

La Nature du Dhamma

Ajahn Chah

Traduction de Hervé Panchaud

<http://www.dhammadelaforet.org/>

Entretien donné à des disciples occidentaux au monastère de la forêt de Bung Wai en Thaïlande, durant la Retraite de la Saison des Pluies de 1977, juste après le départ d'un moine qui venait de rendre ses vœux après de nombreuses années de vie monastique.

Parfois, quand un arbre fruitier est en fleurs, une brise vient et disperse les fleurs sur le sol. Certains bourgeons subsistent et se transforment en petits fruits verts. Un vent souffle et certains de ces fruits se détachent aussi. D'autres encore grossissent et deviennent presque mûrs ; d'autres fruits enfin atteignent la pleine maturité avant de tomber.

Il en va de même pour les gens. Comme les fleurs et les fruits dans le vent, eux aussi « tombent » à différentes étapes de leur existence. Certains meurent avant même de naître, d'autres quelques jours seulement après la naissance. Certains vivent quelques années avant de mourir et n'atteignent jamais la maturité. Des hommes et des femmes meurent durant leur jeunesse, tandis que d'autres atteignent un âge avancé avant de trépasser.

Quand vous méditez sur l'existence des êtres, examinez la nature des fruits dans le vent : ces deux phénomènes sont très incertains.

Le caractère incertain de toutes choses peut aussi être vérifié dans la vie monastique. Certains viennent au monastère avec la ferme intention de se faire ordonner, mais ils changent d'avis et s'en vont ; ils ont parfois même la tête déjà rasée ! D'autres sont déjà novices, mais décident de quitter le monastère. D'autres encore ne restent que le temps d'une Retraite des Pluies et quittent la robe. Comme des fruits ballottés dans le vent : tout est très incertain.

Notre esprit est semblable. Une impression mentale (pensée) surgit, va et vient dans l'esprit ; et puis l'esprit « tombe » (perd sa concentration) – tout comme un fruit dans le vent.

Le Bouddha comprit cette nature incertaine des choses. Il observa le phénomène des fruits dans le vent et il fit la même observation sur les moines et les novices qu'il avait pour disciples. Il découvrit qu'ils avaient, par essence, la même nature – la nature de l'incertitude ! Comment pourrait-il en être autrement ? C'est la nature de toutes choses.

Ainsi, pour celui qui pratique avec une claire conscience, il n'est pas nécessaire d'avoir quelqu'un pour le conseiller et lui apprendre tout ce qu'il est capable de voir et de comprendre par lui-même. Pour exemple, le cas du Bouddha qui, dans une vie antérieure, fut le roi Mahajanaka. Il n'eut pas besoin d'étudier beaucoup. Tout ce qu'il eut à faire, ce fut d'observer un manguier.

Un jour, alors qu'il visitait un parc avec son cortège de ministres, du haut de son éléphant il repéra un bosquet de manguiers lourdement chargés de gros fruits bien mûrs. Comme il ne pouvait pas s'arrêter à ce moment-là, il se dit qu'il reviendrait plus tard en manger. Ce qu'il n'avait pas prévu, c'est que ses ministres venant derrière, allaient cueillir avec avidité tous les fruits, se servir de gaules

pour les faire tomber, allant jusqu'à frapper et casser les branches, déchiqueter et disperser le feuillage sur le sol.

En retournant, le soir, le roi fut déçu et fort mécontent. C'est alors qu'il remarqua, non loin de là, un autre manguier qui, lui, avait encore toutes ses branches et ses feuilles intactes. Il s'en demanda la raison, puis il comprit que c'était parce que cet arbre ne portait pas de fruits. Si un arbre ne porte pas de fruits, il n'intéresse personne, alors ses branches et son feuillage ne sont pas abîmés. Cette leçon le laissa absorbé dans ses pensées tout au long du chemin du retour vers le palais. « Il est déplaisant, pénible et difficile d'être roi. Il faut en permanence se soucier de ses sujets : et s'il y avait des attaques, des pillages, si l'on venait se saisir d'une partie du royaume ? » Il ne pouvait se reposer en paix ; même dans son sommeil il était dérangé par des rêves.

Il revit dans son esprit, une fois de plus, le manguier sans fruits, avec toutes ses branches et ses feuilles intactes. « Si nous devenions comme ce manguier, pensa-t-il, nos 'branches' et nos 'feuilles', non plus, ne serait pas abîmées. »

Dans sa chambre, il s'assit et médita. Alors, inspiré par l'exemple du manguier, il prit la décision de se faire ordonner moine. Il s'était comparé au manguier et en avait conclu que si l'on n'est pas impliqué dans les affaires du monde, on peut être véritablement indépendant, libéré des soucis et des difficultés, l'esprit serein. Fort de cette découverte, il se fit ordonner moine.

A partir de ce jour, partout où il allait, lorsqu'on lui demandait qui était son maître, il répondait : « Un manguier. » Il n'avait pas eu besoin de recevoir davantage d'enseignements. Un manguier avait été à l'origine de son Eveil à l'*opanayiko Dhamma*, l'enseignement qui nous tourne vers l'intérieur. Grâce à cet Eveil, il devint un moine qui vit de peu, qui connaît peu de tracas et qui trouve la joie dans la solitude. Ayant abandonné son statut royal, son esprit trouva enfin la paix.

Dans ce récit, le Bouddha était un Bodhisatta qui développe sa pratique de manière continue. De même que le Bouddha quand il était le roi Mahajanaka, nous devons nous aussi regarder autour de nous car tout dans le monde peut nous enseigner.

Avec seulement un peu de sagesse intuitive, nous serons capables de voir clairement la vérité dans les choses du monde. Nous parviendrons à comprendre que tout dans le monde peut nous enseigner. Les arbres et la vigne, par exemple, peuvent nous révéler la vraie nature de la réalité. Avec la sagesse, nul besoin d'interroger qui que ce soit, nul besoin d'étude. Nous pouvons apprendre suffisamment de la nature pour atteindre l'Eveil, comme dans l'histoire du roi Mahajanaka, car tout suit le chemin de la vérité. Rien ne s'écarte de la vérité.

Associés à la sagesse, se développent le calme et la pondération, lesquels peuvent à leur tour conduire à une meilleure compréhension de la vérité de la nature. De cette façon, nous parviendrons à connaître la vérité ultime de toutes choses, à savoir : *anicca* (l'impermanence) – *dukkha* (la souffrance) – *anattā* (le non-soi). Prenez les arbres, par exemple. Tous les arbres de la terre sont semblables, sont Un, lorsqu'ils sont vus au travers de la réalité de *anicca – dukkha – anattā*. D'abord, ils viennent à l'existence, puis ils grandissent et atteignent la maturité dans un changement continu, jusqu'à ce qu'ils meurent, comme tout arbre doit mourir.

De la même façon, les gens et les animaux naissent, grandissent et changent en permanence au cours de leur existence, jusqu'à ce que, finalement, ils meurent. Les multiples changements qui se produisent au cours de cette transition qui va de la naissance au trépas, montrent la Voie du Dhamma. C'est-à-dire que toutes les choses sont éphémères, ayant le dépérissement et la dissolution pour condition naturelle.

Si nous avons la pleine conscience et la compréhension, si nous étudions avec sagesse et attention, nous verrons le Dhamma comme la réalité. Ainsi, nous verrons que les êtres sont dans un mouvement constant depuis la naissance, en passant par le changement et jusqu'à la mort. Tout le monde est soumis à ce cycle de la naissance et de la mort et, de ce fait, tous dans l'univers sont comme Un Etre Unique. Ainsi, voir une personne clairement et distinctement, c'est voir chaque personne de par le monde.

De la même manière, toute chose est Dhamma — non seulement ce que vous pouvez voir avec vos yeux, mais aussi les choses que vous pouvez voir avec votre esprit. Une pensée apparaît, elle change et s'en va. C'est *nāma Dhamma*, simplement une impression mentale qui apparaît et passe. C'est la vraie nature de l'esprit. En fait, il s'agit de la noble vérité du Dhamma. Si l'on ne regarde pas et que l'on n'observe pas de cette manière, on ne voit pas véritablement ! Celui qui voit vraiment aura la sagesse d'écouter le Dhamma tel que l'a proclamé le Bouddha.

Où est le Bouddha ?

Le Bouddha est dans le Dhamma.

Où est le Dhamma ?

Le Dhamma est dans le Bouddha.

Juste ici et maintenant !

Où est le Sangha ?

Le Sangha est dans le Dhamma.

Le Bouddha, le Dhamma et le Sangha existent dans notre esprit, mais nous devons le voir clairement. Certaines personnes se contentent de dire cela à la légère : « Oh ! Le Bouddha, le Dhamma et le Sangha, ils existent dans mon esprit ! ». Cependant leur propre pratique n'est pas adaptée ni appropriée. Il n'est donc pas exact de dire que le Bouddha, le Dhamma et le Sangha sont dans leur esprit car, pour cela puisse être, il faut d'abord que leur esprit connaisse la vérité du Dhamma.

En ramenant tout à cette notion de Dhamma, nous arriverons à comprendre que la vérité existe dans le monde et que, dès lors, il nous est possible de pratiquer pour la réaliser pleinement.

Par exemple, *nāma Dhamma*, les sensations, les pensées, l'imagination etc., sont tous incertains. Quand la colère apparaît, elle grandit et change, pour finalement disparaître. La joie, de même, apparaît, grandit, change et finalement disparaît. Elles sont vides, sans substance. C'est la nature de toutes choses, qu'elles soient mentales ou matérielles. En nous, il y a ce corps et cet esprit. A l'extérieur, il y a les arbres, la vigne et toutes sortes de choses qui témoignent de cette loi universelle de l'incertitude.

Que ce soit un arbre, une montagne ou un animal, ce n'est que le Dhamma, tout est Dhamma. Où est le Dhamma ? Pour parler simplement, ce qui n'est pas le Dhamma n'existe pas. Le Dhamma, c'est la nature. Ceci est appelé le *Sacca Dhamma*, le Vrai Dhamma. Si l'on voit la nature, on voit le Dhamma ; si l'on voit le Dhamma, on voit la nature. En voyant la nature, on connaît le Dhamma.

Quelle nécessité d'accumuler tout cette somme de connaissances, alors que la réalité ultime de la vie, dans chacun de ses instants, dans chacune de ses actions, est seulement un cycle sans fin de

naissances et de morts ? Si nous sommes attentifs et clairement conscients dans toutes les positions (assise, debout, en marchant, étendue), alors la connaissance de soi peut apparaître : on peut connaître la vérité du Dhamma déjà présente dans l'ici et maintenant.

Au moment présent, le Bouddha, le Bouddha réel, est encore vivant car il est le Dhamma lui-même, le *Sacca Dhamma*. Et le *Sacca Dhamma*, ce qui permet à quelqu'un de devenir un Bouddha, existe toujours. Il ne s'est pas envolé ! Cela donne lieu à deux bouddhas : l'un dans le corps et l'autre dans l'esprit.

« Le vrai Dhamma, expliqua le Bouddha à Ananda, ne peut être pleinement réalisé que par la pratique. » Celui qui voit le Bouddha voit le Dhamma. Comment cela ? Auparavant, il n'y avait pas de Bouddha ; c'est seulement quand Siddhattha Gotama réalisa le Dhamma qu'il devint le Bouddha. Expliqué de la sorte, nous voyons qu'il est comme nous. Si nous réalisons pleinement le Dhamma, nous deviendrons nous aussi des bouddhas. Cela s'appelle « le Bouddha dans l'esprit » ou *nāma Dhamma*.

Nous devons être attentifs dans tout ce que nous faisons, car nous héritons du fruit de nos actions, bénéfiques ou nocives : en pratiquant le bien, nous récoltons le bien ; en faisant le mal, nous récoltons le mal. Tout ce que vous avez à faire est de regarder dans votre vie quotidienne pour constater qu'il en est effectivement ainsi. Siddhattha Gotama atteint l'Eveil lorsqu'il comprit cette vérité, et cela entraîna l'apparition d'un Bouddha dans le monde. De même, toute personne qui pratique pour comprendre le Dhamma pourra devenir un Bouddha.

Ainsi, le Bouddha existe toujours. Certaines personnes en sont très heureuses. Elles se disent : « Si le Bouddha existe toujours, alors je peux pratiquer le Dhamma ! » Voilà comment vous devez comprendre cela.

Le Dhamma que le Bouddha a atteint est le Dhamma qui existe en permanence dans le monde. Cela peut être comparé à la nappe d'eau qui existe en permanence dans le sol. Quand une personne souhaite creuser un puits, elle doit creuser à une profondeur suffisante pour atteindre la nappe d'eau souterraine. L'eau souterraine est déjà là. Celui qui creuse ne crée pas l'eau, il ne fait que la découvrir. De même le Bouddha n'a pas inventé le Dhamma, il n'a pas décrété le Dhamma. Il a simplement révélé ce qui était déjà là. Par la contemplation, le Bouddha a vu le Dhamma. Il a été dit alors que le Bouddha avait atteint l'Eveil, car l'Eveil signifie connaître le Dhamma. Le Dhamma est la vérité en ce monde. Pour avoir compris cela, Siddhattha Gotama fut appelé « Le Bouddha ». Et le Dhamma est ce qui permet à d'autres personnes de devenir un bouddha, « Un Etre qui Sait », celui qui connaît le Dhamma.

Si les êtres se comportent honnêtement et sont assidus dans leur pratique du Bouddha-Dhamma, alors ces êtres ne seront jamais à court de vertu et de bonté. Avec une claire compréhension, nous verrons que nous ne sommes pas vraiment loin du Bouddha mais assis face à lui. Quand nous comprenons le Dhamma, à ce moment-là, nous voyons le Bouddha.

Que l'on pratique avec sincérité et l'on entendra le Bouddha-Dhamma, que l'on soit assis au pied d'un arbre, allongé, ou dans tout autre posture. Ce n'est pas une chose sur laquelle on doit se contenter de réfléchir. Le Dhamma apparaît dans un esprit pur. Se rappeler ces mots ne suffit pas ; il faut voir le Dhamma lui-même et rien de plus ! Nous devons donc pratiquer avec détermination, afin d'être en capacité de le voir ; alors, notre pratique sera vraiment pleine et entière. Que nous soyons assis, debout, marchant ou étendus, nous entendrons le Dhamma du Bouddha.

Pour pratiquer son enseignement, le Bouddha nous a conseillé de vivre dans un endroit calme afin de pouvoir observer et contrôler les sens de l'œil, de l'oreille, du nez, de la langue, du corps et de l'esprit. Ceci est le fondement de notre pratique, étant donné que ces sens sont le lieu où les choses se présentent, et seulement là. Nous observons et contrôlons ces six sens. Tout ce qui est bon et tout ce qui est mauvais apparaît à travers eux. Ils sont les principales facultés du corps. L'œil est l'organe de la vue, l'oreille l'organe de l'ouïe, le nez l'organe de l'odorat, la langue celui du goût, le corps est en contact avec le chaud et le froid, le dur et le mou, et dans l'esprit apparaissent les impressions mentales. Tout ce qui nous reste à faire, c'est de construire notre pratique autour de ces points.

La pratique est facile parce que tout ce qu'il est nécessaire de savoir a déjà été préparé par le Bouddha. C'est comme si le Bouddha avait planté un verger dont il nous invitait à venir partager les fruits. Nous n'avons pas besoin de planter nous-mêmes des arbres.

Que ce soit au sujet de la moralité, de la méditation ou de la sagesse, il n'est pas besoin de créer, de décréter, de spéculer. Tout ce que nous avons à faire, c'est suivre ce qui existe déjà dans l'enseignement du Bouddha.

Par conséquent, nous sommes des êtres qui avons beaucoup de mérite et de chance d'avoir pu entendre les enseignements du Bouddha. Le verger existe déjà, les fruits sont déjà mûrs. Tout est déjà complet et parfait. Tout ce qui manque, c'est quelqu'un avec assez de foi pour pratiquer et récolter les fruits !

Nous devrions être conscients que notre mérite et notre chance sont très précieux. Tout ce que nous avons à faire, c'est de regarder autour de nous pour voir combien les autres créatures sont infortunées. Prenez les chiens, les cochons, les serpents ou toute autre créature, ils n'ont aucune chance d'étudier le Dhamma, aucune chance de connaître le Dhamma, aucune chance de pratiquer le Dhamma. Ce sont des êtres infortunés à cause de la rétribution karmique. Lorsque l'on n'a aucune chance d'étudier le Dhamma, de connaître et de pratiquer le Dhamma, on n'a aucune chance d'être libéré de la souffrance.

En tant qu'êtres humains, nous ne devrions pas nous permettre de gâcher cette chance, de devenir victimes de l'infortune en renonçant à la conduite juste et à la discipline. Ne devenez pas victimes de l'infortune comme quelqu'un qui n'a aucun espoir d'atteindre le chemin de la Liberté menant au Nibbāna, aucun espoir de développer la vertu. Ne pensez pas que vous êtes déjà privés de cette espérance ! En pensant de la sorte, vous seriez aussi infortunés que les autres créatures.

Nous sommes des êtres qui sommes venus dans la sphère d'influence du Bouddha. Nous, êtres humains, avons donc déjà suffisamment de mérite et de ressources. Si nous améliorons et développons notre compréhension, nos opinions et notre connaissance dès à présent, cela nous conduira à nous comporter et à pratiquer de manière à voir et à connaître le Dhamma dans cette présente existence, en tant qu'êtres humains.

Nous sommes différents des autres créatures, nous sommes des êtres qui pouvons recevoir la lumière du Dhamma. Le Bouddha nous a enseigné que, dans le moment présent, le Dhamma existe en face de nous. Le Bouddha est assis en face de nous, ici et maintenant ! Alors, quand et en quel lieu iriez-vous le chercher ?

Si nous ne pensons pas de façon juste, si nous ne pratiquons pas de façon correcte, nous allons retomber au niveau des animaux ou des créatures de l'enfer, des esprits affamés et des démons^[1]. Comment cela ? Il suffit de regarder dans votre esprit. Quand la colère survient, de quoi s'agit-il ?

C'est juste là, il suffit de regarder ! Quand les idées erronées surviennent, de quoi s'agit-il ? C'est cela, ici même ! Quand l'avidité survient, qu'est-ce donc ? C'est l'enfer, regardez !

En ne reconnaissant pas et en ne comprenant pas clairement ces états mentaux, l'esprit n'est plus celui d'un être humain. Toutes les conditions sont dans un état de devenir. Le devenir donne lieu à la naissance ou à l'existence telle que déterminée par les conditions présentes. Ainsi nous devenons et nous existons tels que notre esprit nous conditionne.

Pour lire toute l'histoire du roi Mahajanaka : [Mahajanaka Jataka](#)

[1] Selon la pensée Bouddhique, les êtres naissent, en fonction de leur karma, dans l'un des huit Etats de l'Existence. Ceux-ci incluent les trois états célestes (où le bonheur est omniprésent), l'état humain, et les quatre états cités dans le texte (animaux, créatures de l'enfer, esprits affamés et démons). Le vénérable Ajahn souligne toujours que nous pouvons observer ces différents états dans notre propre esprit, au moment présent. Ainsi, selon notre état d'esprit, nous pouvons dire que nous naissons en permanence dans ces différents états. Par exemple, lorsque l'esprit est brûlant de colère, nous pouvons passer de notre état d'humain à celui « d'un être né dans les enfers » ; et ceci, ici et maintenant.