vie est un fleuve de malheurs et de difficultés, jusqu'à la souffrance quotidienne autour de nous, génératrice de comportements inhumains, de guerres et de suicides. Et l'on oubliera pas la souffrance des animaux, élevée en masse ou chassés inexorablement jusqu'à leur extinction pour les plaisirs de la table des nantis. Ce constat est sans appel, même si nos sociétés occidentales font beaucoup d'efforts pour le masquer à la majorité des gens en saturant nos sens avec d'innombrables sollicitations visant à satisfaire nos désirs de base. Il n'est pas nouveau non plus. Le Bouddha l'a enseigné il y a deux mille six cent ans, et l'histoire du monde ne l'a pas démenti depuis.

La vérité de l'origine de la souffrance est liée au désir, au plaisir et à la convoitise qui produisent la ronde des renaissances. A la base de ce désir se trouve l'ignorance, premier facteur dans l'ordre de la création, première manifestation dans la liste des douze liens interdépendants, responsables de la production conditionnée. Il est utile de connaître et de comprendre ce que sont ces facteurs qui conditionnent l'apparition du *samsara*, c'est-à-dire le monde dans lequel nous évoluons :

- 1) l'ignorance (*avidyâ*)
- 2) les formations karmiques (*samskaras*)
- 3) la conscience (*vijnâna*)
- 4) les noms et la forme (*nâmarûpa*)
- 5) les six sphères – les cinq sens et le mental (*sadâyatana*)
- 6) le contact entre l'organe et son objet (*sparsa*)
- 7) la sensation (*vedanâ*)
- 8) la soif ou le désir (*trsnâ*)
- 9) la saisie ou appropriation (*upâdâna*)
- 10) le devenir (*bhava*)
- 11) la naissance (*jâti*)
- 12) la vieillesse et la mort (*jarâmarana*)

Nous allons nous intéresser surtout au huitième facteur, la soif ou le désir, qui est générateur des passions ou poisons de l'Esprit, et qui est illustré par le Bouddha dans l'un de ses sutras – l'*Anguttaranikaya* :

« Lorsqu'il y a soif, se produit le besoin de chercher les choses. Lorsqu'il y a le besoin de chercher les choses, se produit le gain. Lorsqu'il y a gain, se produit le désir passionné concernant ce gain. Lorsqu'il y a le désir passionné concernant ce gain, se produit l'attachement. Lorsqu'il y a l'attachement, se produit le sentiment de possession. Lorsqu'il y a la possession, se produit la jalousie. Lorsqu'il y a la jalousie, se produit un besoin de protéger. Lorsqu'il y a le besoin de protéger, se produit un besoin de chercher des bâtons, des armes et aussi se produisent des bagarres, des disputes, des querelles, des contestations, des calomnies, des mensonges et bien d'autres choses mauvaises et inefficaces ».

La troisième vérité est la souffrance, aussi omniprésente soit-elle, n'est pas éternelle, et qu'il existe une voie pour sa cessation. La bonne nouvelle est que nous pouvons éviter la souffrance car elle ne nous est pas imposée par une puissance extérieure. Nous avons vu que la principale cause de la souffrance est la soif, le désir. La fin de la souffrance est conditionnée par la disparition de cette cause. Nous savons que derrière ce concept de soif et de désir se cache un « quelqu'un », un « soi » qui est le catalyseur de cette démarche de recherche de plaisir. Nous devons nous guérir de cette illusion pour pouvoir espérer sortir de la ronde des renaissances.

Enfin, la dernière vérité expose le chemin à parcourir pour y parvenir. Un maître tibétain contemporain parle de cette vérité en disant qu'il nous faut marcher sur le sentier spirituel afin d'user l'ego comme une vieille chaussure. Il s'agit d'une pratique progressive comportant huit axes répartis en trois étapes :

- 1) l'autodiscipline qui amène la parole juste, l'action juste et les moyens d'existence justes,
- 2) la méditation qui apporte l'attention juste ; la concentration juste et l'effort juste,
- 3) la connaissance supérieure, génératrice de pensée juste et de compréhension juste.

3 Les Passions ou Poisons de l'Esprit

Les vertus transcendantales (*paramitas*) sont les antidotes des passions ou poisons de l'Esprit.

Que sont ces passions ou poisons (*kleshas*) dans la tradition du bouddhisme ? Ce sont des facteurs perturbateurs, des émotions négatives, des émotions perturbatrices, des émotions conflictuelles, des afflictions mentales. Ce sont des facteurs mentaux non vertueux qui perturbent la paix de l'esprit, produisent la confusion, poussent à commettre des actions négatives et causent ultérieurement de la souffrance. Selon la tradition du Theravada (bouddhisme ancien), il en existe quatorze. Selon la tradition mahayaniste (bouddhisme du Nord ou Grand Véhicule), elles sont classées en deux catégories : six passions-racines et vingt passions secondaires. Les passions-racines (*mulakleshas*) naissent toutes de l'ignorance. Elles influencent tous nos actes, créant du karma et générant de la souffrance.

Quelles sont ces passions-racines ? Elles diffèrent légèrement selon les écoles de pensée. Les principales répertoriées dans les Abhidharma sont les suivantes :

2.1 Le désir-attachement

L'attachement (*râga*), c'est l'attachement aux agrégats qui produit la souffrance de l'existence dans le monde (*samsara*). Il existe deux sortes, l'attachement-désir et l'attachement à l'existence.

Le désir-attachement est le plus visible et en même temps le plus subtil car il étend ses ramifications dans tous les domaines, y compris le spirituel. C'est le moteur de toute action, avant que l'on puisse comprendre que c'est aussi la cause principale de l'attachement et de la création continue de résidus karmiques qui perpétuent la ronde des renaissances. L'attachement à l'existence est aussi profondément ancré dans tout être vivant. En réalité, c'est notre acteur préféré, l'ego, qui en est le personnage principal. Et pour continuer à exister, il va saisir tout ce qui va survenir dans la conscience. Il va faire en sorte que tous ses désirs soient satisfaits, en les déguisant ou les masquant s'ils sont trop visibles ou en écart par rapport aux codes de morales en vigueur.

2.2 La colère-aversion

La colère-aversion (*pratigha*) est la malveillance ou l'hostilité à l'égard des êtres vivants, de la souffrance et des conditions de la souffrance. Elle empêche de demeurer en paix et crée la base des actes négatifs.

Shantideva, penseur bouddhiste du VIII^{ème} siècle de notre ère décrit la colère ou la haine ainsi (La marche vers l'Eveil):

« L'âme n'atteint pas la paix, ne goûte pas la joie et le bien-être, ne parvient pas au sommeil et à l'équilibre tant qu'est fiché dans le cœur le dard de la haine ».

« Né de la crainte réalisée ou du désir insatisfait, le mécontentement est l'aliment de la haine qui, fortifié par lui, me perdra ».

« L'homme ne s'irrite pas à son gré en pensant : Je vais me mettre en colère, pas plus que la colère ne naît après avoir projeté de naître. Mais toutes les fautes, les actes nuisibles, se produisent par la force des causes : il n'en est point qui soient spontanées ».

Ce dernier constat nous fait comprendre la force, la puissance des causes qui, en s'accumulant, souvent inconsciemment, vont générer ces accès de colère que l'on regrette souvent après. Et il nous dit aussi que si nous sommes attentifs, à l'écoute de ce qui se passe en nous, nous pouvons détecter assez tôt le phénomène et éviter ainsi ces explosions dévastatrices pour les autres...et pour nous.

2.3 L'ignorance

L'ignorance (*avidyâ*), c'est l'absence de connaissance de la véritable nature de l'esprit, de compréhension de la réalité. Elle est la base de l'apparition de toutes les passions. C'est aussi la plus difficile à comprendre. Elle est la première étape dans le processus de l'anthropogénèse, le premier des douze facteurs interdépendants. C'est

le voile de Maya qui permet la manifestation en voilant la lumière divine. C'est la huitième conscience des bouddhistes du Nord, la base de tout.

2.4 L'orgueil-arrogance

L'orgueil (*mâna*) est une attitude de supériorité, une exaltation appuyée sur la croyance en un « soi ». Il est la base du manque de respect ou mépris d'autrui et de la souffrance.

2.5 Le doute ou scepticisme

Le doute ou scepticisme (*vicikitsâ*) est l'incertitude à l'égard de la vérité. Il est la base du non-engagement dans la vertu.

2.6 La vue fausse ou opinion erronée

L'opinion erronée (*drishti*) est la croyance en toutes sortes d'idées fausses. Il en existe cinq sortes :

- 2.6.1 la croyance au « soi » qui voit un « moi » dans les agrégats transitoires,
- 2.6.2 la croyance dans les extrêmes qui considère soit que le « moi » et les agrégats sont permanents, soit qu'ils s'annihilent complètement à la mort,
- 2.6.3 la vue fausse qui considère ce qui est réel comme inexistant,
- 2.6.4 la croyance qui surestime une opinion, qui considèrent les opinions du monde comme les meilleures, la croyance qui surestime les rites et observances.

Nous connaissons tous ces passions-racines, nous les avons expérimentées plus ou moins, et nous continuons à les expérimenter, sous des formes plus ou moins subtiles, plus ou moins visibles.

Au-delà des six passions-racines, la tradition énumèrent vingt autres passions secondaires :

- la colère ou fureur (*krodha*)
- la rancune ou ressentiment (*upanâha*)
- la dissimulation (*mraksha*)
- la malveillance ou malice (*pradâsha*)
- la jalousie ou envie (*îrshya*)
- l'avarice (*mâtsarya*)
- la tromperie ou duperie (*mâyâ*)
- la malhonnêteté ou hypocrisie (*shâthyâ*)
- la suffisance ou infatuation (*mada*)
- la violence ou hostilité (*vihimsâ*)
- l'absence de gêne ou manque de respect de soi (*âhrîkya*)
- le manque de considération ou de respect humain (*anapatrâpya*)
- l'inertie ou léthargie (*styâna*)
- l'excitation (*audhatya*)
- le manque de confiance ou de foi (*âshraddhya*)
- la paresse (*kausîdya*)
- la négligence (*pramâda*)
- l'oubli ou défaut de mémoire (*musitasmrititâ*)
- la distraction (*vikshepa*)
- l'absence d'introspection ou inattention (*asamprajanya*)

Cet ensemble (six+vingt) constitue un repère d'éthique dans la tradition, repère auquel vont se référer les pratiquants, notamment dans l'exercice de la confession des actes nuisibles.

Regardons maintenant les six vertus principales (*paramitas*) proposées par la tradition.

4 Les Paramitas

4.1 Générosité (*dâna*)

Elle contient trois volets :

- la générosité matérielle (offrandes, dons, dons suprêmes),
- la générosité spirituelle (don de l'enseignement),
- la protection contre la peur (donner refuge à ceux qui n'en ont pas, protéger ceux qui sont sans protecteur,...)

4.2 Discipline ou Ethique (*shîla*)

Elle comprend trois axes :

- éviter de mal agir, s'abstenir de tout comportement négatif, rejeter les dix actes nuisibles du corps, de la parole et de l'esprit, ainsi que les comportements gouvernés par les cinq passions nuisibles.
- pratiquer le bien
- faire le bien des êtres en leur dédiant le mérites des actes de bienfait.

4.3 Patience (*kshanti*)

Trois volets la compose :

- supporter l'ingratitude d'autrui
- supporter les épreuves
- ne pas craindre, ne pas être effrayé par le sens profond de la doctrine (la vacuité)

4.4 Courage ou Diligence (*vîrya*)

Il englobe trois facultés :

- le courage de maintenir l'engagement le plus profond et l'effort sincère dans la pratique
- le courage en actes dans la mise en pratique des enseignements
- le courage insatiable de la pratique permanente jusqu'à l'atteinte de l'éveil

4.5 Concentration (*dhyâna*)

Trois niveaux de progression sont identifiés :

- la concentration du débutant qui s'attache aux expériences générées par la pratique
- la concentration discernante, détachée des expériences méditatives, mais qui reste conceptualisée
- la concentration excellente des Bouddhas, sans pensées discursives

4.6 Connaissance-Sagesse (*prajnâ*)

Prajna comprend trois volets :

- la connaissance obtenue par l'écoute de l'enseignement
- la connaissance par la réflexion
- la connaissance par la méditation.

Au-delà des six *paramitas*, on trouve habituellement aussi quatre autres vertus : l'habileté dans les moyens, le vœu transcendant, la force transcendante et la sagesse.

Ces énumérations semblent infinies et très intellectualisées. C'est le cas dans beaucoup d'ouvrages canoniques de cette tradition. Les traités de logique et de présentation de la loi sont souvent sous cette forme. On sent le souci d'explicitement l'ensemble des concepts mentaux afin de ne pas laisser de place pour une quelconque interprétation. Il faut dire que la tradition d'origine a subi beaucoup de transformations et d'interprétations, comme la plupart des grandes religions dans le monde. Quelques deux cent ans après le paranirvana du Bouddha, il existait déjà 18 écoles différentes en Inde. La doctrine elle-même va évoluer avec l'éclosion de l'école du Nord au début de notre ère (Mahayana), école à laquelle Mme Blavatsky se réfère surtout. Ensuite, la doctrine va encore évoluer au cours du sixième et septième siècle avec l'arrivée du courant Vajrayana. L'invasion de l'Inde par les musulmans va quasiment éradiquer le bouddhisme du pays. Mais il aura eu le temps de s'exporter dans la plupart des pays du Nord et de l'Est asiatique. Il est arrivé en Chine au début de notre ère, puis au Japon. Il apparut au Tibet et en Mongolie au 8ème siècle, et aussi dans d'autres contrées comme la Corée, le Vietnam, la Thaïlande,... A chaque fois, la tradition exportée va devoir s'intégrer dans les religions déjà existantes, et s'adapter aux différents modes de vie. Si l'on prend l'exemple du Tibet, l'enseignement s'est développé au travers de quatre grandes écoles qui elles-mêmes vont se différencier dans de nombreuses ramifications. Imaginons la difficulté pour les premiers explorateurs, puis les orientalistes du 18ème-19ème siècle qui rencontraient les barrières linguistiques, culturelles et politiques dans leurs tentatives de compréhension de la tradition qu'ils croisaient.

Cependant, il est notable que les fondamentaux de la doctrine du Bouddha sont toujours restés à l'identique. On retrouve les quatre nobles vérités, les douze causes interdépendantes, les six *paramitas*, les huit pratiques du sentier, etc... dans toutes les écoles.

Au-delà de la théorie, le message du Bouddha n'a de sens qu'au travers de la pratique. Sinon, il reste une belle philosophie, un concept mental de plus. La pratique, jugée essentielle, a été particulièrement décrite et documentée dans chaque école. Elle commence inmanquablement par ce que l'on appelle les pratiques préliminaires, qui peuvent occuper une vie entière, et qui, en soi, sont indispensables pour pouvoir aborder les enseignements supérieurs. Madame Blavatsky illustre cette nécessité dans la Voix du Silence : « *Donc, malheur à toi disciple, s'il est un seul vice que tu n'aies pas laissé derrière toi. Car alors l'échelle cédera et te renversera... Tue tes désirs, lanou, rends tes vices impuissants, avant de faire le premier pas du solennel voyage. Etrangle tes péchés et rends-les muets à tout jamais, avant de lever le pied pour monter à l'échelle* ».

Les pratiques préliminaires du bouddhisme consistent premièrement à prendre conscience de la valeur de la vie humaine dans un corps et un esprit sain, c'est-à-dire d'être né avec la capacité d'entrer dans le sentier avec toutes ses facultés. Ensuite prendre conscience de l'impermanence dans notre monde, de l'inévitabilité de la mort, de la loi de rétribution (karma) et finalement de l'omniprésence de la souffrance. Cette première phase dite des préliminaires extérieurs vise à « poser le décor » de cette pièce de théâtre unique qu'est notre existence dans ce monde.

Viennent ensuite les préliminaires extraordinaires au premier rang desquels se trouve la prise de refuge, forme d'engagement auprès du Bouddha, de la loi universelle (Dharma), et de la communauté des religieux (Sangha). Développer la bodhicitta est la phase suivante. C'est la phase d'ouverture du cœur pour accueillir la souffrance des autres. C'est le développement de la compassion pour tous les êtres animés. Dans la tradition du bouddhisme tibétain, on parle de la double bodhicitta qui consiste à rajouter à la compassion la dédicace de tous nos mérites accumulés pour le bénéfice des autres. Les trois étapes suivantes sont les prostrations, l'offrande du mandala et le guru yoga.

On voit bien que ces pratiques visent à préparer un terrain de conscience le plus dépouillé possible d'égoïsme avant de pouvoir aborder l'enseignement profond de cette tradition. C'est aussi ce que Mme Blavatsky nous dit dans ses ouvrages. La route est tracée. Il reste à PRATIQUER.

