

La Vue Juste

Vénérable Ajahn Chah

Traduit par Hervé Panchaud

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

Entretien donné à une assemblée de moines et de novices au monastère Wat Pah Pong, durant la retraite de 1978.

La pratique du Dhamma va à l'encontre de nos habitudes; la vérité va à l'encontre de nos désirs : c'est cela la difficulté de la pratique. Certaines choses que nous pensons fausses peuvent se révéler exactes, alors que d'autres que nous tenions pour justes sont erronées. Pourquoi cela ? Parce que notre esprit est dans les ténèbres, que nous ne voyons pas clairement la vérité. Nous ne connaissons pas grand-chose et nous sommes dupés par les mensonges des autres. Ils nous présentent des choses vraies comme étant fausses et nous les croyons ; ce qui est faux, ils nous disent que c'est vrai et nous les croyons. Cela se peut parce que nous ne sommes pas encore notre propre maître. Nos états d'esprit nous mentent en permanence. Nous ne devrions pas nous laisser guider par cet esprit et ses pensées, car il ne connaît pas la vérité.

Certaines personnes ne veulent rien entendre des autres, mais ce n'est pas ainsi que l'on parviendra à la sagesse. Un homme sage doit tout écouter. De même, celui qui écoute le Dhamma, doit tout écouter, que cela lui plaise ou pas, et il ne doit pas croire aveuglément ou tout rejeter en bloc. Il doit savoir rester sur la voie du milieu, au point central, et surtout rester attentif. Alors, il écoute simplement et il étudie minutieusement pour faire éclore le résultat juste.

Un homme sage doit étudier et voir les causes et les effets par lui-même avant de croire ce qu'il entend. Même si le maître dit la vérité, ne le croyez pas, parce que vous ne connaissez pas encore la vérité par vous-mêmes.

C'est la même chose pour nous tous, moi y compris. J'ai pratiqué bien avant vous ; et j'ai entendu de nombreux mensonges avant. Par exemple, « La pratique est difficile, c'est vraiment dur ! » Pourquoi la pratique est-elle si dure ? C'est seulement parce que vous ne pensez pas de manière juste, parce que vous avez une vue erronée.

Auparavant, je vivais avec d'autres moines, mais je ne me sentais pas bien au milieu d'eux. Alors je suis parti pour la forêt et les montagnes, fuyant la foule, les moines et les novices. Je pensais qu'ils n'étaient pas comme moi, qu'ils ne pratiquaient pas avec la même ferveur que moi ; qu'ils étaient « tièdes ». Je me disais qu'Untel était comme ceci et que tel autre était comme cela. Tout cela me mettait dans un état d'agitation, c'était la raison de ma fuite perpétuelle.

Mais, que je vive seul ou avec d'autres, je ne trouvais la paix nulle part. Quand j'étais seul face à moi-même, je n'étais pas satisfait ; au milieu d'un groupe, je n'étais pas satisfait. Je pensais que ce mécontentement était dû à mes compagnons, ou qu'il était dû à mes états d'esprit, ou au lieu où je

résidais, ou à la nourriture, au temps qu'il faisait, à ceci ou à cela. Je cherchais en permanence quelque chose qui conviendrait à mon esprit.

En tant que moine tudong (1), je voyageais, mais les choses n'allaient pas comme je le voulais. Alors, je réfléchissais : « Que puis-je faire pour que les choses aillent bien ? Que dois-je faire ? ». Vivant avec beaucoup de gens, j'étais insatisfait, vivant avec peu de gens, j'étais insatisfait. Pour quelle raison ? Je ne pouvais pas voir cette raison. Pourquoi cette insatisfaction ? Parce que j'avais une vue erronée, tout simplement ! Je persistais à m'accrocher aux mauvais dhamma. Partout où j'allais, j'étais mécontent, pensant : « Ici, ce n'est pas bien, il n'y a rien de bien », et ainsi de suite. Je rejetais la faute sur les autres. Je blâmais le temps, la chaleur ou le froid, je blâmais tout comme un chien fou furieux qui mord tous ceux qu'il rencontre.

Quand l'esprit est ainsi, notre pratique ne peut jamais être stable. Aujourd'hui, nous nous sentons bien, demain ça n'ira pas. C'est ainsi en permanence. Nous ne pouvons pas atteindre la satisfaction et la paix. Le Bouddha, un jour, vit un chacal, un chien sauvage, jaillir de la forêt dans laquelle il vivait. Le chacal s'arrêta un moment puis il courut dans les broussailles. Ensuite, il courut se réfugier dans la cavité d'un arbre puis il fonça se réfugier dans une grotte pour en ressortir aussitôt. Il s'arrêtait une minute et, la minute suivante, il se remettait à courir, puis il se couchait, puis il sautait. Le chacal avait la gale. Quand il se tenait tranquille, la gale devait lui ronger le pelage, alors il se mettait à courir. En courant, il ne se sentait pas bien, alors il s'arrêtait. A l'arrêt, il ne se sentait toujours pas bien, alors il se couchait. Puis il se remettait à sauter, à courir dans les broussailles, dans le creux d'un arbre, ne restant jamais en place.

Le Bouddha dit : « Moines, avez-vous vu ce chacal, cet après-midi ? Debout il souffrait, courant il souffrait, assis il souffrait, couché il souffrait. Dans les broussailles, dans la cavité de l'arbre comme dans la grotte. Il blâmait la position debout pour son inconfort, il blâmait la position assise ou couchée, il blâmait l'arbre, les broussailles et la grotte. Mais en fait, le problème n'était lié à aucune de ces choses. Le chacal avait la gale. Le problème était la gale. »

Nous, moines, sommes comme ce chacal: notre mécontentement est dû à une vision des choses incorrecte. Nous ne nous exerçons pas à contrôler nos sens, préférant rejeter la faute de notre insatisfaction sur des causes extérieures à nous. Que nous vivions à Wat Pah Pong, en Amérique ou à Londres, nous ne serons jamais satisfaits. Et pourquoi cela ? Parce que nous avons encore des vues fausses en nous. Où que nous allions, nous ne trouvons pas le contentement. Mais, comme pour le chacal qui, une fois la gale guérie, se sentira bien où qu'il aille, il en sera de même pour nous.

Je réfléchis souvent à cela et j'enseigne souvent cela parce que c'est très important. Si vous parvenez à connaître la vérité sur vos états d'esprit, vous parviendrez au contentement. Qu'il fasse chaud ou qu'il fasse froid, vous vous en satisferez. Le contentement ne dépend pas du nombre de personnes se trouvant autour de vous, il vient seulement de la vue juste. Si nous avons la vue juste alors, où que nous soyons nous serons satisfaits.

Mais, pour la plupart, nous avons une vue erronée de la réalité. C'est comme une larve – une larve vivant dans un endroit dégoûtant et mangeant des choses dégoûtantes mais adaptées à sa vie de larve. Si vous prenez un bâton pour essayer d'extraire cette larve de son tas d'immondices, elle se débattrait pour y retourner. Il en va de même quand un ajahn nous enseigne la vue juste. Nous résistons, parce que nous ne nous sentons pas bien. Nous courons nous réfugier dans notre « tas d'immondices » parce que c'est là que nous nous sentons chez nous. Nous sommes tous comme cela. Si nous ne voyons pas toutes les conséquences nocives de nos vues fausses alors nous ne pouvons pas les lâcher, la pratique est difficile.

Alors, nous devrions écouter. Il n'y a rien d'autre pour la pratique.

Si nous avons la vue juste, où que nous allions, nous sommes satisfaits. J'ai pratiqué ainsi et vu ceci souvent. Ces temps-ci, il y a beaucoup de moines, de novices et de laïcs qui viennent me voir. Si je ne savais pas, si j'avais toujours des vues erronées, je serais mort à l'heure qu'il est !

Le bon domicile pour un moine, l'endroit calme, c'est la vue juste elle-même. Nous ne devrions pas rechercher autre chose.

Ainsi, même si vous êtes malheureux, cela n'a pas d'importance, car le

malheur est impermanent. Ce malheur est-il vôtre ? A-t-il une substance qui lui soit propre ? Est-il réel ? Voyez qu'il n'a aucune réalité tangible. Le malheur n'est rien de plus qu'un sentiment furtif qui apparaît et qui disparaît.

La joie est pareille. La joie a-t-elle une consistance ? A-t-elle une entité réelle ? C'est simplement un sentiment qui fuse soudainement et qui s'en va. A peine apparu qu'il a déjà disparu !

L'amour brille un moment et disparaît. Où est la consistance de l'amour, de la haine, du ressentiment ? En réalité, il n'y a aucune entité substantielle là-dedans, rien de plus que des impressions qui émergent dans l'esprit et qui s'évaporent. Elles nous trompent en permanence ; nous ne trouvons aucune certitude en elles. Tout comme l'a dit le Bouddha : « Quand le déplaisir apparaît, il dure un instant puis disparaît. Quand le déplaisir disparaît, le contentement arrive, dure un moment et meurt. Quand le contentement disparaît, le déplaisir apparaît à nouveau... » et ainsi de suite.

A la fin, vous ne pouvez dire qu'une chose : à part l'apparition, la durée et la cessation de l'insatisfaction, il n'y a rien. Rien que cela. Mais nous qui sommes ignorants, nous courons et nous saisissons de tout cela, en permanence.

Nous ne voyons jamais la vérité de ceci, cette vérité simple, à savoir qu'il n'y a rien, rien qu'un incessant changement. Si nous parvenons à comprendre cela, alors nous n'avons pas besoin de penser beaucoup, et cependant nous avons davantage de sagesse. Si nous ne savons pas cela, nous pensons bien plus que nous avons de sagesse – et peut-être même, n'avons-nous aucune sagesse du tout ! Tant que nous ne voyons pas les conséquences néfastes de nos actions, nous ne pouvons pas nous en défaire. De la même manière, tant que nous ne voyons pas les réels bienfaits de la pratique, nous ne pouvons pas pratiquer et travailler à rendre notre esprit meilleur.

Si nous coupons un rondin de bois et que nous le jetons dans une rivière, et si ce rondin ne coule pas ou ne pourrait pas, s'il ne va pas s'échouer sur l'une ou l'autre berge de la rivière, ce rondin finira bien par atteindre la mer. Notre pratique est comparable à cela. Si vous pratiquez en suivant le chemin indiqué par le Bouddha, si vous le suivez rigoureusement, vous transcenderez deux choses. Et quelles sont ces deux choses ? Simplement, les deux extrêmes que le Bouddha nous a enseigné à éviter car ils ne sont pas la voie que doit suivre un vrai méditant – se complaire dans les plaisirs et se complaire dans la douleur. Ce sont les deux berges de la rivière. Une de ces berges est la haine, l'autre berge est l'amour. Ou bien vous pouvez dire qu'une de ces berges est le contentement et l'autre berge, l'insatisfaction. Le « rondin », c'est l'esprit. Comme il « descend cette rivière », il fera l'expérience du contentement et de l'insatisfaction, du bonheur et de la souffrance. Si l'esprit ne s'accroche ni au bonheur, ni à la souffrance, il atteindra « l'océan » du Nibbana. Vous devez juste voir qu'il n'y a que le contentement et l'insatisfaction, le bonheur et la souffrance apparaissant et disparaissant.

Si vous n'allez pas vous échouer sur les berges que sont ces deux choses, vous êtes sur la voie du vrai méditant.

Tel est l'enseignement du Bouddha. Bonheur, malheur, amour et haine n'existent dans la nature qu'en fonction de la loi constante de la nature. Une personne sage ne les suit pas, ne les encourage pas ; elle ne s'y attache pas non plus. Ainsi est l'esprit qui lâche prise et laisse aller la complaisance pour les plaisirs et la complaisance pour la douleur. C'est la pratique juste. Juste comme le rondin de bois qui flottera jusqu'à la mer.

Ainsi, l'esprit qui ne s'attache pas à ces deux extrêmes atteindra immanquablement la paix.

(1) Tudong (littéralement: ascétique): moine qui suit une ou plusieurs des treize règles ascétiques permises par Le Bouddha. Les moines tudong, traditionnellement, passent leur temps à voyager, généralement à pied, à la recherche d'un lieu retiré pour pratiquer la méditation, ou à la recherche d'un maître. Le voyage en lui-même peut aussi être une pratique de méditation.