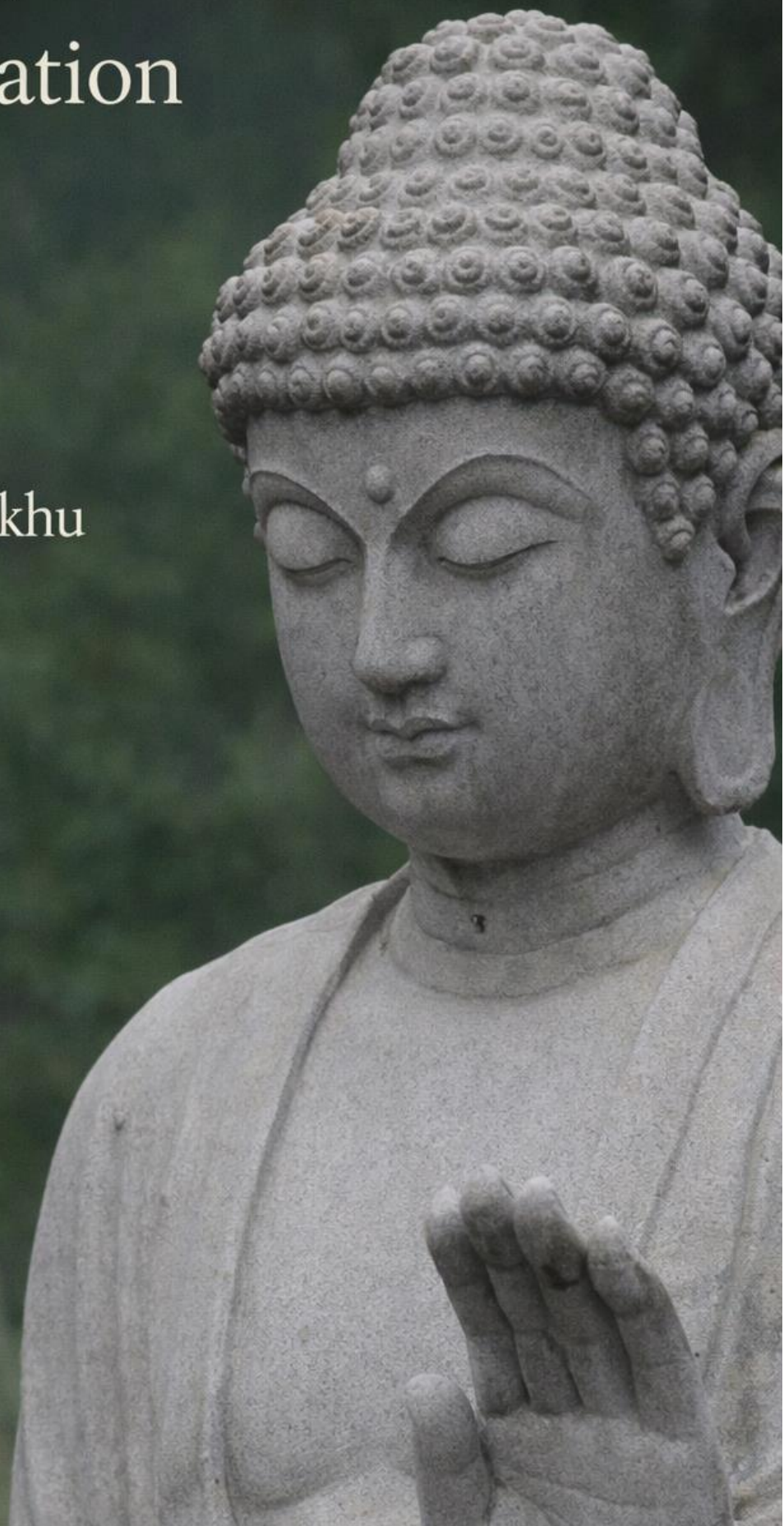


Faire face à la vieillesse, la maladie, la mort et la séparation

Guide d'étude
et de réflexion

Préparé par
Thanissaro Bhikkhu



Mentions légales et droits d’auteur

Œuvre originale

Beyond Coping: The Buddha’s Teachings on Aging, Illness, Death, and Separation

Texte préparé par Thanissaro Bhikkhu

© 1999 Metta Forest Monastery

Édition Access to Insight (BCBS Edition), 30 novembre 2013

Source : <https://www.accesstoinsight.org>

L’œuvre originale est diffusée sous licence Creative Commons Attribution – Pas d’Utilisation Commerciale 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

Texte de la licence : <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

Traduction française

Faire face à la vieillesse, la maladie, la mort et la séparation

Guide d’étude et de réflexion

Traduction française © 2026 Elisabeth Brookes

Cette traduction constitue une œuvre dérivée du texte original de Thanissaro Bhikkhu et est diffusée conformément aux termes de la licence Creative Commons CC BY-NC 4.0.

Cette traduction peut être copiée, partagée ou adaptée à des fins non commerciales, à condition de :

mentionner l’auteur original, la source et la traductrice ;

indiquer qu’il s’agit d’une traduction dérivée ;

inclure la référence à la licence CC BY-NC 4.0.

Avertissement

Cette traduction n’est pas une publication officielle de Metta Forest Monastery.

Toute erreur ou imprécision éventuelle relève de la responsabilité de la traductrice.

Abbreviations

<i>AN</i>	<i>Aṅguttara Nikāya</i>
<i>Cv</i>	<i>Cullvagga</i>
<i>Dhp</i>	<i>Dhammapada</i>
<i>DN</i>	<i>Dīgha Nikāya</i>
<i>Iti</i>	<i>Itivuttaka</i>
<i>MN</i>	<i>Majjhima Nikāya</i>
<i>Mv</i>	<i>Mahāvagga</i>
<i>SN</i>	<i>Saṃyutta Nikāya</i>
<i>Sn</i>	<i>Sutta Nipāta</i>
<i>Thag</i>	<i>Theragāthā</i>
<i>Thig</i>	<i>Therīgāthā</i>
<i>Ud</i>	<i>Udāna</i>

Note au lecteur

Les suttas présentés dans ce livret sont basés sur les traductions anglaises de Thanissaro Bhikkhu (du pāli vers l'anglais). La version française a été réalisée à partir de ces traductions, avec consultation régulière du texte pāli.

Introduction	1
1. Le Bouddha comme médecin, le Dhamma comme remède	1
2. Le diagnostic du médecin	1
La mort.....	22
La séparation	23
3. La vigilance.....	30
Le vieillissement	37
La maladie	38
La mort.....	40
La séparation	51
Kamma	52
Kamma sombre, Kamma lumineux	57
Kamma ni sombre ni lumineux	65
4. Conseils pour faire face à la maladie et à la mort.....	67
Le vieillissement	67
La maladie	71
La mort.....	79
La séparation	87
5. Enseigner par l'exemple	95
Le vieillissement	95
La maladie	98
La mort.....	102
La séparation	109
Les derniers jours du Bouddha	110
Glossaire	118

Introduction

Un jour, un anthropologue questionna un chaman autochtone d'Alaska au sujet du système de croyances de sa tribu. Après avoir supporté ses questions pendant un certain temps, le chaman finit par lui répondre : « Écoutez. Nous ne croyons pas. Nous craignons. »

De la même manière, le bouddhisme ne commence pas par une croyance, mais par la conscience aiguë de dangers bien réels. Le Bouddha lui-même expliquait que c'est cette prise de conscience des grands dangers qui accompagnent inévitablement la naissance, le vieillissement, la maladie, la mort et la séparation qui l'a poussé à quitter son foyer et à chercher l'éveil. L'éveil qu'il cherchait devait lui permettre d'accéder au bonheur, un bonheur qui ne serait pas soumis à ces conditions. Après avoir découvert ce bonheur et afin de montrer aux autres comment le trouver à leur tour, il évoquait souvent les thèmes du vieillissement, de la maladie, de la mort et de la séparation, qu'il considérait comme des objets essentiels de contemplation. C'est pourquoi on a souvent qualifié son enseignement de pessimiste. Cette insistance s'apparente cependant à celle d'un médecin qui se concentre sur les symptômes et les causes d'une maladie dans le but de trouver un remède. Le Bouddha n'hésitait pas à aborder ces thèmes, car l'éveil qu'il enseignait permet de s'en libérer entièrement.

Ce guide d'étude propose une introduction aux enseignements du Bouddha sur le vieillissement, la maladie, la mort et la séparation. Les extraits choisis, tous issus du Canon pāli, sont regroupés en cinq sections.

(1) La première section présente des métaphores médicales pour illustrer l'enseignement du Bouddha. Celui-ci y est décrit comme un médecin, et son enseignement comme un remède capable de soigner les grands dangers de l'existence.

(2) La deuxième section diagnostique les problèmes liés au vieillissement, à la maladie, à la mort et à la séparation. Elle évoque brièvement l'enseignement central du Bouddha, les Quatre Nobles Vérités. Pour plus d'informations sur ce sujet, voir « The Path to Freedom » et le d'étude: The Four Noble Truths. Voir également les articles « The Weight of Mountains », « Five Piles of Bricks » et « Untangling the Present » (Démêler le présent).

(3) La troisième section rassemble des passages qui présentent le vieillissement, la maladie, la mort et la séparation comme des rappels recommandant la vigilance et la diligence dans la pratique. Le passage central est composé de cinq souvenirs (Les cinq sujets de contemplation fréquente)¹, dont le vieillissement, la maladie, la mort et la séparation forment l'arrière-plan d'un cinquième souvenir : le pouvoir de ses actions pour façonner son expérience.

¹ Les cinq sujets de contemplation fréquente (abhinha-paccavekkhitabbaṭṭhāna)

Je suis sujet au vieillissement. Il n'y a aucun moyen d'éviter le vieillissement.

Je suis sujet à la maladie. Il n'y a aucun moyen d'éviter la maladie.

Je vais mourir. Il n'y a aucun moyen d'éviter la mort.

Tout le monde et tout ce que j'aime va changer, et je serai séparé d'eux.

Mes actions sont mes seuls biens véritables. Je ne peux pas échapper aux conséquences de mes actions. Mes actions sont le terrain sur lequel je me tiens.

En d'autres termes, les quatre premiers souvenirs présentent les dangers de la vie. Le cinquième montre comment il est possible de les surmonter en développant de l'habileté dans ses propres pensées, paroles et actes. Les articles utiles à lire en complément de cette section sont *Affirming the Truths of the Heart* (Affirmer les vérités du cœur), *Karma*, *The Road to Nirvana is Paved with Skillful Intention*, *Faith in Awakening* (La foi dans l'éveil), et *The Practice in a Word* (La pratique en un mot).

(4) La quatrième section propose des passages qui donnent des conseils spécifiques sur la manière d'aborder les difficultés liées au vieillissement, à la maladie, à la mort et à la séparation.. Les enseignements du Bouddha sur le kamma servent de base à la manière dont les questions de souffrance et de maladie sont abordées dans cette section. Étant donné que l'expérience du moment présent est façonnée à la fois par les intentions passées et présentes, il est possible que, si une maladie est le fruit d'intentions présentes, un changement d'état d'esprit puisse guérir la maladie. En revanche, si la maladie est le résultat d'intentions passées, un changement d'état d'esprit peut n'avoir aucun effet sur la maladie, mais peut au moins protéger l'esprit contre ses effets néfastes. Ainsi, certains passages mettent l'accent sur la manière dont la pratique du Dhamma peut conduire à la guérison, tandis que d'autres passages se concentrent sur la manière dont le Dhamma peut garantir que, même si une personne meurt d'une maladie, celle-ci n'aura aucune incidence sur son esprit. Un article utile à lire en complément de cette section est *Educating Compassion*.

(5) La cinquième section présente des exemples illustrant la manière habile dont le Bouddha et ses disciples ont abordé les réalités du vieillissement, de la maladie, de la mort et de la séparation.

1. Le Bouddha comme médecin, le Dhamma comme remède

§1

Ainsi ai-je entendu. Un jour, le Bienheureux, l'Arahant, déclara : « Je suis un brahmane, accessible, à la main ouverte, portant mon dernier corps, un médecin et chirurgien incomparable. Vous êtes mes fils, issus de ma parole, nés du Dhamma, façonnés par le Dhamma, héritiers du Dhamma et non héritiers de biens matériels.² »

— *Iti 100*

§2

« Dans le passé comme aujourd'hui, je n'enseigne que la souffrance³ et la cessation de la souffrance. »

— *SN 22.86*

§3

Un jour, le Fortuné séjournait à Kosambi, dans la forêt de Simsapa. Il ramassa une poignée de feuilles de Simsapa et demanda aux moines : « Que pensez-vous, moines : lesquelles sont les plus nombreuses, les quelques feuilles de Simsapa dans ma main ou celles qui se trouvent au-dessus de nos têtes dans la forêt de Simsapa ? »

« Les feuilles dans la main du Fortuné sont peu nombreuses, Seigneur. Celles qui se trouvent au-dessus de nos têtes dans la forêt sont bien plus nombreuses. »

« De la même manière, moines, les choses que j'ai connues par connaissance directe mais que je n'ai pas enseignées sont bien plus nombreuses [que celles que j'ai enseignées]. Et pourquoi ne les ai-je pas enseignées ? Parce qu'elles ne sont pas liées au but, qu'elles ne se rapportent pas aux fondements de la vie sainte et qu'elles ne mènent pas au désenchantement, à la dépassion, à la cessation, au calme, à la connaissance directe, à l'éveil et au déliement. C'est pourquoi je ne les ai pas enseignées.

² **Note de traduction** — Le Bouddha emploie ici une métaphore traditionnelle : les disciples sont dits « fils » du maître, « nés de sa parole » (*puttā me tumhe, orasa-jātā, dhammā nibbattā*), c'est-à-dire engendrés par l'enseignement et héritiers du Dhamma plutôt que de biens matériels. Il s'agit d'un idiome ancien, non d'une affirmation familiale au sens moderne.

³ **Note de traduction** — Le terme pâli *dukkha* est rendu ici par « souffrance ». Thanissaro Bhikkhu choisit fréquemment le terme anglais *stress* afin de souligner le caractère conditionné, instable et oppressant de l'expérience décrite, au-delà de la seule douleur manifeste. Le choix de « souffrance » a été retenu dans cette traduction pour sa clarté en français et sa cohérence avec l'usage traditionnel des traductions francophones du canon pâli.

« Et qu’ai-je enseigné ? “Voici la souffrance... Voici l’origine de la souffrance... Voici la cessation de la souffrance... Voici le chemin de la pratique menant à la cessation de la souffrance” : voilà ce que j’ai enseigné. Et pourquoi ai-je enseigné ces choses ? Parce qu’elles sont liées au but, qu’elles ont un rapport avec les fondements de la vie sainte et qu’elles mènent au désenchantement, à la dépassion, à la cessation, au calme, à la connaissance directe, à l’éveil et au déliement⁴. C’est pourquoi je les ai enseignées.

« Votre devoir est donc la contemplation : “Voici la souffrance... Voici l’origine de la souffrance... Voici la cessation de la souffrance.” Votre devoir est la contemplation : “Voici le chemin de la pratique qui mène à la cessation de la souffrance.” »

— SN 56.31

§4

Les moines se rendirent auprès du Vénérable Sāriputta. À leur arrivée, ils échangèrent des salutations respectueuses, puis s’assirent à l’écart. Une fois assis, ils dirent au Vénérable Sāriputta : « Ami Sāriputta, nous souhaitons aller dans les régions reculées et nous y établir. Nous en avons déjà informé le Bienheureux. »

Le Vénérable Sāriputta répondit : « Mes amis, dans les pays étrangers, il y a des nobles et des brahmanes, des chefs de famille et des contemplatifs sages, car les gens là-bas sont avisés et perspicaces. Ils interrogent les moines : “Quelle est la doctrine de votre Maître ? Qu’enseigne-t-il ?” Avez-vous bien écouté les enseignements, les avez-vous bien compris, retenus, examinés et pénétrés par votre discernement, de sorte que votre réponse soit conforme à ce qu’a dit le Bienheureux, sans déformer ses paroles, en répondant conformément au Dhamma, et que personne dont la pensée est conforme au Dhamma n’ait de raison de vous critiquer ? »

« C’est de loin que nous viendrions pour entendre l’explication de ces paroles auprès du Vénérable Sāriputta. Il serait bon que le Vénérable Sāriputta nous en éclaire lui-même le sens de ces paroles. »

« Dans ce cas, amis, écoutez attentivement. Je vais parler. »

« Oui, ami », répondirent les moines.

Le Vénérable Sāriputta dit : « Mes amis, dans les pays étrangers, il y a des nobles et des brahmanes, des chefs de famille et des contemplatifs sages, car les gens là-bas sont avisés et perspicaces, qui interrogeront un moine : “Quelle est la doctrine de votre Maître ? Qu’enseigne-t-il ?” Ainsi interrogés, vous devriez répondre : “Notre Maître enseigne l’abandon de la passion et du désir.”

⁴ **Note de traduction**— *Unbinding* est la traduction choisie par Thanissaro Bhikkhu pour le terme pâli *nibbāna*, qui signifie littéralement « déliement », « dénouement ». Ce choix met l’accent sur l’idée d’une libération par déliaison, par le relâchement complet de toute attache, plutôt que sur une notion d’« extinction ». Le terme français **déliement** a été retenu ici afin de préserver cette image dynamique de libération, tout en évitant les connotations métaphysiques ou réifiées parfois associées au mot « nibbāna ».

« Ayant ainsi répondu, il se peut que des nobles et des brahmanes, des chefs de famille et des contemplatifs sages vous demandent ensuite : “Et pourquoi votre Maître enseigne-t-il l’abandon de la passion et du désir ?” Vous devriez répondre : “Notre Maître enseigne l’abandon de la passion et du désir à l’égard de la forme... du ressenti⁵... de la perception... des formations mentales. Notre Maître enseigne l’abandon de la passion et du désir à l’égard de la conscience.”

Ayant ainsi répondu, il se peut que des nobles et des brahmanes, des chefs de famille et des contemplatifs sages vous demandent ensuite : “Et voyant quel danger votre Maître enseigne-t-il l’abandon de la passion et du désir pour la forme... le ressenti... la perception... les formations mentales ? Voyant quel danger enseigne-t-il l’abandon de la passion et du désir pour la conscience ?”

Ainsi interrogés, vous devriez répondre : “Lorsqu’on n’est pas libéré de la passion, du désir, de l’amour, de la soif, de la fièvre et de l’avidité pour la forme, alors, à tout changement ou altération de cette forme, surgissent chagrin, lamentation, douleur, affliction et désespoir. Quand on n’est pas libéré de la passion... pour le ressenti ... pour la perception ... pour les formations mentales... Quand on n’est pas libéré de la passion, du désir, de l’amour, de la soif, de la fièvre et de l’avidité pour la conscience alors, à tout changement ou altération de cette conscience, surgissent chagrin, lamentation, douleur, affliction et désespoir. Voyant ce danger, notre Maître enseigne l’abandon de la passion et du désir pour la forme... pour le ressenti... pour la perception... les formations mentales. Voyant ce danger, notre Maître enseigne l’abandon de la passion et du désir pour la conscience.”

Ayant ainsi répondu, il se peut que des nobles et des brahmanes, des chefs de famille et des contemplatifs sages vous demandent ensuite : “Et voyant quel bénéfice votre Maître enseigne-t-il l’abandon de la passion et du désir pour la forme... le ressenti... la perception... les formations mentales ? Voyant quel bénéfice enseigne-t-il l’abandon de la passion et du désir pour la conscience ?”

Ainsi interrogés, vous devriez répondre : “Lorsque l’on est libre de passion, de désir, d’amour, de soif, de fièvre et d’avidité pour la forme, alors, lors de tout changement ou altération de cette forme, il n’y a ni chagrin, ni lamentation, ni douleur, ni affliction, ni désespoir. Lorsque l’on est libre de passion, de désir, d’amour, de soif, de fièvre et d’avidité pour le ressenti... la perception... les formations mentales. Lorsque l’on est libre de passion, de désir, d’amour, de soif, de fièvre et d’avidité pour la conscience, alors, lors de tout changement ou altération de cette conscience, il n’y a ni chagrin, ni lamentation, ni douleur, ni affliction, ni désespoir. Voyant ce bénéfice, notre Maître enseigne l’abandon de la passion et du désir pour la forme... le ressenti... la perception ... les formations mentales. Voyant ce bénéfice, notre Maître enseigne l’abandon de la passion et du désir pour la conscience.”

Amis, si quelqu’un qui entraînait et demeurait dans des états mentaux non salutaires avait une demeure agréable ici et maintenant, sans menace, sans désespoir, sans fièvre, et si, à la dissolution du corps, après la mort, il pouvait s’attendre à une bonne destination, alors le Bienheureux n’encouragerait pas l’abandon des états mentaux non salutaires. Mais parce que celui qui entre et

⁵ **Note de traduction** *Vedanā* désigne la tonalité affective de l’expérience (agréable, désagréable ou neutre) et non une sensation physique au sens strict. Le terme est ici traduit par « ressenti ».

demeure dans des états mentaux non salutaires a une demeure pénible ici et maintenant, menacée, désespérée et fiévreuse, et que, à la dissolution du corps, après la mort, il peut s'attendre à une mauvaise destination, c'est pourquoi le Bienheureux encourage l'abandon des états mentaux non salutaires.

De même, si quelqu'un qui entrait et demeurait dans des états mentaux salutaires avait une existence pénible ici et maintenant, menacée, désespérée et fiévreuse, et que, à la dissolution du corps, après la mort, il puisse s'attendre à une mauvaise destination, alors le Bienheureux n'encouragerait pas l'entrée dans des états mentaux salutaires. Mais parce que celui qui entre et demeure dans des états mentaux salutaires a une existence agréable ici et maintenant, sans contrariété, sans désespoir, sans fièvre, et que, à la dissolution du corps, après la mort, il peut s'attendre à une bonne destination, c'est pourquoi le Bienheureux encourage l'entrée dans des états mentaux salutaires. »

— SN 22.2

§5

« Moines, les médecins administrent un purgatif pour prévenir les maladies dues à la bile, les maladies dues au flegme et les maladies dues au vent. Il y a bien là une purgation, je ne dis pas qu'il n'y en ait pas, mais parfois elle réussit et parfois elle échoue. Je vais donc vous enseigner le noble purgatif qui réussit toujours et n'échoue jamais, un purgatif par lequel les êtres soumis à la naissance sont libérés de la naissance ; les êtres soumis à la vieillesse sont libérés de la vieillesse ; les êtres soumis à la mort sont libérés de la mort ; les êtres soumis à l'affliction, aux lamentations, à la douleur, à la détresse et au désespoir sont libérés de l'affliction, des lamentations, de la douleur, de la détresse et du désespoir. Écoutez attentivement et prêtez une attention soutenue. Je vais parler. »

« Oui, Vénérable Seigneur », répondirent les moines.

Le Bienheureux dit alors : « Et quel est, moines, le noble purgatif qui réussit toujours et n'échoue jamais, ce purgatif par lequel les êtres soumis à la naissance sont libérés de la naissance ; les êtres soumis à la vieillesse sont libérés de la vieillesse ; les êtres soumis à la mort sont libérés de la mort ; les êtres soumis à l'affliction, aux lamentations, à la douleur, à la détresse et au désespoir sont libérés de l'affliction, des lamentations, de la douleur, de la détresse et du désespoir ?

“Chez celui qui possède la vue juste, la vue erronée est purgée ; et les nombreux états mentaux non salutaires qui dépendent de la vue erronée sont également purgés, tandis que les nombreux états mentaux salutaires qui dépendent de la vue juste atteignent leur plein développement.

“Chez celui qui possède l'intention juste, l'intention erronée est purgée...

“Chez celui qui possède la parole juste, la parole erronée est purgée...

“Chez celui qui possède l'action juste, l'action erronée est purgée...

“Chez celui qui possède les moyens de subsistance juste, le moyen de subsistance erroné est purgé...

“Chez celui qui possède l'effort juste, l'effort erroné est purgé...

“Chez celui qui possède la pleine conscience juste, la pleine conscience erronée est purgée...

“Chez celui qui possède la concentration juste, la concentration erronée est purgée...

“Chez celui qui possède la connaissance juste, la connaissance erronée est purgée...

“Chez celui qui possède la libération juste, la libération erronée est purgée ; et les nombreux états mentaux non salutaires qui dépendent de la libération erronée sont également purgés, tandis que les nombreux états mentaux salutaires qui dépendent de la libération juste atteignent leur plein développement.

“Ceci, moines, est le noble purgatif qui réussit toujours et n'échoue jamais, ce purgatif par lequel les êtres soumis à la naissance sont libérés de la naissance ; les êtres soumis à la vieillesse sont libérés de la vieillesse ; les êtres soumis à la mort sont libérés de la mort ; les êtres soumis à l'affliction, aux lamentations, à la douleur, à la détresse et au désespoir sont libérés de l'affliction, des lamentations, de la douleur, de la détresse et du désespoir. »

— AN 10.108

§6

« Il existe trois types de malades dans le monde. Lesquels ?

« Il y a le cas du malade qui, qu'il reçoive ou non une alimentation adaptée, qu'il reçoive ou non des médicaments adaptés, qu'il reçoive ou non des soins appropriés, ne guérira pas de sa maladie. Il y a le cas du malade qui, qu'il reçoive ou non une alimentation adaptée, qu'il reçoive ou non des médicaments adaptés, qu'il reçoive ou non des soins appropriés, guérira de cette maladie. Il y a le cas du malade qui guérira de cette maladie s'il reçoit une alimentation adaptée, des médicaments adaptés et des soins appropriés, mais qui ne guérira pas s'il ne les reçoit pas.

« C'est parce que le malade guérira de sa maladie s'il reçoit une alimentation adaptée, des médicaments adaptés et des soins appropriés — mais pas s'il ne les reçoit pas — que l'alimentation des malades, les médicaments pour les malades et les soins aux malades ont été autorisés. Et c'est parce qu'il existe ce type de malade que les autres types de malades doivent également être soignés [au cas où ils auraient effectivement besoin de ces soins et en tireraient profit].

« Ce sont là les trois types de malades que l'on trouve dans le monde.

« De la même manière, ces trois types de personnes, comme les trois types de malades, existent dans le monde. Lesquels ?

« Il y a le cas de la personne qui, qu'elle voie ou non le Tathāgata, qu'elle entende ou non le Dhamma et le Vinaya proclamés par le Tathāgata, ne parviendra pas à reconnaître la justesse des états mentaux salutaires. Il y a le cas de la personne qui, qu'elle voie ou non le Tathāgata, qu'elle entende ou non le Dhamma et le Vinaya proclamés par le Tathāgata, parviendra à reconnaître la justesse des états mentaux salutaires. Il y a le cas de la personne qui parviendra à reconnaître la justesse des états mentaux salutaires si elle voit le Tathāgata et entend le Dhamma et le Vinaya proclamés par le Tathāgata, mais pas si elle ne les voit pas et ne les entend pas.

« Or, c'est à cause de la personne qui parvient à reconnaître la justesse des états mentaux salutaires si elle voit le Tathāgata et entend le Dhamma et le Vinaya proclamés par le Tathagāta,

mais pas si elle ne le fait pas, que l'enseignement du Dhamma a été autorisé. Et c'est parce qu'il existe ce type de personne que les autres types de personnes doivent également recevoir l'enseignement du Dhamma [au cas où elles en auraient réellement besoin et pourraient en tirer profit].

« Ce sont là les trois types de personnes, comme les trois types de malades, que l'on trouve dans le monde. »

— AN 3.22

§7

Alors, à ce moment-là, le Bienheureux déclara :

« L'absence de maladie : la plus grande fortune.
Le déliement : la plus grande paix.
Le Noble Sentier Octuple : le plus noble des chemins,
menant au Sans-mort, en toute sûreté. »

Lorsque cela fut dit, Magandiya le vagabond dit au Bienheureux : « C'est étonnant, maître Gotama. C'est remarquable, comme cela aussi est bien exprimé par le maître Gotama : "L'absence de maladie : la plus grande fortune. Le déliement : la plus grande paix." Nous avons également entendu ces paroles de la bouche des errants qui nous ont précédés dans la lignée de nos maîtres : "L'absence de maladie : la plus grande fortune. Le déliement : la plus grande paix." »

Cela concorde avec ce que nous avons entendu. »

« Mais quant à ce que tu as entendu dire par les premiers errants dans la lignée de tes maîtres, Magandiya — "L'absence de maladie : la plus grande fortune. Le déliement : la plus grande paix." — quelle est donc cette absence de maladie, quel est ce déliement ? »

Lorsque cela fut dit, Magandiya le vagabond se frotta les membres. « C'est cela, l'absence de maladie, maître Gotama », dit-il. « C'est cela, le déliement. Car je suis désormais libre de la maladie, heureux et rien ne m'afflige. »

« Magandiya, c'est comme s'il y avait un homme aveugle de naissance qui ne pouvait pas voir les objets noirs... blancs... bleus... jaunes... rouges... ou roses ; qui ne pouvait pas voir les endroits plats ou accidentés, les étoiles, le soleil ou la lune. Il entendrait un homme ayant une bonne vue dire : "Comme elle est merveilleuse, messieurs, cette étoffe blanche — belle, propre et sans tache." Il partirait à la recherche de quelque chose de blanc. Puis un autre homme le tromperait avec un chiffon sale et taché d'huile : "Voici, mon bon monsieur, un tissu blanc, magnifique, propre et sans tache." L'aveugle le prendrait et le mettrait sur lui. Après l'avoir mis, satisfait, il s'écrierait : "Comme c'est merveilleux, messieurs, un tissu blanc, magnifique, propre et sans tache." Que penses-tu, Magandiya ? Lorsque cet homme aveugle de naissance prit le chiffon sale et taché d'huile et s'en revêtit, et qu'après l'avoir mis, satisfait, il s'exclama : "Comme c'est merveilleux, messieurs, un tissu blanc — beau, propre et sans tache", l'a-t-il fait en sachant et en voyant, ou par foi en l'homme qui avait une bonne vue ?

« Bien sûr, il l'a fait sans savoir et sans voir, maître Gotama, mais par foi en l'homme qui avait une bonne vue. »

« De la même manière, Magandiya, les errants des autres sectes sont aveugles et sans yeux. Sans connaître l'absence de maladie, sans voir le déliement, ils continuent à réciter ce verset : »

“L'absence de maladie : la plus grande fortune.

Le déliement : la plus grande paix.”

Ce verset a été prononcé par d'anciens êtres nobles, pleinement éveillés :

“L'absence de maladie : la plus grande fortune.

Le déliement : la plus grande paix.

Le Noble Sentier Octuple : le plus noble des chemins,
menant au Sans-mort, en toute sûreté. ”

« Mais maintenant, il est peu à peu devenu un verset de gens du commun.

« Ce corps, Magandiya, est une maladie, un cancer, une flèche, une source de douleur, une affliction. Et pourtant, à propos de ce corps — qui est une maladie, un cancer, une flèche, une source de douleur, une affliction — tu dis : “C'est cela, l'absence de maladie, maître Gotama. C'est cela, le déliement.” Car tu n'as pas la noble vision qui te permettrait de connaître l'absence de maladie et de voir le déliement. »

« J'ai confiance que le maître Gotama peut m'enseigner le Dhamma de telle manière que je connaisse l'absence de maladie et que je voie le déliement. »

« Magandiya, c'est comme s'il y avait un homme aveugle de naissance qui ne pouvait pas voir les objets noirs... blancs... bleus... jaunes... rouges... le soleil ou la lune. Ses amis, ses compagnons et ses proches l'emmèneraient chez un médecin, et le médecin lui concocterait un remède ; mais malgré ce remède, sa vue n'apparaîtrait pas et ne deviendrait pas claire. Qu'en penses-tu, Magandiya ? Ce médecin n'aurait-il rien d'autre que sa part de lassitude et de déception ? »

« Oui, maître Gotama. »

« De la même manière, Magandiya, si je t'enseignais le Dhamma — “Voici l'absence de maladie ; voici le déliement” — et que, de ton côté, tu ne connaissais pas l'absence de maladie et ne voyais pas le déliement, ce serait lassant pour moi ; ce serait une source de peine pour moi. »

« Si j'ai confiance en maître Gotama, c'est que vous pouvez m'enseigner le Dhamma de telle manière que je connaisse l'absence de maladie et que je voie le déliement. »

« Magandiya, c'est comme s'il y avait un homme aveugle de naissance qui ne pouvait pas voir les objets noirs... blancs... bleus... jaunes... rouges... le soleil ou la lune. Supposons maintenant qu'un certain homme prenne un chiffon sale et taché d'huile et le trompe en lui disant : “Voici, mon bon monsieur, un tissu blanc, beau, propre et sans tache.” L'aveugle le prendrait et s'en revêtirait.

Ensuite, ses amis, ses compagnons et ses proches l'emmèneraient chez un médecin, et le médecin lui concocterait des remèdes : des purgatifs par le haut et par le bas, des onguents et des contre-onguents, ainsi que des traitements par voie nasale. Grâce à ces remèdes, sa vue apparaîtrait et deviendrait claire. Puis, avec le retour de la vue, il abandonnerait toute passion et tout plaisir qu'il éprouvait pour ce chiffon sale et taché d'huile. Il considérerait alors cet homme comme un ennemi et non comme un ami, et penserait qu'il méritait d'être tué, se disant :

“Mon Dieu, depuis combien de temps ai-je été trompé, abusé et dupé par cet homme et son chiffon taché d’huile ! — “Voici, mon bon monsieur, un tissu blanc, beau, propre et sans tache.” »

« De la même manière, Magandiya, si je t’enseignais le Dhamma — “Voici ce qu’est l’absence de maladie ; voici ce qu’est le déliement” — et que tu connaissais cette absence de maladie et voyais ce déliement, alors, avec l’apparition de ta vue, tu abandonnerais toute passion et tout plaisir que tu ressentais à l’égard des cinq agrégats de l’attachement. Et il te viendrait à l’esprit : “Mon Dieu, depuis combien de temps ai-je été trompé, abusé et dupé par cet esprit ! Car, dans l’attachement, ce n’était qu’à la forme que je m’attachais... ce n’était qu’au ressenti... qu’à la perception... qu’aux fabrications mentales... qu’à la conscience que je m’attachais. Avec l’attachement comme condition, surgissent le devenir... la naissance... le vieillissement et la mort... l’affliction, les lamentations, les douleurs, les détresses et les désespoirs. Et c’est ainsi que surgit toute cette masse de souffrance.” »

« Si j’ai confiance en maître Gotama, c’est que vous pouvez m’enseigner le Dhamma de telle manière que je puisse me lever de ce siège guéri de ma cécité. »

« Dans ce cas, Magandiya, fréquente des hommes intègres. Lorsque tu fréquentes des hommes intègres, tu entendas le vrai Dhamma. Lorsque tu entendas le vrai Dhamma, tu pratiqueras le Dhamma conformément au Dhamma. Lorsque tu pratiqueras le Dhamma conformément au Dhamma, tu sauras et verras par toi-même : “Ces choses sont des maladies, des cancers, des flèches. Et c’est ici que les maladies, les cancers et les flèches cessent sans laisser de trace.

Avec la cessation de mon attachement vient la cessation du devenir. Avec la cessation du devenir vient la cessation de la naissance. Avec la cessation de la naissance, le vieillissement et la mort, l’affliction, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir cessent entièrement. Telle est la cessation de toute cette masse de souffrance et de stress.” »

– MN 75

§8

« Supposons qu’un homme ait été blessé par une flèche recouverte d’une épaisse couche de poison. Ses amis, ses compagnons, ses proches et ses parents lui procureraient un chirurgien. Le chirurgien inciserait autour de l’ouverture de la plaie à l’aide d’un couteau, puis explorerait la plaie à l’aide d’une sonde. Il retirerait ensuite la flèche et extrairait le poison, sans qu’il n’en reste aucun résidu. Sachant qu’il ne restait aucun résidu, il dirait : « Mon bon monsieur, votre flèche a été retirée. Le poison a été extrait, sans laisser de résidu ; il ne peut donc plus vous nuire. Mangez des aliments appropriés. Ne mangez pas d’aliments inappropriés, sinon la blessure s’infectera. Lavez fréquemment la blessure, enduisez-la fréquemment d’une pommade, afin que le sang et le pus ne remplissent pas l’ouverture de la plaie. Ne vous promenez pas exposé au vent et au soleil, sinon la poussière et la saleté pourraient contaminer l’ouverture de la plaie. Continuez à soigner la plaie, mon bon monsieur, et veillez à sa guérison. »

« L’homme pourrait alors penser : “Ma flèche a été retirée. Le poison a été extrait sans laisser le moindre résidu ; il ne peut donc plus me nuire.” Il mangerait des aliments appropriés afin que la plaie ne s’infecte pas. Il laverait la plaie et y appliquerait fréquemment une pommade, afin que le sang et le pus ne remplissent pas l’ouverture de la plaie. Il ne se promènerait pas exposé au vent et au soleil, afin que la poussière et la saleté ne contaminent pas l’ouverture de la plaie. Il continuerait

à soigner la plaie et s'emploierait à sa guérison. Grâce à ces conduites appropriées et à l'absence de tout résidu de poison, la plaie guérirait. Une fois la plaie guérie et recouverte de peau, il n'encourrait plus la mort ni une souffrance semblable à la mort.

« De la même manière, il est possible qu'un certain moine pense : « Le désir est comparé à une flèche par le Contemplatif. Le poison de l'ignorance répand sa toxine à travers le désir, la passion et la malveillance. J'ai abandonné la flèche. J'ai expulsé le poison de l'ignorance. Je suis résolument déterminé à me libérer. » Parce qu'il est résolument déterminé à se libérer, il ne poursuivrait pas les choses qui ne conviennent pas à une personne résolument déterminée à se libérer. Il ne poursuivrait pas les formes et les images inappropriées avec ses yeux. Il ne poursuivrait pas les sons inappropriés avec ses oreilles... les arômes inappropriés avec son nez... les saveurs inappropriées avec sa langue... les sensations tactiles inappropriées avec son corps. Il ne poursuivrait pas d'idées inappropriées avec l'intellect. Lorsqu'il ne poursuit pas de formes et de visions inappropriées avec les yeux... ne poursuit pas d'idées inappropriées avec l'intellect, le désir sensuel n'envahit pas l'esprit. Son esprit n'étant pas envahi par le désir sensuel, il n'encourt pas la mort ou une souffrance semblable à la mort.

« J'ai donné cette parabole pour transmettre un sens. Le sens est le suivant : la blessure représente les six sphères sensorielles internes ; le poison, l'ignorance ; la flèche, le désir ; la sonde, la pleine conscience ; le couteau, le noble discernement ; le chirurgien, le Tathāgata, digne et pleinement éveillé. »

— MN 105

§9

Puis, le soir venu, le Vénérable Mālun̄kyaputta sortit de sa retraite et se rendit auprès du Bienheureux. À son arrivée, il se prosterna et s'assit à l'écart. Alors qu'il était assis là, il dit au Bienheureux : « Seigneur, alors que j'étais seul dans ma retraite, cette pensée m'est venue à l'esprit : "Ces points de vue qui n'ont pas été révélés, qui ont été mis de côté et rejetés par le Bienheureux — "le cosmos est éternel", "le cosmos n'est pas éternel", "le cosmos est fini", "le cosmos est infini", "l'âme et le corps sont identiques", "l'âme est une chose et le corps une autre", "après la mort, un Tathāgata existe", "après la mort, un Tathāgata n'existe pas", "après la mort, un Tathāgata à la fois existe et n'existe pas", "après la mort, un Tathāgata ni n'existe ni n'existe pas" — je ne peux ni approuver ni accepter que le Bienheureux ne me les ait pas révélés. Je vais donc aller interroger le Bienheureux à ce sujet. S'il me révèle que "le cosmos est éternel" ... ou que "après la mort, un Tathāgata ni n'existe ni n'existe pas", alors je mènerai la vie sainte sous sa direction. S'il ne me révèle pas que "le cosmos est éternel" ... ou que "après la mort, un Tathāgata ni n'existe ni n'existe pas", alors j'abandonnerai l'entraînement et retournerai à la vie inférieure des laïcs. »

« Seigneur, si le Bienheureux sait que "le cosmos est éternel", qu'il me révèle que "le cosmos est éternel". S'il sait que "le cosmos n'est pas éternel", qu'il me révèle que "le cosmos n'est pas éternel". Mais s'il ne sait pas ou ne voit pas si le cosmos est éternel ou non éternel, alors, pour quelqu'un qui ne sait pas et ne voit pas, la chose la plus honnête à faire est d'admettre : "Je ne sais pas. Je ne vois pas." ... S'il ne sait pas ou ne voit pas si, après la mort, un Tathāgata existe... n'existe pas... existe et n'existe pas... ni n'existe ni n'existe pas, alors, pour quelqu'un qui ne sait pas et ne voit pas, la chose la plus honnête à faire est d'admettre : "Je ne sais pas. Je ne vois pas." »

« Mālun̄kyaputta, t'ai-je jamais déclaré : "Viens, Mālun̄kyaputta, mène la vie sainte sous ma direction, et je te révélerai que "le cosmos est éternel", ou "le cosmos n'est pas éternel", ou "le cosmos est fini", ou "le cosmos est infini", ou "l'âme et le corps sont identiques", ou "l'âme est une chose et le corps une autre", ou "après la mort, un Tathāgata existe", ou "après la mort, un Tathāgata n'existe pas", ou "après la mort, un Tathāgata existe et n'existe pas", ou "après la mort, un Tathāgata n'existe ni n'existe pas"? »

« Non, Seigneur. »

« Et m'as-tu jamais déclaré : "Seigneur, je mènerai la vie sainte sous la direction du Bienheureux et, en retour, il me révélera que "le cosmos est éternel", ou "le cosmos n'est pas éternel", ou "le cosmos est fini", ou "le cosmos est infini", ou "l'âme et le corps sont identiques", ou "l'âme est une chose et le corps une autre", ou "après la mort, un Tathāgata existe", ou "après la mort, un Tathāgata n'existe pas", ou "après la mort, un Tathāgata existe et n'existe pas", ou "après la mort, un Tathāgata n'existe ni n'existe pas"? »

« Non, Seigneur. »

« Dans ce cas, homme insensé, qui es-tu pour te plaindre ou formuler des exigences à qui que ce soit ? Mālun̄kyaputta, si quelqu'un disait : "Je ne mènerai pas la vie sainte sous la direction du Bienheureux tant qu'il ne me révèle pas que "le cosmos est éternel" ... ou que "après la mort, un Tathāgata n'existe ni n'existe pas", cet homme mourrait, et ces choses resteraient non révélées par le Tathāgata. »

« C'est comme si un homme était blessé par une flèche recouverte d'une épaisse couche de poison. Ses amis, ses compagnons, ses proches et ses parents lui procureraient un chirurgien, mais l'homme dirait : "Je ne laisserai pas retirer cette flèche tant que je ne saurai pas si l'homme qui m'a blessé était un noble guerrier, un brahmane, un marchand ou un artisan." Il dirait : "Je ne laisserai pas retirer cette flèche tant que je ne connaîtrai pas le prénom et le nom de clan de l'homme qui m'a blessé... tant que je ne saurai pas s'il était grand, moyen ou petit... tant que je ne saurai pas s'il était sombre, brun-rouge ou doré... tant que je ne connaîtrai pas son village, sa ville ou sa cité... tant que je ne saurai pas si l'arc avec lequel j'ai été blessé était un arc long ou une arbalète... tant que je ne saurai pas si la corde était faite de fibres, de bambou, de tendon, de chanvre ou d'écorce... tant que je ne saurai pas si le fût de la flèche était sauvage ou cultivé... tant que je ne saurai pas si l'empenne de la flèche était faite de plumes de vautour, de cigogne, de faucon, de paon ou d'un autre oiseau... tant que je ne saurai pas si la flèche était liée avec le tendon d'un bœuf, d'un buffle d'eau, d'un langur ou d'un singe." Il dirait aussi : "Je ne laisserai pas retirer cette flèche tant que je ne saurai pas si la flèche qui m'a blessé était une flèche ordinaire, une flèche courbée, une flèche à barbelures, une flèche à dents de veau ou une flèche en laurier-rose." L'homme mourrait sans jamais connaître les réponses à ses questions. »

« De la même manière, si quelqu'un disait : "Je ne mènerai pas la vie sainte sous la direction du Bienheureux tant qu'il ne m'aura pas révélé que "le cosmos est éternel"... ou que "après la mort, un Tathāgata n'existe ni n'existe pas", cet homme mourrait sans que ces choses lui aient été révélées par le Tathāgata.

« Mālun̄kyaputta, ce n'est pas parce qu'il y a le point de vue "Le cosmos est éternel" qu'il y a la vie sainte. Et ce n'est pas parce qu'il y a le point de vue "Le cosmos n'est pas éternel" qu'il y a la vie sainte. Quand il y a le point de vue "Le cosmos est éternel" et quand il y a le point de vue "Le cosmos

n'est pas éternel", il y a toujours la naissance, il y a le vieillissement, il y a la mort, il y a l'affliction, les lamentations, la douleur, le désespoir et la détresse dont j'enseigne ici et maintenant la destruction⁶.

« Ce n'est pas parce qu'il y a le point de vue : "Après la mort, un Tathāgata existe", qu'il y a la vie sainte. Et ce n'est pas parce qu'il y a le point de vue : "Après la mort, un Tathāgata n'existe pas", qu'il y a la vie sainte. Et ce n'est pas parce qu'il y a le point de vue : "Après la mort, un Tathāgata existe et n'existe pas", qu'il y a la vie sainte. Et ce n'est pas parce qu'il y a le point de vue : "Après la mort, un Tathāgata ni n'existe ni n'existe pas", qu'il y a la vie sainte.

Quand il y a le point de vue : "Après la mort, un Tathāgata existe" ... "Après la mort, un Tathāgata n'existe pas" ... "Après la mort, un Tathāgata existe et n'existe pas" ... "Après la mort, un Tathāgata ni n'existe ni n'existe pas", il y a toujours la naissance, il y a le vieillissement, il y a la mort, il y a l'affliction, les lamentations, la douleur, le désespoir et la détresse, dont j'enseigne ici et maintenant la destruction. »

« Ainsi, Mālun̄kyaputta, souviens-toi de ce que je n'ai pas révélé comme n'étant pas révélé, et de ce que j'ai révélé comme étant révélé. Et qu'est-ce que je n'ai pas révélé ?

"Le cosmos est éternel", je ne l'ai pas révélé. "Le cosmos n'est pas éternel", je ne l'ai pas révélé.

"Le cosmos est fini" ... "Le cosmos est infini" ... "L'âme et le corps sont identiques" ... "L'âme est une chose et le corps une autre" ... "Après la mort, un Tathāgata existe" ... "Après la mort, un Tathāgata n'existe pas" ... "Après la mort, un Tathāgata existe et n'existe pas" ... "Après la mort, un Tathāgata ni n'existe ni n'existe pas" : je ne l'ai pas révélé.

Et pourquoi ne les ai-je pas révélées ? Parce qu'elles ne sont pas liées au but, qu'elles ne sont pas fondamentales pour la vie sainte. Elles ne mènent pas au désenchantement, à la dépassion, à la cessation, à l'apaisement, à la connaissance directe, à l'éveil, au déliement. C'est pourquoi je ne les ai pas révélées.

Et qu'est-ce que j'ai révélé ? "Ceci est la souffrance", je l'ai révélé. "Ceci est l'origine de la souffrance", je l'ai révélé. "Ceci est la cessation de la souffrance", je l'ai révélé. "Voici le chemin de pratique qui mène à la cessation de la souffrance", je l'ai révélé. Et pourquoi les ai-je révélées ?

Parce qu'elles sont liées au but, qu'elles sont fondamentales pour la vie sainte. Elles mènent au désenchantement, à la dépassion, à la cessation, à l'apaisement, à la connaissance directe, à l'éveil, au déliement. C'est pourquoi je les ai révélées.

Ainsi, Mālun̄kyaputta, souviens-toi de ce que je n'ai pas révélé comme n'étant pas révélé, et de ce que j'ai révélé comme étant révélé. » Satisfait, le Vénérable Malun̄kyaputta se réjouit des paroles du Bienheureux.

— MN 63

⁶ **Note de traduction** : Le terme rendu ici par destruction traduit un terme pāli (nirodha), qui peut aussi être rendu par dissolution ou anéantissement. Dans ce passage, le Bouddha met l'accent sur l'élimination effective et immédiate de la souffrance, plutôt que sur une formulation doctrinale abstraite.

2. Le diagnostic du médecin

§10

Un jour, le Bienheureux séjournait près de Sāvattthī, dans le bosquet de Jeta, au monastère d'Anāthapiṇḍika. Alors, au cœur de la nuit, Rohitassa, fils d'un deva, dont l'éclat illuminait tout le bosquet de Jeta, se rendit auprès du Bienheureux. À son arrivée, après s'être prosterné devant le Bienheureux, il se tint à l'écart. Tandis qu'il se tenait là, il s'adressa au Bienheureux : « Est-il possible, Seigneur, en voyageant, de connaître, de voir ou d'atteindre une extrémité lointaine du cosmos où l'on ne naît pas, ne vieillit pas, ne meurt pas, ne disparaît pas et ne réapparaît pas ? »

« Je te dis, mon ami, qu'il n'est pas possible, en voyageant, de connaître, de voir ou d'atteindre une extrémité du cosmos où l'on ne naît pas, ne vieillit pas, ne meurt pas, ne disparaît pas et ne réapparaît pas. »

« C'est remarquable, Seigneur, et étonnant, comme cela a été bien dit par le Bienheureux : “Je te le dis, mon ami, il n'est pas possible, en voyageant, de connaître, de voir ou d'atteindre une extrémité lointaine du cosmos où l'on ne naît pas, ne vieillit pas, ne meurt pas, ne disparaît pas et ne réapparaît pas.” Autrefois, j'étais un sage nommé Rohitassa, disciple de Bhoja, un puissant marcheur du ciel. Ma vitesse était aussi grande que celle d'un archer vigoureux — bien entraîné, habile de la main, tireur expérimenté — décochant une flèche légère à travers l'ombre d'un palmier. Ma foulée s'étendait aussi loin que la distance entre la mer orientale et la mer occidentale. Doté d'une telle vitesse et d'une telle foulée, ce désir me vint : “Je vais voyager jusqu'au bout du cosmos.” Moi, avec une vie de cent ans, une durée de cent ans, j'ai passé cent ans à voyager — en dehors du temps consacré à manger, boire, mâcher et goûter, uriner et déféquer, et dormir pour combattre la fatigue — sans pourtant atteindre l'extrémité du cosmos. Je mourus en chemin. Il est donc remarquable, Seigneur, et étonnant, comme cela a été bien dit par le Bienheureux : “Je te le dis, mon ami, il n'est pas possible, en voyageant, de connaître, de voir ou d'atteindre une extrémité lointaine du cosmos où l'on ne naît pas, ne vieillit pas, ne meurt pas, ne disparaît pas et ne réapparaît pas.” »

Lorsque cela fut dit, le Bienheureux répondit : « Je te dis, mon ami, qu'il n'est pas possible, en voyageant, de connaître, de voir ou d'atteindre une extrémité lointaine du cosmos où l'on ne naît pas, ne vieillit pas, ne meurt pas, ne disparaît pas et ne réapparaît pas. Mais en même temps, je te dis qu'il n'y a pas de fin à la souffrance et au stress sans atteindre l'extrémité du cosmos. Pourtant, c'est précisément dans ce corps long d'une brasse, avec sa perception et son intellect, que je déclare qu'il y a le cosmos, l'origine du cosmos, la cessation du cosmos, et le chemin de la pratique menant à la cessation du cosmos. »

Ce n'est pas en voyageant que l'on atteint
la fin du cosmos —
quoi qu'il en soit.

Et sans atteindre

la fin du cosmos,
il n'y a pas de libération
de la souffrance et du stress.

Ainsi, en vérité, le sage,
expert en matière de cosmos,
connaisseur de la fin du cosmos,
ayant accompli la vie sainte,
apaisé,
connaissant la fin du cosmos,
ne désire plus ce cosmos
ni aucun autre.

—AN 4:45

§11

Ainsi ai-je entendu. Un jour, le Bienheureux séjournait à Vārāṇasī, au Parc aux gazelles d'Isipatana. Là, il s'adressa au groupe de cinq moines :

« Il y a, moines, deux extrêmes auxquels celui qui a quitté le foyer ne doit pas s'adonner. Lesquels ? Celui de la poursuite des plaisirs des sens, en relation avec les objets des sens, qui est basse, vulgaire, ordinaire, ignoble, non bénéfique ; et celui de la poursuite de la mortification, qui est douloureuse, ignoble, non bénéfique. Évitant ces deux extrêmes, la voie du milieu réalisée par le Tathāgata donne naissance à la vision, donne naissance à la connaissance, mène au calme, à la connaissance directe, à l'éveil, au déliement. »

« Et quelle est la voie du milieu réalisée par le Tathāgata qui, produisant la vision, produisant la connaissance, mène au calme, à la connaissance directe, à l'éveil, au déliement ? C'est précisément ce noble octuple sentier : vue juste, intention juste, parole juste, action juste, moyens de subsistance justes, effort juste, attention juste, concentration juste. Telle est la voie du milieu réalisée par le Tathāgata qui, produisant la vision, produisant la connaissance, mène au calme, à la connaissance directe, à l'éveil, au déliement. »

« Voici, moines, la noble vérité de la souffrance : la naissance est souffrance, le vieillissement est souffrance, la mort est souffrance ; l'affliction, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir sont souffrance ; l'association avec ceux que l'on n'aime pas est souffrance, la séparation d'avec ceux que l'on aime est souffrance, ne pas obtenir ce que l'on désire est souffrance. En bref, les cinq agrégats de l'attachement sont souffrance.

« Et ceci, moines, est la noble vérité de l'origine de la souffrance : la soif qui conduit à un nouvel état de devenir, accompagnée de passion et de plaisir, jouissant ici et là, c'est-à-dire la soif des plaisirs sensuels, la soif d'exister, la soif de non-existence.

« Et ceci, moines, est la noble vérité de la cessation de la souffrance : la disparition et la cessation sans reste, le renoncement, l'abandon, la délivrance et le détachement de cette même soif.

« Et ceci, moines, est la noble vérité de la voie de la pratique menant à la cessation de la souffrance : précisément ce noble octuple sentier : vue juste, intention juste, parole juste, action juste, moyens de subsistance justes, effort juste, attention juste, concentration juste.

« La vision apparut, la compréhension pénétrante apparut, le discernement apparut, la connaissance apparut, la lumière apparut en moi, concernant des choses jamais entendues auparavant : “Voici la noble vérité de la souffrance” ... “Cette noble vérité de la souffrance doit être comprise” ... “Cette noble vérité de la souffrance a été comprise.”

« La vision apparut, la compréhension pénétrante apparut, le discernement apparut, la connaissance apparut, la lumière apparut en moi, concernant des choses jamais entendues auparavant : “Voici la noble vérité de l’origine de la souffrance” ... “Cette noble vérité de l’origine de la souffrance doit être abandonnée” “Cette noble vérité de l’origine de la souffrance a été abandonnée.”

« La vision apparut, la compréhension pénétrante apparut, le discernement apparut, la connaissance apparut, la lumière apparut en moi, concernant des choses jamais entendues auparavant : “Voici la noble vérité de la cessation de la souffrance” ... “Cette noble vérité de la cessation de la souffrance doit être réalisée directement” ... “Cette noble vérité de la cessation de la souffrance a été réalisée directement.”

« La vision apparut, la compréhension pénétrante apparut, le discernement apparut, la connaissance apparut, la lumière apparut en moi, concernant des choses jamais entendues auparavant : “Voici la noble vérité de la voie de la pratique menant à la cessation de la souffrance” ... “Cette noble vérité de la voie de la pratique menant à la cessation de la souffrance doit être développée” ... “Cette noble vérité de la voie de la pratique menant à la cessation de la souffrance a été développée.” »

« Et, moines, tant que cette connaissance et cette vision comportant trois phases et douze aspects⁷ concernant les Quatre Nobles Vérités, telles qu’elles se sont manifestées, n’étaient pas pures, je ne déclarais pas avoir atteint l’éveil juste, sans égal dans le cosmos avec ses divinités, ses Māras et ses Brahmās, avec ses contemplatifs et ses brahmanes, sa royauté et ses gens du peuple. Mais dès que cela — ma connaissance et ma vision en trois phases et douze aspects concernant les Quatre Nobles Vérités telles qu’elles se sont manifestées — fut véritablement pur, alors je déclarais avoir atteint l’éveil juste, sans égal dans le cosmos avec ses divinités, ses Māras et ses Brahmās, avec ses contemplatifs et ses brahmanes, sa royauté et ses gens du peuple. La connaissance et la vision surgirent en moi : “Ma libération est sans condition. C’est ma dernière naissance. Il n’y a plus désormais de devenir.” »

C’est ce que dit le Bienheureux. Satisfaits, les cinq moines se réjouirent de ses paroles. Et tandis que cette explication était donnée, il surgit chez le Vénérable Koṇḍañña l’Œil du Dhamma, pur et sans taches : Tout ce qui est sujet à l’apparition est sujet à la cessation.

— SN 56:11

⁷ **Note de traduction:** L’expression pâlie, *ti-parivaṭṭaṃ dvādasākāraṃ*, signifie littéralement « trois cycles et douze aspects » : les Quatre Nobles Vérités sont connues selon trois moments — leur constatation, la tâche qu’elles impliquent, et la certitude que cette tâche est accomplie — ce qui produit douze aspects au total.

§12

« Et quelle est la noble vérité de la souffrance ? La naissance est souffrance, le vieillissement est souffrance, la mort est souffrance ; l'affliction, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir sont source de souffrance ; la compagnie de ceux que l'on n'aime pas est souffrance ; la séparation d'avec ceux que l'on aime est une souffrance ; ne pas obtenir ce que l'on désire est une souffrance. En bref, les cinq agrégats de l'attachement sont souffrance.

« Et qu'est-ce que la *naissance* ? Toute naissance, toute venue à la vie, toute entrée dans l'existence, toute apparition, toute manifestation, toute apparition des agrégats et toute acquisition des sphères [sensorielles] chez tous les êtres, quels qu'ils soient, cela s'appelle la naissance.

« Et qu'est-ce que le *vieillissement* ? Tout vieillissement, toute décrépitude, toute fragilité, tout grisonnement, toute apparition des rides, tout déclin de la force vitale, tout affaiblissement des facultés chez tous les êtres, quels qu'ils soient, cela s'appelle le vieillissement.

« Et qu'est-ce que la *mort* ? Tout ce qui est décès, tout trépas, toute dissolution, toute disparition, toute mort, toute fin de la durée de vie, toute dissolution des agrégats, tout abandon du corps, toute interruption de la faculté de vie chez tous les êtres, quels qu'ils soient, cela s'appelle la mort.

« Et qu'est-ce que l'*affliction* ? Tout ce qui est affliction, toute tristesse, toute affliction intérieure, toute tristesse intérieure de quiconque souffre d'un malheur, touché par une chose douloureuse, cela s'appelle l'affliction.

« Et qu'est-ce que la *lamentation* ? Tout ce qui est pleurs, tout deuil, toutes lamentations, tous sanglots, tous gémissements, toutes lamentations de quiconque souffre d'un malheur, touché par une chose douloureuse, cela s'appelle la lamentation.

« Et qu'est-ce que la *douleur* ? Tout ce qui est ressenti comme une douleur physique, un inconfort physique, une douleur ou un inconfort né d'un contact physique, cela s'appelle la douleur.

« Et qu'est-ce que la *détresse* ? Tout ce qui est ressenti comme une douleur mentale, un inconfort mental, une douleur ou un inconfort né d'un contact mental, cela s'appelle la détresse.

« Et qu'est-ce que le *désespoir* ? Tout désespoir, tout découragement, tout accablement de quiconque souffre d'un malheur, touché par une chose douloureuse, cela s'appelle le désespoir.

« Et quelle est la souffrance liée à l'association avec ceux que l'on n'aime pas ? Il y a le cas où l'on est confronté à des formes visibles, des sons, des odeurs, des saveurs ou des sensations tactiles indésirables, déplaisantes et sans attrait ; ou bien où l'on entretient des liens, des contacts, des relations ou des interactions avec des personnes qui nous veulent du mal, qui souhaitent notre préjudice, notre inconfort, et ne nous souhaitent pas la délivrance du joug. C'est ce qu'on appelle la souffrance liée à l'association avec ceux que l'on n'aime pas.

« Et qu'est-ce que la souffrance de la séparation d'avec ceux que l'on aime ? Il y a le cas où des formes visibles, des sons, des odeurs, des saveurs ou des sensations tactiles désirables, agréables et attrayantes ne se présentent pas à nous ; ou bien où nous n'avons aucun lien, aucun contact, aucune relation ni interaction avec ceux qui nous veulent du bien, qui souhaitent notre bien-être, notre confort et notre sécurité hors du joug, ni avec notre mère, notre père, nos frères, nos sœurs, nos amis, nos compagnons ou nos proches. C'est ce qu'on appelle la souffrance de la séparation d'avec les êtres chers.

« Et quelle est la souffrance qui découle de ne pas obtenir ce que l'on désire ? Chez les êtres soumis à la naissance, le souhait suivant surgit : “Oh, puissions-nous ne pas être soumis à la naissance, et que la naissance ne nous advienne pas.” Mais cela ne s’obtient pas par le simple fait de le souhaiter. C’est là la souffrance qui découle de ne pas obtenir ce que l’on désire.

Chez les êtres soumis au vieillissement... à la maladie... à la mort... à l’affliction, aux lamentations, à la douleur, à la détresse et au désespoir, le souhait suivant surgit : “Oh, puissions-nous ne pas être soumis au vieillissement... à la maladie... à la mort... à l’affliction, aux lamentations, à la douleur, à la détresse et au désespoir, et que le vieillissement... la maladie... la mort... l’affliction, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir ne nous adviennent pas.” Mais cela ne s’obtient pas par le simple fait de le souhaiter. C’est là la souffrance qui découle de ne pas obtenir ce que l’on désire.

« Et quels sont les cinq agrégats de l'attachement qui sont, en bref, source de souffrance ? L'agrégat de la forme, l'agrégat des sensations, l'agrégat des perceptions, l'agrégat des fabrications, l'agrégat de la conscience : ce sont là les cinq agrégats de l’attachement qui, en bref, sont source de souffrance.

« C'est ce qu'on appelle la noble vérité de la souffrance. »

— DN 22

§13

Le Bienheureux dit : « Moines, je vais vous enseigner les cinq agrégats et les cinq agrégats de l'attachement. Écoutez et soyez attentifs. Je vais parler. »

« Oui, Vénérable Seigneur », répondirent les moines.

Le Bienheureux dit : « Maintenant, moines, quels sont les cinq agrégats ?

« Toute forme passée, future ou présente, interne ou externe, grossière ou subtile, ordinaire ou sublime, lointaine ou proche : c'est ce qu'on appelle l'agrégat de la forme.

« Tout ressenti passé, futur ou présent, interne ou externe, grossier ou subtil, ordinaire ou sublime, lointain ou proche : c'est ce qu'on appelle l'agrégat des ressentis.

« Toute perception passée, future ou présente, interne ou externe, grossière ou subtile, ordinaire ou sublime, lointaine ou proche : c'est ce qu'on appelle l'agrégat des perceptions.

« Quelles que soient les fabrications (mentales) passées, futures ou présentes ; internes ou externes ; grossières ou subtiles, ordinaires ou sublimes, lointaines ou proches : elles sont appelées l'agrégat des fabrications.

« Quelle que soit la conscience passée, future ou présente ; interne ou externe ; grossière ou subtile, ordinaire ou sublime, lointaine ou proche : elle est appelée l'agrégat de la conscience.

« C'est ce qu'on appelle les cinq agrégats.

« Et quels sont les cinq agrégats de l'attachement⁸ ?

« Toute forme, passée, future ou présente ; interne ou externe ; grossière ou subtile, ordinaire ou sublime, lointaine ou proche, qui est susceptible d'attachement, qui offre une subsistance et qui s'accompagne d'une fermentation mentale : c'est ce qu'on appelle l'agrégat de l'attachement à la forme.

« Tout ressenti, passé, futur ou présent ; interne ou externe ; grossier ou subtile, ordinaire ou sublime, lointain ou proche, qui est susceptible d'attachement, qui offre une subsistance et qui s'accompagne d'une fermentation mentale : c'est ce qu'on appelle l'agrégat de l'attachement à la sensation.

« Toute perception, passée, future ou présente ; interne ou externe ; grossière ou subtile, ordinaire ou sublime, lointaine ou proche, qui est susceptible d'attachement, qui offre une subsistance et qui s'accompagne d'une fermentation mentale : c'est ce qu'on appelle l'agrégat de l'attachement à la perception.

« Toute fabrication (mentale), passée, future ou présente ; interne ou externe ; grossière ou subtile, ordinaire ou sublime, lointaine ou proche, qui est susceptible d'attachement, offre une subsistance et s'accompagne d'une fermentation mentale : c'est ce qu'on appelle l'agrégat de l'attachement à la fabrication (mentale).

« Toute conscience, passée, future ou présente ; interne ou externe ; grossière ou subtile, ordinaire ou sublime, lointaine ou proche qui est susceptible d'attachement, offre une subsistance et s'accompagne d'une fermentation mentale : cela s'appelle l'agrégat de l'attachement à la conscience.

« Ceux-ci sont appelés les cinq agrégats de l'attachement. »

—SN 22:48

§14

Alors qu'il était assis là, Vénérable Kotthita dit à Vénérable Sariputta : « Sariputta, mon ami, quelles sont les choses auxquelles un moine vertueux devrait prêter attention de manière appropriée ? »

« Un moine vertueux, Kotthita mon ami, devrait prêter attention de manière appropriée aux cinq agrégats de l'attachement en les considérant comme impermanents, souffrance, une maladie, un cancer, une flèche, douloureux, une affliction, n'étant pas nôtres, dissolution, vacuité, dépourvus de soi. . Quels sont ces cinq agrégats ? L'agrégat de l'attachement à la forme, l'agrégat de l'attachement au ressenti... à la perception... aux fabrications... à la conscience. Un moine vertueux devrait prêter attention de manière appropriée à ces cinq agrégats de l'attachement en les considérant comme

⁸ **Note de traduction** — *khandha* / *upādānakkhandha* Le terme pāli *khandha* est généralement traduit par « agrégat ». Il désigne les cinq composantes de l'expérience vécue : la forme matérielle, le ressenti, la perception, les fabrications mentales et la conscience. L'expression *upādānakkhandha*, rendue ici par « agrégats de l'attachement », désigne ces mêmes agrégats lorsqu'ils sont saisis, appropriés ou pris pour « moi » ou « mien ». La distinction est importante : les *khandha* décrivent l'expérience telle qu'elle est, tandis que les *upādānakkhandha* désignent l'expérience marquée par l'attachement, que le Bouddha identifie comme source de souffrance.

impermanents, souffrance, une maladie, un cancer, une flèche, douloureux, une affliction, n'étant pas nôtres, dissolution, vacuité, dépourvus de soi. Car il est possible qu'un moine vertueux, prêtant attention de manière appropriée à ces cinq agrégats de l'attachement en les considérant comme impermanents... dépourvus de soi, réalise le fruit de l'entrée dans le courant. »

« Alors, à quelles choses un moine qui a atteint l'entrée dans le courant devrait-il prêter attention de manière appropriée ? »

« Un moine qui a atteint l'entrée dans le courant devrait prêter attention de manière appropriée aux cinq agrégats de l'attachement en les considérant comme impermanents, souffrance, une maladie, un cancer, une flèche, douloureux, une affliction, n'étant pas nôtres, dissolution, vacuité, dépourvus de soi. Car il est possible qu'un moine qui a atteint l'entrée dans le courant, prêtant attention de manière appropriée à ces cinq agrégats de l'attachement en les considérant comme impermanents... dépourvus de soi, réalise le fruit du retour-unique. »

« Alors, à quoi un moine qui a atteint le stade de l'unique-retour doit-il prêter attention de manière appropriée ? »

« Un moine qui a atteint le stade de l'unique-retour devrait prêter attention de manière appropriée aux cinq agrégats de l'attachement en les considérant comme impermanents, souffrance, une maladie, un cancer, une flèche, douloureux, une affliction, n'étant pas nôtres, dissolution, vacuité, dépourvus de soi. Car il est possible qu'un moine qui a atteint le stade de l'unique-retour, prêtant attention de manière appropriée à ces cinq agrégats de l'attachement en les considérant comme impermanents... dépourvus de soi, réalise le fruit du non-retour. »

« Alors, à quoi un moine qui a atteint le stade du non-retour doit-il prêter attention de manière appropriée ? »

« Un moine qui a atteint le stade du non-retour devrait prêter attention de manière appropriée aux cinq agrégats de l'attachement en les considérant comme impermanents, souffrance, une maladie, un cancer, une flèche, douloureux, une affliction, n'étant pas nôtres, dissolution, vacuité, dépourvus de soi. Car il est possible qu'un moine qui a atteint le stade du non-retour, prêtant attention de manière appropriée à ces cinq agrégats de l'attachement en les considérant comme impermanents... dépourvus de soi, réalise le fruit de l'état d'arahant. »

« Alors, à quoi un arahant doit-il prêter attention de manière appropriée ? »

« Un arahant devrait prêter attention de manière appropriée aux cinq agrégats de l'attachement en les considérant comme impermanents, souffrance, une maladie, un cancer, une flèche, douloureux, une affliction, n'étant pas nôtres, dissolution, vacuité, dépourvus de soi. Bien que, pour un arahant, il n'y ait rien d'autre à faire, et rien à ajouter à ce qui a été fait, ces choses, lorsqu'elles sont développées et pratiquées, conduisent à la fois à une demeure agréable ici et maintenant et à la pleine conscience et à la vigilance. »

—SN 22:122

§15

« Supposons qu'il y ait un laïc ou le fils d'un laïc, riche, fortuné, possédant de nombreux biens, qui soit très bien défendu. Puis vint un certain homme, désirant ce qui ne lui était pas bénéfique,

désirant ce qui n'était pas son bien-être, désirant lui faire perdre sa sécurité, désirant le tuer. L'idée viendrait à cet homme : « Il ne serait pas facile de tuer cette personne par la force. Et si je me glissais chez lui pour le tuer ? »

« Il irait donc voir le laïc ou le fils du laïc et dirait : « Puissiez-vous m'engager comme serviteur, Seigneur. » Sur ce, le laïc ou le fils du laïc engagerait l'homme comme serviteur.

« Ayant été engagé comme serviteur, l'homme se lèverait le matin avant son maître, se coucherait le soir seulement après son maître, ferait tout ce que son maître lui ordonnerait, agirait toujours pour lui plaire et lui parlerait poliment. Alors, le laïc ou le fils du laïc en viendrait à le considérer comme un ami et un compagnon, et lui ferait confiance. Lorsque l'homme se rendrait compte que “ce laïc ou ce fils du laïc me fait confiance”, lorsqu'il le rencontrerait dans un endroit isolé et il le tuerait avec un couteau tranchant.

« Que penses-tu maintenant, mon ami Yamaka ? Lorsque cet homme se présenta devant le laïc ou le fils du laïc et dit : « Puissiez-vous m'engager comme serviteur, Seigneur », n'était-il pas déjà un meurtrier ? Et pourtant, bien qu'il fût un meurtrier, le laïc ou le fils du laïc ne le considérait pas comme « mon meurtrier ». Et lorsqu'il fut engagé comme serviteur, qu'il se levait le matin avant son maître, se couchait le soir après son maître, faisait tout ce que son maître lui ordonnait, agissait toujours pour lui plaire et lui parlait poliment : n'était-il pas alors un meurtrier ? Et pourtant, bien qu'il fût un meurtrier, le laïc ou le fils du laïc ne le considérait pas comme « mon meurtrier ». Et lorsqu'il le rencontra dans un endroit isolé et le tua avec un couteau tranchant : n'était-il pas alors un meurtrier ? Et pourtant, bien qu'il fût un meurtrier, le laïc ou le fils du laïc ne le considérait pas comme « mon meurtrier ».

« Oui, mon ami. »

« De la même manière, une personne ordinaire, sans instruction... prend la forme pour le soi, ou le soi comme possédant une forme, ou la forme comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans la forme.

« Elle prend le ressenti pour le soi...

« Elle prend la perception pour le soi...

« Elle prend les fabrications pour le soi...

« Elle prend la conscience pour le soi, ou le soi comme possédant la conscience, ou la conscience comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans la conscience.

« Elle ne discerne pas la forme impermanente, telle qu'elle se manifeste, comme une “forme impermanente.” Elle ne discerne pas les ressentis impermanents, tels qu'ils se manifestent, comme des “ressentis impermanents”. Elle ne discerne pas les perceptions impermanentes... Elle ne discerne pas les fabrications impermanentes... Elle ne discerne pas la conscience impermanente, telle qu'elle se manifeste, comme une “conscience impermanente”.

« Elle ne discerne pas la forme comme source de souffrance, telle qu'elle se manifeste, comme “source de souffrance”. Elle ne discerne pas le ressenti comme source de souffrance... Elle ne discerne pas la perception comme source de souffrance... Elle ne discerne pas les fabrications comme source de souffrance... Elle ne discerne pas la conscience comme source de souffrance, telle qu'elle se manifeste, comme source de souffrance”.

« Elle ne discerne pas la forme comme non-soi, telle qu'elle se manifeste, comme "non-soi". Elle ne discerne pas le ressenti comme non-soi... Elle ne discerne pas la perception comme non-soi... Elle ne discerne pas les fabrications comme non-soi... Elle ne discerne pas la conscience comme non-soi, telle qu'elle se manifeste, comme "non-soi".

« Elle ne discerne pas la forme comme conditionnée, telle qu'elle se manifeste, comme "forme conditionnée". Elle ne discerne pas le ressenti comme conditionné... Elle ne discerne pas la perception comme conditionnée... Elle ne discerne pas les fabrications comme conditionnées... Elle ne discerne pas la conscience comme conditionnée, telle qu'elle se manifeste, comme "conscience conditionnée".

« Elle ne discerne pas la forme meurtrière, telle qu'elle se manifeste, comme « forme meurtrière ». Elle ne discerne pas le ressenti meurtrier... Elle ne discerne pas la perception meurtrière... Elle ne discerne pas les fabrications meurtrières... Elle ne discerne pas la conscience meurtrière, telle qu'elle se manifeste, comme "conscience meurtrière".

« Elle s'attache à la forme, s'accroche à la forme et la considère comme "mon soi". Elle s'attache au ressenti... Elle s'attache à la perception... Elle s'attache aux fabrications... Elle s'attache à la conscience, s'accroche à la conscience et la considère comme "mon soi". Ces cinq agrégats de l'attachement, auxquels elle s'attache, auxquels elle s'accroche, mènent à sa perte et à sa souffrance à long terme.

« Or, le noble disciple bien instruit [...] ne prend pas la forme pour le soi, ou le soi comme possédant une forme, ou la forme comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans la forme.

« Il ne prend pas le ressenti pour le soi...

« Il ne prend pas la perception pour le soi...

« Il ne prend pas les fabrications pour le soi...

« Il ne prend pas la conscience pour le soi, ou le soi comme possédant la conscience, ou la conscience comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans la conscience.

« Il discerne la forme impermanente, telle qu'elle se manifeste, comme une « forme impermanente ». Il discerne les ressentis impermanents, tels qu'ils se manifestent, comme des « ressentis impermanents ». Il discerne les perceptions impermanentes... Il discerne les fabrications impermanentes... Il discerne la conscience impermanente, telle qu'elle se manifeste, comme une « conscience impermanente ».

« Il discerne la forme comme source de souffrance, telle qu'elle se manifeste, comme « source de souffrance ». Il discerne le ressenti comme source de souffrance... Il discerne la perception comme source de souffrance... Il discerne les fabrications comme source de souffrance... Il discerne la conscience comme source de souffrance, telle qu'elle se manifeste, comme source de souffrance ».

« Il discerne la forme comme non-soi, telle qu'elle se manifeste, comme « non-soi ». Il discerne le ressenti comme non-soi... Il discerne la perception comme non-soi... Il discerne les fabrications comme non-soi... Il discerne la conscience comme non-soi, telle qu'elle se manifeste, comme « non-soi ».

« Il discerne la forme comme conditionnée, telle qu'elle se manifeste, comme « forme conditionnée ». Il discerne le ressenti comme conditionné... Il discerne la perception comme

conditionnée... Il discerne les fabrications comme conditionnées... Il discerne la conscience comme conditionnée, telle qu'elle se manifeste, comme « conscience conditionnée ».

« Il discerne la forme meurtrière, telle qu'elle se manifeste, comme « forme meurtrière ». Il discerne le ressenti meurtrier... Il discerne la perception meurtrière... Il discerne les fabrications meurtrières... Il discerne la conscience meurtrière, telle qu'elle se manifeste, comme « conscience meurtrière ».

« Il ne s'attache pas à la forme, ne s'accroche pas à la forme et ne la considère comme « mon soi ». Il ne s'attache pas au ressenti... Il ne s'attache pas à la perception... Il ne s'attache pas aux fabrications... Il ne s'attache pas à la conscience, ne s'accroche pas à la conscience et ne la considère pas comme « mon soi ». Ces cinq agrégats de l'attachement, auxquels il ne s'attache pas, auxquels il ne s'accroche pas, mènent à son bonheur et à son bien-être à long terme. »

« Néanmoins, mon ami Sariputta, il y a ceux qui ont des personnes comme vous comme compagnons dans la vie sainte, qui les enseignent, les exhortent par compassion, et souhaitent leur bien-être. Car maintenant que j'ai entendu cette explication du Dhamma de votre part, mon esprit, grâce à l'absence d'attachement/de subsistance, a été libéré des fermentations. »

—SN 22:85

§16

« Moines, supposons qu'il y ait une rivière qui s'écoule des montagnes, s'étend sur une grande distance, dont le courant est rapide et qui emporte tout sur son passage. Sur ses bords, des herbes kasa, des herbes kusa, des roseaux, des herbes birana et des arbres poussent. Alors, un homme emporté par le courant s'agripperait aux herbes kasa, mais celles-ci se détacheraient, et c'est ainsi qu'il courrait à sa perte. Il s'agripperait aux herbes kusa... aux roseaux... aux herbes birana... aux arbres, mais ceux-ci se détacheraient, et ce serait ainsi qu'il courrait à sa perte.

« De la même manière, il y a le cas où une personne ordinaire, sans instruction, qui n'a aucun égard pour les êtres nobles, qui n'est pas versée ni disciplinée dans son Dhamma ; qui n'a aucun égard pour les hommes intègres, qui n'est pas versée ni disciplinée dans son Dhamma — considère la forme comme étant le soi, ou le soi comme possédant la forme, ou la forme comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans la forme. Cette forme se détache de lui, et c'est pour cette raison qu'il court à sa perte.

« Il considère le ressenti comme étant le soi, ou le soi comme possédant le ressenti, ou le ressenti comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans le ressenti. Ce ressenti se détache de lui, et c'est pour cette raison qu'il court à sa perte.

« Il considère la perception comme étant le soi, ou le soi comme possédant la perception, ou la perception comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans la perception. Cette perception se détache de lui, et c'est pour cette raison qu'il court à sa perte. »

« Il considère les fabrications comme étant le soi, ou le soi comme possédant les fabrications, ou les fabrications comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans les fabrications. Ces fabrications se détachent de lui, et c'est pour cette raison qu'il court à sa perte. »

« Il considère la conscience comme étant le soi, ou le soi comme possédant la conscience, ou la conscience comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans la conscience. Cette conscience se détache de lui, et c'est pour cette raison qu'il court à sa perte. »

« Maintenant, moines, que pensez-vous : la forme est-elle permanente ou impermanente ? »

« Impermanente, Seigneur. »

« Le ressenti est-il permanent ou impermanent ? »

« Impermanent, Seigneur. »

« La perception est-elle permanente ou impermanente ? »

« Impermanente, Seigneur. »

« Les fabrications sont-elles permanentes ou impermanentes ? »

« Impermanentes, Seigneur. »

« La conscience est-elle permanente ou impermanente ? »

« Impermanente, Seigneur. »

« Ainsi, moines, quelle que soit la forme passée, future ou présente ; interne ou externe ; grossière ou subtile, ordinaire ou sublime ; lointaine ou proche : toute forme doit être considérée telle qu'elle se manifeste, avec un discernement juste : « Ce n'est pas à moi. Ce n'est pas mon moi. Ce n'est pas ce que je suis. »

« Quelle que soit la sensation... Quelle que soit la perception... Quelles que soient les fabrications... « Quelle que soit la conscience passée, future ou présente ; interne ou externe ; grossière ou subtile, ordinaire ou sublime ; lointaine ou proche : toute conscience doit être considérée telle qu'elle se manifeste, avec un discernement juste : « Ce n'est pas à moi. Ce n'est pas mon moi. Ce n'est pas ce que je suis. »

« Voyant ainsi, le noble disciple bien instruit devient désenchanté par la forme, désenchanté par les ressentis, désenchanté par les perceptions, désenchanté par les fabrications, désenchanté par la conscience. Désenchanté, il devient dépassionné. Grâce à la dépassion, il est libéré. Avec la libération vient la connaissance : « Libéré ». Il discerne que « La naissance est terminée, la vie sainte accomplie, la tâche accomplie. Il n'y a plus rien à faire dans ce monde. »

—SN 22:93

§17

Puis, tôt le matin, Cālā, la nonne, revêtit sa robe et, prenant son bol et sa robe extérieure, se rendit à Savatthi pour faire la tournée d'aumônes. Après avoir fait la tournée d'aumône à Savatthi et être revenue, elle se rendit au Bosquet des Aveugles pour y passer la journée.

Ayant pénétré profondément le Bosquet des Aveugles, elle s'assit au pied d'un arbre. Alors Māra, le Maléfique, voulant susciter la peur, la frayeur et la terreur en elle, voulant la faire renoncer à la solitude, s'approcha d'elle et lui dit : « Qu'est-ce qui te déplaît, nonne ? » « Ce qui me déplaît, mon ami, c'est la naissance. »

[*Māra* :]

« Nonne, pourquoi n'approuves-tu pas la naissance ? »

[*Cālā* :]

« Pour celui qui naît,
il y a la mort.
Celui qui naît
voit la souffrance.
C'est un lien, un châtiment, un tourment.
C'est pourquoi il ne faut pas approuver
la naissance.
L'Éveillé m'a enseigné le Dhamma
— le dépassement de la naissance —
pour l'abandon de toute souffrance,
il m'a établie dans
la vérité.
Mais les êtres qui ont pris forme,
et ceux qui sont sans forme,
s'ils ne discernent pas la cessation,
retournent au devenir. »

Alors Māra le Maléfique, triste et abattu de réaliser que « la nonne Cālā me connaît », disparut sur-le-champ.

— *SN 5:6*

§18

De même qu'un bouvier, muni d'un bâton,
conduit les vaches au pâturage,
ainsi le vieillissement et la mort
mènent la vie
des êtres vivants.

— *Dhp 135*

§19

Quel rire, quelle joie,
quand on est sans cesse consumés par les flammes ?
Enveloppés dans l'obscurité,
ne cherchez-vous pas une lampe ?

Regardez ce corps tant admiré,
tas de plaies soutenu par les os,
malade, objet de tant de pensées,
dont rien n'est durable ni stable.

Ce corps est usé,
nid de maladies, voué à la destruction.
Cette masse putride se disloque,
la vie finit par la mort.

À voir ces os
jetés là
comme des courges à l'automne,
gris comme des pigeons,
quelle joie pourrait-il y avoir ?

Cette cité faite d'os,
revêtue de chair et de sang,
abrite vieillissement et mort
et aussi orgueil et mépris.

Même les chars royaux, richement décorés,
finissent par se dégrader —
ainsi le corps succombe à la vieillesse.
Mais le Dhamma des nobles ne vieillit pas :
les sages le proclament aux sages.

L'homme qui n'écoute pas
croît comme un bœuf :
ses muscles se développent,
mais son discernement, non.

—Dhp 146-152

§20

Que ce soit en marchant, en se tenant debout,
assis ou couché,
il se plie et s'étire :
c'est le mouvement du corps.
Lié par des tendons et des os,
enduit de muscles et de peau, dissimulé sous la peau,
le corps n'est pas vu
pour ce qu'il est :
rempli d'intestins, rempli d'entrailles,
avec le foie,
la vessie, les poumons, le cœur,
les reins, la rate,
mucus, sueur, salive, graisse,
sang, liquide articulaire, bile et graisse huileuse.
En outre,
en neuf écoulements,

des immondices s'écoulent sans cesse :
des yeux : des sécrétions oculaires,
des oreilles : des sécrétions auriculaires,
du nez : du mucus,
de la bouche : tantôt du vomi,
tantôt du flegme,
tantôt de la bile;
du corps : des gouttes de sueur.
Et encore,
sa tête creuse est remplie de cervelle.

L'insensé, aveuglé par l'ignorance,
le trouve magnifique.
Mais lorsqu'il gît mort,
enflé, livide,
jeté dans un charnier,
même ses proches ne s'en soucient plus.
Les chiens s'en nourrissent,
les chacals, les loups et les vers.
Les corbeaux et les vautours s'en nourrissent,
ainsi que tous les autres animaux qui s'y trouvent

Ayant entendu les paroles de l'Éveillé,
le moine perspicace
comprend, car il voit les choses
telles qu'elles sont :
« Comme est ceci, ainsi est cela ;
comme est cela, ainsi est ceci. »
À l'intérieur comme à l'extérieur,
il devrait laisser le désir pour le corps s'éteindre.
Avec le désir et la passion éteints,
le moine perspicace arrive ici : au Sans-mort
au calme,
à l'état sans mort
au déliement.

Ce corps à deux pieds, sale, malodorant,
rempli de diverses carcasses,
suintant ici et là :
qui pourrait,
sur la base d'un corps comme celui-ci,
s'exalter soi-même ou rabaisser autrui ?

Qu'est-ce que cela,
sinon de l'aveuglement ?

—Sn. 1:11

§21

Que la vie est courte !
On meurt avant d'avoir atteint le siècle,
mais même si l'on vit au-delà,
on meurt de vieillesse.

Les gens se lamentent
sur ce qu'ils considèrent comme « mien »,
car rien de ce que l'on possède n'est constant,
et l'on ne possède rien constamment.⁹
Voyant cette séparation
telle qu'elle est,
on ne devrait pas mener la vie de foyer.

À sa mort, une personne abandonne
ce qu'elle considérait comme « mien ».
Réalissant cela, les sages
ne devraient pas s'attacher
au « mien ».

Tout comme un homme ne voit pas,
au réveil,
ce qu'il a vécu dans un rêve,
de même il ne voit pas,
quand ils sont morts
— leur temps écoulé —
ceux qui lui étaient chers.

Quand on les voit et qu'on les entend,
les gens sont appelés par tel ou tel nom,
mais seul le nom demeure
pour parler d'eux
quand ils sont morts.

Le chagrin, les lamentations et l'égoïsme ne sont pas abandonnés
par ceux qui sont avidement attachés au « mien » ;
alors les sages,
abandonnant leurs possessions,
voyant le Refuge sûr,
partent en errance.

Un moine, vivant retiré,

⁹ « Rien de ce qui est possédé n'est constant, rien n'est constamment possédé » — deux lectures de la phrase *na hi santi nicca pariggaha*.

jouissant d'une demeure isolée :
on dit que cela convient à celui qui,
en aucun domaine,
ne voudrait se mettre en avant.

Partout,
le sage
indépendant
ne tient rien pour cher ou pas cher.
En lui,
les lamentations et l'égoïsme,
comme l'eau sur un lotus blanc,
n'adhèrent pas.

Tout comme une goutte d'eau sur une feuille de lotus,
tout comme l'eau sur un lys rouge,
n'adhère pas,

ainsi le sage
n'adhère pas
à ce qui est vu, entendu ou ressenti ;
car, purifié,
il n'interprète pas
en relation
avec ce qui est vu, entendu ou ressenti.

D'aucune autre manière
il ne souhaite la pureté,
car il ne s'attache pas à la passion
et ne la rejette pas non plus.¹⁰

—Sn 4:6

§22

[Vénérable Kappa :]

Rempli de multiples familles d'impuretés,
grand producteur d'excréments,
tel un étang stagnant,
une énorme tumeur,
une vaste plaie,
gorgé de sang et de lymphe,

¹⁰ Nd.I : Un arahant a rejeté la passion une fois pour toutes, et n'a donc plus besoin de le faire à nouveau.

immergé dans un cloaque,
ruisselant de liquides — le corps
suinte l'ordure, sans cesse.

Lié par soixante tendons,
recouvert d'un enduit de muscles,
enveloppé d'une tunique de peau,
ce corps immonde n'a aucune valeur.

Enchaîné par des os,
cousu de fils de tendons,
il adopte ses diverses postures
du seul fait de son assemblage.

Marchant sûrement vers la mort,
en présence du Roi de la Mort,
l'homme qui apprend à s'en défaire ici même
va où il veut.

Recouvert d'ignorance,
le corps est ligoté par un quadruple lien¹¹,
noyé dans les flots¹²,
pris dans le filet des obsessions¹³,
uni aux cinq obstacles¹⁴,
livré aux pensées,
accompagné de la racine du désir,
coiffé du toit de l'illusion.

C'est ainsi que fonctionne le corps,
contraint par la compulsion du kamma,
mais son aboutissement mène
à la ruine.

Ses nombreux devenir mènent
à la ruine.

¹¹ Les quatre liens : l'avidité, la malveillance, l'attachement aux habitudes et aux pratiques, et l'obsession dogmatique des opinions.

¹² Les inondations : la passion pour la sensualité, le devenir, les opinions et l'ignorance.

¹³ Les obsessions : l'orgueil, l'ignorance, la luxure, l'aversion, l'incertitude, l'illusion et le désir ardent de devenir.

¹⁴ Les obstacles : le désir sensuel, la malveillance, la paresse et la torpeur, l'agitation et l'anxiété, et le doute.

Ceux qui s'attachent à ce corps comme s'il était le leur
— aveugles insensés, gens ordinaires —
remplissent l'horrible cimetière,
entrant dans un nouveau devenir.

Ceux qui demeurent sans attachement à ce corps
— comme ils le seraient à un serpent
recouvert d'excréments —
rejetant la racine du devenir¹⁵,
du fait de l'absence de fermentations,
seront totalement libérés.

— *Thag 10:5*

§23

[Nonne Ambapali :]

Mes cheveux étaient noirs
— noirs, couleur d'abeilles —
et bouclés aux extrémités ;
avec l'âge, ils ressemblaient à du chanvre grossier.
La vérité des paroles du Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Parfumée, comme un panier embaumé
rempli de fleurs : ma chevelure.
Avec l'âge, elle sentait le renfermé,
comme la fourrure d'un animal.
La vérité des paroles du Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Épaisse et luxuriante, telle une forêt bien entretenue,
magnifique, les pointes soigneusement
arrangées et fixées.
Avec l'âge, elle s'est raréfiée
et clairsemée par endroits.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Ornée d'or et d'épingles délicates,
elle était splendide, décorée de tresses.
Aujourd'hui, avec l'âge,
cette tête est devenue chauve.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité

¹⁵ La racine du devenir : le désir.

ne change pas.

Courbés, comme s'ils avaient été dessinés par un artiste,
mes sourcils étaient autrefois magnifiques.
Avec l'âge, ils s'affaissent en plis.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Rayonnants, brillants comme des bijoux,
mes yeux : allongés, noirs, d'un noir profond.
Avec l'âge, ils ne sont plus magnifiques.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Comme une pointe délicate, mon nez
était magnifique dans la fleur de l'âge.
Avec l'âge, il ressemble à un poivre long¹⁶.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Comme des bracelets bien faits et bien finis,
mes oreilles étaient autrefois magnifiques.
Avec l'âge, elles s'affaissent en plis.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Comme les bourgeons de bananier plantain,
mes dents étaient autrefois magnifiques.
Avec l'âge, elles sont cassées et jaunies.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Comme celle d'un coucou dans la jungle dense,
voltigeant à travers les épais fourrés de la forêt :
ma voix était douce.
Avec l'âge, elle se brise ici et là.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Lisse, comme une conque bien polie,
mon cou était autrefois magnifique.
Avec l'âge, il s'est affaissé, courbé.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité

¹⁶ Le « poivre long » (*pippalī* en pāli) est une plante indienne dont le fruit est allongé, ridé et irrégulier. La comparaison évoque ici un nez devenu mince, plissé et déformé par l'âge.

ne change pas.

Comme deux montants de porte arrondis,
mes bras étaient autrefois magnifiques.
Avec l'âge, ils ressemblent à des arbres pāali desséchés.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Ornées d'or et de délicates bagues,
mes mains étaient autrefois magnifiques.
Avec l'âge, elles ressemblent à des oignons et des tubercules.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Gonflés, ronds, fermes et hauts,
mes seins étaient autrefois magnifiques.
Dans la sécheresse de la vieillesse,
ils pendent comme de vieilles outres vides.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Comme une feuille d'or bien polie,
mon corps était splendide.
À présent, il est couvert de fines rides.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Lisses comme la trompe d'un éléphant,
mes cuisses étaient autrefois splendides.
Avec l'âge, elles ressemblent à du bambou noueux.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Ornés d'or et de délicats bracelets de cheville,
mes mollets étaient autrefois splendides.
Avec l'âge, ils ressemblent à des tiges de sésame.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Comme s'ils étaient rembourrés de coton doux,
mes deux pieds étaient autrefois splendides.
Avec l'âge, ils sont ratatinés et craquelés.
La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

Tel était cet amas physique.
Maintenant : décrépît, le siège de tant de douleurs.
Une maison dont tout le plâtre est tombé.

La vérité des paroles de Celui-qui-dit-la-vérité
ne change pas.

—Thig 13:1

§24

Ainsi ai-je entendu, le Bienheureux séjournait près de Savatthi, dans le monastère oriental, le palais de la mère de Migara. À cette occasion, le Bienheureux, sortant de sa retraite en fin d'après-midi, s'assit pour se réchauffer le dos au soleil couchant.

Alors le Vénérable Ananda se rendit auprès du Bienheureux et, à son arrivée, après s'être prosterné devant le Bienheureux, il lui massa les membres et dit : « C'est étonnant, Seigneur. C'est surprenant de voir que le teint du Bienheureux n'est plus aussi clair et lumineux ; ses membres sont flasques et ridés ; son dos est courbé vers l'avant ; il y a un changement perceptible dans ses facultés — la faculté de la vue, la faculté de l'ouïe, la faculté de l'odorat, la faculté du goût, la faculté du toucher. » « C'est ainsi, Ananda. Quand on est jeune, on est sujet au vieillissement ; quand on est en bonne santé, on est sujet à la maladie ; quand on est en vie, on est sujet à la mort. Le teint n'est plus aussi clair et lumineux ; les membres sont flasques et ridés ; le dos est penché ; on constate un changement perceptible dans les facultés : la faculté de la vue, la faculté de l'ouïe, la faculté de l'odorat, la faculté du goût, la faculté du toucher. » C'est ce qu'a dit le Bienheureux. Après avoir dit cela, le Bien-Allé, le Maître, poursuivit :

« Je te crache dessus, vieillesse —
vieillesse qui engendre la laideur.
L'image corporelle, si charmante,
est écrasée par la vieillesse.
Même ceux qui vivent jusqu'à cent ans
se dirigent tous vers une fin : la mort,
qui n'épargne personne,
qui écrase tout. »

—SN 48.41

§25

[Vénérable Kimbila:]

Comme envoyé par une malédiction,
il s'abat sur nous :
le vieillissement.
Le corps semble différent,
bien qu'il soit toujours le même.
Je suis toujours là
et je ne l'ai jamais quitté,
mais je me souviens de mon propre corps
comme s'il appartenait à un autre.

—Thag 1:118

La mort

§26

Ni dans les airs,
ni au milieu de la mer,
ni dans une crevasse entre les montagnes
— nulle part sur terre —
il n'existe d'endroit
où l'on puisse demeurer sans succomber
à la mort.

— *Dhp 128*

§27

Janussoni : « Je suis d'avis que personne, soumis à la mort, n'est sans crainte ni sans terreur face à la mort. »

Le Bouddha : « Il y a ceux qui, soumis à la mort, ont peur et sont terrifiés par la mort. Et il y a ceux qui, soumis à la mort, n'ont pas peur et ne sont pas terrifiés par la mort. »

« Et qui est cette personne qui, soumise à la mort, a peur et est terrifiée par la mort ? » Il y a le cas de la personne qui n'a pas abandonné la passion, le désir, l'attachement, la soif, la fièvre et la convoitise pour les plaisirs sensuels. Lorsqu'elle est atteinte d'une maladie grave, la pensée lui vient : « Oh, ces plaisirs sensuels bien-aimés vont m'être enlevés, et je vais en être arrachée ! » Elle se lamente et se tourmente, pleure, se frappe la poitrine et devient délirante...

« De plus, il y a le cas de la personne qui n'a pas abandonné la passion, le désir, l'attachement, la soif, la fièvre et la convoitise pour le corps. Lorsqu'elle est atteinte d'une maladie grave, la pensée lui vient : « Oh, mon corps bien-aimé va m'être enlevé, et je vais en être arrachée ! » Elle se lamente et se tourmente, pleure, se frappe la poitrine et devient délirante...

« De plus, il y a le cas de la personne qui n'a pas fait le bien, qui n'a pas agi avec habileté, qui n'a pas protégé ceux qui avaient peur, et qui a au contraire commis des actes mauvais, cruels et violents. Lorsqu'elle est atteinte d'une grave maladie, la pensée lui vient : « ... Après la mort, je me dirige vers la destination de ceux qui ont commis des actes mauvais, cruels et violents . » Elle se lamente et se tourmente, pleure, se frappe la poitrine et devient délirante...

« De plus, il y a le cas de la personne qui est dans le doute et la perplexité, qui n'est pas parvenue à la certitude concernant le Vrai Dhamma. Lorsqu'elle est atteinte d'une maladie grave, la pensée lui vient : « Comme je suis dans le doute et la perplexité ! Je n'ai pas atteint la certitude quant au Vrai Dhamma ! » Elle se lamente et se tourmente, pleure, se frappe la poitrine et devient délirante. C'est là une autre personne qui, soumise à la mort, a peur et est terrifiée par la mort.

« Et qui est cette personne qui, soumise à la mort, n'a pas peur et n'est pas terrifiée par la mort ? Il y a le cas de la personne qui a abandonné la passion, le désir, l'attachement, la soif, la fièvre et la convoitise pour les plaisirs sensuels ... qui a abandonné la passion, le désir, l'attachement, la soif, la fièvre et la convoitise pour le corps ... qui a fait ce qui est bon, ce qui est juste, qui a protégé ceux qui

avaient peur et qui n'a pas fait ce qui est mauvais, cruel ou violent ... qui n'a ni doute ni perplexité, qui est parvenue à la certitude concernant le Vrai Dhamma. Lorsqu'elle est atteinte d'une maladie grave... elle ne se lamente pas, n'est pas tourmentée, ne pleure pas, ne se frappe pas la poitrine et ne devient pas délirante. C'est là une autre personne qui, soumise à la mort, n'a pas peur et n'est pas terrifiée par la mort. »

—AN 4:184

La séparation

§28

« Un gain survient chez une personne ordinaire non instruite. Elle ne réfléchit pas :

“Un gain m'est survenu. Il est impermanent, source de souffrance et sujet au changement.”

Elle ne le discerne pas tel qu'il est réellement.

La perte survient... Le statut survient... La disgrâce survient... La censure survient... Les louanges surviennent... Le plaisir survient...

La douleur survient. Elle ne réfléchit pas : “La douleur m'est survenue. Elle est impermanente, source de souffrance et sujette au changement. “Elle ne la discerne pas telle qu'elle est réellement.

Son esprit reste accaparé par le gain. Son esprit reste accaparé par la perte... par le statut... par la disgrâce... par la censure... par les louanges... par le plaisir. Son esprit reste accaparé par la douleur.

Elle se réjouit du gain survenu et rejette la perte survenue. Elle se réjouit du statut survenu et rejette la disgrâce survenue. Elle se réjouit des louanges survenues et rejette la censure survenue. Elle se réjouit du plaisir survenu et rejette la douleur survenue. Comme elle est ainsi engagée dans la jouissance et le rejet, elle n'est pas libérée de la naissance, du vieillissement ou de la mort ; des chagrins, des lamentations, des douleurs, des détresses ou des désespoirs. Elle n'est pas libérée, je vous le dis, de la souffrance et du stress. »

« Or, un gain survient chez un noble disciple bien instruit. Il réfléchit : “Un gain m'est survenu. Il est impermanent, source de souffrance et sujet au changement.” Il le discerne tel qu'il est réellement.

La perte survient... Le statut survient... La disgrâce survient... La censure survient... Les louanges surviennent... Le plaisir survient...

La douleur survient. Il réfléchit : “La douleur m'est survenue. Elle est impermanente, source de souffrance et sujette au changement.” Il la perçoit telle qu'elle est réellement.

Son esprit ne reste pas accaparé par le gain. Son esprit ne reste pas accaparé par la perte... par le statut... par la disgrâce... par la censure... par les louanges... par le plaisir. Son esprit ne reste pas accaparé par la douleur. »

« Il ne se réjouit pas du gain survenu ni ne rejette la perte survenue. Il ne se réjouit pas du statut survenu ni ne rejette la disgrâce survenue. Il ne se réjouit pas des louanges survenues ni ne rejette la censure survenue. Il ne se réjouit pas du plaisir survenu ni ne rejette la douleur survenue.

Comme il abandonne ainsi la réjouissance et le rejet, il est libéré de la naissance, du vieillissement et de la mort ; des chagrins, des lamentations, des douleurs, des détresses et des désespoirs. Il est libéré, je vous le dis, de la souffrance et de la détresse.

C'est là la différence, c'est là la distinction, c'est là le facteur distinctif entre le noble disciple bien instruit et la personne ordinaire non instruite. »

Gain et perte,
statut et disgrâce,
censure et louanges,
plaisir et douleur :

ces conditions parmi les êtres humains
sont
inconstantes,
impermanentes,
sujettes au changement.
Sachant cela, la personne sage, attentive,
contemple ces conditions changeantes.
Les choses désirables ne charment pas l'esprit,
les choses indésirables ne suscitent aucune résistance.

Sa réjouissance
et son rejet
sont dissipés,
ont pris fin,
n'existent plus.

Connaissant l'état sans poussière, sans chagrin,
il discerne avec justesse,
est allé au-delà du devenir,
vers l'Autre Rive.

—AN 8:6

§29

« C'est à travers l'adversité que l'on peut connaître l'endurance d'une personne, et seulement après une longue période, pas une courte période ; par quelqu'un qui est attentif, non par quelqu'un qui est inattentif ; par quelqu'un qui est perspicace, non par quelqu'un qui ne l'est pas » : ainsi fut-il dit. Et en référence à quoi cela fut-il dit ?

« Il arrive qu'une personne, souffrant de la perte de proches, de la perte de richesse ou d'une maladie, ne réfléchisse pas : "C'est ainsi que les choses se passent quand on vit dans le monde. C'est ainsi que les choses se passent quand on acquiert une identité personnelle (attabhāva, littéralement "état du soi"). Quand on vit dans le monde, quand on acquiert une identité personnelle, ces huit

conditions mondaines font tourner le monde, et le monde court après ces huit conditions mondaines : gain, perte, statut, disgrâce, censure, louange, plaisir et douleur.”

Souffrant de la perte de proches, de la perte de richesse ou d’une maladie, elle s’afflige, se lamente, se frappe la poitrine et devient désespérée.

Et puis il y a le cas où une personne, souffrant de la perte de proches, de la perte de richesse ou d’une maladie, réfléchit : “C’est ainsi que les choses se passent quand on vit dans le monde. C’est ainsi que les choses se passent quand on acquiert une identité personnelle. Quand on vit dans le monde, quand on acquiert une identité personnelle, ces huit conditions mondaines font tourner le monde, et le monde court après ces huit conditions mondaines : gain, perte, statut, disgrâce, censure, louange, plaisir et douleur.”

Souffrant de la perte de proches, de la perte de richesse ou d’une maladie, elle ne s’afflige pas, ne se lamente pas, ne se frappe pas la poitrine et ne devient pas désespérée. »

« C’est à travers l’adversité que l’on peut connaître l’endurance d’une personne, et seulement après une longue période, pas une courte période ; par quelqu’un qui est attentif, non par quelqu’un qui est inattentif ; par quelqu’un qui est perspicace, non par quelqu’un qui ne l’est pas » : ainsi fut-il dit. Et c’est en référence à cela qu’il fut dit.

—AN 4:192

§30

En cette occasion, le fils unique et bien-aimé d’un certain disciple laïc était décédé. Alors, un grand nombre de disciples laïcs, les vêtements et les cheveux mouillés, se rendirent auprès du Bienheureux au milieu de la journée et, à leur arrivée, après s’être prosternés devant lui, s’assirent à l’écart. Alors qu’ils étaient assis là, le Bienheureux leur dit : « Pourquoi êtes-vous venus ici, les vêtements et les cheveux mouillés, au milieu de la journée ? »

Lorsque cela fut dit, le disciple laïc répondit au Bienheureux : « Mon fils unique, cher et bien-aimé, est mort. C’est pourquoi nous sommes venus ici, les vêtements et les cheveux mouillés, au milieu de la journée. »

Puis, ayant compris la portée de cela, le Bienheureux déclara :

Liés par l’attrait de ce qui semble cher,
les êtres célestes, la plupart des gens,
épuisés par la misère,
tombent sous l’emprise du Roi de la Mort.
Mais ceux qui, jour et nuit,
abandonnent avec vigilance ce qui semble cher,
déracinent la misère
à la racine —
L’appât de la mort
si difficile
à surmonter.

—Ud 2:7

§31

Ainsi ai-je entendu : un jour, le Bienheureux séjournait près de Savatthi, dans le bosquet de Jeta, au monastère d'Anathapindika. À cette époque, le fils unique et bien-aimé d'un certain chef de famille mourut. À cause de sa mort, le père n'avait plus envie de travailler ni de manger. Il allait sans cesse au cimetière et s'écriait : « Où es-tu parti, mon fils unique ? Où es-tu parti, mon fils, unique enfant ? »

Il se rendit alors auprès du Bienheureux et, à son arrivée, après s'être prosterné devant lui, il s'assit à l'écart. Alors qu'il était assis là, le Bienheureux lui dit : « Chef de famille, tes facultés ne sont pas celles d'une personne dont l'esprit est stable. Il y a un trouble dans tes facultés. »

« Seigneur, comment mes facultés pourraient-elles ne pas être troublées ? Mon fils unique, cher et bien-aimé, est mort. À cause de sa mort, je n'ai plus envie de travailler ni de manger. Je continue d'aller au cimetière et de crier : "Où es-tu parti, mon enfant unique ? Où es-tu parti, mon enfant unique ?" »

« C'est ainsi, chef de famille. C'est ainsi, car le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher. »

« Mais, Seigneur, qui pourrait jamais penser que le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher ? Le bonheur et la joie naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher. »

Alors le chef de famille, ne se réjouissant pas des paroles du Bienheureux, rejetant les paroles du Bienheureux, se leva de son siège et partit.

À ce moment-là, un grand nombre de parieurs jouaient aux dés non loin du Bienheureux. Le chef de famille s'approcha d'eux et, une fois arrivé, leur dit : « Tout à l'heure, vénérables messieurs, je me suis rendu auprès de Gotama le contemplatif et, une fois arrivé, je me suis prosterné devant lui et me suis assis à l'écart. Alors que j'étais assis là, Gotama le contemplatif me dit :

"Chef de famille, tes facultés ne sont pas celles d'une personne dont l'esprit est stable. Il y a un trouble dans tes facultés."

« Quand il eut dit cela, je lui répondis :

"Seigneur, comment mes facultés pourraient-elles ne pas être troublées ? Mon fils unique, cher et bien-aimé, est mort. À cause de sa mort, je n'ai plus envie de travailler ni de manger. Je continue d'aller au cimetière et de crier : "Où es-tu parti, mon enfant unique ? Où es-tu parti, mon enfant unique ?"

« C'est ainsi, chef de famille. C'est ainsi, car le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher."

« Mais, Seigneur, qui pourrait jamais penser que le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher ? Le bonheur et la joie naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher."

Alors, ne me réjouissant pas des paroles du Bienheureux, rejetant les paroles du Bienheureux, je me levai de mon siège et partis. »

« C'est ainsi, chef de famille, dirent les parieurs. C'est ainsi. Le bonheur et la joie naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher. »

Le chef de famille s'en alla donc en pensant : « Je suis d'accord avec les parieurs. » Finalement, cette conversation parvint jusqu'aux appartements privés du roi. Alors le roi Pasenadi de Kosala s'adressa à la reine Mallikā : « Mallikā, ton contemplatif, Gotama, a dit ceci : "Le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher." »

« Si cela a été dit par le Bienheureux, grand roi, alors c'est ainsi. »

« Peu importe ce que dit Gotama le contemplatif, Mallikā l'approuve aussitôt : "Si cela a été dit par le Bienheureux, grand roi, alors c'est ainsi." Tout comme, peu importe ce que dit son professeur, un élève l'approuve : "C'est ainsi, professeur. C'est ainsi." De la même manière, quoi que dise Gotama le contemplatif, Mallikā l'approuve aussitôt : "Si cela a été dit par le Bienheureux, grand roi, alors c'est ainsi." Va-t'en, Mallikā ! Hors de ma vue ! »

Alors la reine Mallikā appela le brahmane Nālijaṅgha : « Approchez, brahmane. Allez voir le Bienheureux et, à votre arrivée, en lui rendant hommage en posant votre tête à ses pieds en mon nom, demandez-lui s'il est exempt de maladie et d'affliction, s'il est libre de soucis, fort et s'il vit dans le confort, en disant : « La reine Mallikā, Seigneur, vous rend hommage en posant sa tête à vos pieds et vous demande si vous êtes exempt de maladie et d'affliction, si vous êtes libre de soucis, fort et si vous vivez dans le confort. » Et puis dites : « Seigneur, le Bienheureux a-t-il dit que le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher ? » Quoi que dise le Bienheureux, souvenez-vous-en bien et rapportez-le-moi. Car les Tathāgatas ne disent pas ce qui est faux. »

« Oui, madame », répondit le brahmane Nālijaṅgha à la reine Mallikā. Se rendant auprès du Bienheureux, il échangea avec lui des salutations de courtoisie. Après avoir échangé des salutations amicales et des politesses, il s'assit à l'écart. Alors qu'il était assis là, il dit au Bienheureux : « Maître Gotama, la reine Mallikā vous rend hommage en posant sa tête à vos pieds et vous demande si vous êtes exempt de maladie et d'affliction, si vous êtes libre de soucis, fort et si vous vivez dans le confort. Elle ajoute : "Seigneur, le Bienheureux a-t-il dit que le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher ?" »

« C'est ainsi, brahmane. C'est ainsi. Le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher. Et c'est à travers cette succession d'événements que l'on peut comprendre comment le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher. »

« Une fois, dans cette même Savatthi, il y avait une femme dont la mère mourut. À cause de la mort de sa mère, elle devint folle, perdit la raison et, errant de rue en rue, de carrefour en carrefour, disait : "Avez-vous vu ma mère ? Avez-vous vu ma mère ?" C'est à travers cette succession d'événements que l'on peut comprendre comment le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher. »

« Une fois, dans cette même Savatthi, il y avait une femme dont le père mourut... dont le frère mourut... dont la sœur mourut... dont le fils mourut... dont la fille mourut... dont le mari mourut. À cause de sa mort, elle devint folle, perdit la raison et, errant de rue en rue, de carrefour en carrefour, disait : "Avez-vous vu mon mari ? Avez-vous vu mon mari ?" C'est à travers cette succession d'événements que l'on peut comprendre comment le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher. »

« Une fois, dans cette même Savatthi, il y avait un homme dont la mère mourut. À cause de la mort de sa mère, il devint fou, perdit la raison et, errant de rue en rue, de carrefour en carrefour, disait : “Avez-vous vu ma mère ? Avez-vous vu ma mère ?” C’est à travers cette succession d’événements que l’on peut comprendre comment le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d’un être cher, jaillissent d’un être cher. »

« Une fois, dans cette même Savatthi, il y avait un homme dont le père mourut... dont le frère mourut... dont la sœur mourut... dont le fils mourut... dont la fille mourut... dont la femme mourut. À cause de la mort de sa femme, il devint fou, perdit la raison et, errant de rue en rue, de carrefour en carrefour, disait : “Avez-vous vu ma femme ? Avez-vous vu ma femme ?” C’est à travers cette succession d’événements que l’on peut comprendre comment le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d’un être cher, jaillissent d’un être cher. »

« Une fois, dans cette même Savatthi, il y avait une épouse qui se rendit chez ses proches. Ses proches, l’ayant séparée de son mari, voulaient la donner à un autre contre son gré. Elle dit alors à son mari : “Mes proches nous ont séparés et veulent me donner à un autre contre mon gré.” Sur ce, il la coupa en deux et s’ouvrit le ventre, pensant : “Nous serons morts ensemble.” C’est à travers cette succession d’événements que l’on peut comprendre comment le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d’un être cher, jaillissent d’un être cher. »

Alors le brahmane Nālijaṅgha, se réjouissant des paroles du Bienheureux et les approuvant, se leva de son siège et se rendit auprès de la reine Mallikā. À son arrivée, il lui rapporta tout ce qui avait été dit lors de sa conversation avec le Bienheureux.

La reine Mallikā se rendit alors auprès du roi Pasenadi de Kosala et, à son arrivée, lui dit : « Que pensez-vous, grand roi ? La princesse Vajiri vous est-elle chère ? »

« Oui, Mallikā, la princesse Vajiri m’est chère. »

« Et que pensez-vous ? Est-ce que le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir surgiraient en vous à la suite d’un changement ou d’une altération de la princesse Vajiri ? »

« Mallikā, tout changement ou altération de la princesse Vajiri signifierait une altération de ma propre vie. Comment le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir pourraient-ils ne pas surgir en moi ? »

« Grand roi, c’est en rapport avec cela que le Bienheureux — celui qui sait, celui qui voit, digne et pleinement éveillé — a dit : “Le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d’un être cher, jaillissent d’un être cher.”

« Maintenant, qu’en pensez-vous, grand roi ? La noble reine Vasabha vous est-elle chère ? ... Le général Vidudabha, votre fils, vous est-il cher ? ... Suis-je chère à votre cœur ? »

« Oui, Mallikā, vous m’êtes chère. »

« Et qu’en pensez-vous ? Le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir surgiraient-ils en vous à cause d’un changement ou d’une altération en moi ? »

« Mallikā, tout changement ou altération en vous signifierait une altération de ma propre vie. Comment le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir pourraient-ils ne pas surgir en moi ? »

« Grand roi, c'est en rapport avec cela que le Bienheureux — celui qui sait, celui qui voit, digne et pleinement éveillé — a dit : “Le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher.”

« Maintenant, qu'en pensez-vous, grand roi ? Les Kasis et les Kosalans vous sont-ils chers ? »

« Oui, Mallikā, les Kasis et les Kosalans me sont chers. C'est grâce à la puissance des Kasis et des Kosalans que nous utilisons le bois de santal de Kasi et que nous portons des guirlandes, des parfums et des onguents. »

« Et qu'en pensez-vous ? Le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir surgiraient-ils en vous à la suite d'un changement ou d'une altération chez les Kasis et les Kosalans? »

« Mallikā, tout changement ou altération chez les Kasis et les Kosalans signifierait une altération de ma propre vie. Comment le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir pourraient-ils ne pas surgir en moi ? »

« Grand roi, c'est en rapport avec cela que le Bienheureux — celui qui sait, celui qui voit, digne et pleinement éveillé — a dit : “Le chagrin, les lamentations, la douleur, la détresse et le désespoir naissent d'un être cher, jaillissent d'un être cher.” »

« C'est étonnant, Mallikā. C'est stupéfiant : comme la vision du Bienheureux est profonde, ayant, pour ainsi dire, pénétré par le discernement. Viens, Mallikā, donne-moi l'eau pour mes ablutions. »

Puis le roi Pasenadi de Kosala, se levant de son siège et arrangeant sa robe supérieure sur une épaule, rendit hommage au Bienheureux en joignant les mains devant son cœur et s'exclama trois fois :

*« Hommage au Bienheureux, digne et pleinement éveillé !
Hommage au Bienheureux, digne et pleinement éveillé !
Hommage au Bienheureux, digne et pleinement éveillé ! »*

3. La vigilance

§32

La vigilance est le chemin vers le Sans-mort ;
la négligence est le chemin vers la mort.
Les vigilants ne meurent pas ;
les négligents sont comme
déjà morts.

—Dhp 21

§33

« Tout comme les empreintes de tous les animaux à pattes sont englobées dans l’empreinte de l’éléphant, et l’empreinte de l’éléphant est considérée comme la prééminente parmi elles par sa taille ; de la même manière, toutes les qualités salutaires sont enracinées dans la vigilance, convergent dans la vigilance, et la vigilance est considérée comme prééminente parmi elles ...

Tout comme la lumière de toutes les constellations n’égale pas un seizième de la lumière de la lune, et la lumière de la lune est considérée comme prééminente parmi elles ; de la même manière, toutes les qualités salutaires sont enracinées dans la vigilance, convergent dans la vigilance, et la vigilance est considérée comme prééminente parmi elles. »

—AN 10:15

§34

« Et qu’est-ce que la vigilance ? C’est lorsqu’un moine protège son esprit contre les fermentations (mentales) et les qualités (mentales) accompagnées de fermentations. Lorsque son esprit est protégé contre les fermentations et les qualités accompagnées de fermentations, la faculté de confiance atteint son plein développement. La faculté de persévérance... la pleine conscience... la concentration... le discernement atteignent leur plein développement. »

—SN 48:56

§35

« Il y a cinq réalités sur lesquelles il faut souvent réfléchir, que l’on soit femme ou homme, laïc ou ordonné. Quelles sont ces cinq réalités ? “Je suis sujet au vieillissement, je ne suis pas allé au-delà du vieillissement.” C’est la première réalité sur laquelle il convient de réfléchir souvent...

“Je suis sujet à la maladie, je ne suis pas allé au-delà de la maladie”...

“Je suis sujet à la mort, je ne suis pas allé au-delà de la mort”...

“Je changerai et me séparerai de tout ce qui m’est cher et agréable”...

“Je suis le propriétaire de mes actions [kamma], l’héritier de mes actions, né de mes actions, lié à mes actions, et mes actions sont mon juge. Quoi que je fasse, pour le bien ou pour le mal, j’en serai l’héritier”...

Ce sont là les cinq réalités sur lesquelles il faut souvent réfléchir, que l’on soit femme ou homme, laïc ou ordonné.

« Maintenant, pour quelle raison devrait-on réfléchir souvent à ceci : “Je suis sujet au vieillissement, je ne suis pas allé au-delà du vieillissement” ? Il y a des êtres qui sont intoxiqués par l’ivresse (typique) de la jeunesse. À cause de cette ivresse, ils se comportent mal par le corps... par la parole... et par l’esprit. Mais lorsqu’ils réfléchissent souvent à ce fait, cette ivresse de la jeunesse sera soit entièrement abandonnée, soit affaiblie... »

« Maintenant, pour quelle raison devrait-on réfléchir souvent à ceci : “Je suis sujet à la maladie, je ne suis pas allé au-delà de la maladie” ? Il y a des êtres qui sont intoxiqués par l’ivresse (typique) de la santé. À cause de cette ivresse, ils se comportent mal par le corps... par la parole... et par l’esprit. Mais lorsqu’ils réfléchissent souvent à ce fait, cette ivresse de la santé sera soit entièrement abandonnée, soit affaiblie... »

« Maintenant, pour quelle raison devrait-on réfléchir souvent à ceci : “Je suis sujet à la mort, je ne suis pas allé au-delà de la mort” ? Il y a des êtres qui sont intoxiqués par l’ivresse pour la vie (typique) d’une personne vivante. À cause de cette ivresse, ils se comportent mal par le corps... par la parole... et par l’esprit. Mais lorsqu’ils réfléchissent souvent à ce fait, cette ivresse pour la vie sera soit entièrement abandonnée, soit affaiblie... »

« Maintenant, pour quelle raison devrait-on réfléchir souvent à ceci : “Je changerai et me séparerai de tout ce qui m’est cher et agréable” ? Il y a des êtres qui éprouvent du désir et de la passion pour les choses qui leur sont chères et qui les attirent. À cause de cette passion, ils se comportent mal par le corps... par la parole... et par l’esprit. Mais lorsqu’ils réfléchissent souvent à ce fait, ce désir et cette passion pour les choses qui leur sont chères et qui les attirent seront soit entièrement abandonnés, soit affaiblis... »

« Maintenant, pour quelle raison devrait-on réfléchir souvent à ceci : “Je suis le propriétaire de mes actions [kamma], l’héritier de mes actions, né de mes actions, lié à mes actions, et mes actions sont mon juge. Quoi que je fasse, pour le bien ou pour le mal, j’en serai l’héritier” ? Il y a des êtres qui se comportent mal par le corps... par la parole... et par l’esprit. Mais lorsqu’ils réfléchissent souvent à ce fait, ces mauvais comportements par le corps, par la parole et par l’esprit seront soit entièrement abandonnés, soit affaiblis... »

« Or, un disciple des nobles considère ceci : “Je ne suis pas le seul à être soumis au vieillissement, à ne pas être allé au-delà du vieillissement. Dans la mesure où il existe des êtres, passés et futurs, mourant et renaissant, tous les êtres sont soumis au vieillissement, ne sont pas allés au-delà du vieillissement.” Quand il réfléchit souvent à cela, les facteurs de la voie prennent naissance. Il s’en tient à cette voie, la développe, la cultive. En s’en tenant à cette voie, en la développant et en la cultivant, les entraves sont abandonnées, les obsessions détruites.

« De plus, un disciple des nobles considère ceci : “Je ne suis pas le seul à être sujet à la maladie, à ne pas être allé au-delà de la maladie”... “Je ne suis pas le seul à être sujet à la mort, à ne pas être allé au-delà de la mort”... “Je ne suis pas le seul qui changera et se séparera de tout ce qui m’est cher et attrayant”... »

« De plus, un disciple des nobles considère ceci : “Je suis le propriétaire de mes actions [kamma], l’héritier de mes actions, né de mes actions, lié à mes actions, et mes actions sont mon juge. Quoi que je fasse, pour le bien ou pour le mal, j’en serai l’héritier.” Dans la mesure où il existe des êtres, passés et futurs, mourant et renaissant, tous les êtres sont propriétaires de leurs actions, héritiers de leurs actions, nés de leurs actions, liés à leurs actions, et ont leurs actions pour juge. Quoi qu’ils fassent, pour le bien ou pour le mal, ils en seront les héritiers. Quand il réfléchit souvent à cela, les facteurs de la voie prennent naissance. Il s’en tient à cette voie, la développe, la cultive. En s’en tenant à cette voie, en la développant et en la cultivant, les entraves sont abandonnées, les obsessions détruites.

« Sujets à la naissance, sujets au vieillissement,
sujets à la mort,
les gens ordinaires
sont rebutés par ceux qui souffrent
de ce à quoi eux-mêmes sont sujets.
Mais si j’étais rebuté
par des êtres soumis à ces choses,
cela ne serait pas convenable pour moi,
moi qui vis comme eux. »

En maintenant cette attitude —
connaissant le Dhamma
sans attachement —
j’ai surmonté toute ivresse
de la santé, de la jeunesse et de la vie,
comme quelqu’un qui voit
le renoncement comme une sécurité.

Pour moi, l’énergie a surgi,
j’ai clairement vu la délivrance.
Désormais, je ne pourrai plus
m’adonner aux plaisirs sensuels.
Ayant suivi la vie sainte,
je ne reviendrai plus. »

—AN 5:57

§36

« Moines, je vivais dans le raffinement, le raffinement extrême, le raffinement total. Mon père avait même fait aménager dans notre palais des étangs de lotus : un où fleurissaient des lotus rouges, un où fleurissaient des lotus blancs, un où fleurissaient des lotus bleus, tout cela pour moi. Je

n'utilisais aucun bois de santal qui ne vînt de Varanasi. Mon turban venait de Varanasi, tout comme ma tunique, mes vêtements inférieurs et mon vêtement extérieur. Une ombrelle blanche était tenue au-dessus de moi jour et nuit pour me protéger du froid, de la chaleur, de la poussière, des souillures et de la rosée. »

« J'avais trois palais : un pour la saison froide, un pour la saison chaude et un pour la saison des pluies. Pendant les quatre mois de la saison des pluies, je me divertissais dans le palais de la saison des pluies avec des ménestrels, sans qu'il y eût parmi eux un seul homme, et je ne quittais pas le palais. Alors que, dans les maisons d'autrui, les serviteurs, les domestiques et les dépendants étaient nourris de soupe de lentilles et de riz brisé, dans la maison de mon père, les serviteurs, les domestiques et les dépendants étaient nourris de blé, de riz et de viande. »

« Même si j'étais doté d'une telle fortune, d'un tel raffinement, cette pensée me vint à l'esprit : "Lorsqu'une personne ordinaire, sans instruction, elle-même soumise au vieillissement et n'étant pas allée au-delà du vieillissement, voit une autre personne âgée, elle est horrifiée, humiliée et dégoûtée, oubliant qu'elle aussi est soumise au vieillissement et n'est pas allée au-delà du vieillissement. Si moi-même, soumis au vieillissement et n'étant pas allé au-delà du vieillissement, je devais être horrifié, humilié et dégoûté en voyant une autre personne âgée, cela ne serait pas convenable pour moi." Lorsque je m'en rendis compte, l'ivresse de la jeunesse disparut entièrement.

« Même si j'étais doté d'une telle fortune, d'un tel raffinement, cette pensée me vint à l'esprit : "Lorsqu'une personne ordinaire, sans instruction, elle-même soumise à la maladie et n'étant pas allée au-delà de la maladie, voit une autre personne malade, elle est horrifiée, humiliée et dégoûtée, oubliant qu'elle aussi est soumise à la maladie et n'est pas allée au-delà de la maladie. Si moi-même, soumis à la maladie et n'étant pas allé au-delà de la maladie, je devais être horrifié, humilié et dégoûté en voyant une autre personne malade, cela ne serait pas convenable pour moi." Lorsque je m'en rendis compte, l'ivresse de la santé disparut entièrement.

« Même si j'étais doté d'une telle fortune, d'un tel raffinement, cette pensée me vint à l'esprit : "Lorsqu'une personne ordinaire, sans instruction, elle-même soumise à la mort et n'étant pas allée au-delà de la mort, voit une autre personne morte, elle est horrifiée, humiliée et dégoûtée, oubliant qu'elle aussi est soumise à la mort et n'est pas allée au-delà de la mort. Si moi-même, soumis à la mort et n'étant pas allé au-delà de la mort, je devais être horrifié, humilié et dégoûté en voyant une autre personne morte, cela ne serait pas convenable pour moi." Lorsque je m'en rendis compte, l'ivresse de la vie disparut entièrement.

« Moines, il existe trois formes d'ivresse. Lesquelles ? L'ivresse de la jeunesse, l'ivresse de la santé, l'ivresse de la vie.

« Grisée par l'ivresse de la jeunesse, une personne ordinaire et sans instruction se livre à une mauvaise conduite par le corps, par la parole et par l'esprit. S'étant livrée à une mauvaise conduite par le corps, par la parole et par l'esprit, elle réapparaît, à la dissolution du corps, après la mort, dans le plan de la privation, la mauvaise destination, les royaumes inférieurs, en enfer. »

« Grisée par l'ivresse de la santé, une personne ordinaire et sans instruction se livre à une mauvaise conduite par le corps, par la parole et par l'esprit. S'étant livrée à une mauvaise conduite par le corps, par la parole et par l'esprit, elle réapparaît, à la dissolution du corps, après la mort, dans le plan de la privation, la mauvaise destination, les royaumes inférieurs, en enfer. »

« Grisée par l'ivresse de la vie, une personne ordinaire et sans instruction se livre à une mauvaise conduite par le corps, par la parole et par l'esprit. S'étant livrée à une mauvaise conduite par le corps, par la parole et par l'esprit, elle réapparaît, à la dissolution du corps, après la mort, dans le plan de la privation, la mauvaise destination, les royaumes inférieurs, en enfer. »

« Enivré par la jeunesse, un moine abandonne sa formation et retourne à une vie mondaine. Enivré par la santé, un moine abandonne sa formation et retourne à une vie mondaine. Enivré par la vie, un moine abandonne sa formation et retourne à une vie mondaine. »

« Sujets à la naissance, sujets au vieillissement,
sujets à la mort,
les gens ordinaires
sont rebutés par ceux qui souffrent
de ce à quoi eux-mêmes sont sujets.
Mais si j'étais rebuté
par des êtres soumis à ces choses,
cela ne serait pas convenable pour moi,
moi qui vis comme eux. »

En maintenant cette attitude,
connaissant le Dhamma
sans attachement,
j'ai surmonté toute ivresse
de la santé, de la jeunesse et de la vie,
comme quelqu'un qui voit
le renoncement comme une sécurité.

Pour moi, l'énergie a surgi,
j'ai clairement vu la délivrance.
Désormais, je ne pourrai plus
m'adonner aux plaisirs sensuels.
Ayant suivi la vie sainte,
je ne reviendrai plus.

—AN 3:39

§37

[Vénérable Raṭṭhapāla:]

Je vois dans le monde
des gens riches
qui, par ignorance,
ne font pas don
des trésors qu'ils ont acquis.
Avides, ils les amassent,
espérant encore plus
de plaisirs sensuels.

Un roi qui, par la force,

a conquis le monde
et règne sur la terre
jusqu'aux rives de l'océan,
insatisfait du rivage proche,
aspire encore
au rivage lointain.

Les rois et bien d'autres,
beaucoup de gens,
meurent avec un désir
inassouvi ; jamais rassasiés,
ils quittent leur corps,
n'ayant pas eu assez
des plaisirs sensuels de ce monde.

Les proches pleurent
et s'arrachent les cheveux.
« Oh, malheur, notre bien-aimé est mort ! » s'écrient-ils. Ils l'emportent,
enveloppé dans un morceau de tissu,
et le placent
sur un bûcher,
puis y mettent le feu.

Ainsi il brûle, attisé avec des bâtons,
dans un seul morceau de tissu,
laissant derrière lui tous ses biens.
Ni les proches, ni les amis, ni les compagnons
ne sont un refuge pour celui qui est mort.

Ses héritiers se partagent sa fortune,
tandis que l'être poursuit sa route selon son kamma.
Aucune richesse
ne suit le mort,
ni enfants, ni épouses,
ni pouvoir, ni richesses.

Une longue vie
ne s'achète pas par la richesse,
et le vieillissement
ne se repousse pas par des trésors.
Les sages disent que cette vie
ne vaut presque rien,
impermanente,
sujette au changement.

Le riche et le pauvre
sont touchés par la mort.

Les sots et les sages
le sont aussi.
Mais tandis que les sots gisent comme terrassés par leur folie,
les sages ne tremblent pas
lorsque la mort les atteint.

Ainsi, le discernement par lequel
l'on atteint l'accomplissement
est meilleur que la richesse,
car ceux qui n'ont pas atteint cet accomplissement
passent d'existence en existence,
par ignorance,
commettant de mauvaises actions.

On va dans un ventre maternel,
puis dans le monde suivant,
tombant dans l'errance de vie en vie,
toujours une chose après l'autre,
et ceux qui ont peu de discernement,
attachés à une seule vue,
vont aussi dans un ventre maternel
et dans le monde suivant.

Tout comme un malfaiteur,
surpris en flagrant délit d'effraction,
est détruit
par son propre acte,
ainsi les personnes malfaisantes,
après leur mort, dans l'autre existence,
sont détruites
par leurs propres actes.

Les plaisirs sensuels,
variés,
séduisants,
agréables,
perturbent l'esprit de diverses manières.
Voyant les dangers des objets des sens :
c'est pourquoi, ô roi, j'ai quitté la vie de foyer.

Tout comme des fruits, les êtres tombent,
jeunes et vieux,
à la dissolution du corps.
Sachant cela, ô roi,
j'ai quitté la vie de foyer.
La vie contemplative est assurément meilleure.

§38

[Nonne Mittakālī :]

J'ai quitté la vie de foyer par conviction,
pour entrer dans la vie sans foyer ;
j'ai vagabondé ici et là,
avide d'hommages et de gains.
Perdant de vue le but suprême,
j'en ai poursuivi un plus médiocre.
Sous l'emprise des souillures,
j'ai abandonné le but
de la vie contemplative.
Puis, assise dans ma demeure,
j'ai soudain repris mes esprits :

Je suis sur une voie misérable.
Je suis sous l'emprise
du désir.
Ma vie ne vaut presque rien,
écrasée
par le vieillissement et la maladie.
Avant que mon corps ne se décompose,
je n'ai pas de temps à perdre dans la négligence.

Après avoir observé, tels qu'ils sont,
les agrégats apparaître et disparaître,
je me suis levée, l'esprit libéré,
l'enseignement de l'Éveillé
a été mené à son terme.

— *Thig 5:6*

Le vieillissement

§39

Roi Koravya : « Maître Ratthapāla, vous dites : “Le monde est emporté. Il ne dure pas.” Comment faut-il comprendre le sens de cette déclaration ? »

Vénérable Ratthapāla : « Qu'en pensez-vous, grand roi ? Lorsque vous aviez vingt ou vingt-cinq ans, expert à monter des éléphants et des chevaux, à conduire un char, au tir à l'arc, au maniement de l'épée, étiez-vous fort des bras et des cuisses, en bonne forme physique, aguerri au combat ? »

Roi Koravya : « Oui, Maître Ratthapāla, quand j'avais vingt ou vingt-cinq ans... j'étais fort des bras et des cuisses, en bonne forme physique, aguerri au combat. C'était comme si j'avais des pouvoirs surnaturels. Je ne voyais personne qui m'égalait en force. »

Vénérable Ratthapāla : « Et qu'en pensez-vous, grand roi ? Êtes-vous encore aujourd'hui aussi fort des bras et des cuisses, en aussi bonne forme physique et aussi aguerri au combat ? »

Roi Koravya : « Pas du tout, Maître Ratthapāla. Je suis maintenant un vieil homme faible, avancé en âge, arrivé au dernier stade de la vie, âgé de quatre-vingts ans. Parfois, en pensant : "Je vais poser mon pied ici", je le pose ailleurs. »

Vénérable Ratthapāla : « C'est en rapport avec cela, grand roi, que le Bienheureux, qui sait et voit, digne et pleinement éveillé, a dit "Le monde est emporté. Il ne dure pas." Ayant su, vu et entendu cela, j'ai quitté la vie de foyer pour une vie d'errance. »

— MN 82

§40

« Il y a le cas où un moine se rappelle ceci : "À présent je suis jeune, aux cheveux noirs, doté des bienfaits de la jeunesse dans la première phase de la vie. Mais le temps viendra où ce corps sera accablé par la vieillesse. Quand on est assailli par la vieillesse et la décrépitude, il n'est pas facile de prêter attention aux enseignements du Bouddha. Il n'est pas facile de vivre dans des demeures isolées, dans la forêt ou dans des régions sauvages.

Avant que cette chose indésirable, désagréable et déplaisante ne se produise, que je fasse d'abord un effort pour atteindre ce qui n'a pas encore été atteint, parvenir à ce à quoi je ne suis pas encore parvenu, réaliser ce qui n'a pas encore été réalisé, afin que, doté de ce Dhamma, je vive en paix même lorsque je serai vieux." »

— AN 5:78

La maladie

§41

Roi Koravya : « Or, dans cette cour royale, il y a des troupes d'éléphants, des cavaliers, des chars et de l'infanterie qui servent à nous défendre contre les dangers. Et pourtant, vous dites : "Le monde est sans abri, sans protecteur." Comment faut-il comprendre le sens de cette déclaration ? »

Vénérable Ratthapāla : « Qu'en pensez-vous, grand roi ? Souffrez-vous d'une maladie qui revient souvent ? »

Roi Koravya : « Oui, Maître Ratthapāla, je souffre d'une maladie qui revient souvent, elle est due au vent. Parfois, mes amis et conseillers, mes parents et mes proches, se tiennent autour de moi en disant : "Cette fois, Roi Koravya va mourir. Cette fois, Roi Koravya va mourir." »

Vénérable Ratthapāla : « Et qu'en pensez-vous, grand roi ? Pouvez-vous dire à vos amis et conseillers, à vos parents et vos proches : "Mes amis et conseillers, mes parents et mes proches, je vous ordonne : vous tous qui êtes présents, partagez cette douleur afin que je la ressente moins" ? Ou devez-vous ressentir cette douleur seul ? »

Roi Koravya : « Oh non, Maître Ratthapāla, je ne peux pas dire à mes amis et conseillers, à mes parents et mes proches : “Vous tous qui êtes présents, partagez cette douleur afin que je la ressente moins.” Je dois ressentir cette douleur seul. »

Vénérable Ratthapāla : « C'est en rapport avec cela, grand roi, que le Bienheureux, qui sait et voit, digne et pleinement éveillé, a dit : “Le monde est sans refuge, sans protecteur.” Ayant su, vu et entendu cela, j'ai quitté la vie de foyer pour une vie d'errance. »

—MN 82

§42

« Il y a le cas où un moine se rappelle ceci : “À présent je suis libre de toute maladie et de tout inconfort, doté d'une bonne digestion : ni trop froid, ni trop chaud, d'une force et d'une tolérance moyennes. Mais le temps viendra où ce corps sera en proie à la maladie. Quand on est assailli par la maladie, il n'est pas facile de prêter attention aux enseignements du Bouddha. Il n'est pas facile de vivre dans des demeures isolées, dans la forêt ou dans des régions sauvages.

Avant que cette chose indésirable, désagréable et déplaisante ne se produise, que je fasse d'abord un effort pour atteindre ce qui n'a pas encore été atteint, parvenir à ce à quoi je ne suis pas encore parvenu, réaliser ce qui n'a pas encore été réalisé, afin que, doté de ce Dhamma, je vive en paix même lorsque je serai malade.” »

— AN 5:78

§43

« Il y a le cas où un moine tombe légèrement malade. La pensée lui vient : “Je suis tombé légèrement malade. J'ai besoin de m'allonger.” Il s'allonge donc. Il ne fait aucun effort pour atteindre ce qu'il n'a pas encore atteint, parvenir à ce à quoi il n'est pas encore parvenu, réaliser ce qu'il n'a pas encore réalisé. C'est la septième cause de paresse.

« Il y a aussi le cas où un moine se remet de sa maladie, peu de temps après sa guérison. Il se dit alors : “Je me suis remis de ma maladie. Cela ne fait pas longtemps que je suis guéri. Mon corps est faible et inapte au travail. Pourquoi ne pas m'allonger ?” Il s'allonge donc. Il ne fait aucun effort pour atteindre ce qu'il n'a pas encore atteint, parvenir à ce à quoi il n'est pas encore parvenu, réaliser ce qu'il n'a pas encore réalisé. C'est la huitième cause de paresse... »

« Il y a aussi le cas où un moine tombe légèrement malade. Il se dit alors : « Je suis tombé légèrement malade. Il est possible que cela empire. Pourquoi ne pas faire un effort dès maintenant pour atteindre ce que je n'ai pas encore atteint, parvenir à ce à quoi je ne suis pas encore parvenu, réaliser ce que je n'ai pas encore été réalisé ? » Il fait donc un effort pour atteindre ce qu'il n'a pas encore atteint, parvenir à ce à quoi il n'est pas encore parvenu, réaliser ce qu'il n'a pas encore réalisé. C'est la septième la cause de l'éveil de l'énergie.

« Il y a aussi le cas où un moine se remet de sa maladie, peu de temps après sa guérison. La pensée lui vient : « Je me suis remis de ma maladie. Cela ne fait pas longtemps que je me suis remis. Il est possible que la maladie revienne. Pourquoi ne pas faire un effort à l'avance pour atteindre ce que je n'ai pas encore été atteint, parvenir à ce à quoi je ne suis pas encore parvenu, réaliser ce que je n'ai pas encore été réalisé ? » Il fait donc un effort pour atteindre ce qu'il n'a pas encore atteint,

parvenir à ce à quoi il n'est pas encore parvenu, réaliser ce qu'il n'a pas encore réalisé. C'est la huitième la cause de l'éveil de l'énergie.

—AN 8:80

§44

[Nonne Dhamma:]

Errant en quête d'aumônes,
faible, m'appuyant sur un bâton,
les membres tremblants,
je suis tombée là, sur le sol.
Voyant les désavantages du corps,
mon esprit fut alors
libéré.

—Thig 1:17

La mort

§45

Roi Koravya : « À présent, dans cette cour royale, il y a une grande quantité d'or et d'argent cachée sous terre et dans des coffres aménagés sous les toits. Et pourtant, vous dites : "Le monde est sans propriétaire. Il faut partir en laissant tout derrière soi." Comment faut-il comprendre le sens de cette déclaration ? »

Vénérable Ratthapāla : « Qu'en pensez-vous, grand roi ? Alors que vous jouissez actuellement des plaisirs des cinq sens, pouvez-vous dire : "Même dans l'au-delà, je jouirai de la même manière, comblé des mêmes plaisirs des cinq sens" ? Ou bien cette richesse reviendra-t-elle à d'autres, tandis que vous vous en irez conformément à votre kamma ? »

Roi Koravya : « Oh, non, Maître Ratthapāla, je ne peux pas dire : "Même dans l'au-delà, je jouirai de la même manière, comblé des mêmes plaisirs des cinq sens." Cette richesse reviendra à d'autres, tandis que je m'en irai conformément à mon kamma. »

Vénérable Ratthapāla : « C'est en rapport avec cela, grand roi, que le Bienheureux, qui sait et voit, digne et pleinement éveillé, a dit : "Le monde est sans propriétaire. Il faut partir en laissant tout derrière soi." Ayant su, vu et entendu cela, j'ai quitté la vie de foyer pour une vie d'errance. »

—MN 82

§46

Alors, le roi Pāsenadi de Kosala s'approcha du Bienheureux au milieu de la journée et, à son arrivée, après s'être prosterné, il s'assit à l'écart. Alors qu'il était assis là, le Bienheureux lui dit : « Eh bien, grand roi, d'où venez-vous au milieu de la journée ? »

« À l'instant, seigneur, j'étais occupé par les affaires royales typiques des nobles guerriers consacrés, grisés par l'ivresse de la souveraineté, dominés par la soif des plaisirs sensuels, qui exercent un pouvoir bien établi sur leur pays et qui règnent après avoir conquis un vaste territoire sur la terre. »

« Qu'en pensez-vous, grand roi ? Supposons qu'un homme, digne de confiance et sûr, vienne à vous de l'est et vous dise à son arrivée : "Si cela vous convient, Votre Majesté, sachez que je viens de l'est. Là-bas, j'ai vu une grande montagne, aussi haute que les nuages, venir dans cette direction, écrasant tous les êtres vivants sur son passage. Faites ce que vous jugez nécessaire." Puis un deuxième homme viendrait vous voir de l'ouest... Puis un troisième homme viendrait vous voir du nord... Puis un quatrième homme viendrait vous voir du sud et, à son arrivée, vous dirait : "Si cela vous convient, Votre Majesté, sachez que je viens du sud. Là-bas, j'ai vu une grande montagne, aussi haute que les nuages, venir dans cette direction, écrasant tous les êtres vivants. Faites ce que vous jugez nécessaire." Si, grand roi, un tel péril devait survenir, une destruction de vies humaines si terrible destruction, l'état humain étant si difficile à obtenir, que faudrait-il faire ? »

« Si, Seigneur, un tel péril devait se présenter, une telle destruction terrible de vies humaines, l'état humain étant si difficile à obtenir, que pourrait-on faire d'autre que suivre la voie du Dhamma, la bonne conduite, les actions habiles, les actions méritoires ? »

« Je vous informe, grand roi, je vous annonce, grand roi : le vieillissement et la mort s'approchent de vous. Lorsque le vieillissement et la mort s'approchent de vous, que faut-il faire ? »

« Alors que le vieillissement et la mort s'approchent de moi, Seigneur, que faire d'autre que suivre la voie du Dhamma, la bonne conduite, les actions habiles, les actions méritoires ? »

« Il existe, Seigneur, des batailles d'éléphants menées par des rois guerriers nobles et consacrés, grisés par la souveraineté, dominés par la soif des plaisirs sensuels, qui exercent un pouvoir bien établi sur leur pays et qui règnent après avoir conquis un vaste territoire sur la terre ; mais ces batailles d'éléphants sont inutiles, elles n'ont aucune raison d'être, lorsque le vieillissement et la mort approchent. Il y a des batailles de cavalerie... des batailles de chars... des batailles d'infanterie... mais ces batailles d'infanterie ne servent à rien, elles n'ont aucune raison d'être, lorsque le vieillissement et la mort approchent. Dans cette cour royale, il y a des conseillers qui, lorsque les ennemis arrivent, sont capables de les diviser par leur intelligence ; mais ces combats d'ingéniosité ne servent à rien, elles n'ont aucune raison d'être, lorsque le vieillissement et la mort approchent.

Dans cette cour royale, il y a des trésors et de l'or abondants stockés dans des coffres et des dépôts, et, avec une telle richesse, nous sommes capables d'acheter nos ennemis lorsqu'ils viennent ; mais ces combats par la richesse ne servent à rien, ils n'ont aucune raison d'être, lorsque le vieillissement et la mort approchent. Alors que le vieillissement et la mort approchent, Seigneur, que faire d'autre que suivre la voie du Dhamma, la bonne conduite, les actions habiles, les actions méritoires ? »

« Il en est ainsi, grand roi ! Il en est ainsi, grand roi ! Alors que le vieillissement et la mort s'approchent de vous, que faire d'autre que suivre la voie du Dhamma, la bonne conduite, les actions habiles, les actions méritoires ? »

C'est ce que dit le Bienheureux. Après avoir dit cela, le Bien-Allé, le Maître, ajouta :

« Comme d'énormes rochers,
des montagnes pressées contre le ciel,
envahissant de tous côtés,
écrasant les quatre directions,
ainsi le vieillissement et la mort
s'abattent sur les êtres vivants :
nobles guerriers, brahmanes, marchands,
gens du peuple, hors-castes,
elles n'épargnent rien,
elles piétinent tout.

Ici, les troupes d'éléphants ne peuvent tenir leur position,
pas plus que les chars ou l'infanterie,
ni l'ingéniosité,
ni la richesse. »

Ainsi, une personne sage,
veillant à son propre bien,
inébranlable, établit sa confiance
dans le Bouddha, le Dhamma et le Sangha.

Celui qui pratique le Dhamma
en pensées, en paroles et en actes
reçoit des louanges ici-bas
et, après la mort, se réjouit au ciel.

—SN 3:25

§47

« Ici je passerai la saison des pluies,
ici l'hiver, ici l'été —
ainsi pense l'insensé,
sans voir le danger.

L'homme ivre de ses fils et de son bétail,
l'esprit emmêlé,
la mort l'emporte,
comme une grande crue
emporte un village endormi.

Il n'y a
ni fils pour servir d'abri,

ni père,
ni famille
pour celui que saisit le Roi de la Mort ;
il n'y a pas de refuge parmi les proches.

Comprenant
la force de ce raisonnement,
le sage, tenu par la vertu,
doit sans tarder purifier
le chemin
qui mène au déliement. »

Dhp 286-289

§48

« Il existe dans le monde quatre types d'excellents chevaux pur-sang. Lesquels ?

Il y a le cas où un excellent cheval pur-sang, en voyant l'ombre de l'aiguillon, est agité et mis en alerte [se disant] : "Je me demande quelle tâche le dresseur va me faire accomplir aujourd'hui ? Comment dois-je réagir ?" Certains excellents chevaux pur-sang sont ainsi. Et tel est le premier type d'excellent cheval pur-sang que l'on rencontre dans le monde. »

« Il existe également le cas où un excellent cheval pur-sang ne s'agite pas à la vue de l'ombre de l'aiguillon, mais où, lorsque ses poils sont effleurés par l'aiguillon, s'agite et se met en alerte [en se disant] : "Je me demande quelle tâche le dresseur va me faire accomplir aujourd'hui ? Comment dois-je réagir ?" Certains excellents chevaux pur-sang sont ainsi. Tel est le deuxième type d'excellent cheval pur-sang que l'on rencontre dans le monde. »

« Il existe également le cas où un excellent cheval pur-sang ne s'agite pas ni ne se met en alerte à la vue de l'ombre de l'aiguillon ni lorsque ses poils sont effleurés, mais lorsqu'il est piqué par l'aiguillon, s'agite et se met en alerte [en se disant] : "Je me demande quelle tâche le dresseur va me faire accomplir aujourd'hui ? Comment dois-je réagir ?" Certains excellents chevaux pur-sang sont ainsi. Tel est le troisième type d'excellent cheval pur-sang que l'on rencontre dans le monde. »

« Il existe également le cas où un excellent cheval pur-sang ne s'agite pas ni ne se met en alerte à la vue de l'ombre de l'aiguillon, ni lorsque ses poils sont effleurés ni lorsqu'il est piqué par l'aiguillon, mais lorsque ses os sont touchés par l'aiguillon, s'agite et se met en alerte [en se disant] : "Je me demande quelle tâche le dresseur va me faire accomplir aujourd'hui ? Comment dois-je réagir ?" Certains excellents chevaux pur-sang sont ainsi. Tel est le quatrième type d'excellent cheval pur-sang que l'on rencontre dans le monde. »

« Voici les quatre types d'excellents chevaux pur-sang que l'on rencontre dans le monde.

« Or, il existe dans le monde quatre types d'excellentes personnes pur-sang. Quels sont ces quatre types ?

Il y a le cas où une certaine excellente personne pur-sang entend dire : "Dans cette ville ou ce village là-bas, un homme ou une femme souffre ou est mort." Elle en est agitée et mise en alerte.

Agitée, elle devient résolue de manière appropriée. Résolue, elle accomplit dans sa propre expérience la vérité suprême et la perçoit avec une sagesse pénétrante. Ce type d'excellente personne pur-sang, je vous le dis, est comme le cheval pur-sang qui, voyant l'ombre de l'aiguillon, est agité et mis en alerte. Certaines excellentes personnes pur-sang sont ainsi. Et tel est le premier type d'excellentes personnes pur-sang que l'on rencontre dans le monde. »

« Il existe également le cas où une certaine excellente personne pur-sang n'entend pas dire : "Dans cette ville ou ce village là-bas, un homme ou une femme souffre ou est mort." Mais elle voit elle-même un homme ou une femme souffrir ou mourir. Elle en est agitée et mise en alerte. Agitée, elle devient résolue de manière appropriée. Résolue, elle accomplit dans sa propre expérience la vérité suprême et la perçoit avec une sagesse pénétrante. Ce type d'excellente personne pur-sang, je vous le dis, est comme le cheval pur-sang qui, lorsque ses poils sont effleurés par l'aiguillon, est agité et mis en alerte. Certaines excellentes personnes pur-sang sont ainsi. Et tel est le deuxième type d'excellentes personnes pur-sang que l'on rencontre dans le monde. »

« Il existe également le cas où une certaine excellente personne pur-sang n'entend pas dire : "Dans cette ville ou ce village là-bas, un homme ou une femme souffre ou est mort." Elle ne voit pas non plus un homme ou une femme souffrir ou mourir, mais elle voit l'un de ses proches parents souffrir ou mourir. Elle en est agitée et mise en alerte. Agitée, elle devient résolue de manière appropriée. Résolue, elle accomplit dans sa propre expérience la vérité suprême et la perçoit avec une sagesse pénétrante. Ce type d'excellente personne pur-sang, je vous le dis, est comme le cheval pur-sang qui, lorsqu'il est piqué par l'aiguillon, est agité et mis en alerte. Certaines excellentes personnes pur-sang sont ainsi. Et tel est le troisième type d'excellentes personnes pur-sang que l'on rencontre dans le monde. »

« Il existe également le cas où une certaine excellente personne pur-sang n'entend pas dire : "Dans cette ville ou ce village là-bas, un homme ou une femme souffre ou est mort." Elle ne voit pas non plus un homme ou une femme souffrir ou mourir, ni l'un de ses proches parents souffrir ou mourir. Mais elle est elle-même en proie à des sensations physiques douloureuses, violentes, aiguës, déchirantes, répugnantes, désagréables, mettant sa vie en danger. Elle en est agitée et mise en alerte. Agitée, elle devient résolue de manière appropriée. Résolue, elle accomplit dans sa propre expérience la vérité suprême et la perçoit avec une sagesse pénétrante. Ce type d'excellente personne pur-sang, je vous le dis, est comme le cheval pur-sang qui, lorsque ses os sont touchés par l'aiguillon, est agité et mis en alerte. Certaines excellentes personnes pur-sang sont ainsi. Et tel est le quatrième type d'excellentes personnes pur-sang que l'on rencontre dans le monde. »

« Voici les quatre types d'excellentes personnes pur-sang que l'on rencontre dans le monde. »

—AN 4:113

§49

« Moines, la pleine conscience de la mort, lorsqu'elle est développée et poursuivie, est porteuse de grands fruits et source de grands bienfaits. Elle trouve son ancrage dans le Sans-mort, qui est son but ultime. Et comment la pleine conscience de la mort est-elle développée et poursuivie afin qu'elle soit porteuse de grands fruits et source de grands bienfaits, trouve son ancrage dans le Sans-mort et ait le Sans-mort pour but ultime ?

« Moines, la pleine conscience de la mort, lorsqu'elle est développée et cultivée, est porteuse de grands fruits et de grands bienfaits. Elle trouve son ancrage dans le Sans-mort et a le Sans-mort pour but ultime. Et comment la pleine conscience de la mort est-elle développée et cultivée pour être porteuse de grands fruits et de grands bienfaits, trouver son ancrage dans le Sans-mort et avoir le Sans-mort pour but ultime ?

« Il y a le cas où un moine, alors que le jour se termine et que la nuit revient, réfléchit : 'Nombreuses sont les causes [possibles] de ma mort. Un serpent pourrait me mordre, un scorpion pourrait me piquer, un mille-pattes pourrait me mordre. C'est ainsi que ma mort pourrait survenir. Ce serait un obstacle pour moi. Je pourrais trébucher et tomber ; ma nourriture, une fois digérée, pourrait me troubler ; ma bile pourrait être perturbée, mon flegme... des vents internes douloureux pourraient se manifester. C'est ainsi que ma mort pourrait survenir. Ce serait un obstacle pour moi.'

Ensuite, le moine devrait se demander : 'Y a-t-il des qualités mentales mauvaises et non salutaires que je n'ai pas abandonnées et qui constitueraient un obstacle si je mourais cette nuit ?' Si, après réflexion, il se rend compte qu'il existe des qualités mentales mauvaises et non salutaires qu'il n'a pas abandonnées et qui constitueraient un obstacle s'il mourait pendant la nuit, alors il devrait déployer un désir accru, un effort accru, de la diligence, de la persévérance, de la détermination, de l'attention et de la vigilance afin d'abandonner ces mêmes qualités mauvaises et non salutaires. Tout comme une personne dont le turban ou la tête seraient en feu déploierait un désir accru, un effort accru, de la diligence, de la persévérance, de la détermination, de l'attention et de la vigilance afin d'éteindre le feu sur son turban ou sa tête, de la même manière le moine devrait déployer un désir accru, un effort accru, de la diligence, de la persévérance, de la détermination, de l'attention et de la vigilance pour abandonner ces mêmes qualités mauvaises et non salutaires. Mais si, en réfléchissant, il se rend compte qu'il n'y a pas de qualités mentales mauvaises et non salutaires qu'il n'ait pas abandonnées et qui constitueraient un obstacle pour lui s'il mourait pendant la nuit, alors, pour cette raison même, il devrait demeurer dans la joie et le ravissement, s'entraînant jour et nuit à développer des qualités salutaires.

De plus, il y a aussi le cas où un moine, alors que la nuit se termine et que le jour revient, réfléchit : 'Nombreuses sont les causes [possibles] de ma mort. Un serpent pourrait me mordre, un scorpion pourrait me piquer, un mille-pattes pourrait me mordre. C'est ainsi que ma mort pourrait survenir. Ce serait un obstacle pour moi. Je pourrais trébucher et tomber ; ma nourriture, une fois digérée, pourrait me troubler ; ma bile pourrait être perturbée, mon flegme... des vents internes douloureux pourraient se manifester. C'est ainsi que ma mort pourrait survenir. Ce serait un obstacle pour moi.'

Ensuite, le moine devrait se demander : 'Y a-t-il des qualités mentales mauvaises et non salutaires que je n'ai pas abandonnées et qui constitueraient un obstacle si je mourais pendant la journée ?' Si, après réflexion, il se rend compte qu'il existe des qualités mentales mauvaises et non salutaires qu'il n'a pas abandonnées et qui constitueraient un obstacle s'il mourait pendant la journée, alors il devrait déployer un désir accru, un effort accru, de la diligence, de la persévérance, de la détermination, de l'attention et de la vigilance afin d'abandonner ces mêmes qualités mauvaises et non salutaires. Tout comme une personne dont le turban ou la tête seraient en feu déploierait un désir accru, un effort accru, de la diligence, de la persévérance, de la détermination, de l'attention et de la vigilance afin d'éteindre le feu sur son turban ou sa tête, de la même manière le moine devrait déployer un désir accru, un effort accru, de la diligence, de la persévérance, de la détermination, de l'attention et de la vigilance pour abandonner ces mêmes qualités mauvaises et non salutaires. Mais

si, en réfléchissant, il se rend compte qu'il n'y a pas de qualités mentales mauvaises et non salutaires qu'il n'ait pas abandonnées et qui constitueraient un obstacle pour lui s'il mourait pendant la nuit, alors, pour cette raison même, il devrait demeurer dans la joie et le ravissement, s'entraînant jour et nuit à développer des qualités salutaires.

« C'est ainsi, moines, que la pleine conscience de la mort, lorsqu'elle est développée et cultivée, est porteuse de grands fruits et de grands bienfaits. Elle trouve son ancrage dans le Sans-mort et a le Sans-mort pour but ultime. »

—AN 6:20

§50

« Moines, la pleine conscience de la mort, lorsqu'elle est développée et cultivée, est porteuse de grands fruits et de grands bienfaits. Elle trouve son ancrage dans le Sans-mort et a le Sans-mort pour but ultime. C'est pourquoi vous devriez développer la pleine conscience de la mort. »

Lorsque cela fut dit, un certain moine s'adressa au Bienheureux : « Je développe déjà la pleine conscience de la mort. »

« Et comment développes-tu la pleine conscience de la mort ? »

« Je pense : “ Oh, si je pouvais vivre un jour et une nuit, je pourrais suivre les instructions du Bienheureux. J'aurais accompli beaucoup.” C'est ainsi que je développe la pleine conscience de la mort. »

Un autre moine s'adressa ensuite au Bouddha : « Moi aussi, je développe déjà la pleine conscience de la mort. »

« Et comment développes-tu la pleine conscience de la mort ? »

« Je pense : “ Oh, si je pouvais vivre un jour, je pourrais suivre les instructions du Bienheureux. J'aurais accompli beaucoup.” C'est ainsi que je développe la pleine conscience de la mort. »

Un autre moine s'adressa ensuite au Bouddha : « Moi aussi, je développe déjà la pleine conscience de la mort. » ... Je pense : ‘ Oh, si je pouvais vivre le temps nécessaire pour prendre un repas, je pourrais suivre les instructions du Bienheureux. J'aurais accompli beaucoup. ’

Un autre moine s'adressa ensuite au Bouddha : « Moi aussi, je développe déjà la pleine conscience de la mort... Je pense : “ Oh, si je pouvais vivre le temps nécessaire pour avaler quatre bouchées de nourriture après les avoir mâchées je pourrais suivre les instructions du Bienheureux. J'aurais accompli beaucoup.” »

Un autre moine s'adressa ensuite au Bouddha : « Moi aussi, je développe déjà la pleine conscience de la mort... Je pense : “ Oh, si je pouvais vivre le temps nécessaire pour avaler une bouchée de nourriture après l'avoir mâchée, je pourrais suivre les instructions du Bienheureux. J'aurais accompli beaucoup.” »

Un autre moine s'adressa ensuite au Bouddha : « Moi aussi, je développe déjà la pleine conscience de la mort... Je pense : “ Oh, si je pouvais vivre le temps nécessaire pour expirer après avoir inspiré, ou pour inspirer après avoir expiré, je pourrais suivre les instructions du Bienheureux. J'aurais accompli beaucoup.” »

Cela dit, le Bienheureux s'adressa aux moines.

« Moines, ceux qui pensent : “Oh, si je pouvais vivre un jour et une nuit...”, ou : “Oh, si je pouvais vivre un jour...”, ou : “Oh, si je pouvais vivre le temps nécessaire pour manger un repas...”, ou : “Oh, si je pouvais vivre le temps nécessaire pour avaler quatre bouchées... je pourrais suivre les instructions du Bienheureux. J'aurais accompli beaucoup.” Ceux là manquent de vigilance. Ils ne développent que lentement la pleine conscience de la mort qui met fin aux fermentations.

« Mais ceux qui développent la pleine conscience de la mort pensant, “Oh, si je pouvais vivre le temps nécessaire pour avaler une bouchée... , le temps nécessaire pour expirer après avoir inspiré, ou pour inspirer après avoir expiré, je pourrais suivre les instructions du Bienheureux. J'aurais accompli beaucoup.” : ceux-là demeurent dans la vigilance. Ils développent la pleine conscience de la mort qui met fin aux fermentations.

« C'est pourquoi vous devriez vous entraîner ainsi : “Nous vivrons avec vigilance. Nous développerons une conscience aiguë de la mort afin de mettre fin aux fermentations.” C'est ainsi que vous devriez vous entraîner. »

C'est ce que dit le Bienheureux. Satisfaits, les moines se réjouirent des paroles du Bienheureux.

—AN 6:19

§51

« Comme s'il voyait un cadavre jeté dans un charnier, mort depuis un jour, deux jours, trois jours, gonflé, livide et putréfié, le moine applique cela à ce corps même : “Ce corps aussi est de cette nature ; tel est son avenir, tel est son destin inévitable” ...

« Ou encore, comme s'il voyait un cadavre jeté dans un charnier, déchiqueté par les corbeaux, les vautours, les faucons, les chiens, les hyènes et diverses autres créatures... un squelette recouvert de chair et de sang, maintenu par des tendons... un squelette sans chair recouvert de sang, maintenu par des tendons... un squelette sans chair ni sang, maintenu par des tendons... des os détachés de leurs tendons, éparpillés dans toutes les directions: ici un os de la main, là un os du pied, ici un os de la jambe, là un os de la cuisse, ici un os de la hanche, là un os du dos, ici une côte, là un os de la poitrine, ici un os de l'épaule, là un os du cou, ici un os de la mâchoire, là une dent, ici un crâne... les os blanchis, un peu comme la couleur des coquillages... empilés, vieux de plus d'un an... décomposés en poudre : le moine applique cela à ce corps même : “Ce corps aussi est de cette nature ; tel est son avenir, tel est son destin inévitable” ...

« Ainsi, il demeure, contemplant le corps dans le corps intérieurement, ou contemplant le corps dans le corps extérieurement, ou contemplant le corps dans le corps à la fois intérieurement et extérieurement, ou contemplant l'apparition des phénomènes dans le corps ou contemplant la disparition des phénomènes dans le corps ou contemplant l'apparition et la disparition des phénomènes dans le corps. Ou sa pleine conscience, “Il y a un corps”, est maintenue dans la seule mesure de la connaissance et de la récollection. Et il demeure indépendant, sans s'attacher à quoi que ce soit dans le monde. C'est ainsi qu'un bhikkhu demeure contemplant le corps dans le corps. »

—DN 22

§52

[Vénérable Mahākāla:]

Cette femme au teint basané
[préparant un cadavre pour la crémation]
— semblable à un corbeau, énorme —
brisant une cuisse puis l'autre,
brisant un bras puis l'autre,
fendant la tête,
comme une jarre de lait caillé,
elle s'assoit, les morceaux empilés à son côté.
Quiconque, sans comprendre,
fait des acquisitions
— l'insensé —
revient sans cesse
à la souffrance et au stress.

Alors, avec discernement,
ne faites pas d'acquisitions.
Puissé-je ne plus jamais gésir
la tête fendue.

— *Thag 1:16*

§53

[Nonne Nandā:]

Malade, putréfié, impur :
regarde, Nandā, cet amas physique.
En contemplant ce qui est répugnant,
développe ton esprit,
rends-le unifié, bien centré.

Comme ceci [ton corps], ainsi est cela.
Comme cela, ainsi est ceci.
Il dégage une odeur nauséabonde,
le délice des insensés.
En le considérant ainsi,
sans relâche, jour et nuit,
moi, avec mon propre discernement,
le disséquant,
j'ai vu.

Étant attentive,
je l'ai examiné avec justesse,
ce corps, tel qu'il est,
je l'ai vu intérieurement et extérieurement.

Alors, je me suis désenchantée du corps
et je suis devenue détachée intérieurement :
attentive, détachée,
calme, j'étais
Libérée.

— *Thig 5:4*

§54

Ainsi ai-je entendu, le Bienheureux séjournait à Savatthi, à Jetavana, dans le monastère d'Anathapindika.

Là, il s'adressa aux moines : « Moines ! »

« Oui, Seigneur », répondirent les moines.

Le Bienheureux dit : « Moines, je vais vous enseigner le résumé et l'exposé de celui qui a eu une journée bénéfique. Écoutez et prêtez attention. Je vais parler. »

« Oui, Seigneur », répondirent les moines.

Le Bienheureux dit :

On ne devrait pas courir après le passé,
ni placer ses attentes dans l'avenir.
Ce qui est passé
est laissé derrière soi.
L'avenir
n'est pas encore atteint.
Quelle que soit la qualité présente,
on la voit clairement
là même,
sur-le-champ.
Invaincu, inébranlable —
c'est ainsi que l'on développe l'esprit.

Accomplir aujourd'hui son devoir avec ardeur —
car, qui sait ? demain
la mort peut venir.
Il n'y a pas de marchandage
avec la Mort et sa puissante horde.

Quiconque vit ainsi avec ardeur,
sans relâche,
jour et nuit,
a vraiment connu une journée bénéfique :
ainsi parle le Sage en paix.

« Et comment, moines, court-on après le passé ? On se laisse emporter par le plaisir de penser : “Dans le passé, j'avais telle forme (corps)” ... “Dans le passé, j'avais tel ressenti”... “Dans le passé, j'avais telle perception” ... “Dans le passé, j'avais telle fabrication mentale”... “Dans le passé, j'avais telle conscience”. C'est ce qu'on appelle courir après le passé.

« Et comment, moines, ne court-on pas après le passé ? On ne se laisse pas emporter par le plaisir de penser : “Dans le passé, j'avais telle forme (corps)” ... “Dans le passé, j'avais tel ressenti”... “Dans le passé, j'avais telle perception” ... “Dans le passé, j'avais telle fabrication mentale”... “Dans le passé, j'avais telle conscience”. C'est ce qu'on appelle ne pas courir après le passé.

« Et comment place-t-on ses attentes dans l'avenir ? On se laisse emporter par le plaisir de penser : “Dans l'avenir, il se peut que j'aie telle forme”... “Dans l'avenir, il se peut que j'aie tel ressenti”... “Dans l'avenir, il se peut que j'aie telle perception”... “Dans l'avenir, il se peut que j'aie telle fabrication mentale”... “Dans l'avenir, il se peut que j'aie telle conscience”... C'est ce qu'on appelle placer ses attentes dans l'avenir.

« Et comment ne place-t-on pas ses attentes dans l'avenir ? On ne se laisse pas emporter par le plaisir de penser : “Dans l'avenir, il se peut que j'aie telle forme”... “Dans l'avenir, il se peut que j'aie tel ressenti”... “Dans l'avenir, il se peut que j'aie telle perception”... “Dans l'avenir, il se peut que j'aie telle fabrication mentale”... “Dans l'avenir, il se peut que j'aie telle conscience”... C'est ce qu'on appelle ne pas placer ses attentes dans l'avenir.

« Et comment est-on trompé par les qualités présentes ? Il y a le cas où une personne ordinaire non instruite, qui n'a pas vu les Nobles, qui n'est pas versée dans les enseignements des Nobles, qui n'est pas formée aux enseignements des Nobles, voit la forme comme le soi, ou le soi comme possédant la forme, ou la forme comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans la forme.

« Elle considère la sensation comme le soi... la perception comme le soi... les fabrications mentales comme le soi...

« Elle considère la conscience comme le soi, ou le soi comme possédant la conscience, ou la conscience comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans la conscience. C'est ce qu'on appelle être trompé par les qualités présentes.

« Et comment n'est-on pas trompé par les qualités présentes ? Il y a le cas où un disciple des Nobles, qui a vu les Nobles, est versé dans les enseignements des Nobles, est bien formé aux enseignements des Nobles, ne voit pas la forme comme le soi, ni le soi comme possédant la forme, ni la forme comme étant dans le soi, ni le soi comme étant dans la forme.

« Il ne considère pas la sensation comme le soi... la perception comme le soi... les fabrications mentales comme le soi...

« Il ne considère pas la conscience comme le soi, ni le soi comme possédant la conscience, ni la conscience comme étant dans le soi, ni le soi comme étant dans la conscience. C'est ce qu'on appelle ne pas être trompé par les qualités présentes. »

On ne devrait pas courir après le passé,
ni placer ses attentes dans l'avenir.
Ce qui est passé
est laissé derrière soi.

L'avenir
n'est pas encore atteint.
Quelle que soit la qualité présente,
on la voit clairement
là même,
sur-le-champ.
Invaincu, inébranlable —
c'est ainsi que l'on développe l'esprit.

Accomplir aujourd'hui son devoir avec ardeur —
car, qui sait ? demain
la mort peut venir.
Il n'y a pas de marchandage
avec la Mort et sa puissante horde.

Quiconque vit ainsi avec ardeur,
sans relâche,
jour et nuit,
a vraiment connu une journée bénéfique :
ainsi parle le Sage en paix.

— MN 131

La séparation

§55

« D'un commencement inconcevable naît la transmigration. Le point de départ n'est pas perceptible, mais les êtres, entravés par l'ignorance et enchaînés par le désir, transmigrent et errent sans cesse. Il est difficile de trouver un être qui n'ait pas été votre mère à un moment donné dans le passé... Il est difficile de trouver un être qui n'ait jamais été votre père... votre frère... votre sœur... votre fils... votre fille à un moment donné dans le passé.

Pourquoi ? D'un commencement inconcevable naît la transmigration. Le point de départ n'est pas perceptible, mais les êtres, entravés par l'ignorance et enchaînés par le désir, transmigrent et errent sans fin. Vous avez ainsi longtemps éprouvé la souffrance, la douleur, la perte, remplissant les cimetières — assez pour devenir désenchantés de toutes les choses conditionnées, assez pour devenir dépassionnés, assez pour être libérés. »

— SN 15.14-19

§56

« Qu'est-ce qui est le plus abondant : la quantité de larmes que vous avez versées pendant votre longue, longue transmigration et errance, pleurant et sanglotant d'être associés à ce qui vous déplaît et d'être séparés de ce qui vous plaît, ou la quantité d'eau des quatre grands océans ? »

« D'après ce que nous comprenons du Dhamma enseigné par le Bienheureux, c'est la quantité de larmes que nous avons versées pendant notre longue, longue transmigration et errance, en pleurant et en sanglotant d'être associés à ce qui nous déplaît et d'être séparés de ce qui nous plaît, qui est plus grande, et non la quantité d'eau des quatre grands océans. »

« Excellent, moines. Excellent. Il est excellent que vous compreniez ainsi le Dhamma que j'enseigne.

« Ce qui est plus grand : la quantité de larmes que vous avez versées pendant votre longue, longue transmigration et errance, pleurant et sanglotant d'être associés à ce qui est désagréable et d'être séparés de ce qui est agréable, que la quantité d'eau des quatre grands océans.

« Vous avez connu la mort d'une mère à de nombreuses reprises. La quantité de larmes que vous avez versées à la mort d'une mère tout en transmigraant et en errant pendant cette longue, longue période, en pleurant et en sanglotant d'être associés à ce qui est désagréable et d'être séparés de ce qui est agréable, est plus grande que la quantité d'eau des quatre grands océans.

« Vous avez connu à de nombreuses reprises la mort d'un père ... la mort d'un frère... la mort d'une sœur ... la mort d'un fils ... la mort d'une fille ... la perte de proches ... la perte de fortune ... la perte due à la maladie La quantité de larmes que vous avez versées à la perte due à la maladie tout en transmigraant et en errant pendant cette longue, longue période, en pleurant et en sanglotant d'être associés à ce qui est désagréable et d'être séparés de ce qui est agréable, est plus grande que la quantité d'eau des quatre grands océans.

Pourquoi ? D'un commencement inconcevable naît la transmigration. Le point de départ n'est pas perceptible, mais les êtres, entravés par l'ignorance et enchaînés par le désir, transmigrent et errent sans fin. Vous avez ainsi longtemps éprouvé la souffrance, la douleur, la perte, remplissant les cimetières, assez pour devenir désenchantés de toutes les choses conditionnées, assez pour devenir dépassionnés, assez pour être libérés. »

— SN 15.3

Kamma

§57

Ces quatre types de kamma ont été compris, réalisés et révélés par moi. Quels sont ces quatre types ? Il y a le kamma sombre avec un résultat sombre ; le kamma lumineux avec un résultat lumineux ; le kamma sombre et lumineux avec un résultat sombre et lumineux ; et le kamma qui n'est ni sombre ni lumineux avec un résultat ni sombre ni lumineux, menant à la fin du kamma.

Et qu'est-ce que le kamma sombre avec un résultat sombre ? Il y a le cas où une certaine personne fabrique une fabrication corporelle non salutaire... une fabrication verbale non salutaire... une fabrication mentale non salutaire... Elle renaît dans un monde non salutaire où elle est touchée par des contacts non salutaires... Elle éprouve des sensations exclusivement douloureuses, comme celles des êtres en enfer. C'est ce qu'on appelle le kamma sombre avec un résultat sombre.

Et qu'est-ce que le kamma lumineux avec un résultat lumineux ? Il y a le cas où une certaine personne fabrique une fabrication corporelle salutaire... une fabrication verbale salutaire... une fabrication mentale salutaire... Elle renaît dans un monde salutaire où elle est touchée par des contacts salutaires... Elle éprouve des sensations exclusivement agréables, comme celles des Devas radieux. C'est ce qu'on appelle le kamma lumineux avec un résultat lumineux.

Et qu'est-ce que le kamma sombre et lumineux avec un résultat sombre et lumineux ? Il y a le cas où une certaine personne fabrique une fabrication corporelle non salutaire et salutaire... une fabrication verbale non salutaire et salutaire... une fabrication mentale non salutaire et salutaire... Elle renaît dans un monde non salutaire et salutaire où elle est touchée par des contacts non salutaires et salutaires... Elle éprouve des sensations agréables et douloureuses, du plaisir mêlé de douleur, comme celles des êtres humains, de certains dévas et de certains êtres des royaumes inférieurs. C'est ce qu'on appelle le kamma sombre et lumineux avec un résultat sombre et lumineux.

Et qu'est-ce que le kamma qui n'est ni sombre ni lumineux avec un résultat ni sombre ni lumineux, menant à la fin du kamma ? C'est l'intention d'abandonner ce kamma sombre avec un résultat sombre, l'intention d'abandonner ce kamma lumineux avec un résultat lumineux, l'intention d'abandonner ce kamma sombre et lumineux avec un résultat sombre et lumineux : c'est ce qu'on appelle le kamma qui n'est ni sombre ni lumineux, avec un résultat ni sombre ni lumineux, menant à la fin du kamma.

— AN 4.232

[Un discours analogue répète la plupart de ce qui précède, définissant le kamma sombre avec un résultat sombre par l'exemple suivant : « Il y a le cas d'une certaine personne qui tue des êtres vivants, vole ce qui ne lui est pas donné, a des relations sexuelles illicites, ment et boit des boissons fermentées et distillées qui mènent à la négligence » et le kamma lumineux avec un résultat lumineux par l'exemple suivant : « Il y a le cas d'une certaine personne qui s'abstient de tuer des êtres vivants, s'abstient de voler ce qui ne lui est pas donné, s'abstient d'avoir des relations sexuelles illicites, s'abstient de mentir et s'abstient de boire des boissons fermentées et distillées qui mènent à la négligence. »]

— AN 4.234

§58

Et quel est le kamma qui n'est ni sombre ni lumineux, qui n'a ni résultat sombre ni résultat lumineux, et qui mène à la fin du kamma ? La Vue Juste, l'Intention Juste, la Parole Juste, l'Action Juste, les Moyens d'Existence Justes, l'Effort Juste, l'Attention Juste, la Concentration Juste.

[Le discours qui suit immédiatement celui-ci est identique, à l'exception du fait qu'il remplace les facteurs ci-dessus du noble octuple sentier par les sept facteurs suivants de l'éveil : la pleine conscience comme facteur de l'Éveil, l'investigation des phénomènes... la persévérance... la joie... la sérénité... la concentration... l'équanimité comme facteur de l'Éveil.]

— AN 4.237-238

§59

Ainsi ai-je entendu. Un jour, le Bienheureux séjournait près de Rājagaha , dans la Bambouseraie, au lieu où l'on nourrit les écureuils.

À cette époque, le Vénérable Rahula¹⁷ séjournait à la Pierre de Mangue. Alors, le Bienheureux, sortant de sa retraite en fin d'après-midi, se rendit à l'endroit où le Vénérable Rahula séjournait, à la Pierre de Mangue. Le Vénérable Rahula le vit venir de loin et, dès qu'il l'aperçut, il prépara un siège et de l'eau pour lui laver les pieds. Le Bienheureux s'assit sur le siège préparé et, une fois assis, se lava les pieds. Après s'être prosterné devant le Bienheureux, le Vénérable Rahula s'assit à l'écart.

Puis le Bienheureux, après avoir laissé un peu d'eau dans le puits, dit au vénérable Rahula : « Rahula, vois-tu ce peu d'eau qui reste dans le puits ? »

« Oui, Seigneur. »

« C'est ainsi que ce qu'il y a de "contemplatif"¹⁸ chez celui qui n'éprouve aucune honte à mentir délibérément est réduit à presque rien. »

Après avoir jeté le peu d'eau qui restait, le Bienheureux dit au vénérable Rahula : « Rahula, vois-tu comment ce peu d'eau qui restait a été jeté ? »

« Oui, Seigneur. »

« C'est ainsi que ce qu'il y a de "contemplatif" chez celui qui n'éprouve aucune honte à mentir délibérément est jeté de la même manière. »

¹⁷ Rahula : le fils du Bouddha, qui, selon le Commentaire, était âgé de sept ans lorsque ce discours lui fut adressé.

¹⁸ Samañña. Dans de nombreuses cultures anciennes, la terminologie musicale était utilisée pour décrire la qualité morale des personnes et des actes. Les intervalles discordants ou les instruments mal accordés étaient des métaphores du mal ; les intervalles harmonieux et les instruments bien accordés étaient des métaphores du bien. En pāli, le terme sama — « juste », décrivait un instrument accordé juste. Il existe un passage célèbre où le Bouddha rappelle à Sona Kolivisa — qui s'était trop épuisé dans la pratique — qu'un luth ne sonne bien que si les cordes ne sont ni trop tendues ni trop lâches, mais « justement » accordées. Cette image a une résonance particulière avec l'enseignement du Bouddha sur la voie du milieu. Elle ajoute également du sens au terme samana, moine ou contemplatif, que les textes mentionnent fréquemment comme étant dérivé de sama. Le mot samañña, « justesse », la qualité d'être accordé, signifie également la qualité d'être contemplatif : le véritable contemplatif est toujours en accord avec ce qui est juste et bon.

Après avoir retourné le puits, le Bienheureux dit au vénérable Rahula : « Rahula, vois-tu comment ce puits est retourné ? »

« Oui, Seigneur. »

« Tout ce qu'il y a de "contemplatif" chez quelqu'un qui n'éprouve aucune honte à dire un mensonge délibéré est renversé de la même manière. »

« Rahula, c'est comme un éléphant royal : immense, de race pure, habitué aux combats, avec des défenses semblables à des mâts de char. Une fois au combat, il utilise ses pattes avant et arrière, ses quartiers antérieurs et postérieurs, sa tête, ses oreilles, ses défenses et sa queue, mais protège simplement sa trompe. Le dresseur d'éléphants le remarque et pense : "Cet éléphant royal n'a pas donné sa vie pour le roi." Mais lorsque l'éléphant royal... une fois au combat, utilise ses pattes avant et arrière, ses quartiers antérieurs et postérieurs, sa tête, ses oreilles, ses défenses, sa queue et sa trompe, le dresseur le remarque et pense : "Cet éléphant royal a donné sa vie pour le roi. Il n'y a rien qu'il ne ferait pas."

« Il en va de même pour quiconque n'éprouve aucune honte à mentir délibérément : je te le dis, il n'y a aucun mal qu'il ne puisse faire. Ainsi, Rahula, tu dois t'entraîner : "Je ne proférerai aucun mensonge délibéré, même pour plaisanter."

« Que penses-tu, Rāhula : à quoi sert un miroir ? »

« À réfléchir, Seigneur. »

« De la même manière, Rāhula, les actions corporelles, les actions verbales, et les actions mentales doivent être accomplies en réfléchissant encore et encore.

« Chaque fois que tu veux accomplir une action corporelle, tu devrais réfléchir : « Cette action corporelle que je veux accomplir, me ferait-elle du tort, ferait-elle du tort aux autres, ou aux deux ? S'agit-il d'une action corporelle non salubre, avec des conséquences douloureuses, des résultats douloureux ? » Si, après réflexion, tu sais que cette action corporelle entraînerait une souffrance pour toi-même, pour les autres, ou pour les deux ; que ce serait une action corporelle non salubre avec des conséquences douloureuses, des résultats douloureux, alors toute action corporelle de ce type est absolument inappropriée pour toi. Mais si, après réflexion, tu sais qu'elle ne causerait pas de souffrance... que ce serait une action corporelle salubre avec des conséquences heureuses, des résultats heureux, alors toute action corporelle de ce type est appropriée pour toi.

« Pendant que tu accomplis une action corporelle, tu devrais réfléchir : « Cette action corporelle que je suis en train d'accomplir, conduit-elle à ma propre affliction, à l'affliction des autres, ou aux deux ? Est-ce une action corporelle non salubre, avec des conséquences douloureuses, des résultats douloureux ? » Si, après réflexion, tu sais qu'elle conduit à ta propre affliction, à l'affliction des autres, ou aux deux... tu devrais y renoncer. Mais si, après réflexion, tu sais que ce n'est pas le cas... tu peux continuer.

« Après avoir accompli une action corporelle, tu devrais y réfléchir... Si, après réflexion, tu sais qu'elle a conduit à ta propre affliction, à l'affliction d'autrui, ou aux deux ; qu'il s'agissait d'une action corporelle non salubre aux conséquences douloureuses, aux résultats douloureux, alors tu dois la confesser, la révéler, la dévoiler au Maître ou à un compagnon avisé dans la vie sainte. Après l'avoir confessée... tu dois faire preuve de retenue à l'avenir. Mais si, après réflexion, tu sais que cela n'a

pas conduit à l'affliction... que c'était une action corporelle salubre avec des conséquences heureuses, des résultats heureux, alors tu devrais demeurer l'esprit rafraîchi et joyeux, t'entraînant jour et nuit à développer des qualités mentales salutaires.

(De même pour les actions verbales)

« Chaque fois que tu veux accomplir une action mentale, tu devrais réfléchir : « Cette action mentale que je veux accomplir, me ferait-elle du tort, ferait-elle du tort aux autres, ou aux deux ? S'agit-il d'une action mentale non salubre, avec des conséquences douloureuses, des résultats douloureux ? » Si, après réflexion, tu sais que cette action mentale entraînerait une souffrance pour toi-même, pour les autres, ou pour les deux ; que ce serait une action mentale non salubre avec des conséquences douloureuses, des résultats douloureux, alors toute action mentale de ce type est absolument inappropriée pour toi. Mais si, après réflexion, tu sais qu'elle ne causerait pas de souffrance... que ce serait une action mentale salubre avec des conséquences heureuses, des résultats heureux, alors toute action mentale de ce type est appropriée pour toi.

« Pendant que tu accomplis une action mentale, tu devrais réfléchir : « Cette action mentale que je suis en train d'accomplir — conduit-elle à ma propre affliction, à l'affliction des autres, ou aux deux ? Est-ce une action mentale non salubre, avec des conséquences douloureuses, des résultats douloureux ? » Si, après réflexion, tu sais qu'elle conduit à ta propre affliction, à l'affliction des autres, ou aux deux... tu devrais y renoncer. Mais si, après réflexion, tu sais que ce n'est pas le cas... tu peux continuer.

« Après avoir accompli une action mentale, tu devrais y réfléchir... Si, après réflexion, tu sais qu'elle a conduit à ta propre affliction, à l'affliction d'autrui, ou aux deux ; qu'il s'agissait d'une action mentale non salubre aux conséquences douloureuses, aux résultats douloureux, alors tu dois la confesser, la révéler, la dévoiler au Maître ou à un compagnon avisé dans la vie sainte. Après l'avoir confessée... tu dois faire preuve de retenue à l'avenir. Mais si, après réflexion, tu sais qu'elle n'a pas conduit à l'affliction... que c'était une action mentale salubre avec des conséquences heureuses, des résultats heureux, alors tu devrais demeurer l'esprit rafraîchi et joyeux, t'entraînant jour et nuit à développer des qualités mentales salutaires.

« Rahula, tous ces brahmanes et contemplatifs du passé qui ont purifié leurs actions corporelles, verbales et mentales l'ont fait par une réflexion répétée sur leurs actions corporelles, verbales et mentales, précisément de cette manière.

« Tous les brahmanes et contemplatifs du futur qui purifieront leurs actions corporelles, verbales et mentales le feront par une réflexion répétée sur leurs actions corporelles, verbales et mentales, précisément de cette manière.

« Tous les brahmanes et contemplatifs du présent qui purifient leurs actions corporelles, verbales et mentales le font par une réflexion répétée sur leurs actions corporelles, verbales et mentales, précisément de cette manière.

« Ainsi, Rahula, tu devrais t'entraîner : “Je purifierai mes actions corporelles par une réflexion répétée. Je purifierai mes actions verbales par une réflexion répétée. Je purifierai mes actions mentales par une réflexion répétée.” C'est ainsi que tu devrais t'entraîner. »

C'est ce que dit le Bienheureux. Satisfait, le vénérable Rahula se réjouit des paroles du Bienheureux.

Kamma sombre, Kamma lumineux

§60

Alors, une certaine dévata, à la fin de la nuit, son éclat illuminant l'ensemble du bosquet de Jeta, se rendit auprès du Bienheureux et, à son arrivée, après s'être prosternée devant lui, se tint debout à l'écart. Alors qu'elle se tenait là, elle récita ces versets en présence du Bienheureux :

Quand une maison est en flammes,
ce qu'on sauve
est ce qui servira,
non ce qu'on laisse brûler.

Ainsi, quand le monde est en flammes
de vieillissement et de mort,
on devrait sauver sa richesse en donnant :
ce qui est donné est vraiment sauvé.

Ce qui est donné porte ses fruits en plaisir.
Ce qui n'est pas donné ne porte pas de fruits :
les voleurs ou les rois l'emportent ;
il est consumé par le feu ou perdu.

Puis, à la fin,
on quitte le corps
et ses possessions.

Sachant cela, la personne avisée
jouit de ses biens et donne.
Ayant joui et donné
selon ses moyens,
sans reproche elle s'en va
vers l'état céleste.

— SN 1.41

§61

« Alors qu'il était assis à l'écart, le roi Pasenadi de Kosala dit au Bienheureux : "Tout à l'heure, Seigneur, alors que j'étais seul, cette pensée m'est venue à l'esprit : 'Qui s'aime soi-même, et qui ne s'aime pas soi-même ?' Puis je me suis dit : 'Ceux qui s'engagent dans la méconduite corporelle, verbale et mentale ne s'aiment pas eux-mêmes. Même s'ils disent : "Nous nous aimons nous-mêmes", ils ne s'aiment pas eux-mêmes. Pourquoi ? De leur propre chef, ils agissent envers eux-mêmes comme un ennemi agirait envers un ennemi ; ainsi, ils ne s'aiment pas eux-mêmes. Mais ceux qui se livrent à une bonne conduite corporelle, verbale et mentale s'aiment eux-mêmes. Même s'ils disent : "Nous ne nous aimons pas nous-mêmes", ils s'aiment quand même eux-mêmes.

Pourquoi ? De leur propre chef, ils agissent envers eux-mêmes comme une personne chère agirait envers une personne chère ; ainsi, ils s'aiment eux-mêmes." »

« C'est ainsi, grand roi ! C'est ainsi ! Ceux qui se livrent à une mauvaise conduite corporelle, verbale et mentale ne s'aiment pas eux-mêmes. Même s'ils disent : « Nous nous aimons nous-mêmes », ils ne s'aiment pas eux-mêmes. Pourquoi ? De leur propre chef, ils agissent envers eux-mêmes comme un ennemi agirait envers un ennemi ; ainsi, ils ne s'aiment pas eux-mêmes. Mais ceux qui se livrent à une bonne conduite corporelle, verbale et mentale s'aiment eux-mêmes. Même s'ils disent : « Nous ne nous aimons pas nous-mêmes », ils s'aiment quand même eux-mêmes. Pourquoi ? De leur propre chef, ils agissent envers eux-mêmes comme une personne chère agirait envers une personne chère ; ainsi, ils s'aiment eux-mêmes." »

C'est ce qu'a dit le Bienheureux. Après avoir dit cela, le Bien-Allé, le Maître, ajouta :

« Si vous vous aimez vous-même
alors ne vous enchaînez pas
au mal,
car le bonheur n'est pas facile à obtenir
pour celui qui commet
une mauvaise action.

Lorsque vous serez saisis par la mort
alors que vous abandonnerez l'état humain,
qu'est-ce qui vous appartient vraiment ?
Qu'emportez-vous avec vous lorsque vous partez ?
Qu'est-ce qui vous suit
comme une ombre
qui ne vous quitte jamais ?

Les mérites et les mauvaises actions
que vous, en tant que mortel
accomplissez ici :
voilà ce qui vous appartient véritablement,
ce que vous emportez avec vous lorsque vous partez ;
voilà ce qui vous suit
comme une ombre
qui ne vous quitte jamais.

Alors faites ce qui est admirable,
comme une accumulation
pour la vie future.
Les actes méritoires sont le soutien des êtres
lorsqu'ils apparaissent
dans l'autre monde. »

§62

« Moines, il existe huit fruits du mérite, fruits du salutaire, ayant pour résultat le bonheur, conduisant au ciel, menant à ce qui est désirable, agréable et plaisant, au bien-être et au bonheur. Quels sont ces huit ?

« Il y a le cas où un disciple des nobles prend refuge auprès du Bouddha. C'est le premier fruit du mérite...

« De plus, le disciple des nobles prend refuge dans le Dhamma. C'est le deuxième fruit méritoire...

« De plus, le disciple des nobles prend refuge dans le Sangha. C'est le troisième fruit méritoire...

« Or, il existe cinq dons, cinq grands dons, originels, anciens, traditionnels, immémoriaux, non altérés, purs depuis le commencement, qui ne sont pas sujets à suspicion, ne le seront jamais, et qui sont irréprochables aux yeux des contemplatifs et des brahmanes avisés. Lesquels sont-ils ? »

« Il y a le cas où un disciple des nobles, abandonnant la destruction de la vie, s'abstient de prendre la vie. Ce faisant, il accorde à un nombre infini d'êtres la liberté face au danger, la liberté face à l'animosité, la liberté face à l'oppression. En accordant à un nombre infini d'êtres la liberté face au danger, la liberté face à l'animosité, la liberté face à l'oppression, il obtient une part de liberté illimitée face au danger, à l'animosité et à l'oppression. C'est le premier don, le premier grand don, originel, ancien, traditionnel, immémorial, non altéré, pur depuis le commencement, qui n'est pas sujet à suspicion, ne sera jamais sujet à suspicion, et qui est irréprochable aux yeux des contemplatifs et des brahmanes avisés. Et tel est le quatrième fruit du mérite... »

« De plus, renonçant à prendre ce qui ne lui est pas donné (voler), le disciple des nobles s'abstient de prendre ce qui ne lui est pas donné. Ce faisant, il accorde à un nombre infini d'êtres la liberté face au danger, la liberté face à l'animosité, la liberté face à l'oppression. En accordant à un nombre infini d'êtres la liberté face au danger, la liberté face à l'animosité, la liberté face à l'oppression, il obtient une part de liberté illimitée face au danger, à l'animosité et à l'oppression. C'est le deuxième don, le deuxième grand don, ... Et tel est le cinquième fruit du mérite...

« De plus, renonçant aux relations sexuelles illicites, le disciple des nobles s'abstient de toute relation sexuelle illicite. Ce faisant, il accorde à un nombre infini d'êtres la liberté face au danger, la liberté face à l'animosité, la liberté face à l'oppression. En accordant à un nombre infini d'êtres la liberté face au danger, la liberté face à l'animosité, la liberté face à l'oppression, il obtient une part de liberté illimitée face au danger, à l'animosité et à l'oppression. C'est le troisième don, le troisième grand don ... Et tel est le sixième fruit du mérite... »

« De plus, renonçant au mensonge, le disciple des nobles s'abstient de mentir. Ce faisant, il accorde à un nombre infini d'êtres la liberté face au danger, la liberté face à l'animosité, la liberté face à l'oppression. En accordant à un nombre infini d'êtres la liberté face au danger, la liberté face à l'animosité, la liberté face à l'oppression, il obtient une part de liberté illimitée face au danger, à l'animosité et à l'oppression. C'est le quatrième don, le quatrième grand don ... Et tel est le septième fruit du mérite... »

« De plus, renonçant à l'usage de substances intoxicantes, le disciple des nobles s'abstient de consommer des substances intoxicantes. Ce faisant, il accorde à un nombre infini d'êtres la liberté face au danger, la liberté face à l'animosité, la liberté face à l'oppression. En accordant à un nombre infini d'êtres la liberté face au danger, la liberté face à l'animosité, la liberté face à l'oppression, il

obtient une part de liberté illimitée face au danger, à l'animosité et à l'oppression. C'est le cinquième don, le cinquième grand don, originel, ancien, traditionnel, immémorial, non altéré, pur depuis le commencement, qui n'est pas sujet à suspicion, ne sera jamais sujet à suspicion, et qui est irréprochable aux yeux des contemplatifs et des brahmanes avisés. Et tel est le huitième fruit du mérite, fruit de l'habileté, source de bonheur, céleste, conduisant au bonheur, menant au ciel, menant à ce qui est désirable, agréable et plaisant, au bien-être et au bonheur. »

— AN 8.39

§63

« La destruction de la vie, lorsqu'elle est exercée, cultivée et pratiquée, mène à l'enfer, mène à la renaissance sous la forme d'un animal ordinaire, mène au royaume des esprits affamés. Le moindre de tous les résultats découlant de la destruction de la vie est que, lorsqu'on renaît en tant qu'être humain, elle mène à une vie courte.

« Le vol, lorsqu'il est exercé, cultivé et pratiqué, mène à l'enfer, mène à la renaissance sous la forme d'un animal ordinaire, mène au royaume des esprits affamés. Le moindre de tous les résultats découlant du vol est que, lorsqu'on renaît en tant qu'être humain, il mène à la perte de sa propre richesse.

« La méconduite sexuelle, lorsqu'elle est exercée, cultivée et pratiquée, mène à l'enfer, mène à la renaissance sous la forme d'un animal ordinaire, mène au royaume des esprits affamés. Le moindre de tous les résultats découlant de la méconduite sexuelle est que, lorsqu'on renaît en tant qu'être humain, elle mène à la rivalité et à la vengeance.

« Le mensonge, lorsqu'il est exercé, cultivé et pratiqué, mène à l'enfer, mène à la renaissance sous la forme d'un animal ordinaire, mène au royaume des esprits affamés. Le moindre de tous les résultats découlant du mensonge est que, lorsqu'on renaît en tant qu'être humain, on est victime d'accusations mensongères.

« Les paroles dures, lorsqu'elles sont exercées, cultivées et pratiquées, mènent à l'enfer, mènent à la renaissance sous la forme d'un animal ordinaire, mènent au royaume des esprits affamés. Le moindre de tous les résultats découlant des paroles dures est que, lorsqu'on renaît en tant qu'être humain, elles mènent à entendre des sons déplaisants.

« Les bavardages futiles, lorsqu'ils sont, cultivés et pratiqués, mènent à l'enfer, mènent à la renaissance sous la forme d'un animal ordinaire, mènent au royaume des esprits affamés. Le moindre de tous les résultats découlant des bavardages futiles est que, lorsqu'on renaît en tant qu'être humain, ils mènent à des propos qui ne méritent pas d'être pris au sérieux.

« L'ingestion de liqueurs et boissons fermentées, lorsqu'elle est exercée, cultivée et pratiquée, mène à l'enfer, mène à la renaissance sous la forme d'un animal ordinaire, mène au royaume des esprits affamés. Le moindre de tous les résultats découlant de l'ingestion de liqueurs et boissons fermentées est que, lorsqu'on renaît en tant qu'être humain, elle mène au dérangement de l'esprit.
»

— AN 8.40

§64

« Alors qu'il était assis à l'écart, le roi Pasenadi de Kosala dit au Bienheureux : "Tout à l'heure, Seigneur, alors que j'étais seul, cette pensée m'est venue à l'esprit : 'Rares sont ceux qui, lorsqu'ils acquièrent une richesse somptueuse, ne deviennent pas grisés et négligents, ne deviennent pas avides de plaisirs sensuels et ne maltraitent pas les autres êtres. Beaucoup plus nombreux sont ceux qui, lorsqu'ils acquièrent une richesse somptueuse, deviennent grisés et négligents, deviennent avides de plaisirs sensuels et maltraitent les autres êtres.'"

« C'est ainsi, grand roi ! C'est ainsi ! Rares sont ceux qui, lorsqu'ils acquièrent une richesse somptueuse, ne deviennent pas grisés et négligents, ne deviennent pas avides de plaisirs sensuels et ne maltraitent pas les autres êtres. Beaucoup plus nombreux sont ceux qui, lorsqu'ils acquièrent une richesse somptueuse, deviennent grisés et négligents, deviennent avides de plaisirs sensuels et maltraitent les autres êtres. »

C'est ce que dit le Bienheureux. Après avoir dit cela, le Bien-Allé, le Maître, ajouta :

Épris de possessions sensuelles,
avides, éblouis par les plaisirs sensuels,
ils ne se rendent pas compte
qu'ils sont allés trop loin,
comme des cerfs pris au piège.
Après coup, c'est amer pour eux :
mauvais pour eux
est le résultat.

— SN 3.6

§65

Alors qu'il était assis à l'écart, le roi Pasenadi de Kosala dit au Bienheureux : Tout à l'heure, Seigneur, alors que je siégeais en tant que juge, j'ai vu que même les nobles fortunés, les brahmanes fortunés et les chefs de famille fortunés, riches, possédant de grandes fortunes et de vastes propriétés, de grandes quantités d'or et d'argent, de grandes quantités d'objets de valeur et de denrées, de grandes quantités de richesses et de grains, disent des mensonges délibérés ayant les plaisirs sensuels pour cause, les plaisirs sensuels comme raison, simplement pour les plaisirs sensuels. Alors, cette pensée m'est venue : "J'en ai assez de juger ! Que quelqu'un d'autre soit connu pour ses jugements !" »

« C'est ainsi, grand roi ! C'est ainsi ! Même les nobles fortunés, les brahmanes fortunés et les chefs de famille fortunés... disent des mensonges délibérés ayant les plaisirs sensuels pour cause, les plaisirs sensuels comme raison, simplement pour les plaisirs sensuels. Cela leur causera à long terme du tort et de la souffrance. »

C'est ce que dit le Bienheureux. Après avoir dit cela, le Bien-Allé, le Maître, ajouta :

Épris de possessions sensuelles,
avides, éblouis par les plaisirs sensuels,
ils ne se rendent pas compte
qu'ils sont allés trop loin —

comme des poissons pris au piège.
Après coup, c'est amer pour eux :
mauvais pour eux
est le résultat.

— SN 3.7

§66

Alors qu'il était assis à l'écart, le roi Pasenadi de Kosala dit au Bienheureux : « Y a-t-il, Seigneur, une qualité qui garantit les deux types d'avantages, ceux de la vie présente et ceux de la vie future ? »

« Il existe une qualité, grand roi, qui garantit les deux types d'avantages, ceux qui concernent la vie présente et ceux qui concernent la vie future. »

« Mais quelle est cette qualité, Seigneur... ? »

« La vigilance, grand roi. Tout comme les empreintes de tous les animaux à pattes sont englobées dans l'empreinte de l'éléphant, et l'empreinte de l'éléphant est considérée comme la prééminente parmi elles par sa taille ; de la même manière, la vigilance est la qualité qui garantit les deux types d'avantages : ceux de la vie présente et ceux de la vie future. »

C'est ce que dit le Bienheureux. Après avoir dit cela, le Bien-Allé, le Maître, ajouta :

Pour celui qui désire
une longue vie, la santé,
la beauté, le paradis et une naissance noble,
des plaisirs somptueux, les uns après les autres,
les sages louent la vigilance
dans l'accomplissement d'actes méritoires.

Lorsque vous êtes vigilant et sage,
vous obtenez deux types d'avantages :
des avantages dans cette vie,
et des avantages dans les vies à venir.

Ayant atteint votre propre bien,
vous êtes appelé éveillé,
et sage.

— SN 3.17

§67

« Il existe quatre qualités qui mènent au bonheur et au bien-être d'un laïc dans ses vies futures. Quelles sont ces quatre qualités ? être accompli dans la confiance, être accompli dans la vertu, être accompli dans la générosité, être accompli dans le discernement. »

« Et que signifie être accompli dans la confiance ? Il y a le cas où un disciple des nobles a la confiance, est convaincu de l'Éveil du Tathāgata : "En effet, le Bienheureux est digne et justement éveillé, accompli en connaissance et en conduite, bien allé, connaisseur du monde, entraîneur

incomparable de ceux qui sont aptes à être formés, le Maître des êtres divins et des humains, éveillé, béni”. C’est ce qu’on appelle être accompli dans la confiance.

« Et que signifie être accompli dans la vertu ? Il y a le cas où un disciple des nobles s’abstient de prendre la vie, s’abstient de voler, s’abstient de toute conduite sexuelle illicite, s’abstient de mentir, s’abstient de consommer des substances intoxicantes qui mènent à la négligence. C’est ce qu’on appelle être accompli dans la vertu. »

« Et que signifie être accompli dans la générosité ? Il y a le cas où un disciple des nobles, dont l’esprit est purifié de la souillure de l’avarice, vivant chez lui, généreux sans réserve, aux mains ouvertes, se réjouissant d’être magnanime, prompt à répondre aux demandes, se réjouissant de faire des dons. C’est ce qu’on appelle être accompli dans la générosité. »

« Et que signifie être accompli dans le discernement ? Il y a le cas où un disciple des nobles est doué de discernement, doté du discernement de l’apparition et de la disparition, noble, pénétrant, menant à la juste cessation de la souffrance. C’est ce qu’on appelle être accompli dans le discernement.

« Ce sont les quatre qualités qui mènent au bonheur et au bien-être d’un laïc dans ses vies futures. »

— AN 8.54

§68

Alors Ugga, ministre du roi, s’approcha du Bienheureux et, à son arrivée, après s’être prosterné, s’assit à l’écart. Alors qu’il était assis là, il dit au Bienheureux : « C’est incroyable, Seigneur, combien Migara Rohaneyya est prospère, combien ses trésors sont grands, combien ses ressources sont considérables ! »

[Le Bouddha :] « Mais quelle est sa richesse, Ugga ? Quels sont ses grands trésors et ses grandes ressources ? »

« C’est un trésor, Ugga. Je ne dis pas le contraire. Et ce trésor est exposé au feu, aux inondations, aux rois, aux voleurs et aux héritiers malveillants. Mais ces sept trésors ne sont pas exposés au feu, aux inondations, aux rois, aux voleurs ni aux héritiers malveillants. Quels sont ces sept trésors ? Le trésor de la confiance, le trésor de la vertu, le trésor de la conscience morale, le trésor de la crainte morale¹⁹, le trésor de l’écoute, le trésor de la générosité, le trésor du discernement. Ceux-là, Ugga, sont les sept trésors qui ne sont pas exposés ni au feu, ni aux inondations, ni aux rois, ni aux voleurs, ni aux héritiers malveillants. »

— AN 7.7

¹⁹ Note de traduction — hiri et ottappa

Les termes pâli *hiri* et *ottappa* apparaissent presque toujours ensemble dans les textes, dans cet ordre, et sont appelés « les deux gardiens du monde » (*lokapāla*).

Hiri désigne le sens intérieur de retenue morale : le scrupule ou la honte saine qui empêche de commettre une action nuisible par respect pour soi-même.

Ottappa désigne la crainte morale : la lucidité face aux conséquences d’un acte non salutaire, tant pour soi que pour autrui.

§69

« Il existe sept trésors. Lesquels ? Le trésor de la confiance, le trésor de la vertu, le trésor de la conscience morale, le trésor de la crainte morale, le trésor de l'écoute, le trésor de la générosité, le trésor du discernement.

« Et quel est le trésor de la confiance ? Il y a le cas où un disciple des nobles a la confiance, est convaincu de l'Éveil du Tathāgata : "En effet, le Bienheureux est digne et justement éveillé, accompli en connaissance et en conduite, bien allé, connaisseur du monde, entraîneur incomparable de ceux qui sont aptes à être formés, le Maître des êtres divins et des humains, éveillé, béni." C'est ce qu'on appelle le trésor de la confiance.

« Et quel est le trésor de la vertu ? Il y a le cas où un disciple des nobles s'abstient de prendre la vie, s'abstient de voler, s'abstient de toute conduite sexuelle illicite, s'abstient de mentir, s'abstient de consommer des substances intoxicantes qui mènent à la négligence. C'est ce qu'on appelle le trésor de la vertu.

« Et quel est le trésor de la conscience morale ? Il y a le cas où un disciple des nobles ressent de la honte à l'idée de commettre une mauvaise action corporelle, verbale ou mentale. C'est ce qu'on appelle le trésor de la conscience morale.

« Et quel est le trésor de la crainte morale ? Il y a le cas où un disciple des nobles se préoccupe de la souffrance qui résulte d'une mauvaise conduite corporelle, verbale ou mentale. C'est ce qu'on appelle le trésor de la crainte morale.

« Et quel est le trésor de l'écoute ? Il y a le cas où un disciple des nobles a beaucoup entendu, a retenu ce qu'il a entendu, a mémorisé ce qu'il a entendu. Quels que soient les enseignements admirables au début, admirables au milieu, admirables à la fin, qui, dans leur sens et leur expression proclament la vie sainte entièrement parfaite et pure : ceux que ce disciple a souvent écoutés, retenus, discutés, accumulés, examinés avec son esprit et profondément compris. C'est ce qu'on appelle le trésor de l'écoute.

« Et quel est le trésor de la générosité ? Il y a le cas d'un disciple des nobles dont la conscience est purifiée de la souillure de l'avarice, qui vit chez lui, généreux sans réserve, ouvert, se réjouissant d'être magnanime, répondant aux demandes, se réjouissant de distribuer des aumônes. C'est ce qu'on appelle le trésor de la générosité.

« Et quel est le trésor du discernement ? Il y a le cas où un disciple des nobles est doué de discernement, doté du discernement de l'apparition et de la disparition — noble, pénétrant, menant à la juste cessation de la souffrance. C'est ce qu'on appelle le trésor du discernement.

« Voici, moines, les sept trésors.

« Le trésor de la confiance,
le trésor de la vertu,
le trésor de la conscience morale et de la crainte morale,
le trésor de l'écoute, de la générosité
et, comme septième trésor, le discernement :
quiconque, homme ou femme, possède ces trésors
n'est pas considéré comme pauvre, n'a pas vécu en vain.
Ainsi la confiance et la vertu, la foi et la vision du Dhamma,

devraient être cultivées par les sages,
en se souvenant des enseignements du Bouddha. »

— AN 7.6

Kamma ni sombre ni lumineux

§70

[Uttara, fils de deva :]

« La vie est emportée,
sa durée est négligeable.
Pour celui qui est emporté par le vieillissement,
nul refuge n'existe.
Conscient du danger de la mort,
il faut accomplir des actions méritoires
qui apportent le bonheur. »

[Le Bouddha :]

« La vie est emportée,
sa durée est négligeable.
Pour celui qui est emporté par le vieillissement,
nul refuge n'existe.
Conscient du danger de la mort,
il faut abandonner les appâts du monde
et rechercher la paix. »

— SN 2.19

§71

« Maintenant, moines, qu'est-ce que le Noble Octuple Sentier ? La Vue Juste, l'Intention Juste, la Parole Juste, l'Action Juste, les Moyens d'Existence Justes, l'Effort Juste, la Peine Conscience Juste, la Concentration Juste.

« Et qu'est-ce que la Vue Juste ? La connaissance de la souffrance, la connaissance de l'origine de la souffrance, la connaissance de la cessation de la souffrance, la connaissance de la voie de la pratique menant à la cessation de la souffrance : ceci, moines, s'appelle la Vue Juste.

« Et qu'est-ce que l'Intention Juste ? Être résolu au renoncement, à se libérer de la malveillance, à ne pas nuire : cela, moines, s'appelle l'Intention Juste.

« Et qu'est-ce que la Parole Juste ? S'abstenir de mentir, s'abstenir de paroles qui sèment la discorde, s'abstenir de paroles injurieuses, s'abstenir de bavardages inutiles : cela, moines, s'appelle la Parole Juste.

« Et qu'est-ce que l'Action Juste ? S'abstenir de tuer, s'abstenir de voler, s'abstenir de toute relation sexuelle : cela, moines, s'appelle l'Action Juste.

« Et qu'est-ce que des Moyens d'existence Justes ? C'est le cas où un disciple des nobles, ayant abandonné des moyens d'existence malhonnêtes, gagne sa vie grâce à des moyens d'existence justes : ceci, moines, s'appelle les Moyens de Subsistance Justes.

« Et qu'est-ce que l'Effort Juste ? (i) Il y a le cas où un moine fait naître l'ardeur, s'efforce, active la persévérance, soutient et exerce son intention afin que ne surgissent pas des qualités non salutaires qui ne sont pas encore apparues. (ii) Il fait naître l'ardeur, s'efforce, active la persévérance, soutient et exerce son intention afin d'abandonner des qualités non salutaires qui sont déjà apparues. (iii) Il fait naître l'ardeur, s'efforce, active la persévérance, soutient et exerce son intention afin de faire surgir des qualités salutaires qui ne sont pas encore apparues. (iv) Il fait naître l'ardeur, s'efforce, active la persévérance, soutient et exerce son intention afin de maintenir, sans confusion, d'accroître, de mener à la plénitude, de développer et d'amener à leur accomplissement les qualités salutaires déjà apparues : ceci, moines, s'appelle l'Effort Juste.

« Et qu'est-ce que la Pleine Conscience Juste ? (i) Il y a le cas où un moine reste concentré sur le corps en tant que tel, ardent, conscient et attentif, mettant de côté l'avidité et la détresse à l'égard du monde. (ii) Il reste concentré sur les ressentis en tant que tels, ardent, conscient et attentif, mettant de côté l'avidité et la détresse à l'égard du monde. (iii) Il reste concentré sur l'esprit en tant que tel, ardent, conscient et attentif, mettant de côté l'avidité et la détresse à l'égard du monde. (iv) Il reste concentré sur les qualités mentales en tant que telles, ardent, conscient et attentif, mettant de côté l'avidité et la détresse à l'égard du monde. Cela, moines, s'appelle la Pleine Conscience Juste.

« Et qu'est-ce que la Concentration Juste ? (i) Il y a le cas où un moine, complètement retiré des plaisirs sensuels, retiré des qualités mentales non salutaires, entre et demeure dans le premier jhāna : ravissement et plaisir nés du retrait, accompagnés de pensée dirigée et d'évaluation. (ii) Avec l'apaisement des pensées dirigées et des évaluations, il entre et demeure dans le deuxième jhāna : ravissement et plaisir nés de la concentration, unification de la conscience, libre de pensées dirigées et d'évaluations — assurance intérieure. (iii) Avec l'atténuation du ravissement, il demeure équanime, attentif et alerte, et ressent du plaisir avec le corps. Il entre et demeure dans le troisième jhāna, dont les Nobles déclarent : "Équanime et attentif, il demeure agréablement." (iv) Avec l'abandon du plaisir et de la douleur — comme avec la disparition antérieure de l'exaltation et de la détresse — il entre et demeure dans le quatrième jhāna : pureté de l'équanimité et de l'attention, ni plaisir ni douleur. Ceci, moines, est appelé la concentration juste. »

— SN 45.8

4. Conseils pour faire face à la maladie et à la mort

Le vieillissement

§72

Alors deux brahmanes, des vieillards frêles, âgés, avancés en âge, arrivés au dernier stade de leur vie, âgés de 120 ans, se rendirent auprès du Bienheureux. À leur arrivée, ils échangèrent avec lui des salutations courtoises et, après un échange de salutations amicales et de courtoisie, ils s'assirent à l'écart. Alors qu'ils furent assis là, ils lui dirent : « Maître Gotama, nous sommes des brahmanes, des vieillards frêles, âgés, avancés en âge, arrivés au dernier stade de leur vie, âgés de 120 ans. Et nous n'avons accompli aucun acte admirable, aucun acte habile, aucun acte qui apaise nos craintes. Enseignez-nous, Maître Gotama. Instruisez-nous, Maître Gotama, pour notre bien-être et notre bonheur à long terme. »

« En effet, brahmanes, vous êtes des vieillards frêles, âgés, avancés en âge, arrivés au dernier stade de la vie, âgés de 120 ans. Et vous n'avez accompli aucun acte admirable, aucun acte habile, aucun acte qui apaise vos craintes. Ce monde est balayé par le vieillissement, par la maladie et par la mort. Avec le monde ainsi balayé par le vieillissement, la maladie et la mort, toute retenue du corps, de la parole et de l'esprit pratiquée ici sera un abri, une grotte, une île et un refuge après la mort dans l'au-delà. »

Tout est emporté :
la vie, sa durée négligeable.
Pour celui qui est emporté par le vieillissement
il n'existe aucun refuge.
Gardant à l'esprit ce danger de la mort,
accomplissez des actions méritoires
qui apportent le bonheur.

Quiconque ici pratique la retenue
dans ses actes, ses paroles et son esprit ;
quiconque accomplit des actions méritoires
de son vivant :
cela sera pour son bonheur après la mort.

— AN 3.51

§73

Alors deux brahmanes, des vieillards frêles, âgés, avancés en âge, arrivés au dernier stade de leur vie, âgés de 120 ans, se rendirent auprès du Bienheureux. À leur arrivée, ils échangèrent avec lui des salutations courtoises et, après un échange de salutations amicales et de courtoisie, ils s'assirent à l'écart. Alors qu'ils furent assis là, ils lui dirent : « Maître Gotama, nous sommes des brahmanes, des vieillards frêles, âgés, avancés en âge, arrivés au dernier stade de leur vie, âgés de 120 ans. Et nous n'avons accompli aucun acte admirable, aucun acte habile, aucun acte qui apaise nos craintes. Enseignez-nous, Maître Gotama. Instruisez-nous, Maître Gotama, pour notre bien-être et notre bonheur à long terme. »

« En effet, brahmanes, vous êtes des vieillards frêles, âgés, avancés en âge, arrivés au dernier stade de la vie, âgés de 120 ans. Et vous n'avez accompli aucun acte admirable, aucun acte habile, aucun acte qui apaise vos craintes. Ce monde est en proie au feu du vieillissement, de la maladie et de la mort. Alors que le monde est ainsi en proie au feu du vieillissement, de la maladie et de la mort, toute retenue pratiquée ici dans son corps, ses paroles et son esprit sera un abri, une grotte, une île et un refuge après la mort dans l'au-delà.

Quand une maison est en flammes,
ce qu'on sauve
est ce qui servira,
non ce qu'on laisse brûler.

Ainsi, quand le monde est en proie au feu
du vieillissement et de la mort,
on devrait sauver sa richesse en donnant :
ce qui est donné est vraiment sauvé.
Quiconque ici pratique la retenue
dans ses actes, ses paroles et son esprit ;
quiconque accomplit des actions méritoires
de son vivant :
cela sera pour son bonheur après la mort.

— AN 3.52

§74

Alors le laïc Nakulapitā... se rendit auprès du Vénérable Sāriputta et, à son arrivée, après s'être prosterné devant lui, s'assit à l'écart. Alors qu'il était assis là, le Vénérable Sāriputta lui dit : « Tes facultés sont claires et calmes, laïc, ton teint est pur. As-tu eu l'occasion aujourd'hui d'écouter un enseignement du Dhamma en présence du Bienheureux ? »

« Comment pourrait-il en être autrement, vénérable maître ? Je viens d'être béni par le Bienheureux avec le nectar immortel d'un enseignement du Dhamma. »

« Et comment as-tu été béni par le Bienheureux avec le nectar immortel d'un enseignement du Dhamma ? »

« Je me suis rendu auprès du Bienheureux et, à mon arrivée, après m'être prosterné devant lui, je me suis assis à l'écart. Alors que j'étais assis là, je lui ai dit : « Seigneur, je suis un vieillard décrépit,

âgé, avancé en âge, arrivé au dernier stade de la vie. Mon corps souffre et je suis constamment malade. Et ce n'est que rarement que j'ai l'occasion de voir le Bienheureux et les moines qui nourrissent le cœur. Que le Bienheureux m'enseigne, que le Bienheureux m'instruise, pour mon bien-être et mon bonheur à long terme. »

« Lorsque cela fut dit, le Bienheureux me dit : « Il en est ainsi, laïc. Il en est ainsi. Le corps est affligé, faible et accablé. Car qui, en prenant soin de ce corps, prétendrait jouir ne serait-ce qu'un instant d'une véritable santé, si ce n'est par pure folie ? Tu devrais donc t'entraîner ainsi : "Même si mon corps est affligé, mon esprit ne le sera pas." C'est ainsi que tu devrais t'entraîner. » C'est ainsi que le Bienheureux me combla avec le nectar immortel d'un enseignement du Dhamma. »

« Mais pourquoi ne t'est-il pas venu à l'esprit d'interroger le Bienheureux davantage : "De quelle manière est-on affligé dans son corps et affligé dans son esprit ? Et de quelle manière est-on affligé dans son corps mais non affligé dans son esprit ? »

« Je viendrais de très loin pour entendre l'explication de ces mots en présence du Vénérable Sāriputta. Il serait bon que le Vénérable Sāriputta lui-même éclaircisse leur signification. »

« Dans ce cas, laïc, écoute et prête attention. Je vais parler.

« Oui, Vénérable Maître, », répondit le laïc Nakulapitā.

Le Vénérable Sāriputta dit : « Maintenant, comment est-on affligé dans son corps et affligé dans son esprit ?

« Il y a le cas où une personne ordinaire, sans instruction, sans aucun respect pour les nobles, pas versée ni disciplinée dans leur Dhamma ; sans aucun respect pour les personnes intègres, pas versée ni disciplinée dans leur Dhamma, considère la forme (le corps) comme étant le soi, ou le soi comme possédant la forme, ou la forme comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans la forme. Elle est saisie par l'idée que "je suis la forme" ou "la forme est mienne". Comme elle est saisie par ces idées, lorsque sa forme change et s'altère, elle tombe dans la tristesse, la lamentation, la douleur, la détresse et le désespoir à cause de ce changement et de cette altération.

Elle considère le ressenti comme étant le soi, ou le soi comme possédant le ressenti, ou le ressenti comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans le ressenti. Elle est saisie par l'idée que "je suis le ressenti" ou "le ressenti est mien". Comme elle est saisie par ces idées, lorsque le ressenti change et s'altère, elle tombe dans la tristesse, la lamentation, la douleur, la détresse et le désespoir à cause de ce changement et de cette altération.

Elle considère la perception comme étant le soi, ou le soi comme possédant la perception, ou la perception comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans la perception. Elle est saisie par l'idée que "je suis la perception" ou "la perception est mienne". Comme elle est saisie par ces idées, lorsque la perception change et s'altère, elle tombe dans la tristesse, la lamentation, la douleur, la détresse et le désespoir à cause de ce changement et de cette altération.

Elle considère les fabrications mentales comme étant le soi, ou le soi comme possédant les fabrications mentales, ou les fabrications mentales comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans les fabrications mentales. Elle est saisie par l'idée que "je suis les fabrications mentales" ou "les fabrications mentales sont miennes". Comme elle est saisie par ces idées, lorsque les fabrications

mentales changent et s'altèrent, elle tombe dans la tristesse, la lamentation, la douleur, la détresse et le désespoir à cause de ce changement et de cette altération.

Elle considère la conscience comme étant le soi, ou le soi comme possédant la conscience, ou la conscience comme étant dans le soi, ou le soi comme étant dans la conscience. Elle est saisie par l'idée que "je suis la conscience" ou "la conscience est mienne". Comme elle est saisie par ces idées, lorsque la conscience change et s'altère, elle tombe dans la tristesse, la lamentation, la douleur, la détresse et le désespoir à cause de ce changement et de cette altération.

« Voilà, laïc, comment on est affligé dans son corps et affligé dans son esprit.

« Et comment est-on affligé dans son corps mais non affligé dans son esprit ? Il y a le cas où un disciple des nobles, bien instruit, qui a du respect pour les nobles, connaît bien et pratique leur Dhamma ; qui a du respect pour les personnes intègres, connaît bien et pratique leur Dhamma, ne considère pas la forme comme étant le soi, ni le soi comme possédant la forme, ni la forme comme étant dans le soi, ni le soi comme étant dans la forme. Il n'est pas saisi par l'idée que "je suis la forme" ou "la forme est mienne". Comme il n'est pas saisi par ces idées, sa forme change et s'altère, mais il ne tombe pas dans la tristesse, la lamentation, la douleur, la détresse, ni le désespoir à cause de ce changement et de cette altération. »

Il ne considère pas le ressenti comme étant le soi ...

Il ne considère pas la perception comme étant le soi ...

Il ne considère pas les fabrications mentales comme étant le soi ...

Il ne considère pas la conscience comme étant le soi, ni le soi comme possédant la conscience, ni la conscience comme étant dans le soi, ni le soi comme étant dans la conscience. Il n'est pas saisi par l'idée que "je suis la conscience" ou "la conscience est mienne". Comme il n'est pas saisi par ces idées, sa conscience change et s'altère, mais il ne tombe pas dans la tristesse, la lamentation, la douleur, la détresse, ni le désespoir à cause de ce changement et de cette altération. »

« Voilà, laïc, comment on est affligé dans son corps mais non affligé dans son esprit. »

C'est ce que dit le Vénérable Sāriputta. Satisfait, le laïc Nakulapitā se réjouit des paroles du Vénérable Sāriputta.

— SN 22.1

§75

[Pīṇḍiya:]

Je suis vieux et faible,
mon teint est terne.
Ma vue est trouble
et j'ai du mal à entendre,
mais je ne veux pas mourir dans l'illusion,
dans la confusion !
Enseignez-moi le Dhamma

afin que je puisse connaître
l'abandon ici-même
de la naissance et du vieillissement.

[Le Bouddha:]

Voyant les gens souffrir
à cause de leur corps —
les gens négligents sont opprimés
à cause de leur corps —
alors, Pingiya, sois attentif
détache-toi du corps
afin qu'il n'y ait plus de devenir.

[Pingiya:]

Dans les quatre directions cardinales,
les quatre directions intermédiaires,
au-dessus et en dessous
— les dix directions —
il n'y a rien dans le monde
qui vous soit invisible, inaudible,
imperceptible ou inconnu.
Enseignez-moi le Dhamma
afin que je connaisse
l'abandon ici-même
de la naissance et du vieillissement.

[Le Bouddha:]

Voyant les gens,
En proie au désir —
enflammés, accablés par le vieillissement —
alors attentif, Pingiya,
abandonne le désir
afin qu'il n'y ait plus de devenir.

— Sn 5.16

La maladie

§76

« Une personne malade dotée de cinq qualités est facile à soigner : elle fait ce qui est propice à sa guérison ; elle connaît la quantité appropriée des choses propices à sa guérison ; elle prend ses

médicaments ; elle décrit ses symptômes tels qu'ils se présentent réellement au soignant qui souhaite son bien-être, en disant qu'ils sont pires lorsqu'ils sont pires, qu'ils s'améliorent lorsqu'ils s'améliorent, ou qu'ils restent les mêmes lorsqu'ils restent les mêmes ; et c'est le genre de personne qui peut supporter des sensations corporelles douloureuses, violentes, aiguës, déchirantes, répugnantes, désagréables, potentiellement mortelles. Une personne malade dotée de ces cinq qualités est facile à soigner.

« Un soignant doté de cinq qualités n'est pas apte à s'occuper des malades : il n'est pas compétent pour préparer les médicaments ; il ne sait pas ce qui est propice ou non à la guérison du patient, apportant au patient des choses qui ne sont pas propices et lui retirant celles qui le sont ; il est motivé par le gain matériel, et non par des pensées de bienveillance ; il est dégoûté de nettoyer les excréments, l'urine, la salive ou le vomi ; et il n'est pas compétent pour instruire, exhorter, stimuler et encourager le malade aux moments opportuns en lui parlant du Dhamma. Un soignant doté de ces cinq qualités n'est pas apte à s'occuper des malades.

« Un soignant doté de cinq qualités est apte à s'occuper des malades : il est compétent pour préparer les médicaments ; il sait ce qui est favorable ou défavorable à la guérison du patient, éliminant ce qui est défavorable et apportant ce qui est favorable ; il est motivé par des pensées bienveillantes, et non par le gain matériel ; il n'est pas dégoûté de nettoyer les excréments, l'urine, la salive ou le vomi ; et il est compétent pour instruire, exhorter, stimuler et encourager le malade au moment opportun en lui parlant du Dhamma. Un soignant doté de ces cinq qualités est apte à s'occuper des malades. »

— *Mv.VIII.26*

§77

« Moines, lorsqu'une personne ordinaire et non instruite déclare : “Il y a un gouffre sans fond dans l'océan”, elle parle de quelque chose qui n'existe pas, qui ne peut être trouvé. L'expression “gouffre sans fond” est en réalité une simple désignation pour une sensation corporelle douloureuse.

« Lorsqu'une personne ordinaire et non instruite est touchée par une sensation corporelle douloureuse, elle s'afflige, se lamente, se frappe la poitrine et devient désespérée. C'est ce qu'on appelle une personne ordinaire et non instruite qui ne s'est pas élevée au-dessus du gouffre sans fond, qui n'a pas trouvé un point d'ancrage.

« Lorsqu'un disciple des nobles bien instruit est touché par une sensation corporelle douloureuse, il ne s'afflige pas, ne se lamente pas, ne devient pas désespéré, ne se frappe pas la poitrine et ne se laisse pas aller au désespoir. C'est ce qu'on appelle un disciple bien instruit des nobles qui s'est élevé au-dessus du gouffre sans fond et qui a trouvé un point d'ancrage. »

Quiconque ne peut les supporter
une fois qu'elles sont apparues —
les sensations corporelles douloureuses
qui pourraient tuer les êtres vivants —
qui tremble à leur contact,
qui pleure et se lamente,

un faible sans endurance :
il ne s'est pas élevé
hors du gouffre sans fond,
il n'a pas même gagné
un point d'ancrage.

Quiconque les supporte
une fois qu'elles sont apparues —
les sensations corporelles douloureuses
qui pourraient tuer des êtres vivants —
qui ne tremble pas à leur contact :
il s'est élevé
hors du gouffre sans fond,
il a gagné un point d'ancrage.

— SN 36.4

§78

« Moines, une personne ordinaire non instruite éprouve des sensations agréables, des sensations douloureuses, des sensations ni agréables ni douloureuses. Un disciple des nobles bien instruit éprouve lui aussi des sensations agréables, des sensations douloureuses, des sensations ni agréables ni douloureuses. Quelle différence, quelle distinction, quel facteur distinctif existe-t-il donc entre le disciple des nobles bien instruit et la personne ordinaire non instruite ? »

« Pour nous, Seigneur, les enseignements ont le Bienheureux pour racine, guide et arbitre. Il serait bon que le Bienheureux lui-même explique le sens de cette déclaration. Après avoir entendu l'explication du Bienheureux, les moines s'en souviendront. »

« Dans ce cas, moines, écoutez et prêtez attention. Je vais parler. »

« Oui, Seigneur », répondirent les moines.

Le Bienheureux dit : « Lorsqu'elle est touchée par une sensation de douleur, la personne ordinaire non instruite souffre, se lamente, se frappe la poitrine et devient désespérée. Elle ressent donc deux douleurs, l'une physique et l'autre mentale. Tout comme si l'on transperçait quelqu'un d'une flèche, puis immédiatement d'une autre, de sorte qu'il ressentirait la douleur de deux flèches ; de la même manière, lorsqu'elle est touchée par une sensation de douleur, la personne ordinaire non instruite s'afflige, se lamente, se frappe la poitrine et devient désespérée. Elle ressent donc deux douleurs, l'une physique et l'autre mentale. »

« Touchée par cette sensation douloureuse, elle résiste. Toute tendance latente²⁰ à l'aversion à l'égard de cette sensation douloureuse l'envahit. Touchée par cette sensation douloureuse, elle se délecte du plaisir sensuel. Pourquoi ? Parce que la personne ordinaire et non instruite ne discerne aucun moyen d'échapper à la sensation douloureuse autre que le plaisir sensuel. Alors qu'elle se

²⁰ **Note** — Traduit ici par « tendance latente », le terme pâli *anusaya* désigne une disposition sous-jacente de l'esprit — telle que l'aversion, la passion ou l'ignorance — susceptible de se manifester lorsque les conditions sont réunies.

délecte du plaisir sensuel, toute tendance latente à la passion à l'égard de cette sensation de plaisir l'envahit. Elle ne discerne pas, tels qu'ils se présentent réellement, l'origine, la disparition, l'attrait, l'inconvénient et l'échappatoire de ce ressenti. Comme elle ne discerne pas l'origine, la disparition, l'attrait, l'inconvénient et l'échappatoire de ce ressenti, alors toute tendance latente à l'ignorance à l'égard de ce ressenti ni plaisant ni déplaisant l'envahit.

« Ressentant une sensation de plaisir, elle y est liée. Ressentant une sensation de douleur, elle y est liée. Ressentant une sensation ni plaisante ni déplaisante, elle y est liée. C'est ce qu'on appelle une personne ordinaire, non instruite, liée à la naissance, au vieillissement et à la mort ; aux chagrins, aux lamentations, aux douleurs, aux détresses et aux désespoirs. Je vous le dis : elle est liée à la souffrance et au stress.

« Or, le disciple des nobles bien instruit, lorsqu'il est touché par une sensation de douleur, ne se lamente pas, ne se frappe pas la poitrine et ne devient pas désespéré. Il ne ressent qu'une seule douleur : physique, mais non mentale. Tout comme si l'on transperçait quelqu'un d'une flèche, puis qu'on ne le transperçait pas aussitôt d'une autre, de sorte qu'il ne ressentirait la douleur que d'une seule flèche ; de la même manière, lorsqu'il est touché par une sensation de douleur, le disciple des nobles bien instruit ne se lamente pas, ne se frappe pas la poitrine et ne devient pas désespéré. Il ne ressent qu'une seule douleur : physique, mais non mentale.

« Touché par cette sensation douloureuse, il ne résiste pas. Aucune tendance latente à l'aversion à l'égard de cette sensation douloureuse ne l'envahit. Touché par cette sensation douloureuse, il ne se délecte pas du plaisir sensuel. Pourquoi ? Parce que le disciple des nobles bien instruit discerne un moyen d'échapper à la sensation douloureuse autre que le plaisir sensuel. Alors qu'il ne se délecte pas du plaisir sensuel, aucune tendance latente à la passion à l'égard de cette sensation de plaisir ne l'envahit. Il discerne, tels qu'ils se présentent réellement, l'origine, la disparition, l'attrait, l'inconvénient et l'échappatoire de ce ressenti. Comme il discerne l'origine, la disparition, l'attrait, l'inconvénient et l'échappatoire de ce ressenti, aucune tendance latente à l'ignorance à l'égard de ce ressenti ni plaisant ni déplaisant ne l'envahit. »

« Ressentant une sensation de plaisir, il n'y est pas lié. Ressentant une sensation de douleur, il n'y est pas lié. Ressentant une sensation ni plaisante ni déplaisante, il n'y est pas lié. C'est ce qu'on appelle le disciple des nobles bien instruit, non lié à la naissance, au vieillissement et à la mort ; aux chagrins, aux lamentations, aux douleurs, aux détresses et aux désespoirs. Je vous le dis : il n'est pas lié à la souffrance et au stress.

C'est la différence, la distinction, le facteur distinctif qui existe entre le disciple des nobles bien instruit et la personne ordinaire non instruite. »

Pour une personne instruite
qui a compris le Dhamma,
voyant clairement ce monde et le suivant,
les choses désirables ne charment pas l'esprit,
les choses indésirables ne suscitent aucune résistance.

Son acceptation
et son rejet se sont dissipés,
sont allés à leur terme,

n'existent plus.

Connaissant l'état souillure, sans affliction,
il discerne justement,
allé au-delà du devenir,
vers l'autre rive.

— SN 36.6

§79

À cette époque, le Vénérable Maha Kassapa séjournait dans la grotte du Poivrier, malade, souffrant, gravement atteint. Alors, en fin d'après-midi, le Bienheureux quitta sa retraite et se rendit là où séjournait le Vénérable Maha Kassapa. À son arrivée, il s'assit sur un siège préparé pour lui et dit au Vénérable Maha Kassapa : « J'espère que vous allez mieux, Kassapa. J'espère que vous êtes à l'aise. J'espère que vos douleurs diminuent et ne s'intensifient pas. J'espère qu'il y a des signes de diminution et non d'intensification. »

« Je ne vais pas mieux, Seigneur. Je ne suis pas à l'aise. Mes douleurs extrêmes s'intensifient, elles ne diminuent pas. Il y a des signes d'intensification et non de diminution. »

« Kassapa, ces sept facteurs de l'Éveil que j'ai enseignés de façon juste, lorsqu'ils sont développés et cultivés, mènent à la connaissance directe, à l'Éveil, au Délitement. Quels sont ces sept facteurs ?

« La pleine conscience, facteur de l'Éveil que j'ai enseignée de façon juste, lorsqu'elle est développée et cultivée, mène à la connaissance directe, à l'Éveil, au Délitement.

« L'investigation des phénomènes, facteur de l'Éveil que j'ai enseignée de façon juste, lorsqu'elle est développée et cultivée, mène à la connaissance directe, à l'Éveil, au Délitement.

« L'énergie, facteur de l'Éveil...

« La joie, facteur de l'Éveil...

« La tranquillité, facteur de l'Éveil...

« La concentration, facteur de l'Éveil...

« L'équanimité, facteur de l'Éveil que j'ai enseignée de façon juste, lorsqu'elle est développée et cultivée, mène à la connaissance directe, à l'Éveil, au Délitement. »

« Ce sont en effet des facteurs d'Éveil, ô Bienheureux. Ce sont en effet des facteurs d'Éveil, ô Bien-Allé. »

C'est ce que dit le Bienheureux. Satisfait, le Vénérable Maha Kassapa se réjouit des paroles du Bienheureux. Et le Vénérable Maha Kassapa guérit de sa maladie. C'est ainsi que le Vénérable Maha Kassapa fut délivré de sa maladie.

— SN 46.14

§80

Ainsi ai-je entendu. Une fois, le Bienheureux séjournait près de Sāvattthī, dans le bosquet de Jeta, au monastère d'Anāthapiṇḍika. À cette occasion, le Vénérable Girimānanda était malade, souffrant et gravement atteint. Alors le Vénérable Ānanda se rendit auprès du Bienheureux et, à son arrivée, après s'être prosterné devant lui, il s'assit à l'écart. Alors qu'il était assis là, il dit au Bienheureux : « Seigneur, le Vénérable Girimānanda est malade, souffrant, gravement atteint. Il serait bon que le Bienheureux rende visite au Vénérable Girimānanda, par compassion pour lui. »

« Ānanda, si tu vas voir le moine Girimānanda et que tu lui parles des dix perceptions, il est possible que, lorsqu'il entendra ces dix perceptions, sa maladie s'atténue. Quelles sont ces dix perceptions ? La perception de l'impermanence, la perception du non-soi, la perception du manque d'attrait, la perception du danger, la perception de l'abandon, la perception du non-attachement, la perception de la cessation, la perception du désenchantement pour tous les mondes, la perception du caractère indésirable de toutes les fabrications conditionnées, la pleine conscience de l'inspiration et de l'expiration. »

[1] « Et qu'est-ce que la perception de l'impermanence ? Il y a le cas où un moine, s'étant rendu dans la forêt, à l'ombre d'un arbre ou dans une cabane vide, réfléchit ainsi : « La forme est impermanente, le ressenti est impermanent, la perception est impermanente, les fabrications mentales sont impermanentes, la conscience est impermanente. » Ainsi, il demeure concentré sur l'impermanence des cinq agrégats. Cela, Ānanda, s'appelle la perception de l'impermanence.

[2] « Et qu'est-ce que la perception du non-soi ? Il y a le cas où un moine, s'étant rendu dans la forêt, à l'ombre d'un arbre ou dans une cabane vide, réfléchit ainsi : « L'œil est dépourvu de soi, les formes sont dépourvues de soi ; l'oreille est dépourvue de soi, les sons sont dépourvus de soi ; le nez est dépourvu de soi, les odeurs sont dépourvues de soi ; la langue est dépourvue de soi, les saveurs sont dépourvues de soi ; le corps est dépourvu de soi, les sensations tactiles sont dépourvues de soi ; l'intellect est dépourvu de soi, les idées sont dépourvues de soi. » Ainsi, il demeure concentré sur le non-soi en ce qui concerne les six supports sensoriels internes et externes. C'est ce qu'on appelle la perception du non-soi.

[3] « Et quelle est la perception du caractère repoussant ? Il y a le cas où un moine médite sur ce corps même — depuis la plante des pieds vers le haut, depuis le sommet de la tête vers le bas, entouré de peau, rempli de toutes sortes de choses impures : « Dans ce corps, il y a : les cheveux de la tête, les poils du corps, les ongles, les dents, la peau, les muscles, les tendons, les os, la moelle osseuse, la rate, le cœur, le foie, les membranes du cœur, les reins, les poumons, le gros intestin, l'intestin grêle, l'estomac, les excréments, la bile, les mucosités, la lymphe, le sang, la sueur, la graisse, les larmes, l'huile, la salive, le mucus, le liquide dans les articulations, l'urine. Ainsi, il demeure concentré sur le caractère repoussant de ce corps même. C'est ce qu'on appelle la perception du caractère repoussant.

[4] « Et quelle est la perception des dangers ? Il y a le cas où un moine, s'étant rendu dans la forêt, au pied d'un arbre ou dans une cabane vide, réfléchit ainsi : « Ce corps est sujet à beaucoup de douleurs et beaucoup de dangers. Dans ce corps, de nombreuses maladies apparaissent, telles que : maladies de la vue, maladies de l'ouïe, maladies du nez, maladies de la langue, maladies du corps, maladies de la tête, maladies des oreilles, maladies de la bouche, maladies des dents, toux, asthme, catarrhe, fièvre, vieillissement, maux d'estomac, évanouissements, dysenterie, grippe, choléra, lèpre, furoncles, teigne, tuberculose, épilepsie, maladies de la peau, démangeaisons, gale, psoriasis,

scabiose, jaunisse, diabète, hémorroïdes, fistules, ulcères ; maladies provenant de la bile, du flegme, de l'élément vent, des combinaisons d'humeurs corporelles, des changements climatiques, des soins corporels irréguliers, des attaques et du résultat du kamma ; le froid, la chaleur, la faim, la soif, la défécation, la miction. » Ainsi, il demeure concentré sur les dangers de ce corps. C'est ce qu'on appelle la perception des dangers.

[5] « Et quelle est la perception de l'abandon ? Il y a le cas où un moine ne tolère pas une pensée sensuelle qui surgit. Il l'abandonne, la détruit, la dissipe et l'anéantit. Il ne tolère pas une pensée malveillante qui surgit. Il l'abandonne, la détruit, la dissipe et l'anéantit. Il ne tolère pas une pensée de nocivité qui surgit. Il l'abandonne, la détruit, la dissipe et l'anéantit. Il ne tolère pas les qualités mentales mauvaises et non salutaires qui surgissent. Il les abandonne, les détruit, les dissipe et les anéantit. C'est ce qu'on appelle la perception de l'abandon.

[6] « Et quelle est la perception de la dépassion ? Il y a le cas où un moine, s'étant rendu dans la forêt, au pied d'un arbre ou dans une cabane vide, réfléchit ainsi : « Ceci est la paix, ceci est sublime — l'apaisement de toutes les fabrications, l'abandon de toutes les acquisitions, la fin du désir, la dépassion, le Déliement. » C'est ce qu'on appelle la perception de la dépassion.

[7] « Et quelle est la perception de la cessation ? Il y a le cas où un moine, s'étant rendu dans la forêt, au pied d'un arbre ou dans une cabane vide, réfléchit ainsi : « Ceci est la paix, ceci est sublime — l'apaisement de toutes les fabrications, l'abandon de toutes les acquisitions, la fin du désir, la cessation, le Déliement. » C'est ce qu'on appelle la perception de la cessation.

[8] « Et quelle est la perception du désenchantement pour tous les mondes ? Il y a le cas où un moine, abandonnant tout attachement, tout agrippement, toute fixation de l'esprit, toute prise de position figée ou toute obsession à l'égard de tout monde, s'en abstient et ne s'y engage pas. C'est ce qu'on appelle la perception du désenchantement pour tous les mondes.

[9] « Et quelle est la perception du caractère indésirable de toutes les formations conditionnées ? Il y a le cas où un moine se sent horrifié, répugné et dégoûté par toutes les formations conditionnées. C'est ce qu'on appelle la perception du caractère indésirable de toutes les formations conditionnées.

[10] « Et qu'est-ce que la pleine conscience de l'inspiration et de l'expiration ? Il y a le cas où un moine, s'étant rendu dans la forêt, à l'ombre d'un arbre ou dans une cabane vide, s'assoit les jambes croisées, le corps droit, établissant son attention devant lui. Attentif, il inspire ; attentif, il expire.

« [i]²¹ En inspirant longuement, il discerne : "J'inspire longuement" ; ou en expirant longuement, il discerne : "J'expire longuement". [ii] Ou en inspirant brièvement, il discerne : "J'inspire brièvement" ; ou en expirant brièvement, il discerne : "J'expire brièvement". [iii] Il s'entraîne ainsi : "J'inspirerai en étant attentif à tout mon corps". Il s'entraîne ainsi : "J'expirerai en étant sensible à l'ensemble du corps". [iv] Il s'entraîne ainsi : "J'inspirerai en calmant les fabrications corporelles". Il s'entraîne ainsi : "J'expirerai en calmant les fabrications corporelles".

²¹ **Note** — Les chiffres romains indiquent les seize étapes traditionnelles de la pratique de la pleine conscience de la respiration (*ānāpānasati*), regroupées en quatre séries de quatre contemplations.

« [v] Il s'entraîne ainsi : "J'inspirerai en étant sensible à la joie". Il s'entraîne ainsi : "J'expirerai en étant sensible à la joie". [vi] Il s'entraîne ainsi : "J'inspirerai en étant sensible au plaisir". Il s'entraîne ainsi : "J'expirerai en étant sensible au plaisir". [vii] Il s'entraîne ainsi : "J'inspirerai en étant sensible aux fabrications mentales". Il s'entraîne ainsi : "J'expirerai en étant sensible aux fabrications mentales". [viii] Il s'entraîne ainsi : "J'inspirerai en calmant les fabrications mentales". Il s'entraîne ainsi : "J'expirerai en calmant les fabrications mentales".

[ix] Il s'entraîne à inspirer en étant attentif à l'esprit, et à expirer en étant attentif à l'esprit. [x] Il s'entraîne à inspirer en réjouissant l'esprit, et à expirer en réjouissant l'esprit. [xi] Il s'entraîne à inspirer en stabilisant l'esprit, et à expirer en stabilisant l'esprit. [xii] Il s'entraîne à inspirer en libérant l'esprit, et à expirer en libérant l'esprit.

[xiii] Il s'entraîne ainsi : "J'inspirerai en me concentrant sur l'impermanence" Il s'entraîne ainsi : "J'expirerai en me concentrant sur l'impermanence". [xiv] Il s'entraîne ainsi : "J'inspirerai en me concentrant sur la dépassion [littéralement : effacement / pâlissement]". Il s'entraîne ainsi : "J'expirerai en me concentrant sur la dépassion". [xv] Il s'entraîne ainsi : "J'inspirerai en me concentrant sur la cessation". Il s'entraîne ainsi : "J'expirerai en me concentrant sur la cessation".

[xvi] Il s'entraîne ainsi : "J'inspirerai en me concentrant sur l'abandon". Il s'entraîne ainsi : "J'expirerai en me concentrant sur l'abandon".

« Cela, Ānanda, s'appelle la pleine conscience de l'inspiration et de l'expiration. »

« Maintenant, Ānanda, si tu vas voir le moine Girimānanda et que tu lui parles de ces dix perceptions, il est possible que, lorsqu'il entendra ces dix perceptions, sa maladie s'apaise. »

Alors, le vénérable Ānanda, ayant appris ces dix perceptions en présence du Bienheureux, se rendit auprès du Vénérable Girimānanda et les lui transmit. Lorsque le Vénérable Girimānanda entendit ces dix perceptions, sa maladie s'atténua. Et le Vénérable Girimānanda guérit de sa maladie. C'est ainsi que la maladie du Vénérable Girimānanda fut abandonnée.

— AN 10.60

§81

Ainsi ai-je entendu. Un jour, le Bienheureux séjournait près de Vesālī, dans la Grande Forêt, au Pavillon au Toit Pointu. Puis, en fin d'après-midi, il quitta sa retraite et se rendit à l'infirmierie, où il vit un moine faible et malade. En le voyant, il s'assit sur un siège préparé pour lui. Alors qu'il était assis là, il s'adressa aux moines : « Lorsque ces cinq choses ne quittent pas un moine malade et affaibli, on peut s'attendre à ce que d'ici peu — avec la fin des fermentations — il entre et demeure dans la libération de la conscience et la libération du discernement, sans fermentation, les ayant réalisées et directement connues par lui-même ici et maintenant. Quelles sont ces cinq choses ?

« Il y a le cas où un moine [1] demeure concentré sur le caractère repoussant du corps, [2] perçoit le caractère repoussant de la nourriture, [3] perçoit le caractère peu désirable de tous les mondes, [4] perçoit le caractère indésirable de toutes les fabrications conditionnées, et [5] a bien établi en lui-même la perception de la mort.

« Lorsque ces cinq choses ne quittent pas un moine faible et malade, on peut s'attendre à ce que, d'ici peu — avec la fin des fermentations — il entre et demeure dans la libération de la conscience et

la libération du discernement, sans fermentation, les ayant réalisées et directement connues par lui-même ici et maintenant. »

— AN 5.121

La mort

§82

À cette époque, le père de Nakula, un laïc, était malade, souffrant, gravement atteint. Alors la mère de Nakula lui dit : « Ne vous inquiétez pas à l'approche de la mort, laïc. La mort est douloureuse pour celui qui s'inquiète. Le Bienheureux a critiqué l'inquiétude au moment de la mort.

« Il se peut que vous pensiez : “La mère de Nakula ne sera pas capable de subvenir aux besoins des enfants ni d'entretenir le foyer après mon départ”, mais vous ne devriez pas voir les choses de cette façon. Je suis douée pour filer le coton et carder la laine. Je peux subvenir aux besoins des enfants et entretenir le foyer après votre départ. Ne vous inquiétez donc pas à l'approche de la mort, laïc. La mort est douloureuse pour celui qui s'inquiète. Le Bienheureux a critiqué l'inquiétude au moment de la mort.

« Il se peut que vous pensiez : “La mère de Nakula prendra un autre mari après mon départ”, mais vous ne devriez pas voir les choses ainsi. Vous savez aussi bien que moi que ma fidélité (littéralement « célibat domestique ») a été constante au cours des seize dernières années. Ne vous inquiétez donc pas à l'approche de la mort, laïc. La mort est douloureuse pour celui qui s'inquiète. Le Bienheureux a critiqué l'inquiétude au moment de la mort.

« Vous pensez peut-être : “La mère de Nakula n'aura plus envie d'aller voir le Bienheureux, d'aller voir la communauté des moines, après mon départ”, mais vous ne devriez pas voir les choses ainsi. J'aurai encore plus envie d'aller voir le Bienheureux, d'aller voir la communauté des moines, après votre départ. Ne vous inquiétez donc pas à l'approche de la mort, laïc. La mort est douloureuse pour celui qui s'inquiète. Le Bienheureux a critiqué l'inquiétude au moment de la mort.

« Vous pensez peut-être : “La mère de Nakula n'agira pas entièrement conformément aux préceptes après mon départ”, mais vous ne devriez pas voir les choses ainsi. Dans la mesure où le Bienheureux compte parmi ses disciples féminines vêtues de blanc celles qui agissent entièrement conformément aux préceptes, je suis l'une d'entre elles. Si quelqu'un en doute ou le nie, qu'il aille demander au Bienheureux, le pur, celui qui s'est pleinement éveillé, qui séjourne parmi les Bhaggus dans le Parc aux Cerfs de Bhesakala, près de la colline des Crocodiles. Ne vous inquiétez donc pas à l'approche de la mort, laïc. La mort est douloureuse pour celui qui s'inquiète. Le Bienheureux a critiqué l'inquiétude au moment de la mort.

« Il se peut que vous pensiez : « La mère de Nakula n'atteindra pas la tranquillité intérieure de l'esprit après mon départ », mais vous ne devriez pas voir les choses de cette façon. Dans la mesure où le Bienheureux compte parmi ses disciples féminines vêtues de blanc celles qui atteignent la tranquillité intérieure de l'esprit, je suis l'une d'entre elles. Si quelqu'un en doute ou le nie, qu'il aille demander au Bienheureux, le pur, celui qui s'est pleinement éveillé, qui séjourne parmi les Bhaggus

dans le Parc aux Cerfs de Bhesakala, près de la colline des Crocodiles. Ne vous inquiétez donc pas à l'approche de la mort, laïc. La mort est douloureuse pour celui qui s'inquiète. Le Bienheureux a critiqué l'inquiétude au moment de la mort.

« Il se peut que vous pensiez : “La mère de Nakula n’atteindra pas un fondement solide dans cette Doctrine et cette Discipline, n’obtiendra pas un point d’ancrage solide, n’obtiendra pas de consolation, ne surmontera pas ses doutes, ne dissipera pas sa perplexité, n’atteindra pas l’assurance ni ne gagnera son indépendance vis-à-vis des autres en ce qui concerne le message du Maître [une description standard d’un vainqueur du courant]”, mais vous ne devriez pas voir les choses de cette façon. Dans la mesure où le Bienheureux compte parmi ses disciples féminines vêtues de blanc celles qui atteignent un fondement solide dans cette Doctrine et cette Discipline, acquièrent une base solide, trouvent la consolation, surmontent leurs doutes, dissipent leur perplexité, atteignent l’assurance et acquièrent l’indépendance vis-à-vis des autres en ce qui concerne le message du Maître, je suis l’une d’entre elles. Si quelqu’un en doute ou le nie, qu’il aille demander au Bienheureux, le pur, celui qui s’est pleinement éveillé, qui séjourne parmi les Bhaggus dans le Parc aux Cerfs de Bhesakala, près de la colline des Crocodiles. Ne vous inquiétez donc pas à l’approche de la mort, laïc. La mort est douloureuse pour celui qui s’inquiète. Le Bienheureux a critiqué l’inquiétude au moment de la mort. »

Alors que le père de Nakula, le laïc, était ainsi exhorté par la mère de Nakula, sa maladie fut immédiatement apaisée. Et il guérit de sa maladie. C’est ainsi que la maladie du père de Nakula fut abandonnée.

Peu après que le père de Nakula, le laïc, eut guéri de sa maladie, il se rendit, appuyé sur une canne, auprès du Bienheureux. À son arrivée, après s’être prosterné devant le Bienheureux, il s’assit à l’écart. Alors qu’il était assis là, le Bienheureux lui dit : « C’est un grand avantage pour vous, laïc, d’avoir la mère de Nakula, remplie de compassion et soucieuse de votre bien-être, comme conseillère et instructrice. Dans la mesure où j’ai des disciples féminines vêtues de blanc qui agissent en totale conformité avec les préceptes, elle est l’une d’entre elles. Dans la mesure où j’ai des disciples féminines vêtues de blanc qui atteignent la tranquillité intérieure de la conscience, elle est l’une d’entre elles. Dans la mesure où j’ai des disciples féminines vêtues de blanc qui atteignent un fondement solide dans cette Doctrine et cette Discipline, qui acquièrent une base solide, qui trouvent la consolation, qui surmontent leurs doutes, qui dissipent leur perplexité, qui atteignent l’assurance et qui acquièrent l’indépendance vis-à-vis des autres en ce qui concerne le message du Maître, elle est l’une d’entre elles. C’est un gain pour vous, un grand gain, laïc, que d’avoir la mère de Nakula, remplie de compassion et soucieuse de votre bien-être, comme conseillère et instructrice. »

— AN 6.16

§83

« Mahānāma, un disciple laïc ²²doté de discernement, qui est malade, souffrant, gravement atteint, devrait être rassuré par un autre disciple laïc avisé par quatre assurances : “Sois rassuré, ami, car tu possèdes une confiance établie dans l’Éveillé : « En effet, le Bienheureux est digne et s’est éveillé à juste titre, parfait en connaissance et en conduite, bien allé, connaisseur du monde, guide incomparable des êtres à entraîner, enseignant des devas et des êtres humains, éveillé, béni. »

« Sois rassuré, ami, car tu as une confiance établie dans le Dhamma : « Le Dhamma est bien enseigné par le Bienheureux, à voir ici et maintenant, intemporel, invitant à la vérification, pertinent, à expérimenter par soi-même pour qui est attentif. »

« Sois rassuré, ami, car tu as une confiance établie dans le Saṅgha : « Le Saṅgha des disciples du Bienheureux qui ont bien pratiqué... qui ont pratiqué avec droiture... qui ont pratiqué méthodiquement... qui ont pratiqué parfaitement — en d’autres termes, les quatre paires, les huit individus²³ — tel est le Saṅgha des disciples du Bienheureux : dignes de dons, dignes d’hospitalité, dignes d’offrandes, dignes de respect, le champ de mérite incomparable pour le monde. »

« Sois rassuré, ami, tu possèdes des vertus chères aux nobles : intactes, non brisées, immaculées, sans tache, libératrices, louées par les sages, non sujettes à l’attachement, menant à la concentration.”

« Mahānāma, lorsqu’un laïc avisé, malade, souffrant, gravement atteint, a été rassuré par un autre laïc avisé par ces quatre assurances, on lui demandera : “Mon ami, te fais-tu du souci pour ta mère et ton père ?” S’il répond : “Je me fais du souci pour ma mère et mon père”, on lui dira : “Toi, mon cher ami, tu es soumis à la mort. Si tu te fais du souci pour ta mère et ton père, tu mourras quand même. Si tu ne te fais pas de souci pour ta mère et ton père, tu mourras quand même. Il serait bon que tu abandonnes toute préoccupation pour ta mère et ton père.”

« S’il répond : “J’ai abandonné toute préoccupation pour ma mère et mon père”, on lui demandera : “Mon ami, te fais-tu du souci pour ta femme et tes enfants ?” S’il répond : “Je me fais du souci pour ma femme et mes enfants”, on lui dira : “Toi, mon cher ami, tu es soumis à la mort. Si tu te fais du souci pour ta femme et tes enfants, tu mourras quand même. Si tu ne te fais pas de souci pour ta femme et tes enfants, tu mourras quand même. Il serait bon que tu abandonnes toute préoccupation pour ta femme et tes enfants.”

« S’il dit : “J’ai abandonné toute préoccupation pour ma femme et mes enfants”, on lui demandera : “Mon ami, te fais-tu du souci pour les cinq cordes des plaisirs sensuels humains ?” S’il répond : “Je me fais du souci pour les cinq cordes des plaisirs sensuels humains”, on lui dira : “Mon ami, les plaisirs sensuels divins sont plus splendides et plus raffinés que les plaisirs sensuels humains.

²² Ces quatre assurances indiquent que le « laïc avisé » a au moins atteint le stade de celui qui est entré dans le courant.

²³ « Les quatre paires, les huit individus » désignent les quatre stades de réalisation (entrant dans le courant, revenant-une-fois, non-retournant, arahant), chacun comprenant la voie (magga) et le fruit (phala), soit quatre paires ou huit types d’individus.

Il serait bon que, après avoir élevé ton esprit au-dessus des plaisirs sensuels humains, tu le portes vers les Devas des Quatre Grands Rois.”

« S’il dit : “Mon esprit s’est élevé au-dessus des plaisirs sensuels humains et se porte vers les Devas des Quatre Grands Rois”, on lui dira : “Mon ami, les Devas des Trente-trois sont plus splendides et plus raffinés que les Devas des Quatre Grands Rois. Il serait bon que, après avoir élevé ton esprit au-dessus des Devas des Quatre Grands Rois, tu le portes vers les Devas des Trente-trois.”

« S’il dit : “Mon esprit s’est élevé au-dessus des Devas des Quatre Grands Rois et se porte vers les Devas des Trente-trois”, on lui dira : “Mon ami, les Devas Yāma sont plus splendides et plus raffinés que les Devas des Trente-trois. Il serait bon que, après avoir élevé ton esprit au-dessus des Devas des Trente-trois, tu le portes vers les Devas Yāma.” »

« S’il dit : “Mon esprit s’est élevé au-dessus des Devas des Trente-trois et se porte vers les Devas Yāma”, on lui dira : “Mon ami, les Devas Tusita sont plus splendides et plus raffinés que les Devas Yāma... les Devas qui se délectent de leurs créations sont plus splendides et plus raffinés que les Devas Tusita... les Devas exerçant un pouvoir sur les créations d’autrui sont plus splendides et plus raffinés que les Devas qui se délectent de leurs créations... le monde de Brahmā est plus splendide et plus raffiné que les Devas exerçant un pouvoir sur les créations d’autrui. Il serait bon que, après avoir élevé ton esprit au-dessus des Devas exerçant un pouvoir sur les créations d’autrui, tu le portes vers le monde de Brahmā.” »

« S’il dit : “Mon esprit s’est élevé au-dessus des Devas qui exercent leur pouvoir sur les créations d’autrui et se porte vers le monde de Brahmā”, on lui dira : “Mon ami, même le monde de Brahmā est inconstant, impermanent, relevant encore de l’identité du soi. Il serait bon que, après avoir élevé ton esprit au-dessus du monde de Brahmā, tu le conduises à la cessation de l’identité du soi.”

« S’il dit : “Mon esprit s’est élevé au-dessus du monde de Brahmā et est conduit à la cessation de l’identité du soi”, alors, je te le dis, Mahānāma, il n’y a aucune différence, quant à la libération, entre la libération de ce laïc dont l’esprit est libéré et la libération d’un moine dont l’esprit est libéré.”

—SN 55:54

§84

Ainsi ai-je entendu. Une fois, le Bienheureux séjournait près de Vesālī, dans la Grande Forêt, du Pavillon au Toit Pointu. Puis, en fin d’après-midi, il quitta sa retraite et se rendit à l’infirmierie. À son arrivée, il s’assit sur un siège préparé pour lui. Alors qu’il était assis là, il s’adressa aux moines : « Un moine doit aborder le moment de la mort en étant attentif et vigilant. Voilà l’instruction que nous vous donnons à tous. »

« Et comment un moine est-il attentif ? Il y a le cas où un moine demeure concentré sur le corps en tant que corps²⁴, ardent, vigilant et attentif, mettant de côté l’avidité et la détresse à l’égard du monde. Il demeure concentré sur les sensations en tant que sensations... sur l’esprit en tant

²⁴ L’expression « le corps dans le corps » ou « le corps en tant que corps » traduit littéralement le Pāli *kāye kāyānupassī*, formule technique désignant la contemplation directe du corps en tant que phénomènes corporels, sans y projeter l’idée de soi, d’identité ou d’évaluation personnelle. Il s’agit d’observer le corps simplement comme corps.

qu'esprit... sur les états mentaux en tant qu'états mentaux, ardent, vigilant et attentif, mettant de côté l'avidité et la détresse à l'égard du monde. C'est ainsi qu'un moine est attentif. »

« Et comment un moine est-il vigilant ? Lorsqu'il avance et recule, il demeure pleinement vigilant ; lorsqu'il regarde et détourne le regard... lorsqu'il plie et étend ses membres... lorsqu'il porte sa robe extérieure, sa robe supérieure et son bol... lorsqu'il mange, boit, mâche et savoure... lorsqu'il urine et défèque... lorsqu'il marche, se tient debout, s'assoit, s'endort, se réveille, parle et reste silencieux, il demeure pleinement vigilant. C'est ainsi qu'un moine est vigilant.

« Ainsi, un moine devrait aborder le moment de la mort en étant attentif et vigilant. Telle est notre instruction à vous tous.

« Lorsqu'un moine demeure ainsi attentif et vigilant, diligent, ardent et résolu, une sensation de plaisir surgit en lui. Il discerne : "Une sensation de plaisir a surgi en moi. Elle dépend d'une condition, elle n'est pas indépendante. Dépendant de quoi ? Dépendant de ce corps. Or ce corps est impermanent, fabriqué, né en dépendance. Étant dépendant d'un corps qui est impermanent, fabriqué et né en dépendance, comment cette sensation de plaisir apparue pourrait-elle être permanente ?" Il demeure concentré sur l'impermanence à l'égard du corps et de la sensation de plaisir. Il demeure concentré sur la dissolution... la dépassion... la cessation... l'abandon à l'égard du corps et de la sensation de plaisir. En demeurant concentré sur l'impermanence... la dissolution... la dépassion... la cessation... l'abandon à l'égard du corps et de la sensation de plaisir, il abandonne toute fixation passionnelle à l'égard du corps et de la sensation de plaisir. »

« Ainsi, lorsqu'il demeure attentif et vigilant, diligent, ardent et résolu, une sensation de douleur surgit en lui. Il discerne : "Une sensation de douleur a surgi en moi. Elle dépend d'une condition, elle n'est pas indépendante. Dépendant de quoi ? Dépendant de ce corps. Or ce corps est impermanent, fabriqué, né en dépendance. Étant dépendant d'un corps qui est impermanent, fabriqué et né en dépendance, comment cette sensation de douleur apparue pourrait-elle être permanente ?" Il demeure concentré sur l'impermanence à l'égard du corps et de la sensation de douleur. Il demeure concentré sur la dissolution... la dépassion... la cessation... l'abandon à l'égard du corps et de la sensation de douleur. En demeurant concentré sur l'impermanence... la dissolution... la dépassion... la cessation... l'abandon à l'égard du corps et de la sensation de douleur, il abandonne toute fixation d'aversion à l'égard du corps et de la sensation de douleur. »

« Ainsi, lorsqu'il demeure attentif et vigilant, diligent, ardent et résolu, une sensation neutre surgit en lui. Il discerne : "Une sensation neutre a surgi en moi. Elle dépend d'une condition, elle n'est pas indépendante. Dépendant de quoi ? Dépendant de ce corps. Or ce corps est impermanent, fabriqué, né en dépendance. Étant dépendant d'un corps qui est impermanent, fabriqué et né en dépendance, comment cette sensation neutre apparue pourrait-elle être permanente ?" Il demeure concentré sur l'impermanence à l'égard du corps et de la sensation neutre. Il demeure concentré sur la dissolution... la dépassion... la cessation... l'abandon à l'égard du corps et de la sensation neutre. En demeurant concentré sur l'impermanence... la dissolution... la dépassion... la cessation... l'abandon à l'égard du corps et de la sensation neutre, il abandonne toute tendance latente d'ignorance à l'égard du corps et de la sensation neutre. »

« Ressentant une sensation de plaisir, il discerne qu'elle est impermanente, qu'il ne s'y attache pas, qu'il ne s'en réjouit pas. Ressentant une sensation de douleur... Ressentant une sensation neutre, il discerne qu'elle est impermanente, qu'il ne s'y attache pas, qu'il ne s'en réjouit pas.

Ressentant une sensation de plaisir, il la ressent sans s’y attacher. Ressentant une sensation de douleur... Ressentant une sensation ni agréable ni désagréable, il la ressent sans s’y attacher. Lorsqu’il ressent une sensation limitée au corps, il discerne : “Je ressens une sensation limitée au corps.” Lorsqu’il ressent une sensation limitée à la durée de la vie, il discerne : “Je ressens une sensation limitée à la durée de la vie.” Il discerne : “Avec la dissolution du corps, après la fin de la vie, tout ce qui est ressenti, sans s’en réjouir, se refroidira ici même.” »

« Tout comme une lampe à huile brûle grâce à l’huile et à la mèche, et qu’avec l’épuisement de l’huile et de la mèche, sans qu’aucun autre combustible ne soit fourni, elle s’éteint faute d’être nourrie, de la même manière, lorsqu’il ressent une sensation limitée au corps, il discerne : “Je ressens une sensation limitée au corps.” Lorsqu’il ressent une sensation limitée à la durée de la vie, il discerne : “Je ressens une sensation limitée à la durée de la vie.” Il comprend que “avec la dissolution du corps, après la fin de la vie, tout ce qui est ressenti, sans s’en réjouir, s’éteindra ici même.” »

— SN 36.7

§85

Puis, tôt le matin, la nonne Upacālā revêtit sa robe, prit son bol et son vêtement extérieur, et se rendit à Sāvaththī pour faire la tournée d’aumônes. Après avoir fait sa tournée d’aumônes à Sāvaththī et avoir pris son repas, elle se rendit au Bosquet des Aveugles pour y passer la journée. S’étant enfoncée dans le bosquet, elle s’assit au pied d’un arbre pour y demeurer pendant la journée.

Alors Māra, le Malin, voulant susciter en elle la peur, l’horreur et la terreur, voulant la faire renoncer à la solitude, s’approcha d’elle et lui dit : « Où veux-tu réapparaître [renaître], nonne ? »

« Je ne veux réapparaître nulle part, mon ami. »

[Māra :]

« Les devas des Trente-trois,
les devas Yāma, les devas Tusita,
ceux qui se délectent de la création,
et ceux qui exercent un pouvoir sur les créations d’autrui:
dirige ton esprit vers eux
et il connaîtra
le bonheur. »

[Nonne Upacālā :]

« Les devas des Trente-trois,
les devas Yāma, les devas Tusita,
ceux qui se délectent de la création,
et ceux qui exercent un pouvoir sur les créations d’autrui:
ils sont liés
par les liens de la sensualité ;
ils reviennent

sous l'emprise de Māra.
Le monde entier brûle.
Le monde entier est en flammes.
Le monde entier est embrasé.
Le monde entier est agité.
Ce qui n'est ni provoqué ni embrasé
ce à quoi les gens ordinaires
n'ont pas part,
là où Māra
n'a jamais été —
c'est là que mon cœur
se réjouit véritablement. »

Alors Māra le Maléfique, triste et abattu en réalisant : « la nonne Upacālā me connaît », disparut sur-le-champ.

— SN 5.7

§86

Alors, le Vénérable Sāriputta se rendit à la résidence du laïc Anāthapiṇḍika, accompagné du Vénérable Ānanda. À son arrivée, il s'assit sur un siège préparé pour lui et dit au laïc Anāthapiṇḍika : « J'espère que vous allez mieux, laïc. J'espère que vous êtes à l'aise. J'espère que vos douleurs diminuent et ne s'intensifient pas. J'espère qu'il y a des signes de diminution et non d'intensification. »

[Anāthapiṇḍika:] « Je ne vais pas mieux, Vénérable Seigneur. Je ne suis pas à l'aise. Mes douleurs extrêmes augmentent, elles ne diminuent pas. Il y a des signes d'intensification, et non de diminution. Des forces extrêmes me transpercent la tête, comme si un homme fort me fendait le crâne avec une épée tranchante... Des douleurs extrêmes sont apparues dans ma tête, comme si un homme fort serrait un turban fait de sangles de cuir résistantes autour de ma tête... Des forces extrêmes me déchirent la cavité abdominale, comme si un boucher ou son apprenti découpaient la cavité abdominale d'un bœuf... Je ressens une brûlure extrême dans mon corps, comme si deux hommes forts, saisissant un homme plus faible par les bras, le rôtissaient et le grillaient au-dessus d'un foyer de braises ardentes. Je ne vais pas mieux, Vénérable Seigneur. Je ne me sens pas bien. Mes douleurs extrêmes augmentent, elles ne diminuent pas. Il y a des signes d'intensification, et non de diminution. »

« Alors, laïc, vous devriez vous entraîner ainsi : “Je ne m'attacherai pas à l'œil ; ma conscience ne dépendra pas de l'œil.” Ainsi devriez-vous vous entraîner. “Je ne m'attacherai pas à l'oreille... au nez... à la langue... au corps ; ma conscience ne dépendra pas du corps”... “Je ne m'attacherai pas à l'esprit ; ma conscience ne dépendra pas de l'esprit”... “Je ne m'attacherai pas aux formes... aux sons... aux odeurs... aux goûts... aux sensations tactiles ; ma conscience ne dépendra pas des sensations tactiles”... “Je ne m'attacherai pas aux idées ; ma conscience ne dépendra pas des idées”... »

« Je ne m'attacherai pas à la conscience de l'œil... à la conscience de l'oreille... à la conscience du nez... à la conscience de la langue... à la conscience du corps ; ma conscience ne dépendra pas de la conscience du corps... Je ne m'attacherai pas à la conscience de l'esprit ; ma conscience ne dépendra pas de la conscience de l'esprit... »

« Je ne m'attacherai pas au contact au niveau de l'œil... de l'oreille... du nez... de la langue... du corps ; ma conscience ne dépendra pas du contact au niveau du corps... Je ne m'attacherai pas au contact au niveau de l'esprit ; ma conscience ne dépendra pas du contact au niveau de l'esprit... »

« Je ne m'attacherai pas à la sensation née du contact au niveau de l'œil... à la sensation née du contact au niveau de l'oreille... à la sensation née du contact au niveau du nez... à la sensation née du contact au niveau de la langue... à la sensation née du contact au niveau du corps ; ma conscience ne dépendra pas de la sensation née du contact au niveau du corps... Je ne m'attacherai pas à la sensation née du contact au niveau de l'esprit ; ma conscience ne dépendra pas de la sensation née du contact au niveau de l'esprit... »

« Je ne m'attacherai pas à l'élément terre... à l'élément eau... à l'élément feu... à l'élément air... à l'élément espace ; ma conscience ne dépendra pas de l'élément espace... Je ne m'attacherai pas à l'élément conscience ; ma conscience ne dépendra pas de l'élément conscience... »

« Je ne m'attacherai pas à la forme... aux sensations... aux perceptions... aux fabrications mentales ; ma conscience ne dépendra pas des fabrications mentales... Je ne m'attacherai pas à la conscience ; ma conscience ne dépendra pas de la conscience... »

« Je ne m'attacherai pas à la dimension de l'infinité de l'espace... à la dimension de l'infinité de la conscience... à la dimension du néant ; ma conscience ne dépendra pas de la dimension du néant... Je ne m'attacherai pas à la dimension de ni-perception ni non-perception ; ma conscience ne dépendra pas de la dimension de ni-perception ni non-perception... »

« Je ne m'attacherai pas à ce monde ; ma conscience ne dépendra pas de ce monde... Je ne m'attacherai pas au monde au-delà ; ma conscience ne dépendra pas du monde au-delà... »

« Je ne m'attacherai pas à ce qui est vu, entendu, ressenti, connu, atteint, recherché, examiné par l'esprit ; ma conscience ne dépendra pas de cela. » C'est ainsi que vous devriez vous entraîner. »

Lorsque cela fut dit, le laïc Anāthapiṇḍika pleura et versa des larmes. Le vénérable Ānanda lui dit : « Êtes-vous en train de sombrer, laïc ? Êtes-vous en train de couler ? »

« Non, vénérable Seigneur. Je ne suis ni en train de sombrer, ni en train de couler. C'est simplement que depuis longtemps, je suis au service du Maître et des moines qui inspirent mon cœur, mais je n'ai jamais entendu auparavant ce genre de discours sur le Dhamma. »

« Ce genre de discours sur le Dhamma, laïc, n'est pas donné aux laïcs vêtus de blanc. Ce genre de discours sur le Dhamma est donné à ceux qui ont renoncé à la vie de foyer. »

« Dans ce cas, Vénérable Sārīputta, veuillez faire en sorte que ce genre de discours sur le Dhamma soit donné aux laïcs vêtus de blanc. Il y a des personnes qui ont peu de poussière dans les yeux et qui dépérissent parce qu'ils n'entendent pas [ce] Dhamma. Il y en aura qui le comprendront. »

Alors le Vénérable Sāriputta et le Vénérable Ānanda, après avoir donné cette instruction au laïc Anāthapiṇḍika, se levèrent de leurs sièges et partirent. Peu de temps après leur départ, le laïc Anāthapiṇḍika mourut et réapparut dans le ciel de Tusita.

— MN 143

§87

[Mogharāja:]

Comment voir le monde
sans être vu
par le roi de la Mort ?

[Le Bouddha:]

Vois le monde, Mogharāja,
comme vide —
en ayant abandonné
toute vue
concernant le soi.
Ainsi l'on va au-delà de la mort.
C'est ainsi que l'on voit le monde
pour ne pas être vu
par le roi de la Mort.

— Sn 5.15

La séparation

§88

[Remarque : ce discours présente les recommandations du Bouddha sur la manière de gérer le deuil. Le passage traitant des éloges funèbres, des chants, etc., fait référence aux coutumes funéraires destinées à canaliser les sentiments des personnes en deuil dans une direction productive. Comme le note le Bouddha, tant que celles-ci semblent servir un objectif, il convient de s'y adonner. Une fois qu'elles ne semblent plus remplir leur fonction et que l'on se rend compte que l'on se complaît dans le chagrin, il convient de revenir aux devoirs importants de la vie.]

Un jour, le Bienheureux séjournait près de Sāvaththī, dans le bosquet de Jeta, le monastère d'Anāthapiṇḍika. Le roi Pasenadi de Kosala se rendit alors auprès du Bienheureux et, à son arrivée, après s'être prosterné, il s'assit à l'écart. Or, à ce moment-là, la reine Mallika mourut. Un homme se

rendit alors auprès du roi et lui murmura à l'oreille : « Votre Majesté, la reine Mallika est décédée. » Lorsque cela fut dit, le roi Pasenadi de Kosala resta assis là, malheureux, le cœur accablé, les épaules affaissées, le visage baissé, pensif, sans voix. Alors le Bienheureux vit le roi assis là, malheureux, le cœur accablé... sans voix, et lui dit : « Il y a cinq choses, grand roi, qui ne peuvent être obtenues par un contemplatif, un brahmane, un deva, un Māra, un Brahma, ni par quiconque dans le monde. Quelles sont ces cinq choses ?

« Que ce qui est sujet au vieillissement ne vieillisse pas. » C'est quelque chose qui ne peut être obtenu par un contemplatif, un brahmane, un deva, un Māra, un Brahma, ni par quiconque dans le monde.

« Que ce qui est sujet à la maladie ne tombe pas malade. » C'est quelque chose qui ne peut être obtenu par un contemplatif, un brahmane, un deva, un Māra, un Brahma, ni par quiconque dans le monde.

« Que ce qui est sujet à la mort ne meure pas. » C'est quelque chose qui ne peut être obtenu par un contemplatif, un brahmane, un deva, un Māra, un Brahma, ni par quiconque dans le monde.

« Que ce qui est sujet à la fin ne finisse pas. » C'est quelque chose qui ne peut être obtenu par un contemplatif, un brahmane, un deva, un Māra, un Brahma, ni par quiconque dans le monde.

« Que ce qui est sujet à la destruction ne soit pas détruit. » C'est quelque chose qui ne peut être obtenu par un contemplatif, un brahmane, un deva, un Māra, un Brahma, ni par quiconque dans le monde.

« Or, il arrive à une personne ordinaire et non instruite que ce qui est sujet au vieillissement vieillisse. Avec le vieillissement de ce qui est sujet au vieillissement, elle ne réfléchit pas : “Cela ne m’arrive pas à moi seule : ce qui est sujet au vieillissement vieillit. Dans la mesure où il y a des êtres — passés et futurs, mourant et renaissant — cela arrive à tous : ce qui est sujet au vieillissement vieillit. Et si, avec le vieillissement de ce qui est sujet au vieillissement, je devais souffrir, me lamenter, me frapper la poitrine et devenir désespérée, la nourriture ne me conviendrait plus, mon corps deviendrait peu attrayant, mes affaires seraient négligées, mes ennemis seraient satisfaits et mes amis malheureux.” Ainsi, avec le vieillissement de ce qui est sujet au vieillissement, elle souffre, se lamente, se frappe la poitrine et devient désespérée. C’est ce qu’on appelle une personne ordinaire, non instruite, transpercée par la flèche empoisonnée du chagrin, qui se tourmente elle-même.

« De plus, il arrive à une personne ordinaire et non instruite que ce qui est sujet à la maladie tombe malade... que ce qui est sujet à la mort meure... que ce qui est sujet à la fin prenne fin... que ce qui est sujet à la destruction soit détruit. Avec la destruction de ce qui est sujet à la destruction, elle ne réfléchit pas : “Cela ne m’arrive pas à moi seule : ce qui est sujet à la destruction est détruit. Dans la mesure où il y a des êtres — passés et futurs, mourant et renaissant — cela arrive à tous : ce qui est sujet à la destruction est détruit. Et si, avec la destruction de ce qui est sujet à la destruction, je devais souffrir, m’attrister, me lamenter, me frapper la poitrine et devenir désespérée, la nourriture ne me conviendrait pas, mon corps deviendrait peu attrayant, mes affaires seraient négligées, mes ennemis seraient satisfaits et mes amis malheureux.” Ainsi, avec la destruction de ce qui est sujet à la destruction, elle souffre, s’attriste, se lamente, se frappe la poitrine et devient désespérée. C’est ce qu’on appelle une personne ordinaire, non instruite, transpercée par la flèche empoisonnée du chagrin, qui se tourmente elle-même.

« Or, il arrive à un disciple des nobles bien instruit que ce qui est sujet au vieillissement vieillisse. Avec le vieillissement de ce qui est sujet au vieillissement, il réfléchit : “Cela n’arrive pas qu’à moi : ce qui est sujet au vieillissement vieillit. Dans la mesure où il y a des êtres — passés et futurs, mourant et renaissant — cela arrive à tous : ce qui est sujet au vieillissement vieillit. Et si, avec le vieillissement de ce qui est sujet au vieillissement, je devais souffrir, me lamenter, me frapper la poitrine et devenir désespéré, la nourriture ne me conviendrait plus, mon corps deviendrait peu attrayant, mes affaires seraient négligées, mes ennemis seraient satisfaits et mes amis malheureux.” Ainsi, avec le vieillissement de ce qui est sujet au vieillissement, il ne souffre pas, ne se lamente pas, ne se frappe pas la poitrine et ne devient pas désespéré. C’est ce qu’on appelle un disciple des nobles bien instruit, qui a retiré la flèche empoisonnée du chagrin dont est transpercée la personne ordinaire non instruite, qui se tourmente elle-même. Sans chagrin, sans flèche, le disciple des nobles est totalement libéré en lui-même.

« De plus, il arrive à un disciple des nobles bien instruit que quelque chose qui est sujet à la maladie tombe malade... que quelque chose qui est sujet à la mort meure... que quelque chose qui est sujet à la fin prenne fin... que quelque chose qui est sujet à la destruction soit détruit. Avec la destruction de ce qui est sujet à la destruction, il réfléchit : “Cela n’arrive pas qu’à moi : ce qui est sujet à la destruction est détruit. Dans la mesure où il y a des êtres — passés et futurs, mourant et renaissant — cela arrive à tous : ce qui est sujet à la destruction est détruit. Et si, avec la destruction de ce qui est sujet à la destruction, je devais souffrir, m’attrister, me lamenter, me frapper la poitrine et devenir désespéré, la nourriture ne me conviendrait pas, mon corps deviendrait peu attrayant, mes affaires seraient négligées, mes ennemis seraient satisfaits et mes amis malheureux.” Ainsi, avec la destruction de ce qui est sujet à la destruction, il ne souffre pas, ne se lamente pas, ne se frappe pas la poitrine et ne devient pas désespéré. C’est ce qu’on appelle un disciple des nobles bien instruit, qui a retiré la flèche empoisonnée du chagrin dont est transpercée la personne ordinaire non instruite, qui se tourmente elle-même. Sans chagrin, sans flèche, le disciple des nobles est totalement libéré en lui-même.

« Il y a cinq choses, grand roi, qui ne peuvent être obtenues par un contemplatif, un brahmane, un deva, un Māra, un Brahma, ni par quiconque dans le monde.

Ce n’est pas en s’attristant,
ni en se lamentant,
qu’on atteint un but ici,
même pas un peu.
Sachant que tu souffres et que tu es dans la douleur,
tes ennemis sont satisfaits.
Mais lorsqu’un sage
qui sait discerner ce qui est son but
ne vacille pas face à l’adversité,
ses ennemis souffrent,
voyant son visage inchangé, comme autrefois.
Quel que soit l’endroit et la manière dont un but est atteint
par des éloges, des chants, de belles paroles,
des dons et des coutumes familiales,
suivez-les avec diligence là et de cette manière.

Mais si vous voyez que votre propre but
ou celui des autres n'est pas atteint de cette manière,
acceptez [la nature des choses]
sans vous affliger, en pensant :
"Quelle tâche importante suis-je en train d'accomplir ?" »

— AN 5.49

§89

[*Nonne Ubbirī* :]

« "Jīva, ma fille" —
tu pleures dans les bois.
Reprends tes esprits, Ubbirī.
84 000,
toutes nommées Jīva,
ont été brûlées dans ce charnier.
Pour laquelle d'entre elles pleures-tu ?
En retirant —
complètement —
la flèche si difficile à voir,
enfoncée dans mon cœur,
il a arraché en moi —
submergée de chagrin —
le deuil
pour ma fille.

Aujourd'hui — la flèche ôtée,
sans désir, entièrement
déliée —
je vais vers le Bouddha, le Dhamma et le Sangha,
pour prendre refuge,
auprès du Sage. »

— *Thig 3.5*

§90

[*Les 500 disciples de Paṭācārā* :]

« Tu ne connais pas
le chemin
de sa venue et de son départ,
cet être qui est venu — d'où ? —
celui que tu pleures comme « mon fils ».
Mais quand tu connais

le chemin
de sa venue et de son départ,
tu ne le pleures pas,
car telle est la nature
des êtres.
Sans qu'on l'y invite,
il est venu de là-bas.
Sans permission,
il est parti d'ici —
venant d'où ?
après être resté quelques jours.
Venu d'une façon,
il repart d'une autre.
Mourant dans une forme humaine,
il continuera à errer.
Comme il est venu, il est parti —
qu'y a-t-il donc
à déplorer ? »

En retirant
— complètement —
la flèche si difficile à voir,
enfoncée dans mon cœur,
il a arraché de moi
— submergée par le chagrin —
le deuil
pour mon fils.

Aujourd'hui — la flèche ôtée,
sans faim, entièrement
déliée —
je vais vers le Bouddha, le Dhamma et le Sangha,
pour prendre refuge,
auprès du Sage. »

— *Thig 6.1*

§91

À cette époque, un petit-fils cher et bien-aimé de Visākhā la mère de Migāra, venait de mourir. Alors Visākhā, la mère de Migāra, les vêtements mouillés, les cheveux mouillés, se rendit auprès du Bienheureux au milieu de la journée et, à son arrivée, après s'être prosternée devant lui, elle s'assit à l'écart. Alors qu'elle était assise là, le Bienheureux lui dit : « Pourquoi es-tu venue, Visākhā, les vêtements mouillés, les cheveux mouillés, au milieu de la journée ? »

Lorsqu'il eut dit cela, elle répondit au Bienheureux : « Mon cher petit-fils bien-aimé est mort. C'est pourquoi je suis venue ici, les vêtements mouillés, les cheveux mouillés, en plein milieu de la journée. »

« Visākhā, aimerais-tu avoir autant d'enfants et de petits-enfants qu'il y a d'habitants à Sāvattthī? »

« Oui, Seigneur, j'aimerais avoir autant d'enfants et de petits-enfants qu'il y a d'habitants à Sāvattthī. »

« Mais combien de personnes meurent à Sāvattthī au cours d'une journée ? »

« Parfois, dix personnes meurent à Sāvattthī au cours d'une journée, parfois neuf... huit... sept... six... cinq... quatre... trois... deux... Parfois, une seule personne meurt à Sāvattthī au cours d'une journée. À Sāvattthī, il y a toujours quelqu'un qui meurt. »

« Alors, qu'en penses-tu, Visākhā : serais-tu un jour libérée de tes vêtements et de tes cheveux mouillés ? »

« Non, Seigneur. Il me suffit d'avoir autant d'enfants et de petits-enfants qu'il y a d'habitants à Sāvattthī. »

« Visākhā, ceux qui ont cent êtres chers ont cent souffrances. Ceux qui ont quatre-vingt-dix êtres chers ont quatre-vingt-dix souffrances. Ceux qui en ont quatre-vingts... soixante-dix... soixante... cinquante... quarante... trente... vingt... dix... neuf... huit... sept... six... cinq... quatre... trois... deux... Ceux qui ont un être cher ont une souffrance. Pour ceux qui n'ont pas d'êtres chers, il n'y a pas de souffrances. Ils sont libérés de la tristesse, libérés de la souillure, libérés des lamentations, je vous le dis. »

Alors, ayant considéré cela, le Bienheureux déclara :

Les chagrins, les lamentations,
les multiples souffrances dans le monde
dépendent de ce qui nous est cher.
Ils n'existent pas
lorsqu'il n'y a rien qui nous soit cher.
Ainsi, heureux et sans chagrin
sont ceux pour qui rien,
dans le monde,
n'est tenu pour cher.
Ainsi celui qui aspire
à être sans tache et sans peine
ne devrait rien
comme cher
dans le monde.

— Ud 8.8

§92

Un jour, le Bienheureux séjournait près de Sāvattḥī, dans le bosquet de Jeta, au monastère d'Anāthapiṇḍika. À cette époque, le Vénérable Sāriputta séjournait dans le village de Nālaka — malade, souffrant, gravement atteint. Le novice Cunda était à son service. Puis, en raison de cette maladie, le Vénérable Sāriputta atteignit le Déliement total.

Alors, Cunda, le novice, prit le bol et les robes du Vénérable Sāriputta et se rendit auprès du Vénérable Ānanda dans le bosquet de Jeta, au monastère d'Anāthapiṇḍika, près de Sāvattḥī. À son arrivée, après s'être prosterné devant lui, il s'assit à l'écart. Alors qu'il était assis là, il dit au Vénérable Ānanda :

« Vénérable Seigneur, le Vénérable Sāriputta a atteint le déliement total. Voici son bol et ses robes. »

« Cunda, mon ami, voilà une raison d'aller voir le Bienheureux. Viens, allons trouver le Bienheureux et rapportons-lui cette nouvelle. »

« Oui, Vénérable Seigneur », répondit Cunda, le novice.

Alors, le Vénérable Ānanda et le novice Cunda se rendirent auprès du Bienheureux et, à leur arrivée, après s'être prosternés devant lui, ils s'assirent à l'écart. Alors qu'ils étaient assis là, le Vénérable Ānanda lui dit : « Seigneur, tout à l'heure, le novice Cunda m'a dit : "Vénérable Seigneur, le Vénérable Sāriputta a atteint le Déliement total. Voici son bol et ses robes." À cette nouvelle, c'était comme si mon corps s'affaissait : je perdais mes repères, les choses n'étaient plus claires pour moi, en apprenant que le Vénérable Sāriputta avait atteint le Déliement total. »

« Mais, Ānanda, lorsqu'il a atteint le Déliement total, Sāriputta a-t-il emporté avec lui tout ce qui relève de la vertu ? A-t-il emporté avec lui tout ce qui relève de la concentration... du discernement... de la libération... tout ce qui relève de la connaissance et de la vision de la libération ? »

« Non, Seigneur, lorsqu'il a atteint le Déliement total, le Vénérable Sāriputta n'a pas emporté avec lui tout ce qui relève de la vertu... de la concentration... du discernement... de la libération... ni tout ce qui relève de la connaissance et de la vision de la libération. C'est simplement qu'il était mon instructeur et mon conseiller, celui qui m'exhortait, me pressait, me stimulait et m'encourageait. Il était infatigable dans l'enseignement du Dhamma, un soutien pour ses compagnons dans la vie sainte. La nourriture de son Dhamma, la richesse de son Dhamma, son aide dans le Dhamma — voilà ce qui nous manque. »

« Mais, Ānanda, ne t'ai-je pas déjà enseigné que tout ce qui est cher et attrayant est voué à changer, à se séparer et à devenir autre ? Qu'y a-t-il donc à attendre d'autre ? Il est impossible d'empêcher ce qui est né, ce qui existe, ce qui est fabriqué et voué à la désagrégation de se désagréger.

« Tout comme si la plus grande branche tombait d'un grand arbre au cœur solide, demeurant debout, de même Sāriputta a atteint le Déliement total hors de cette grande communauté de moines au cœur solide, demeurant ferme. Qu'y a-t-il donc à attendre d'autre ? Il est impossible d'empêcher ce qui est né, ce qui existe, ce qui est fabriqué et voué à la désagrégation de se désagréger. »

« C'est pourquoi, Ānanda, chacun d'entre vous doit faire de soi-même une île, faire de soi-même un refuge, sans autre refuge. Faites du Dhamma une île, faites du Dhamma comme refuge, sans autre refuge. Et comment un moine fait-il de soi-même une île, fait-il de soi-même un refuge, sans autre refuge ? Comment fait-il du Dhamma une île, le Dhamma comme son refuge, sans autre refuge ? Il y a le cas où un moine demeure attentif au corps en tant que tel — ardent, lucide et pleinement conscient — écartant l'avidité et l'affliction à l'égard du monde. Il demeure attentif aux sensations... à l'esprit... aux qualités mentales en tant que telles — ardent, lucide et pleinement conscient — écartant l'avidité et l'affliction à l'égard du monde. C'est ainsi qu'un moine fait de soi-même une île, fait de soi-même un refuge, sans autre refuge, en faisant du Dhamma une île, en faisant du Dhamma votre refuge, sans autre refuge. Ceux qui, maintenant ou après mon départ, feront ainsi d'eux-mêmes une île, feront d'eux-mêmes un refuge, sans autre refuge, en faisant du Dhamma une île, en faisant du Dhamma votre refuge, sans autre refuge — ceux-là seront les plus éminents parmi les moines qui aspirent à l'entraînement. »

— SN 47.13

5. Enseigner par l'exemple

Le vieillissement

§93

[*Nonne Sona* :]

J'ai donné naissance à dix enfants
de cette masse corporelle.
Puis, affaiblie par cela, vieillissante,
je suis allée voir une nonne.
Elle m'a enseigné le Dhamma :
les agrégats, les sphères sensorielles et les éléments.
En entendant le Dhamma,
j'ai coupé mes cheveux et j'ai reçu l'ordination.
Ayant purifié l'œil divin
alors que j'étais encore en formation,
je connais mes vies antérieures,
là où j'ai vécu jadis.
Je développe la méditation sans objet²⁵,
une concentration bien établie.
J'obtiens la libération immédiate de l'esprit —
grâce à l'absence d'attachement, sans entraves.
Les cinq agrégats, pleinement compris,
se dressent comme un arbre dont les racines ont été tranchées.
Je méprise la vieillesse.
Il n'y a désormais plus de devenir.

— *Thig 5.8*

²⁵ **Note.** — Expression technique traduisant le pāli *animitta-samādhī* (« concentration sans signe »), désignant une forme de méditation profonde où l'esprit ne s'appuie plus sur un objet conditionné.

§94

Alors le Vénérable Mahā Kassapa se rendit auprès du Bienheureux et, à son arrivée, après s'être prosterné devant lui, il s'assit à l'écart. Alors qu'il était assis là, le Bienheureux lui dit : « Tu es désormais âgé, Kassapa. Tes robes faites de haillons de chanvre sont lourdes pour toi maintenant. Porte donc des robes offertes par les laïcs, accepte des repas d'invitation et demeure près de moi. »

Le Vénérable Mahā Kassapa répondit :

« Seigneur, j'ai longtemps vécu dans la forêt et j'ai fait l'éloge de la vie dans la forêt. J'ai pratiqué la quête d'aumônes et j'ai fait l'éloge de pratiquer la quête d'aumônes. J'ai porté des robes faites de haillons et j'ai fait l'éloge de porter des robes faites de haillons. Je n'ai porté qu'un seul jeu des trois robes et j'ai fait l'éloge de porter un seul jeu des trois robes. J'ai été modeste et j'ai fait l'éloge de la modestie. Je me suis contenté de peu et j'ai fait l'éloge du contentement. J'ai pratiqué la vie retirée et j'ai fait l'éloge de la vie retirée. J'ai vécu sans attache et j'ai fait l'éloge de vivre sans attache. J'ai maintenu mon énergie éveillée et j'ai fait l'éloge de maintenir son énergie éveillée. »

Le Bienheureux dit :

« Mais, Kassapa, quelle raison impérieuse vois-tu pour avoir longtemps vécu dans la forêt et fait l'éloge de la vie dans la forêt... pour avoir maintenu ton énergie éveillée et fait l'éloge de maintenir son énergie éveillée ? »

Mahā Kassapa répondit :

« Seigneur, je vois deux raisons impérieuses pour lesquelles j'ai longtemps vécu dans la forêt et fait l'éloge de la vie dans la forêt... pour lesquelles j'ai maintenu mon énergie éveillée et fait l'éloge de maintenir son énergie éveillée : je vois pour moi-même un séjour agréable ici et maintenant, et j'éprouve de la compassion pour les générations futures : "Peut-être que les générations futures s'en inspireront : 'Il semble que les disciples de l'Éveillé et ceux qui se sont éveillés après lui aient longtemps vécu dans la forêt et aient fait l'éloge de la vie dans la forêt ; qu'ils aient pratiqué la quête d'aumônes et aient fait l'éloge de la quête d'aumônes ; qu'ils aient porté des haillons et aient fait l'éloge de porter des haillons ; qu'ils n'aient porté qu'un seul jeu des trois robes et aient fait l'éloge de porter un seul jeu des trois robes ; qu'ils aient été modestes et aient fait l'éloge de la modestie ; qu'ils se soient contentés de peu et aient fait l'éloge du contentement ; qu'ils aient pratiqué la vie retirée et aient fait l'éloge de la vie retirée ; qu'ils aient vécu sans attache et aient fait l'éloge de vivre sans attache ; qu'ils aient maintenu leur énergie éveillée et aient fait l'éloge de maintenir leur énergie éveillée.'" »

Le Bienheureux dit :

« Bien, Kassapa. Très bien. Tu pratiques pour le bonheur de la multitude, par compassion pour le monde, pour le bien-être, le bénéfice et le bonheur des êtres humains et des êtres divins. Continue donc à porter tes robes de haillons, à aller en quête d'aumônes et à vivre dans la forêt. »

— SN 16.5

§95

Puis, lorsque le Bienheureux commença la Retraite des Pluies, une grave maladie se déclara en lui. Les douleurs étaient aiguës et violentes, mais il les supporta en pleine conscience, alerte et imperturbable. Il lui vint à l'esprit : « Il ne serait pas convenable pour moi d'entrer dans le Délitement Total (parinibbāna) sans m'adresser à ceux qui prennent soin de moi et sans prendre congé de la communauté des moines. Pourquoi ne pas, maîtrisant cette maladie par la persévérance, demeurer résolu à maintenir les formations vitales ? » Il maîtrisa donc la maladie par la persévérance et demeura résolu à maintenir les formations vitales. Sa maladie s'atténua.

Puis il se remit de sa maladie. Peu après sa guérison, il sortit de sa demeure et s'assit à l'ombre, sur un siège préparé pour lui. Alors, le vénérable Ānanda s'approcha de lui et, à son arrivée, après s'être prosterné devant lui, s'assit à l'écart. Alors qu'il était assis là, il dit au Bienheureux : « Quelle joie de voir le Bienheureux soulagé ! Quelle joie de le voir à l'aise ! À cause de la maladie du Bienheureux, mon corps était comme engourdi ; je perdais mes repères ; les choses n'étaient plus claires pour moi. Pourtant, je trouvais un certain réconfort dans l'idée que le Bienheureux n'entrerait pas dans le Délitement total tant qu'il n'aurait pas donné au moins quelques instructions concernant la communauté des moines. »

« Ānanda, qu'attend encore de moi la communauté des moines ? J'ai enseigné le Dhamma sans enseignement intérieur ni extérieur. Le Tathāgata n'a pas le poing fermé à l'égard de l'enseignement. Celui qui aurait la pensée : "Je dirigerai la communauté des moines" ou "La communauté des moines m'est dévouée" devrait donner des instructions concernant la communauté des moines. Mais le Tathāgata n'a pas de telles pensées. Pourquoi donc donnerait-il des instructions concernant la communauté des moines ?

« Je suis vieux maintenant, Ānanda, avancé en âge. J'ai atteint quatre-vingts ans. Tout comme une vieille charrette est maintenue en état de marche à l'aide de tiges de bambou, il me semble que le corps du Tathāgata est maintenu en état de marche à l'aide de tiges de bambou. Le seul moment où le corps du Tathāgata se sent à l'aise, c'est lorsqu'il ne porte attention à aucun thème et que, avec la cessation de certains ressentis, il entre et demeure dans la concentration sans objet de la conscience. C'est pourquoi chacun de vous devrait demeurer en faisant de vous-mêmes une île, ayant vous-mêmes comme refuge, sans aucun autre refuge. Demeurez avec le Dhamma comme île, le Dhamma comme refuge, sans aucun autre refuge. Et comment un moine demeure-t-il ayant lui-même comme île, ayant lui-même comme refuge, sans autre refuge ? Comment demeure-t-il ayant le Dhamma comme île, le Dhamma comme refuge, sans autre refuge ? Il y a le cas où un moine demeure attentif au corps en tant que tel, ardent, lucide et pleinement conscient, écartant l'avidité et l'affliction à l'égard du monde. Il demeure attentif aux ressentis... à l'esprit... aux qualités mentales en tant que telles, ardent, lucide et pleinement conscient, écartant l'avidité et l'affliction à l'égard du monde. C'est ainsi qu'un moine demeure ayant lui-même comme île, ayant lui-même comme refuge, sans autre refuge, et ayant le Dhamma comme île, le Dhamma comme refuge, sans autre refuge. Ceux qui, maintenant ou après mon départ, demeureront ayant eux-mêmes comme île, ayant eux-mêmes comme refuge, sans autre refuge, et ayant le Dhamma comme île, le Dhamma comme refuge, sans autre refuge, ceux-là seront les plus éminents parmi les moines qui aspirent à l'entraînement. »

La maladie

§96

[Vénérable Cakkhupāla:]

Je suis aveugle,
mes yeux sont perdus.
J'ai trébuché
sur un sentier sauvage.
Même
si je dois marcher à quatre pattes,
je continuerai,
mais pas avec un mauvais compagnon.²⁶

— *Thag 1.95*

§97.

Ainsi ai-je entendu. Une fois, le Vénérable Anuruddha séjournait près de Sāvattthī, dans la Forêt Obscure — malade, souffrant, gravement atteint. Alors un grand nombre de moines se rendirent auprès du Vénérable Anuruddha et, à leur arrivée, lui dirent : « Dans quel état mental demeurez-vous pour que les douleurs apparues dans le corps n'envahissent pas et ne persistent pas dans l'esprit ? »

« Lorsque je demeure avec mon esprit bien établi dans les quatre cadres de référence, les douleurs apparues dans le corps n'envahissent pas mon esprit et n'y persistent pas. Quels sont ces quatre cadres ? Il y a le cas où je demeure attentif au corps en tant que tel, ardent, lucide et pleinement conscient, mettant de côté l'avidité et la détresse à l'égard du monde. Je demeure attentif aux ressentis en tant que tels... à l'esprit en tant que tel... aux qualités mentales en tant que telles — ardent, lucide et pleinement conscient, mettant de côté l'avidité et la détresse à l'égard du monde. Lorsque je demeure avec mon esprit bien établi dans ces quatre cadres de référence, les douleurs apparues dans le corps n'envahissent pas mon esprit et n'y persistent pas. »

— *SN 52.10*

²⁶ **Note.** — Le « mauvais compagnon » (*pāpa-mitta*) désigne ici une personne dont l'influence détourne de la pratique spirituelle ou affaiblit la détermination dans la Voie.

§98.

[Note : Cullavagga VII raconte comment Devadatta, le cousin du Bouddha, tenta en vain, de diverses manières, de lui ravir la direction du Sangha. Dans Cv VII.3.9, il tente de tuer le Bouddha en lançant une pierre depuis le flanc d'une montagne. La pierre est déviée et se brise, mais un éclat transperce le pied du Bouddha, le blessant. Selon le Commentaire, les deux passages suivants décrivent la réaction du Bouddha à cette tentative d'assassinat.]

Ainsi ai-je entendu qu'un jour, le Bienheureux séjournait près de Rājagaha, dans la réserve de cerfs de Maddakucchi. En cette occasion, son pied avait été transpercé par un éclat de pierre. Les sensations corporelles qui surgirent en lui étaient atroces, douloureuses, intenses, aiguës, déchirantes, repoussantes, désagréables, mais il les endurait en restant attentif, alerte et imperturbable. Après avoir plié sa robe extérieure en quatre et l'avoir étendue, il s'allongea sur le côté droit dans la posture du lion, un pied posé sur l'autre, attentif et alerte.

Puis, 700 devatās de l'entourage de Satullapa, au plus profond de la nuit, leur éclat extrême illuminant tout Maddakucchi, se rendirent auprès du Bienheureux. À leur arrivée, après s'être prosternés devant lui, ils se tinrent à l'écart.

Alors qu'ils se tenaient là, l'une des devatās s'exclama en présence du Bienheureux : « Quel nāga²⁷ est Gotama le contemplatif ! Et comme un nāga, lorsque des sensations corporelles surgissent — atroces, douloureuses, intenses, aiguës, déchirantes, repoussantes, désagréables; il les endure attentif, alerte et imperturbable ! »

Alors, une autre devatā s'exclama en présence du Bienheureux : « Quel lion est Gotama le contemplatif ! Et comme un lion, lorsque des sensations corporelles surgissent — atroces, douloureuses, intenses, aiguës, déchirantes, repoussantes, désagréables; il les endure attentif, alerte et imperturbable ! »

Puis une autre devatā s'exclama en présence du Bienheureux : « Quel pur-sang est Gotama le contemplatif ! Et comme un pur-sang, lorsque des sensations corporelles surgissent — atroces, douloureuses, intenses, aiguës, déchirantes, repoussantes, désagréables; il les endure attentif, alerte et imperturbable ! »

Puis une autre devatā s'exclama en présence du Bienheureux : « Quel chef de troupeau est Gotama le contemplatif ! Et comme un magnifique taureau, lorsque des sensations corporelles surgissent — atroces, douloureuses, intenses, aiguës, déchirantes, repoussantes, désagréables; il les endure attentif, alerte et imperturbable ! »

Puis une autre devatā s'exclama en présence du Bienheureux : « Quel robuste porteur de fardeaux est Gotama le contemplatif ! Et comme un robuste porteur de fardeaux, lorsque des sensations corporelles surgissent — atroces, douloureuses, intenses, aiguës, déchirantes, repoussantes, désagréables; il les endure attentif, alerte et imperturbable ! »

²⁷ **Note sur « nāga »** : *Nāga* désigne littéralement un puissant être serpentiforme, mais le terme est aussi utilisé dans les textes anciens comme titre honorifique pour un être noble et d'une grande force intérieure. Ici, il souligne la majesté et la maîtrise du Bouddha face à la douleur.

Puis une autre devatā s'exclama en présence du Bienheureux : « Quel être pleinement maîtrisé est Gotama le contemplatif ! Et comme un être pleinement maîtrisé, lorsque des sensations corporelles surgissent — atroces, douloureuses, intenses, aiguës, déchirantes, repoussantes, désagréables — il les endure attentif, alerte et imperturbable ! »

Puis une autre devatā s'exclama en présence du Bienheureux : « Voyez une concentration bien développée, un esprit bien libéré — ni comprimé ni repoussé, ni maintenu bloqué ou réprimé par des fabrications mentales. Quiconque penserait qu'un tel homme — un tel nāga, un tel lion, un tel pur-sang, un tel taureau chef du troupeau, un tel robuste porteur de fardeaux, un tel être pleinement maîtrisé — puisse être violenté : qu'est-ce que cela, sinon de l'aveuglement ? »

Les brahmanes des cinq Védas,
vivant dans l'austérité
pendant cent ans :
Leurs esprits
ne sont pas véritablement libérés.
D'esprit ignoble,
ils ne sont pas allés au-delà.

Dominés par la soif,
enchaînés aux préceptes et aux pratiques,
accomplissant de misérables austérités
pendant cent ans :
Leurs esprits
ne sont pas véritablement libérés.
D'esprit ignoble,
ils ne sont pas allés au-delà.

Pour celui qui est dominé par l'orgueil ,
il n'y a pas de maîtrise ;
pour celui qui n'est pas bien établi,
pas de sagesse.
Même seul dans la forêt,
si l'on vit sans vigilance,
on ne traversera pas au-delà de l'emprise de Māra.

Mais ayant abandonné l'orgueil ,
bien établi intérieurement,
avec une juste attention,
partout
pleinement libéré,
seul dans la forêt,
vivant avec vigilance,
on traversera au-delà de l'emprise de Māra.

— SN 1.38

§99

Ainsi ai-je entendu qu'un jour, le Bienheureux séjournait près de Rājagaha, dans la réserve de cerfs de Maddakucchi. En cette occasion, son pied avait été transpercé par un éclat de pierre. Les sensations corporelles qui surgirent en lui étaient atroces, douloureuses, intenses, aiguës, déchirantes, repoussantes, désagréables, mais il les endurait en restant attentif, alerte et imperturbable. Après avoir plié sa robe extérieure en quatre et l'avoir étendue, il s'allongea sur le côté droit dans la posture du lion, un pied posé sur l'autre, attentif et alerte.

Alors Māra, le Maléfique, se rendit auprès du Bienheureux et récita ce verset en sa présence :

« Es-tu allongé là, à te morfondre,
ou bien grisé de poésie ?
As-tu si peu à accomplir ?
Tout seul dans une demeure retirée,
qui est ce rêveur, cette face ensommeillée ? »

[Le Bouddha:]

« Je suis allongé ici,
sans me morfondre,
ni me griser de poésie.
Mon but est atteint,
Toute affliction a disparu.

Tout seul dans une demeure retirée,
je m'allonge avec compassion
pour tous les êtres.

Même ceux qui ont la poitrine transpercée
par une flèche,
le cœur battant
en battements courts, très courts :
même eux, avec leurs flèches,
sont capables de dormir.
Alors pourquoi ne dormirais-je pas
avec ma flèche retirée ?

Je ne veille pas dans l'inquiétude,
ni n'ai peur de dormir.
Les jours et les nuits
ne m'oppressent pas.
Je ne vois nulle part dans le monde
aucune menace de déclin.

C'est pourquoi je dors
avec compassion
pour tous les êtres. »

Alors Mara le Maléfique — triste et abattu de réaliser que « le Bienheureux me connaît ; le Bien-Allé me connaît » — disparut sur-le-champ.

— SN 4.13

La mort

§100

À cette occasion, Citta le laïc était malade, souffrant et très affaibli. Alors un grand nombre de devas des jardins, des forêts, des arbres, ainsi que des devas habitant les herbes, les graminées et les grands esprits de la forêt se rassemblèrent et lui dirent : « Formulez un souhait, laïc : “À l’avenir, puissé-je devenir un roi, un monarque universel !” »

Lorsque cela fut dit, Citta le laïc répondit aux devas des jardins, des forêts, des arbres et à ceux qui habitaient les herbes, les graminées et les grands esprits de la forêt : « Même cela est inconstant ; même cela est impermanent ; il faut abandonner même cela lorsqu’on meurt. »

Lorsque cela fut dit, les amis et compagnons, les parents et les proches de Citta, le laïc, lui dirent : « Ressaisissez-vous, maître. Ne divaguez pas. »

« Qu’ai-je dit pour que vous me parliez ainsi : “Ressaisissez-vous, maître. Ne divaguez pas” ? »

« Vous avez dit : “Même cela est inconstant ; même cela est impermanent ; il faut abandonner même cela lorsqu’on meurt.” »

« C’était parce que les devas des jardins, les devas des forêts, les devas des arbres et les devas habitant les herbes, les graminées et les grands esprits de la forêt s’étaient rassemblés et m’avaient dit : “Formulez un souhait, laïc : ‘À l’avenir, puissé-je devenir un roi, un monarque universel !’” Et je leur ai répondu : “Même cela est inconstant ; même cela est impermanent ; il faut même abandonner cela lorsqu’on meurt.” »

« Mais quelle raison convaincante ces devas des jardins, des forêts, des arbres, des herbes, des graminées et des grands esprits de la forêt voient-ils, maître, pour vous dire : “Formulez un souhait, laïc : ‘À l’avenir, puissé-je devenir un roi, un monarque universel !’ ? »

« Il leur vient à l’esprit : “Ce Citta, le laïc, est vertueux, d’un caractère admirable. S’il souhaitait : ‘À l’avenir, puissé-je devenir un roi, un monarque universel !’, alors, comme il est vertueux, son souhait se réaliserait grâce à la pureté de sa vertu. Étant juste, il gouvernera avec justice.” Voyant cette raison convaincante, ils se sont rassemblés et ont dit : “Formulez un souhait, laïc : ‘À l’avenir, puissé-je devenir un roi, un monarque universel !’ Et je leur ai dit : “Même cela est inconstant ; même cela est impermanent ; il faut même abandonner cela lorsqu’on meurt.” »

« Alors, maître, instruisez-nous aussi. »

« Alors vous devriez vous entraîner ainsi : “Nous serons dotés d’une confiance confirmée dans le Bouddha : ‘Assurément, le Bienheureux est digne et parfaitement éveillé, accompli dans la connaissance et la conduite, bien allé, connaisseur des mondes, inégalé comme guide des êtres à entraîner, maître des êtres divins et humains, éveillé, béni.’”

« Nous serons dotés d’une confiance confirmée dans le Dhamma : ‘Le Dhamma est bien exposé par le Bienheureux, à voir ici et maintenant, intemporel, invitant à la vérification, pertinent, à réaliser par les sages pour eux-mêmes.’

« Nous serons dotés d’une confiance confirmée dans le Sangha : “Le Sangha des disciples du Bienheureux qui ont bien pratiqué... qui ont pratiqué avec droiture... qui ont pratiqué méthodiquement... qui ont pratiqué avec maîtrise, en d’autres termes, les quatre types pris par paires les huit pris individuellement — ils constituent le Sangha des disciples du Bienheureux : dignes de dons, dignes d’hospitalité, dignes d’offrandes, dignes de respect, le champ de mérite incomparable pour le monde.”

« “Tout ce que notre famille peut donner sera partagé sans compter avec des personnes vertueuses au caractère admirable.” C’est ainsi que vous devez vous entraîner. »

Puis, après avoir exhorté ses amis et compagnons, ses parents et ses proches à placer leur confiance dans le Bouddha, le Dhamma et le Sangha, et les avoir encouragés à pratiquer la générosité, Citta le laïc mourut.

— SN 41.10

§101

[Un chef bandit:]

« Ceux que,
pour des sacrifices,
pour la richesse,
nous avons tués dans le passé,
contre leur gré,
ont tremblé et bredouillé
de peur.
Mais toi —
tu ne montres aucune crainte ;
ton teint s’éclaire.
Pourquoi ne te lamentes-tu pas
face à ce qui est si redoutable ? »

[Vénérable Adhimutta :]

« Il n’y a pas d’états mentaux douloureux,, chef,
chez celui qui est libre de désir.
Chez celui dont les chaînes sont brisées,

toutes les peurs sont surmontées.
Avec la fin du désir
qui guide le devenir,
lorsque les phénomènes sont vus
pour ce qu'ils sont,
alors, tout comme lorsqu'on dépose un fardeau,
il n'y a plus de peur de la mort.
J'ai bien vécu la vie sainte,
j'ai pleinement développé la voie.
La mort ne m'effraie pas.
C'est comme la fin d'une maladie.
J'ai bien vécu la vie sainte,
pleinement développé la voie.
J'ai vu les états du devenir
comme dépourvus de tout attrait,
comme un poison recraché
après avoir été bu.
Celui qui est parvenu à l'autre rive,
sans attachement,
sans influx,
sa tâche accomplie,
accueille la fin de la vie
comme s'il était libéré d'un lieu d'exécution.
Ayant atteint la suprême justesse,
détaché du monde entier,
comme libéré d'une maison en feu,
il ne s'attriste pas de la mort.
Tout ce qui est conditionné,
partout où un état de devenir se produit,
tout cela n'a aucun maître :
ainsi parle le Grand Sage.
Quiconque discerne cela,
comme l'enseigne l'Éveillé,
ne s'accroche plus à aucun état de devenir
pas plus qu'il ne saisirait une boule de fer brûlante.
Je n'ai pas de « j'étais »,
ni de « je serai ».
Les processus cesseront simplement d'exister.
Qu'y a-t-il à déplorer là-dedans ?
Pour celui qui voit les choses telles qu'elles sont réellement,
Le pur surgissement des phénomènes,
la pure succession des processus,
il n'y a pas de crainte.
Quand il voit le monde avec discernement
comme de l'herbe et des brindilles,
ne trouvant aucun « mien »,
pensant : « Il n'y a rien qui m'appartienne »,
il ne ressent aucune tristesse.

Je suis las de cette carcasse,
détaché du devenir.
Ce corps se désintégrera
et il n'y en aura pas d'autre.
Faites ce que vous voulez de cette carcasse.
De cela, je ne ressentirai
ni haine ni amour. »

En entendant ces paroles saisissantes et bouleversantes, les jeunes hommes jetèrent leurs armes et dirent :

« Qu'avez-vous fait, Vénérable,
ou qui avez-vous pris comme maître ?
Par les enseignements de qui
avez-vous acquis une telle absence de chagrin ? »

[Vénérable Adhimutta :]

« Le Conquérant qui sait tout
et voit tout :
il est mon maître.
Maître d'une grande compassion,
guérisseur du monde entier,
cette doctrine est la sienne,
incomparable, menant à la fin.
C'est grâce à ses enseignements
que cette absence de chagrin est acquise. »

Les bandits, entendant les nobles paroles du sage,
jetèrent leurs épées et leurs armes.
Certains renoncèrent à leur vie de crime,
d'autres choisirent la vie sans foyer.
S'étant engagés dans les enseignements
de Celui qui est bien allé,
développant les pouvoirs et les facteurs de l'Éveil,
sages, heureux,
l'esprit exalté,
leurs facultés parvenues à maturité,
ils atteignirent le Délitement inconditionné.

— *Thag. XVI.1*

§102

Un jour, le Vénérable Sāriputta et le Vénérable Upasena séjournèrent près de Rājagaha, dans la Forêt Fraîche, à la Grotte du Cobra. Il arriva qu'un serpent tomba sur le corps du Vénérable Upasena et le mordit. Alors le Vénérable Upasena dit aux moines : « Vite, mes amis, soulevez ce corps qui est le mien et portez-le dehors avant qu'il ne se disperse comme une poignée de paille emportée par le vent ! »

Lorsque cela fut dit, le Vénérable Sāriputta dit au Vénérable Upasena : « Mais nous ne voyons aucun changement dans votre corps ni aucune altération de vos facultés. »

Alors le Vénérable Upasena dit : « Vite, mes amis, soulevez ce corps qui est le mien et portez-le dehors avant qu'il ne se disperse comme une poignée de paille emportée par le vent ! Mon ami Sāriputta, chez celui qui aurait la pensée : "Je suis l'œil" ou "L'œil est à moi", "Je suis l'oreille" ou "L'oreille est à moi", "Je suis le nez" ou "Le nez est à moi", "Je suis la langue" ou "La langue est à moi", "Je suis le corps" ou "Le corps est à moi", "Je suis l'esprit" ou "L'esprit est à moi", chez lui, il y aurait une altération du corps ou un changement des facultés. Mais pour moi, la pensée ne surgit pas : "Je suis l'œil" ou "L'œil est à moi"... "Je suis la langue" ou "La langue est à moi"... "Je suis l'esprit" ou "L'esprit est à moi". Alors, quelle altération pourrait-il y avoir dans mon corps ? Quel changement pourrait-il y avoir dans mes facultés ? »

Or, depuis longtemps déjà, le Vénérable Upasena avait entièrement déraciné toute construction du « je » et du « mien », ainsi que toute obsession d'orgueil. C'est pourquoi la pensée ne surgit pas en lui : « Je suis l'œil » ou « L'œil est à moi »... « Je suis la langue » ou « La langue est à moi »... « Je suis l'esprit » ou « L'esprit est à moi ».

Les moines soulevèrent alors le corps du Vénérable Upasena sur une civière et le portèrent à l'extérieur. Et le corps du Vénérable Upasena se désagrégea là, comme une poignée de paille emportée par le vent.

— SN 35.69

§103.

Les adieux du vénérable Revata

Depuis que j'ai quitté
la vie de foyer pour la vie sans foyer,
je n'ai pas connu
d'intention ignoble et malveillante.
« Puissent ces êtres
être détruits,
être massacrés,
tomber dans la souffrance »
je n'ai pas eu cette intention
depuis très, très longtemps.

Mais j'ai connu la bienveillance,
illimitée,
pleinement développée,
cultivée pas à pas,
telle qu'elle est enseignée par l'Éveillé :
un ami pour tous,
un compagnon pour tous,
rempli de compassion envers tous les êtres.
Et je développe un esprit de bienveillance,
me réjouissant toujours de la non-malveillance.
Invaincu, inébranlable,
je réjouis mon esprit.
Je développe les demeures sublimes
que ne fréquentent pas
les êtres ignobles.
Ayant atteint l'apaisement des pensées,
le disciple du Parfaitement Éveillé
est aussitôt établi dans le noble silence²⁸.

Tout comme une montagne de roche,
immobile, solidement établie,
ainsi un moine, ayant mis fin à l'illusion,
tel une montagne, ne tremble pas.

Pour une personne sans tache,
constamment en quête de pureté,
la plus infime parcelle de mal
semble un nuage d'orage.

Comme une forteresse à la frontière est gardée
à l'intérieur et à l'extérieur,
vous devriez veiller sur vous-mêmes.
Ne laissez pas passer l'instant.

Je ne me réjouis pas de la mort,
je ne me réjouis pas de la vie.
J'attends mon heure
comme un ouvrier attend son salaire.
Je ne me réjouis pas de la mort,
je ne me réjouis pas de la vie.
J'attends mon heure,
attentif et alerte.

²⁸ **Note — Noble silence** Le « noble silence » ne signifie pas simplement l'absence de parole. Il désigne l'apaisement des pensées discursives et un esprit libéré de la prolifération mentale.

J'ai servi le Maître ;
j'ai accompli ce que demandait l'Éveillé ;
j'ai déposé le lourd fardeau ;
j'ai déraciné la soif qui conduit au devenir.

Et le but pour lequel j'ai quitté
la vie de foyer pour la vie sans foyer,
je l'ai atteint :
la fin
de tous les liens.
Atteignez l'accomplissement par la vigilance :
tel est mon message.
Ainsi, je suis sur le point d'entrer dans le Délitement.
Je suis entièrement libéré.

— *Thag 14.1*

§104.

Ainsi ai-je entendu qu'une fois, le Bienheureux séjournait près de Sāvattthī, dans le bosquet de Jeta, au monastère d'Anāthapiṇḍika. Là, il s'adressa aux moines : « Moines ! »

« Oui, Seigneur », répondirent les moines.

Le Bienheureux dit : « Lorsque Dabba Mallaputta s'éleva dans les airs et, assis en tailleur dans le ciel, dans l'espace, entra dans l'élément feu, puis en ressortit et entra dans le Délitement total, son corps brûla et fut consumé de telle sorte qu'il ne resta ni cendres ni suie. Tout comme lorsque du beurre clarifié ou de l'huile est brûlé et consumé, on ne peut discerner ni cendres ni suie, de même, lorsque Dabba Mallaputta s'éleva dans les airs et, assis en tailleur dans le ciel, dans l'espace, entra dans l'élément feu, puis en émergea et entra dans le Délitement total, son corps brûla et fut consumé de telle sorte qu'on ne pouvait discerner ni cendres ni suie. »

Alors, ayant considéré cela, le Bienheureux déclara :

Tout comme la destination d'un feu ardent
frappé par le marteau de fer d'un forgeron,
qui s'apaise progressivement,
n'est pas connue :

De même, il n'y a pas de destination que l'on puisse décrire
pour ceux qui sont pleinement libérés
— ayant traversé le flot
des liens de la sensualité —
pour ceux qui ont atteint
une félicité inébranlable.

— *Ud 8.10*

§105

Alors le Bienheureux se rendit avec un grand nombre de moines au Rocher Noir, sur le versant d'Isigili. De loin, il vit le Vénérable Vakkali étendu sans vie sur un lit. À ce moment-là, une fumée, une obscurité se déplaçait vers l'est, vers l'ouest, vers le nord, vers le sud, vers le haut, vers le bas, et dans les directions intermédiaires. Le Bienheureux dit : « Moines, voyez-vous cette fumée, cette obscurité... ? »

« Oui, Seigneur. »

« C'est Māra, le Maléfique. Il cherche la conscience de Vakkali : "Où la conscience de Vakkali est-elle établie ?" Mais, moines, c'est par une conscience non établie que Vakkali a atteint le Délivrement total. »

— SN 22.87

La séparation

§106

Le Vénérable Sāriputta dit : « Mes amis, alors que je demeurais en solitude, cette pensée s'est présentée à moi : "Y a-t-il quoi que ce soit dans le monde dont le changement ou l'altération ferait naître en moi de la tristesse, des lamentations, de la douleur, de la détresse et du désespoir ?" Puis cette pensée s'est présentée à moi : "Il n'y a rien dans le monde dont le changement ou l'altération ferait naître en moi de la tristesse, des lamentations, de la douleur, de la détresse et du désespoir." »

Lorsque cela fut dit, le Vénérable Ānanda dit au Vénérable Sāriputta : « Sāriputta, mon ami, même s'il devait y avoir un changement ou une altération chez le Maître, cela ne ferait-il pas naître en vous de la tristesse, des lamentations, de la douleur, de la détresse ou du désespoir ? »

« Même s'il devait y avoir un changement ou une altération chez le Maître, Ānanda, mon ami, cela ne ferait naître en moi ni tristesse, ni lamentation, ni douleur, ni détresse, ni désespoir. Je penserais néanmoins : "Quel grand être, d'une grande puissance et d'une grande majesté, a disparu ! Car si le Bienheureux devait demeurer longtemps, ce serait pour le bien de nombreuses personnes, pour le bonheur de nombreuses personnes, par compassion pour le monde ; pour le bien-être, le bénéfice et le bonheur des êtres humains et divins." »

« Assurément, [dit le Vénérable Ānanda], c'est parce que le Vénérable Sāriputta a depuis longtemps entièrement déraciné toute construction du "je" et du "mien", ainsi que toute obsession liée à la vanité, que même s'il devait y avoir un changement ou une altération chez le Maître, il ne ferait naître en lui ni tristesse, ni lamentation, ni douleur, ni détresse, ni désespoir. »

— SN 21.2

Les derniers jours du Bouddha

§107

Puis [après avoir renoncé à maintenir les formations vitales, le Bienheureux se rendit dans la salle d'assemblée et, à son arrivée, s'assit sur le siège préparé pour lui. Une fois assis, il s'adressa aux moines : « Les qualités que j'ai exposées après les avoir connues directement, vous devez les comprendre en profondeur, les cultiver, les développer et les poursuivre afin que cette vie sainte dure longtemps et demeure inébranlable pour le bien, le bien-être et le bonheur de la multitude, par compassion pour le monde, pour le bien, le bien-être et le bonheur des êtres humains et célestes. Et quelles sont ces qualités ? Les quatre fondations de l'attention, les quatre efforts justes, les quatre bases du pouvoir, les cinq facultés, les cinq forces, les sept facteurs de l'Éveil, le Noble Octuple Sentier. Ce sont là les qualités que j'ai énoncées, après les avoir connues directement, que vous devriez comprendre en profondeur, cultiver, développer et poursuivre... pour le bien, le bien-être et le bonheur des êtres humains et célestes. » Puis le Bienheureux s'adressa aux moines : « Je vous exhorte, moines : toutes les formations sont vouées au déclin. Par la vigilance, accomplissez votre tâche. Le Tathāgata atteindra le Délitement total dans trois mois. »

C'est ce que dit le Bienheureux. Puis il ajouta :

Jeunes et vieux,
sages et insensés,
riches et pauvres :
tous finissent par mourir.
Comme les vases d'argile du potier,
grands et petits,
cuits ou non cuits,
tous finissent par se briser,
ainsi la vie
s'achemine vers la mort.

Puis le Maître ajouta :

Mûr est mon âge, brève est la vie
qui me reste.
Je vais vous quitter,
m'étant fait un refuge à moi-même.
Soyez vigilants, moines,
attentifs, vertueux.
Avec l'esprit bien concentré,
veillez sur votre esprit.
Celui qui, dans cette
doctrine et discipline,
demeure vigilant,
quittant le cycle
des naissances,

mettra fin
à la souffrance.

Puis le Bienheureux, accompagné d'une grande communauté de moines, se rendit sur l'autre rive de la rivière Hiraññavati et se dirigea vers Upavattana, le bosquet de sals des Mallas, près de Kusinārā. À son arrivée, il dit au Vénérable Ānanda : « Ānanda, prépare-moi un lit entre les deux sals jumeaux, la tête orientée vers le nord. Je suis fatigué ; je vais m'allonger. »

Le Vénérable Ānanda répondit : « Oui, Seigneur. » Et il prépara une couche entre les deux sals jumeaux, la tête orientée vers le nord. Puis le Bienheureux s'allongea sur le côté droit, dans la posture du lion, un pied posé sur l'autre, attentif et alerte.

À ce moment-là, les deux sals étaient alors en pleine floraison, bien que ce ne fût pas la saison. Ils firent pleuvoir leurs fleurs, les répandirent et les dispersèrent sur le corps du Tathāgata, en hommage au Tathāgata. Des fleurs du corailier céleste tombèrent du ciel, pleuvant, se répandant et se déposant sur le corps du Tathāgata, en hommage au Tathāgata. De la poudre de bois de santal céleste descendit du ciel, pleuvant et se déposant sur le corps du Tathāgata, en hommage au Tathāgata. Une musique céleste retentissait dans le ciel, en hommage au Tathāgata. Des chants célestes étaient chantés dans le ciel, en hommage au Tathāgata.

Alors le Bienheureux dit au Vénérable Ānanda : « Ānanda, les deux sals jumeaux sont en pleine floraison, bien que ce ne soit pas la saison des fleurs. Ils font pleuvoir et répandent leurs fleurs sur le corps du Tathāgata, en hommage au Tathāgata. Des fleurs du corailier céleste tombent du ciel... De la poudre de bois de santal céleste tombe du ciel... Une musique céleste résonne dans le ciel... Des chants célestes sont chantés dans le ciel, en hommage au Tathāgata. Mais ce n'est pas ainsi qu'un Tathāgata est véritablement honoré, respecté, vénéré et salué. Au contraire, le moine, la nonne, le disciple laïc ou la disciple laïque qui continue à pratiquer le Dhamma conformément au Dhamma, qui pratique comme il convient, qui vit conformément au Dhamma — c'est cette personne qui honore, respecte, vénère et rend le plus grand hommage au Tathāgata. Vous devriez donc vous entraîner ainsi : « Nous continuerons à pratiquer le Dhamma conformément au Dhamma, nous pratiquerons comme il convient, nous vivrons conformément au Dhamma. » C'est ainsi que vous devriez vous entraîner. »

Alors, le Vénérable Ānanda se rendit dans un bâtiment voisin et, se tenant appuyé contre le montant de la porte, en pleurs, dit : « Me voilà, encore en formation, avec une tâche à accomplir, et le Délitement total de mon maître est sur le point de se produire — le maître qui a eu tant de compassion pour moi ! »

Alors le Bienheureux dit aux moines : « Moines, où est Ānanda ? »

« Seigneur, le Vénérable Ānanda s'est rendu dans ce bâtiment et se tient appuyé contre le montant de la porte, en pleurs : “Me voilà, encore en formation, avec une tâche à accomplir, et le Délitement total de mon maître est sur le point de se produire — le maître qui a eu tant de compassion pour moi !” »

Alors le Bienheureux dit à un moine : « Viens, moine. En mon nom, appelle Ānanda en disant : “Le Maître t'appelle, mon ami.” »

« Oui, Seigneur », répondit le moine. Et, s'étant rendu auprès du Vénérable Ānanda, il lui dit : « Le Maître t'appelle, mon ami. »

« Oui, mon ami », répondit le Vénérable Ānanda. Puis il se rendit auprès du Bienheureux et, à son arrivée, après s'être prosterné devant lui, il s'assit à l'écart. Alors qu'il était assis là, le Bienheureux lui dit : « Assez, Ānanda. Ne t'afflige pas. Ne te lamente pas. Ne t'ai-je pas déjà enseigné que, pour tout ce qui est cher et agréable, il y a séparation, il y a devenir autre, il y a altération ? Que peut-on attendre d'autre ? Il est impossible d'empêcher ce qui est né, venu à l'existence, composé et sujet à la désintégration, de se désintégrer. »

« Depuis longtemps, Ānanda, tu as été au service du Tathāgata par des actes corporels de bienveillance, bénéfiques, joyeux, accomplis de tout cœur, sans limite ; par des actes verbaux de bienveillance... par des actes mentaux de bienveillance, bénéfiques, joyeux, accomplis de tout cœur, sans limite. Tu es quelqu'un qui a acquis du mérite. Consacre-toi à l'effort, et bientôt tu seras libéré des fermentations mentales. »

Alors le Bienheureux s'adressa aux moines : « Moines, ceux qui, dans le passé, furent des Êtres Dignes, parfaitement éveillés par eux-mêmes, avaient des assistants de premier rang, tout comme j'ai eu Ānanda. Ceux qui, dans l'avenir, seront des Êtres Dignes, parfaitement éveillés par eux-mêmes, auront des assistants de premier rang, tout comme j'ai eu Ānanda. Ānanda est sage. Il sait : "C'est le moment d'approcher le Tathāgata. C'est le moment pour les moines, c'est le moment pour les nonnes, c'est le moment pour les disciples laïcs, c'est le moment pour les disciples laïques, c'est le moment pour les rois et leurs ministres, c'est le moment pour les membres d'autres écoles, c'est le moment pour leurs disciples." »

« Il y a ces quatre qualités merveilleuses et étonnantes chez Ānanda. Si un groupe de moines s'approche pour voir Ānanda, ils se réjouissent à sa vue. S'il leur enseigne le Dhamma, ils se réjouissent de ses paroles. Avant qu'ils ne soient rassasiés, il se tait. Si un groupe de nonnes s'approche pour voir Ānanda... Si un groupe de disciples laïcs s'approche pour voir Ānanda... Si un groupe de disciples laïques s'approche pour voir Ānanda, elles se réjouissent à sa vue. S'il leur enseigne le Dhamma, elles se réjouissent de ses paroles. Avant qu'elles ne soient rassasiées, il se tait.²⁹ Ce sont là les quatre qualités merveilleuses et étonnantes d'Ānanda. Il y a ces quatre qualités merveilleuses et étonnantes chez un monarque universel. Si un groupe de nobles guerriers s'approche pour le voir... Si un groupe de brahmanes s'approche pour le voir... Si un groupe de laïcs s'approche pour le voir... Si un groupe de contemplatifs s'approche pour le voir, ils se réjouissent à sa vue. S'il leur parle, ils se réjouissent de ses paroles. Avant qu'ils ne soient rassasiés, il se tait. De même, moines, il y a ces quatre qualités merveilleuses et étonnantes chez Ānanda. Si un groupe de nonnes s'approche pour voir Ānanda... Si un groupe de disciples laïcs s'approche pour voir Ānanda... Si un groupe de disciples laïques s'approche pour voir Ānanda, elles se réjouissent à sa vue. S'il leur enseigne le Dhamma, elles se réjouissent de ses paroles. Avant qu'elles ne soient rassasiées, il se tait. Ce sont là les quatre qualités merveilleuses et étonnantes d'Ānanda. »

²⁹ **Note :** L'expression signifie qu'il cessait de parler avant que ses auditeurs n'aient le sentiment d'en avoir assez, laissant leur esprit encore réceptif au Dhamma.

À cette époque, Subhadda, l'ascète errant, séjournait à Kusinārā. Il entendit dire : « Cette nuit, dans la dernière veille, le Délitement total de Gotama le contemplatif aura lieu. » Alors cette pensée lui vint à l'esprit : « J'ai entendu les anciens errants, maîtres de maîtres, dire que ce n'est qu'une fois dans une très longue période que les Tathāgatas — dignes, parfaitement éveillés par eux-mêmes — apparaissent dans le monde. Cette nuit, dans la dernière veille, le Délitement total de Gotama le contemplatif aura lieu. Un doute s'est élevé en moi, mais j'ai confiance qu'il pourrait m'enseigner le Dhamma de telle manière que je puisse abandonner ce doute. »

Il se rendit donc à Upavattana, le bosquet de sals des Mallans, et, à son arrivée, il dit au Vénérable Ānanda : « J'ai entendu les anciens errants, maîtres de maîtres, dire que ce n'est qu'une fois dans une très longue période que les Tathāgatas — dignes, parfaitement éveillés par eux-mêmes — apparaissent dans le monde. Cette nuit, dans la dernière veille, le Délitement total de Gotama le contemplatif aura lieu. Un doute s'est élevé en moi, mais j'ai confiance qu'il pourrait m'enseigner le Dhamma de telle manière que je puisse abandonner ce doute. Il serait bon, Vénérable Ānanda, que vous me permettiez de le voir. »

Lorsque cela fut dit, le Vénérable Ānanda lui répondit : « Assez, ami Subhadda. Ne dérange pas le Bienheureux. Le Bienheureux est fatigué. »

Pour la deuxième fois... pour la troisième fois, Subhadda, l'ascète errant, dit au Vénérable Ānanda : « ... Il serait bon, Vénérable Ānanda, que vous me permettiez de le voir. »

Pour la troisième fois, le Vénérable Ānanda lui dit : « Assez, ami Subhadda. Ne dérange pas le Bienheureux. Le Bienheureux est fatigué. »

Or, le Bienheureux entendit l'échange entre le Vénérable Ānanda et Subhadda, l'ascète errant, et il dit au Vénérable Ānanda : « Assez, Ānanda. Ne lui fais pas obstacle. Laisse-le voir le Tathāgata. Tout ce qu'il me demandera sera dans le but de comprendre, et non pour me déranger. Et tout ce que je lui répondrai, il le comprendra rapidement. »

Alors le vénérable Ānanda dit à Subhadda l'ascète errant : « Vas donc, mon ami Subhadda. Le Bienheureux te donne sa permission. »

Subhadda se rendit alors auprès du Bienheureux et échangea avec lui des salutations respectueuses. Après cet échange de salutations et de courtoisies, il s'assit à l'écart. Alors qu'il était assis là, il dit au Bienheureux : « Seigneur, ces brahmanes et ces contemplatifs, chacun avec son groupe, chacun avec sa communauté, chacun maître de son groupe, chefs honorés et largement estimés — à savoir Pūraṇa Kassapa, Makkhali Gosāla, Ajita Kesakambala, Pakudha Kaccāyana, Saṅghaya Belaṭṭhaputta et Nigaṇṭha Nātaputta : ont-ils tous la connaissance directe, comme ils l'affirment eux-mêmes ? Ou bien aucun d'eux n'a-t-il la connaissance directe ? Ou certains l'ont-ils et d'autres non ? »

« Assez, Subhadda. Laisse cette question de côté. Je vais t'enseigner le Dhamma. Écoute et prête une attention soutenue. Je vais parler. »

« Oui, Seigneur », répondit Subhadda, et le Bienheureux dit : « Dans toute doctrine et discipline où le Noble Octuple Sentier ne se trouve pas, on ne trouve aucun contemplatif du premier... du deuxième... du troisième... du quatrième ordre [celui qui est entré dans le courant, celui qui ne revient qu'une fois, celui qui ne revient plus, ou l'arahant]. Mais dans toute doctrine et discipline où le Noble Octuple Sentier se trouve, on trouve des contemplatifs du premier... du deuxième... du

troisième... du quatrième ordre. Le Noble Octuple Sentier se trouve dans cette doctrine et discipline, et ici même se trouvent des contemplatifs du premier... du deuxième... du troisième... du quatrième degré. Les autres enseignements sont vides de véritables contemplatifs ayant réalisé la connaissance. Et si les moines demeurent dans la pratique juste, ce monde ne sera pas privé d'arahants. »

À vingt-neuf ans, j'ai quitté la vie de foyer,
à la recherche de ce qui est salubre,
et depuis ce départ
plus de cinquante ans se sont écoulés.
En dehors du domaine
du Dhamma et de la Discipline,
il n'y a pas de contemplatif.

Et aucun contemplatif du deuxième... troisième... quatrième ordre. Les autres enseignements sont vides de contemplatifs ayant réalisé la connaissance. Et si les moines demeurent dans la pratique juste, ce monde ne sera pas dépourvu d'arahants. »

Alors Subhadda l'ascète errant dit : « Magnifique, Seigneur ! Magnifique ! Tout comme on redresse ce qui était renversé, révèle ce qui était caché, montre le chemin à celui qui s'est égaré, ou porte une lampe dans l'obscurité afin que ceux qui ont des yeux voient les formes, de même le Bienheureux, par de multiples exposés, a rendu le Dhamma clair. Je prends refuge auprès du Bienheureux, auprès du Dhamma et auprès de la communauté des moines. Accordez-moi le départ de la vie de foyer, accordez-moi l'ordination en votre présence. »

« Quiconque, Subhadda, ayant auparavant appartenu à une autre secte et désirant le départ de la vie de foyer et l'admission dans cette doctrine et cette discipline, doit d'abord observer une période de probation de quatre mois. Si, au terme de ces quatre mois, les moines le jugent apte, ils lui accordent le départ et l'admettent dans la vie monastique. Mais je connais les différences qu'il peut y avoir entre les personnes en cette matière. »

« Seigneur, s'il en est ainsi, je suis prêt à observer une période de probation de quatre ans. Si, au terme de ces quatre ans, les moines me jugent apte, qu'ils m'accordent le départ et m'admettent dans la vie monastique. »

Alors le Bienheureux dit au Vénérable Ānanda : « Très bien, Ānanda, donne l'ordination à Subhadda. »

« Oui, Seigneur », répondit Ānanda.

Alors Subhadda dit au Vénérable Ānanda : « C'est un gain pour toi, Ānanda, un grand gain, d'avoir été établi ici, en présence du Maître, comme son disciple. »

Alors Subhadda, l'ascète errant, reçut le départ de la vie de foyer et l'admission en présence du Bienheureux. Et peu de temps après son admission — vivant seul, retiré, vigilant, ardent et résolu — il atteignit et demeura dans le but suprême de la vie sainte, pour lequel des hommes de bonne famille quittent à juste titre la vie de foyer pour la vie sans foyer, l'ayant connu et réalisé par lui-même ici et maintenant. Il sut : « La naissance est détruite, la vie sainte accomplie, la tâche accomplie. Il n'y a plus rien à accomplir pour ce monde. » Ainsi le Vénérable Subhadda devint un arahant, le dernier des disciples directs du Bienheureux.

Alors le Bienheureux dit au Vénérable Ānanda : « Maintenant, si l'un d'entre vous pense : "L'enseignement n'a plus de Maître ; nous sommes sans guide.", ne voyez pas les choses ainsi. Tout ce que je vous ai enseigné et formulé dans le Dhamma et le Vinaya sera votre maître après mon départ »...

Puis le Bienheureux s'adressa aux moines : « Si l'un d'entre vous a un doute ou une perplexité concernant le Bouddha, le Dhamma ou le Sangha, la voie ou la pratique, qu'il pose sa question. Ne regrettez pas plus tard : "Le Maître était face à nous, mais nous ne nous sommes pas résolus à l'interroger en sa présence." »

Lorsque cela fut dit, les moines restèrent silencieux.

Une deuxième fois... une troisième fois, le Bienheureux dit :

« Si l'un d'entre vous a un doute ou une perplexité concernant le Bouddha, le Dhamma ou le Sangha, la voie ou la pratique, qu'il pose sa question. Ne regrettez pas plus tard : "Le Maître était face à nous, mais nous ne nous sommes pas résolus à l'interroger en sa présence." »

Une troisième fois, les moines restèrent silencieux.

Alors le Bienheureux s'adressa aux moines :

« Maintenant, si c'est par respect pour le Maître que vous ne posez pas de question, qu'un ami interroge un ami. »

Lorsque cela fut dit, les moines restèrent silencieux.

Alors le Vénérable Ānanda dit au Bienheureux :

« C'est admirable, Seigneur. C'est merveilleux. Je suis convaincu que, dans cette communauté de moines, il n'y a pas un seul moine qui ait le moindre doute ou la moindre perplexité concernant le Bouddha, le Dhamma ou le Sangha, la voie ou la pratique. »

« Ānanda, tu parles par confiance ; mais le Tathāgata sait que, dans cette communauté de moines, il n'y a pas un seul moine qui ait le moindre doute ou la moindre perplexité concernant le Bouddha, le Dhamma ou le Sangha, la voie ou la pratique. Parmi ces cinq cents moines, le moins avancé est entré dans le courant, non destiné aux états de privation, assuré de parvenir à l'éveil. »

Puis le Bienheureux s'adressa aux moines : « Maintenant, moines, je vous exhorte : Toutes les formations sont vouées au déclin. Par la vigilance, accomplissez votre tâche. »

Telles furent les dernières paroles du Tathāgata.

Puis le Bienheureux entra dans le premier jhāna. En sortant de celui-ci, il entra dans le deuxième jhāna. En sortant de celui-ci, il entra dans le troisième... le quatrième jhāna... la dimension de l'infinité de l'espace... la dimension de l'infinité de la conscience... la dimension du néant... la dimension de ni-perception-ni-non-perception. En sortant de celle-ci, il entra dans la cessation de la perception et des sensations.

Alors le Vénérable Ānanda dit au Vénérable Anuruddha : « Vénérable Anuruddha, le Bienheureux est entré dans le Délitement total. »

« Non, ami Ānanda. Le Bienheureux n'est pas entré dans le Délitement total. Il est entré dans la cessation de la perception et des sensations. »

Puis le Bienheureux, émergeant de la cessation de la perception et des sensations, entra dans la dimension de la ni-perception-ni-non-perception. Émergeant de celle-ci, il entra dans la dimension du néant... la dimension de l'infinité de la conscience... la dimension de l'infinité de l'espace... le quatrième jhāna... le troisième... le deuxième... le premier jhāna. Sortant du premier jhāna, il entra dans le deuxième... le troisième... le quatrième jhāna. Sortant du quatrième jhāna, il fut immédiatement totalement Délié.

Lorsque le Bienheureux fut totalement Délié, simultanément au Délitement total, il y eut un grand tremblement de terre, impressionnant et saisissant, et les tambours des devas retentirent.

Lorsque le Bienheureux fut totalement Délié, simultanément au Délitement total, Sahampati Brahmā prononça ce verset :

Tous les êtres — tous — dans le monde
seront séparés de l'amas corporel,
dans le monde
où un Enseignant tel que celui-ci,
sans égal ici-bas,
le Tathāgata, parvenu à la plénitude de la force,
le Bien Éveillé par lui-même,
a été totalement
Délié.

Lorsque le Bienheureux fut totalement Délié, simultanément au Délitement total, Sakka, le roi des dieux, prononça ce verset :

Inconstantes, vraiment, sont les formations conditionnées !
Leur nature est d'apparaître et de disparaître.
Étant apparues, elles cessent.
Leur apaisement total est félicité.

Lorsque le Bienheureux fut totalement Délié, simultanément au Délitement total, le Vénérable Anuruddha prononça ce verset :

Il n'y avait plus ni inspiration ni expiration,
le Tel, à l'esprit ferme,
imperturbable,
établi dans la paix :
le sage ayant achevé son temps.

Avec un esprit non abattu,
il supporta la douleur.
Tel le déliement d'une flamme
fut la libération
de l'esprit.

Lorsque le Bienheureux fut totalement Délié, simultanément au Délitement total, le Vénérable Ānanda prononça ce verset :

Quelle merveille !
Quelle chose prodigieuse !

Lorsque, manifestant l'accomplissement suprême en toutes choses,
le Parfaitement Éveillé
fut totalement Délié.

Lorsque le Bienheureux fut totalement Délié, simultanément à ce Déliement total, certains moines présents qui n'étaient pas dépourvus de passion pleurèrent, levant les bras en l'air. Comme si leurs pieds avaient été coupés sous eux, ils tombèrent et roulèrent d'avant en arrière en criant : « Trop tôt le Bienheureux a atteint le Déliement total ! Trop tôt le Bien-Allé a atteint le Déliement total ! Trop tôt Celui-qui-voit a disparu du monde ! » Mais les moines qui étaient libres de toute passion acquiescèrent, attentifs et vigilants : « Les fabrications sont impermanentes. Que peut-on attendre d'autre ? »

« Assez, mes amis. Ne vous affligez pas. Ne vous lamentez pas. Le Bienheureux n'a-t-il pas déjà enseigné que tout ce qui est cher et agréable est voué à devenir autrement, à se séparer, à changer ? Que peut-on attendre d'autre ? Il est impossible d'empêcher quoi que ce soit qui est né, venu à l'existence, conditionné et voué à la dissolution, de se dissoudre. Les devatas, mes amis, se lamentent. »

[Ānanda :] « Mais, Vénérable Anuruddha, quel est l'état des devatas auquel le Bienheureux fait allusion ? »

« Mon ami Ānanda, il y a des devatas qui perçoivent l'espace comme étant terre. Se tirant les cheveux, ils pleurent. Levant les bras, ils pleurent. Comme si leurs pieds avaient été coupés sous eux, ils tombent et roulent d'avant en arrière en criant : « Trop tôt le Bienheureux a atteint le Déliement total ! Trop tôt le Bien-Allé a atteint le Déliement total ! Trop tôt Celui-qui-voit a disparu du monde ! » Il y a aussi des devatas qui perçoivent la terre comme étant terre. Se tirant les cheveux, ils pleurent. Levant les bras, ils pleurent. Comme si leurs pieds avaient été coupés sous eux, ils tombent et roulent d'avant en arrière en criant : « Trop tôt le Bienheureux a atteint le Déliement total ! Trop tôt le Bien-Allé a atteint le Déliement total ! Trop tôt Celui-qui-voit a disparu du monde ! » Mais les devatas qui sont libres de toute passion acquiescent, attentifs et vigilants : « Les formations sont impermanentes. Que peut-on attendre d'autre ? »

Puis le Vénérable Anuruddha et le Vénérable Ānanda passèrent le reste de la nuit à parler du Dhamma.

Glossaire

Arahant : « Celui qui est digne » ou « celui qui est pur » ; une personne dont l'esprit est exempt de souillures et qui n'est donc plus soumise à la renaissance. Titre attribué au Bouddha et à ses disciples nobles ayant atteint l'éveil complet.

Āsava : Fermentation ; effluent. Quatre tendances— la sensualité, les opinions, le devenir et l'ignorance — qui “s’écoulent” de l’esprit et alimentent le flot du cycle de la mort et de la renaissance.

Brāhman : Dans son usage courant, ce terme désigne un membre de la caste des prêtres en Inde. Dans son usage spécifiquement bouddhiste, il désigne un arahant.

Brahmā : Habitant des royaumes célestes des royaumes de la forme ou du sans-forme.

Deva (devatā) : Littéralement, « celui qui brille ». Un être qui réside dans les plans célestes ou terrestres et qui jouit de plaisirs supérieurs à ceux des êtres humains.

Dhamma : (1) Événement ; action ; (2) phénomène en soi ; (3) qualité mentale ; (4) doctrine, enseignement ; (5) nibbāna (bien que certains passages du Canon décrivent le nibbāna comme l'abandon de tous les dhammas). Sanskrit : *Dharma*.

Jhāna : Absorption mentale. État de concentration intense centré sur une seule sensation ou notion mentale. Ce terme est dérivé du verbe jhāyati, qui signifie « brûler d'une flamme calme et régulière ». Sanskrit : *Dhyāna*.

Kamma : Acte intentionnel. Sanskrit : *Karma*.

Māra : La mort et la tentation personnifiées.

Nāga : (1) un serpent magique ; (2) un grand éléphant ; (3) un être humain d'une noblesse et d'une force admirables.

Nibbāna : Littéralement, le « déliement » de l'esprit de la passion, de l'aversion et de l'illusion, ainsi que du cycle de la mort et de la renaissance. Comme ce terme désigne également l'extinction d'un feu, il évoque l'apaisement, le rafraîchissement et la paix. Le « nibbāna total » désigne, dans certains contextes, l'expérience de l'éveil ; dans d'autres, le passage final d'un arahant. Sanskrit : *Nirvāṇa*.

Saṅgha : Communauté. Au sens conventionnel, ce terme désigne les communautés de moines et de nonnes bouddhistes. Au sens idéal, il désigne les disciples du Bouddha, laïcs ou ordonnés, qui ont atteint au moins le premier stade de l'éveil.

Tathāgata : Littéralement, celui qui est « devenu authentique (*tatha-āgata*) » ou « qui est véritablement parti (*tathā-gata*) », épithète utilisée dans l'Inde antique pour désigner une personne ayant atteint le but religieux suprême. Dans le bouddhisme, ce terme désigne généralement le Bouddha, bien qu'il puisse parfois désigner l'un de ses disciples arahants.