

Discipline, Concentration, Sagesse
dans le Bouddhisme humaniste

Fo Guang Shan
International Translation Center

Fo Guang Shan
International Translation Center

Discipline, Concentration, Sagesse dans le Bouddhisme humaniste

*La Discipline, telle l'eau claire, purifie notre intérieur,
La Concentration, tels les ornements, valorise notre être,
La Sagesse, tel le réverbère, éclaire notre chemin.*

Vénérable Maître Hsing Yun

Traduit par Le-Binh Tran

Edité par Buddha's Light Publishing, Los Angeles

© 2009 Buddha's Light Publishing

Par le Vénérable Maître Hsing Yun
Traduit par Le-Binh Tran
Mise en page : Wan Kah Ong

Edité par Buddha's Light Publishing
3456 S. Glenmark Drive,
Hacienda Heights, CA 91745, U.S.A.
Tel: (626) 923-5144
Fax: (626) 923-5145
E-mail: itc@blia.org
Website: www.blpusa.com

Protégé par la loi sur la protection des droits d'auteur, suivant le Code de l'Union Internationale des droits d'auteur. Toute reproduction intégrale ou partielle, par quelque procédé que ce soit, photographie, microfilm, bande magnétique, disque ou autre, du texte et/ou de la nomenclature contenus dans le présent ouvrage sans l'autorisation de l'Editeur, est strictement interdite.

Imprimé à Taiwan.

Library of Congress Cataloging-in-Publication Data
Xingyun, da shi.

[Ren jian fo jiao de Jie ding hui. French]

Discipline, concentration, sagesse dans le bouddhisme humaniste : la discipline, telle l'eau claire, purifie notre interieur, la concentration, tels les ornements, valorise notre etre, la sagesse, tel le reverbere, eclaire notre chemin / Hsing Yun ; traduit par Le-Binh Tran.

p. cm.

ISBN 978-1-932293-41-8

1. Buddhist monasticism and religious orders. 2. Monastic and religious life (Buddhism) I. Title.

BQ6083.X5614 2010
294.3'657--dc22

Remerciements

Nous tenons à exprimer notre gratitude envers tous ceux qui ont aidé à la réalisation de ce livre, en particulier, le Vénérable Tzu Jung, Chef Exécutif du Fo Guang Shan International Translation Center (F.G.S.I.T.C.), le Vénérable Hui Chi, Premier abbé du Hsi Lai Temple, et le Vénérable Yi Chao, Directeur du F.G.S.I.T.C. pour leur soutien et leurs conseils; Madame Le-Binh Tran pour la traduction; Monsieur Claude Merny pour la révision; Monsieur Wan Kah Ong pour la mise en page; et Monsieur Wilson Yau pour le graphisme de la couverture. Notre reconnaissance va également à tous ceux qui ont contribué à ce projet, de sa conception à sa publication.

Table des matières

Préface	ix
Partie I	
La Discipline dans le Bouddhisme Humaniste	1
1. La réglementation de la Discipline	7
<i>En fonction des circonstances, parfois ouverte parfois couverte</i>	
2. L'esprit de la Discipline	22
<i>Eviter les mauvaises actions et pratiquer les bonnes, en faire bénéficier tous les êtres vivants</i>	
3. La pratique de la Discipline	32
<i>Servir le monde, en tirer avantage pour soi-même et pour autrui</i>	
4. La finalité de la Discipline	67
<i>Acquérir la bonne conduite, accomplir l'Eveil</i>	
Partie II	
La Concentration dans le Bouddhisme Humaniste	99
1. Le but de la Concentration	109
<i>Ne pas chercher à devenir Bouddha, chercher seulement l'illumination</i>	
2. La pratique de la Concentration	124
<i>Mener une vie simple, sonder son cœur</i>	

3. La parfaite utilisation de la Concentration	153
<i>Ne pas laisser se laisser influencer par l'extérieur, se transcender soi-même</i>	
4. Le côté bénéfique de la Concentration	173
<i>Eliminer tout illusion, tranquilliser notre être</i>	

Partie III

La Sagesse dans le Bouddhisme Humaniste	193
1. La base de la Sagesse	203
<i>La coproduction conditionnelle Prajna, la base de la Sagesse humaniste</i>	
2. Le développement de la Sagesse	232
<i>La connaissance et la réflexion, le sens de la Sagesse humaniste</i>	
3. L'application de la Sagesse	250
<i>Le comportement dans la vie quotidienne, l'application de la Sagesse humaniste</i>	
4. La perfection de la Sagesse	268
<i>L'unité et la coexistence, la perfection de la Sagesse humaniste</i>	

Fo Guang Shan
International Translation Center

Préface

Dans le Bouddhisme, un débutant Shramanera porte le nom de « *Qin-Xi* » (littéralement : consciencieux - éteindre). Cela signifie qu'il faut « cultiver consciencieusement Les Trois Etudes : discipline, concentration, sagesse, et abolir Les Trois Poisons : avidité, colère, ignorance ». Nous pouvons voir par là que les trois plus grands soucis qui affectent l'homme ont besoin des Trois Etudes du Dharma pour être guéris.

Les Trois Etudes sont aussi les Trois Corbeilles (le Tripitaka). La Sutra Pitaka enseigne la Concentration, le Vinaya Pitaka enseigne la Discipline, l'Abhidharma Pitaka enseigne la Sagesse. Ainsi, cultiver Les Trois Etudes permet une action efficace du Dharma sur la pensée et la vie quotidienne.

En réalité, il n'y a pas que les Shramanera qui aient besoin de cultiver consciencieusement Les Trois Etudes : les disciples laïcs doivent eux aussi pratiquer les trois refuges et les préceptes, et étudier les textes sacrés du bouddhisme. Il en va encore de même pour les grands *Arhat*, les grands Bhikshu, et les grands Bodhisattva. Les différentes écoles bouddhistes de chaque région

du monde, qu'elles soient Mahayana, Theravada ou Tibétaine, ont toutes considéré Les Trois Etudes comme la base de toute pratique. On peut même dire que les deux communautés bouddhistes (le Sangha et les laïcs) ont utilisé Les Trois Etudes et le Tripitaka comme principales sources de pratique.

« Le Bouddhisme-Humaniste », ayant pris source aux enseignements du Sakyamuni Buddha, considère naturellement Les Trois Etudes comme le premier but à atteindre dans la pratique des adeptes. Pour la propagation du Bouddhisme-Humaniste, il faut, non seulement pouvoir s'adapter aux besoins de notre époque, mais encore pouvoir s'appuyer sur les enseignements Dharma traditionnels. C'est pourquoi, sur la voie de son développement, le Bouddhisme-Humaniste, ne peut pas, ne pas utiliser Les Trois Etudes comme base de sa pensée.

Ainsi, le Bouddhisme parle de « trois refuges et cinq préceptes », le Bouddhisme Humaniste propose « trois actions positives et sept conseils ». Le Bouddhisme possède « quatre méditations et huit concentrations », le Bouddhisme-Humaniste propose lui aussi différentes méthodes de méditation ; le Bouddhisme met l'accent sur les pensées de Prajna (illumination), Madhyamaka (la voie médiane), Cittamatra (pur esprit), Tiantai, Huayan etc ..., le Bouddhisme-Humaniste associe l'étude de la Sagesse à celle de la Littérature, de l'Histoire, de la Philosophie, des Sciences ..., introduisant ainsi le bouddhisme dans la vie quotidienne.

Durant ma vie, je me suis efforcé d'enseigner le Dharma pour aider les hommes, construire les temples, loger les moines ... Maintenant, à l'heure de la retraite, je voudrais faire un travail montrant les contrastes de l'Histoire et du Présent, ainsi que le mélange parfait du Traditionnel et du Contemporain dans le Bouddhisme-Humaniste. Ainsi, à l'occasion des « Trente ans

d'enseignement du Dharma à Hong-Kong » et « Vingt ans de séminaire au Hong-Kong Coliseum », j'ai choisi comme sujet « Discipline, Concentration et Sagesse du Bouddhisme-Humaniste », réparti en trois exposés. Je n'ose pas dire que j'utilise l'histoire pour prouver le présent, simplement, j'ose espérer que les disciples étudiant le Bouddhisme-Humaniste d'aujourd'hui pourront considérer Les Trois Etudes comme le but de leur pratique, avec l'ambition de les développer pour qu'elles deviennent le soutien du Bouddhisme-Humaniste.

On dit que « tous les hommes s'appuient sur tous les phénomènes », mais tous les phénomènes ne sortent pas du cadre des Trois Etudes du Dharma. Cette fois-ci, après les trois jours d'exposé sur le sujet « Discipline, Concentration et Sagesse du Bouddhisme-Humaniste », je l'arrangerai pour qu'il puisse devenir le support des disciples Buddha-Light sur le chemin de l'enseignement du Bouddhisme-Humaniste. L'exposé de ces trois jours ne peut être considéré comme une étude approfondie, j'ose seulement espérer que dans le futur, en suivant « les trois caractéristiques de l'existence », le Bouddhisme-Humaniste pourrait allumer la torche des Trois Etudes pour éclairer le monde à l'aide du Dharma et construire une terre pure à tous les hommes. Que ce petit vœu puisse exaucer tous les êtres vivants.

Hsing Yun
Décembre 2006
à FoGuangShan,
ChuanDengLou

Fo Guang Shan
International Translation Center

Partie I

La discipline dans le Bouddhisme Humaniste

Dans le *Sutra de l'Ornementation Fleurie*, il est dit : « La discipline est la base de la sagesse suprême, elle engendre toutes les bonnes racines ». La discipline est la vie du Dharma, c'est la source de l'enseignement des Bouddhas. Bouddha l'a dit : Chacun de nous possède la capacité d'atteindre l'Eveil. Cependant, et même si la Nature de Bouddha est préexistante, il est nécessaire de respecter la discipline pour pouvoir la découvrir. Ainsi, dans le *Sutra des derniers Enseignements de Bouddha*, il est dit : « Celui qui est capable de respecter les purs préceptes pourra obtenir les bons dharmas ; sinon, ni mérite ni vertu ne peuvent exister. »

Lieu de l'exposé : Hong-Kong Coliseum

Date de l'exposé : le 8 décembre 2006

Je suis très heureux d'être ici aujourd'hui, pour célébrer, avec vous, cette vingtième année de lecture bouddhiste, organisée annuellement au Coliseum de Hongkong. Dans ces trois jours de lecture, je vais vous présenter trois sujets : « la Discipline dans le bouddhisme humaniste », « la Concentration dans le bouddhisme humaniste », « la Sagesse dans le bouddhisme humaniste », correspondant ensemble aux théories de base des Trois Etudes du Bouddhisme.

Mes relations avec les disciples de Hongkong, datent de plus de trente ans. Au début, les lectures étaient données dans le Grand Hall de Shatian et au Centre Liangxianli de Youmadi. Par la suite, nous avons décidé d'organiser une lecture de trois jours, chaque année au Coliseum et cette année est justement la vingtième. Durant ces vingt ans, j'ai parlé de différents sutras tels *Agama Sutra*, *Le Sutra de l'Estrade du sixième patriarche*, *Le Sutra du Diamant*, *Le Vimalakirti Sutra*, *Le Sutra du Lotus*, *Le chant de la structure des huit consciences*; et aussi de sujets comme « Corps et Cœur », « Vacuité et Avoir », « Théories et Pratiques » des Ecoles Chan, Jintu et Vinaya. Ces sujets sont tous issus des propos théoriques et des applications pratiques des différentes écoles bouddhistes, de même que des sujets comme « Les maîtres Chan et les poèmes Chan », « Le cœur Chan et le cœur de l'homme », « La voie Chan et le Dharma », qui permettent de faire un pas de plus dans la quête merveilleuse du Chan. J'ai aussi parlé de « La vision de la richesse du bouddhisme », « La vision de la longévité du bouddhisme », « La vision de l'autre et moi dans le bouddhisme », de même que « Le bouddhisme et le végétarisme », « Le bouddhisme et la gestion », « Le bouddhisme et l'environnement » etc. Ce sont des sujets qui montrent la façon de voir et la manière de résoudre les problèmes de la vie réelle, pour le bouddhisme humaniste.

Depuis vingt ans, chaque lecture est toujours honorée par votre chaleureuse présence à tous. Chaque année, de nombreuses personnes s'en reviennent de pays lointains, dispersés sur la terre entière. Cette chaleur montre bien la foi et la sincérité des disciples de Hongkong. De plus, après chaque lecture, chacun s'empresse de partager la joie du dharma, en téléphonant aux parents et amis, dans le monde entier. J'ai parcouru le monde et construit des lieux de culte sur les cinq continents, mais la diaspora hongkongaise reste la plus chaleureuse. Ils m'encouragent moralement et matériellement, et jamais ils ne s'en vantent. C'est pourquoi je l'ai souvent dit : si ma propagation du dharma a un peu de succès aujourd'hui, je dois en remercier les affinités que m'offrent les disciples de Hongkong. Du fond du cœur, je vous en remercie.

En outre, au fil de toutes ces années, j'ai encore été maintes fois invité par l'Université, l'Université de la langue chinoise ou l'Ecole Polytechnique de Hongkong, me permettant ainsi de lier des affinités avec les différents collègues. En Mai 2005, notamment, l'Université de la langue chinoise de Hongkong a collaboré avec Foguangshan pour créer ensemble un « Centre de recherche du bouddhisme humaniste », en espérant que, grâce à cette collaboration, la recherche sur le bouddhisme pourra accéder à un niveau plus élevé et plus significatif.

Au mois de juillet de cette année, durant la cérémonie organisée par Foguangshan à l'occasion de la fête du Sangha, j'ai déclaré que j'allais « me retirer ». Dans le passé, on a souvent parlé d'anachorétisme dans le bouddhisme et mon souhait de « me retirer » pourrait y faire penser. En fait, je voulais simplement dire que, ayant déjà assumé vingt années de conférences au Coliseum de Hongkong et trente années au Mémorial SunYatsen de Taipei, je pense mettre un terme à nos lectures habituelles, car le temps

n'épargne personne et me voilà devenu vieux maintenant. Mais ceci ne voulait pas dire que je ne verrai plus personne désormais, car « être un jour moine, doit sonner un jour de cloche ». Un ordonné reste en relation avec ses disciples tant qu'il reste dans les Ordres ; nous restons donc des amis de dharma, et je continue à tisser des affinités avec tout le monde.

Hongkong est une terre précieuse : le peuple y a l'esprit civique, la société de Hongkong est respectueuse des lois qui apportent l'ordre, tout comme les préceptes dans le bouddhisme : « les préceptes demeurent, le dharma demeure ». Parmi les règlements du bouddhisme, il existe les deux cent cinquante préceptes des Bhikshus, les trois cent quarante huit préceptes des Bhikshunis, les dix préceptes des Shramaneras, les six préceptes des Siksamanas. Pour leur part, les disciples laïcs doivent suivre les cinq préceptes, les huit préceptes, les six grands et les quarante huit petits Bodhisattva-préceptes, et les différentes « règles pures ». Auriez-vous peur d'être enchaîné par tous ces préceptes bouddhistes ? Non, car « précepte » veut dire « liberté » et c'est en enfreignant les lois et les préceptes qu'on peut perdre sa liberté. La vie dans la légalité est une vie réellement insouciant !

Dans le bouddhisme chinois, « Chan, Jintu, Ésotérique » sont des Ecoles de pratique fondamentale, mais que ce soit en méditant, en répétant le nom de Bouddha ou en scandant les Dharani, il faut toujours utiliser « la discipline » pour se contrôler, pour purifier sans cesse ses pensées vagabondes. C'est pourquoi j'ai défini les trois écoles « Chan, Jin, Vinaya » par :

*Chan est « le cœur de Bouddha », et c'est aussi
notre cœur véritable ;*

*Jin est « la terre de Bouddha » et c'est aussi notre
monde ;*

*Vinaya est « l'action de Bouddha » et c'est aussi
notre comportement.*

La discipline est le modèle pour notre comportement. Si nous voulons atteindre le but de l'Eveil, le comportement est le plus important et surtout, le bouddhisme humaniste pense qu'il est nécessaire de trouver des méthodes subtiles pour propager le dharma. Il est dit « il y a plusieurs méthodes subtiles, mais il n'y a qu'une arrivée ». Dans le bouddhisme, il y a quatre-vingt-quatre mille méthodes, et le dharma peut être divisé en cinq niveaux : « les cinq véhicules de dharma ». « Le véhicule de l'homme » : composé des pratiquants des trois refuges et des cinq préceptes ; il est l'équivalent du Confucianisme. « Le véhicule du ciel » : composé des pratiquants des dix bons actes ; il est l'équivalent du Christianisme. « Le véhicule de Sravaka » : composé des pratiquants des Quatre Nobles Vérités ; il est l'équivalent du Taoïsme. « Le véhicule de Pratyeka » : composé des pratiquants de la Voie Médiane et de la Coproduction conditionnelle ; il est aussi l'équivalent du Taoïsme. Les véhicules de l'homme et du ciel pratiquent le dharma mondain, tandis que ceux de Sravaka et Pratyeka pratiquent le dharma transcendant. Le bouddhisme combine l'esprit mondain et la pensée transcendante et s'appuie sur « le véhicule des Bodhisattva » en pratiquant les six Paramita ; c'est aussi ce qu'on appelle « réussir des entreprises mondaines grâce aux pensées transcendantes ».

Bien que les méthodes soient nombreuses, elles ne dépassent pas le cadre des Trois Etudes. La Discipline, la Concentration et la Sagesse sont les trois Etudes fondamentales des pratiques bouddhistes, ce sont les matières de base pour les pratiquants. Comme il est dit dans la *traduction des termes bouddhistes* : « Eviter les mauvais actes est Discipline, stopper les pensées vagabondes est

Concentration, retrouver la Vérité est Sagesse ». Les Trois Etudes peuvent vaincre les Trois Poisons, ils peuvent contrôler les idées égoïstes de l'homme. En suivant les préceptes, on perdra tout égoïsme et l'avidité ne s'éveillera pas. Si l'on pratique le Dhyâna, on n'agressera pas les autres et la colère ne s'éveillera pas. La Sagesse corrige l'ignorance et empêche son existence.

La Discipline est le meilleur remède pour les maladies incurables, et dans les moments de grande crainte, elle peut être notre protectrice. La Concentration est la force qui apaise notre cœur. Face aux grands dangers, elle nous apporte la sécurité. La Sagesse est la torche qui éclaire notre chemin. Dans les moments d'ignorance, elle peut devenir notre guide. Les Trois Etudes sont les bases du Dharma. Certes, le bouddhisme possède « les Trois Canons et les douze sections », mais en réalité, ils ne sortent pas du cadre des Trois Etudes.

Parmi les Trois Etudes, la Discipline est citée en premier lieu, mais il existe entre elles des relations très étroites. « La Discipline donne naissance à la Concentration, la Concentration amène à la Sagesse, et grâce à la Sagesse, on peut atteindre la Libération ». La Sagesse est l'application de la Concentration, la Concentration est l'essence de la Sagesse ; les Trois Etudes sont les ingrédients indispensables pour apprendre le bouddhisme.

Aujourd'hui, je vais d'abord parler de « la Discipline dans le bouddhisme-humaniste » en menant une étude en quatre points :

1. La réglementation de la Discipline:

*En fonction des circonstances,
parfois ouverte parfois couverte*

2. L'esprit de la Discipline:

*Eviter les mauvaises actions et pratiquer les bonnes,
faire bénéficier tous les êtres vivants*

3. La pratique de la Discipline:

Servir le monde, avantager soi-même et les autres

4. La fin de la Discipline:

Acquérir la bonne conduite, accomplir l'Eveil

1. La réglementation de la Discipline :

*En fonction des circonstances,
parfois ouverte parfois couverte*

Il y a plus de deux mille cinq cents ans, après avoir enseigné le Dharma durant quarante neuf années, Sakyamuni Buddha, avant son parinirvâna, a recommandé à ses disciples de « considérer la discipline comme un maître ». Depuis sa disparition, si les disciples bouddhistes peuvent toujours continuer à bénéficier de l'enseignement du Dharma, c'est grâce justement à « l'établissement de préceptes en vue de « régler le Sangha ». Cela signifie que : « si les préceptes demeurent, le Sangha demeure et si le Sangha demeure, le Dharma demeure ». C'est pourquoi, selon les coutumes du bouddhisme chinois, moines et moniales doivent recevoir l'ordination de la triple plateforme pour accéder au statut officiel.

Bien que l'idée de départ de l'établissement des préceptes soit de régler le Sangha pour préserver le Dharma, il n'y a pas que les moines qui doivent les respecter ; les préceptes sont la base de tous les actes positifs, et ont aussi pour finalité, toutes les vertus de ce monde. Respecter les préceptes, c'est agir comme les élèves qui doivent respecter les règlements scolaires et les citoyens la loi. La seule différence est que les règlements scolaires et la loi, viennent des exigences de l'extérieur, alors que la discipline du bouddhisme, vient de l'exigence de notre vision intérieure. Il s'agit donc là, d'autodiscipline.

La discipline du bouddhisme varie selon que les pratiquants sont ordonnés, non ordonnés, hommes ou femmes. C'est ainsi que l'on distingue les cinq préceptes, les huit préceptes, puis les dix bons préceptes des disciples non ordonnés, les dix préceptes des novices, les six dharma préceptes des Siksamanas, les deux cent cinquante préceptes des bhikshus et les trois cent quarante huit préceptes des bhikshunis ...

Les préceptes cités ci-dessus sont spécifiques à chacune des sept catégories de disciples, ce sont donc des « préceptes particuliers », le Mahayana les appelle Sravaka préceptes (appelés aussi « Hinayana préceptes »).

Il les complète en instaurant ensuite les « Bodhisattva préceptes » (appelés aussi « Mahayana préceptes »), qui comportent « les trois assemblages des purs préceptes », c'est-à-dire : « les préceptes pour les bons comportements », « les préceptes pour la culture du bon Dharma », « les préceptes visant à améliorer la situation des êtres doués de sentiments ». Ce sont, cette fois, des préceptes pratiqués par tous les disciples. qui ont prononcé les vœux de bodhicitta, qu'ils soient ordonnés ou non. Il s'agit donc là de « préceptes omnivalents ». S'y ajoute le précepte des sept bouddhas : « Tous les actes négatifs sont à éviter, tous les actes positifs sont à effectuer ; purifier ses pensées est l'enseignement de tous les bouddhas ». Cette règle doit être suivie par tous les disciples ; il s'agit donc, là encore, d'un « précepte omnivalent ».

Selon les écrits du *Dharmagupta Vinaya* (*Vinaya des quatre catégories*), l'édiction des règles de discipline du Bouddha a commencé la douzième année de son « Eveil ». A cette époque, le bhikshu Sudinna a eu une conduite sexuelle incorrecte, à la suite de quoi, Bouddha a établi « le précepte du non adultère ». Les préceptes ont tous été instaurés en fonction des circonstances.

Ainsi, le Theravada applique « le précepte de ne pas manger après midi » qui impose aux disciples ordonnés, de prendre le repas avant l'heure méridienne. Selon le « Vinaya des cinq catégories », un soir, le bhikshu Kalodayin est allé demander l'aumône de son repas à Rajagrha. Comme il faisait sombre, une femme enceinte a été effrayée en le voyant et a fait une fausse couche. En apprenant cela, Bouddha a pensé qu'il n'était pas bon que les disciples ordonnés demandent l'aumône chez le peuple le soir, et c'est ainsi que le précepte a été édicté.

En examinant les circonstances dans lesquelles ont été édictés les préceptes, nous pouvons remarquer que la discipline dans le bouddhisme a été établie pour deux raisons :

D'abord, empêcher les disciples bouddhistes de commettre des péchés. Comme il est dit dans le *Cent-Commentaires* : « L'idée maîtresse de l'instauration des préceptes est de ne pas nuire aux autres », Ensuite, faire bénéficier les autres d'un apport positif. C'est ce que l'on retrouve dans *l'extrait du commentaire du Mahayana* (chapitre 11), où il est dit : « L'Ainsi-Venu établit les préceptes pour deux raisons : la première, pour permettre aux Arhats d'atteindre l'Eveil, et la seconde, pour que les Boddhisattvas puissent atteindre l'Eveil et en même temps libérer tous leurs prochains de la souffrance, en les amenant à l'Eveil ».

Le vocable « discipline », en chinois s'écrit en utilisant deux caractères : « Jie » (précepte), signifie : volonté personnelle de respecter les commandements et « Lu » (règle), désigne l'ensemble des codes constituant les règlements. L'importance d'une communauté bouddhiste est fonction de la discipline de son Sangha, d'où la nécessité de règles assorties de pénalités : c'est le « Lu » ; si, de sa propre volonté, un adepte décide de respecter toute règle, c'est le « Jie ».

Une autre explication voudrait que le « Jie » soit un ensemble de préceptes que Bouddha aurait tirés des mauvaises actions des sectes hérétiques et s'en soit servi pour l'enseignement de ses disciples, ordonnés ou non, alors que le « Lu », aurait été établi au gré des circonstances. Il n'y a alors pas de pénalité, mais uniquement obligation de confession.

Il conviendrait de faire la distinction entre ces deux termes, mais généralement les gens les confondent.

En tout état de cause, et quelles que soient les définitions que l'on puisse donner de la « Discipline », il est indéniable que l'instauration des préceptes qui constituent la règle de la communauté bouddhiste, avait pour principal objectif de faire régner l'harmonie et la sérénité au sein du Sangha. C'est ainsi, qu'il est dit, chapitre 22 du *Dharmagupta Vinaya*, que l'établissement des préceptes a dix avantages : 1) Intégrer l'essence du Sangha, 2) Rendre les moines heureux, 3) Leur apporter la paix, 4) Amener à la foi ceux qui ne sont pas encore croyants, 5) Accroître la ferveur des disciples, 6) Ramener dans le droit chemin, les disciples égarés, 7) Apaiser leurs remords, 8) Eteindre les soucis actuels, 9) Eteindre les soucis futurs, 10) Rendre le Dharma éternel.

Parmi ces dix avantages, les neuf premiers sont effectivement faits pour préserver l'ordre et l'harmonie au sein du Sangha, mais c'est le dernier qui énonce le but primordial du Bouddha. « L'épanouissement du bouddhisme vient du Sangha », disait le Vénérable Maître TaiShi. Si on les compare avec les droits civiques qui visent à apporter justice et sécurité dans notre société, on s'aperçoit que les préceptes bouddhistes tendent aux mêmes buts mais contiennent, en plus, la vocation et la compassion d'une religion.

Au sujet de la réglementation des préceptes, beaucoup de gens ne comprennent pas pourquoi coexistent, à l'usage des disciples laïcs, « les cinq préceptes », « les Bodhisattva préceptes », « les huit préceptes » etc.; et pour les disciples déjà ordonnés, « les préceptes pour Bhikshu », « les préceptes pour Bhikshuni », « les préceptes pour Samanera » etc.

Pourquoi autant de préceptes différents? En fait, la réponse est très simple : il suffit de se reporter aux différents niveaux de l'enseignement : Un élève y apprend d'abord certaines matières en primaire, puis d'autres en secondaire, puis il complète ses connaissances avec d'autres encore apprises en faculté etc. Dans la Discipline du bouddhisme, « les cinq préceptes » définissent les bases de notre comportement, « les Bodhisattva préceptes » sont ceux qui aident à réaliser les vœux de bodhicitta. Quant aux « huit préceptes », ils permettent aux disciples laïcs de se faire une idée de la vie quotidienne des disciples ordonnés.

Beaucoup de gens se posent également la question de savoir pourquoi le bouddhisme considère l'interdiction de consommer des boissons alcoolisées comme un des cinq principaux préceptes. Le fait de boire de l'alcool est-il donc si grave ? Pour répondre à cette question, nous devons d'abord faire la distinction sur la définition précise du mot précepte : Si l'acte commis est, en lui-même un péché, le précepte sera dit « inhérent à la nature de l'homme », s'agissant par exemple, de l'enlèvement d'une vie, du vol, de l'adultère, du mensonge ... Que le bouddhisme les inclut ou non dans ses préceptes, que les autorités civiles les fassent ou non figurer dans le code pénal, ils sont considérés comme moralement et socialement inacceptables. Si l'acte n'est pas un péché en lui-même, mais simplement répréhensible ou pouvant entraîner un péché, on parle alors de « précepte couvert ». Ainsi, boire de

l'alcool n'est pas un péché, mais l'ivresse peut altérer la raison et de là, amener à commettre des actes répréhensibles tels que : tuer, voler, se mal conduire sexuellement ou mentir. C'est pour cette raison que le précepte interdisant la consommation d'alcool a été classé immédiatement derrière les quatre préceptes de base.

Les préceptes couverts sont aussi appelés « préceptes de mépris », ils sont considérés comme moins impératifs, le but étant d'empêcher les gens de mal juger le bouddhisme et de se décourager. D'une manière générale, ce sont tous ceux qui se placent en dehors des « quatre préceptes de stricte interdiction » : tuer, voler, mal se conduire sexuellement et mentir.

Les préceptes couverts ont été instaurés suivant les circonstances et concernent souvent des fautes légères, généralement non sanctionnées dans notre société. Mais le bouddhisme les a quand même établis, d'abord pour être respecté par les hommes et aussi pour leur éviter d'être amenés à commettre d'autres péchés, graves ceux-là. Ainsi, en dehors de la « non consommation de boissons alcoolisées », la pratique du commerce avec une balance fausse fait aussi partie des « préceptes couverts », mais, comme la consommation d'alcool peut entraîner trop souvent une atteinte aux autres préceptes, Bouddha l'a tout spécialement interdite pour protéger la bonne discipline.

La distinction faite entre ces deux catégories de préceptes nous montre que Bouddha a examiné toutes les facettes du problème avant de réglementer la discipline. Il est important de noter que la discipline dans le bouddhisme, ne consiste pas uniquement en interdictions strictement négatives : il existe aussi des « exceptions ». Ainsi, si un bodhisattva se trouve en présence d'une personne planifiant le massacre d'autres individus, il ne peut, en restant passif, le laisser commettre un si grand péché et devoir en payer les

conséquences. Dans ce cas, il peut, par compassion, lui ôter la vie. C'est « le précepte de pouvoir tuer ».

En étudiant la dualité du « parfois ouvert et parfois couvert », instaurée afin de faire bénéficier autrui des apports positifs de la discipline du Mahayana, nous pouvons, si nous comparons la discipline bouddhiste à la loi qui régit l'ordre social, admettre certaines ressemblances : les fautes définies par la loi, telles l'assassinat, le vol, l'agression, le viol, la diffamation, la tricherie, l'ivresse publique, la vente de drogues illicites, figurent également dans les « cinq préceptes ». La comparaison est déjà plus nuancée si l'on considère qu'en droit pénal, lorsque l'accusé plaide coupable, le tribunal ne peut que lui accorder des circonstances atténuantes et éventuellement, alléger la sentence, alors que chez les bouddhistes, si le fautif réalise qu'il a mal agi, le confesse et jure de ne plus jamais récidiver, c'est toute la sérénité qui lui sera rendue. Tout en étant comparable à la loi civile, la méthode bouddhiste a ceci de meilleur qu'elle protège l'homme et l'incite à s'améliorer dans sa vie future.

L'enseignement bouddhiste et les règles de notre société, s'ils ont des points communs, présentent aussi de grandes différences, tant dans leur esprit que dans leur signification. Ainsi, aux yeux de la loi, seul l'acte est punissable, alors que, pour le bouddhisme, l'intention suffit. De plus, le bouddhisme attache une très grande importance aux degrés dans l'intention. C'est pourquoi chaque précepte a une définition différente et peut être « ouvert », « couvert », « suivi » et « non suivi ». Pour le même précepte, si les intentions, les méthodes, les conséquences varient, le degré de faute et la manière de la confesser seront différents. C'est pour cette raison que la réglementation de la discipline et la détermination des pénalités sont plus exhaustives dans le bouddhisme.

D'autre part, certains actes sont considérés comme des péchés aux yeux de la loi des hommes, mais parfois comme de bonnes actions selon le Dharma. Ainsi, pour la justice humaine, tuer est toujours un péché mais « tuer un pour en sauver cent », comme le fit Sakyamuni Bouddha pendant sa période de pratique, fait partie intégrante de la « sagesse par facilité » du Bodhisattva. Cette façon de suivre la pratique et la compassion du Mahayana, cette manière de ne pas suivre aveuglément les règles mais bien d'appliquer l'esprit du « parfois ouvert parfois couvert » sont justement la caractéristique de la discipline du Mahayana. C'est aussi la signification du respect des préceptes sur lequel le bouddhisme humaniste veut insister. Si Bouddha lui-même avait cet esprit de « ouvrir » et « couvrir » pour moduler et adapter la discipline, c'est bien la preuve que ladite discipline n'est pas intangible : elle peut varier en fonction du temps, du lieu et de l'homme. Ainsi, en envoyant Aniruddha au Sud pour arbitrer une dispute, Bouddha a accordé une robe supplémentaire aux bhikshus et c'est aussi suite au don, par un disciple, d'un bol à Ananda, que la règle de « possession de bol » a été simplifiée. Il est évident que, même de tout petits préceptes étaient déjà « parfois ouvert(s) - parfois couvert(s) » au temps de Bouddha.

A l'heure actuelle, on trouve encore trop souvent, des esprits réactionnaires qui vont répétant que : « les préceptes que Bouddha a instaurés ne peuvent être modifiés, ceux que Bouddha n'a pas instaurés ne peuvent être ajoutés ». Cette attitude est totalement rétrograde et ne peut que nuire au développement et à la modernisation du bouddhisme. Ces esprits étroits font, en effet, courir un grand danger de morcellement du bouddhisme actuel, alors qu'existent déjà des particularismes géographiques, des différences de point de vue et des pratiques particulières.

J'ai toujours admiré la sagesse de Maître-Chan Baizhang qui, « sans renier les préceptes, les a complétés en instaurant les règles structurelles des écoles bouddhistes ». Aussi, dans les débuts de la création de Foguangshan, c'est en me basant sur le respect des enseignements de Bouddha, sur les six harmonies et sur les préceptes et le règlement des écoles bouddhistes, que j'ai instauré les différentes règles de fonctionnement. Ainsi, pour la gestion des personnes : « la classification par niveaux, la réglementation des promotions et des pénalités, le « turn over » des postes de travail ». Ainsi pour l'exécution des tâches : « travailler en équipe, diriger harmonieusement, ne pas faire ce qui n'est pas préconisé par Bouddha, ne suivre que le Dharma ».

En outre, j'ai instauré douze règles internes pour les disciples de Foguangshan :

1. Ne pas différer le rasage journalier.
2. Ne pas passer la nuit chez le disciple.
3. Ne pas avoir de relations financières privées.
4. Ne pas déshonorer le Sangha.
5. Ne pas avoir de disciple privé.
6. Ne pas posséder d'argent personnel.
7. Ne pas construire de temple privé.
8. Ne pas avoir de relations privées.
9. Ne pas faire de collecte en privé.
10. Ne pas solliciter de recommandation.
11. Ne pas acquérir de propriété privée.
12. Se contenter de la nourriture de tous.

Et, au fil du développement de Foguangshan, j'ai instauré successivement les règles pour les Shigu, pour les Jiaoshi, pour les employés, pour les parents des disciples etc.

Comme cette année-ci est justement celle du quarantième anniversaire de Foguangshan, j'ai regroupé les règles d'organisation, la réglementation, bref, l'esprit de l'école, dans un « carnet du disciple de Foguangshan » qui sera un guide à suivre. Ce recueil contient : 1) les règles structurelles de l'école Foguangshan, 2) l'histoire de l'école Foguangshan, 3) les caractéristiques de l'école Foguangshan etc.

« Les règles structurelles » définissent l'organisation du « Conseil des Affaires religieuses » et précisent d'autres points tels le rasage, l'entrée dans l'Ordre, la remise/reprise des postes de travail, les promotions, les éloges et les pénalités, les requêtes, les demandes de congé, les congés, les études à l'étranger, les études temporaires, les problèmes médicaux, les voyages à l'étranger, la visite et l'aide financière des parents des disciples, l'enterrement et le « Dharma service » des défunts des disciples, l'entrée et la sortie des véhicules, l'acquisition des œuvres d'art, l'engagement du personnel etc.

L'histoire de l'école Foguangshan est résumée dans la deuxième partie du recueil.

La troisième partie comprend :

I. Les caractéristiques du Foguangshan

1. La pratique simultanée des huit écoles, la propriété à parts égales pour les disciples, tant ordonnés que laïcs.
2. La création en équipe, le respect et la magnanimité.
3. La simultanéité de l'étude et de la pratique, la pratique de la démocratie.
4. La communauté des « six harmonies », l'égalité des quatre types de disciples.
5. L'attitude vis-à-vis de la vie politique et sociale, coexistence et non ingérence.

6. Harmoniser la tradition et le contemporain, la parfaite coordination.
7. Les échanges internationaux, l'unité et la coexistence.
8. Le bouddhisme humaniste, vers la terre pure de Foguang.

II. Les pratiques du Foguangshan

1. Propager le Dharma par la culture
2. Développer les talents par l'éducation
3. Améliorer la vie en société par la charité
4. Purifier le cœur par la pratique en commun

III. Les buts du Foguangshan

Propager le bouddhisme humaniste

Réaliser la terre pure Foguang

Créer la communauté des quatre disciples

Aboutir à la paix universelle

IV. Les caractères du Foguangshan

1. La joie de l'homme
2. L'harmonie universelle
3. La sensibilisation à l'art
4. La bodhicitta
5. La compassion
6. L'aisance
7. Le respect mutuel
8. L'égalité universelle

V. L'esprit du disciple Foguang

1. D'abord le Sangha, ensuite moi-même
2. D'abord les autres, ensuite moi-même

3. D'abord les disciples, ensuite moi-même
4. D'abord le bouddhisme, ensuite moi-même

VI. La pensée du disciple Foguang

1. L'honneur appartient à Bouddha
2. Le succès appartient à tout le monde
3. Le profit appartient au Sangha
4. Le succès appartient à Dana

VII. Les principes de travail du disciple Foguang

1. Apporter aux autres, la confiance
2. Apporter aux autres, la joie
3. Apporter aux autres, l'espérance
4. Apporter aux autres, l'aisance

VIII. L'orientation du développement des lieux de culte

Foguang

1. L'harmonisation entre le traditionnel et le contemporain
2. La copropriété pour les disciples tant ordonnés que laïcs
3. Une importance égale accordée à la pratique et à la théorie
4. La synthèse entre le bouddhisme et l'art

IX. Les succès du Foguangshan

1. La création de communautés inscrites dans le monde contemporain : existence d'une hiérarchie, coexistence des quatre types de disciples, instauration d'un esprit d'entreprise, effort porté vers la culture et l'éducation.
2. Le développement du bouddhisme international : associations Foguang (« BLIA »), lieux de culte trans-frontières, séminaires internationaux, échanges entre différentes écoles bouddhistes.

3. La propagation du bouddhisme humaniste : l'application du dharma dans la vie quotidienne, dans les règles de vie, dans la famille, dans la société.
4. Favoriser la communication entre la Chine et Taiwan : l'égalité et le respect mutuel, la paix et le profit mutuels, le bouddhisme étant la condition, l'harmonie étant la source.

X. Les apports de Foguangshan envers la société

Améliorer les pratiques de la société

Purifier les pensées de l'homme

Favoriser l'harmonie entre les hommes

Travailler pour la paix du monde

XI. Les influences de Foguangshan sur le bouddhisme

1. Du bouddhisme traditionnel au bouddhisme contemporain
2. Du bouddhisme isolé au bouddhisme universel
3. Du bouddhisme des hymnes au bouddhisme des chants
4. Du bouddhisme de simple prière au bouddhisme d'entreprise
5. Du bouddhisme régional au bouddhisme international
6. Du bouddhisme anarchique au bouddhisme discipliné
7. Du bouddhisme passif au bouddhisme actif
8. Du bouddhisme simplement rural au bouddhisme omniprésent
9. Du bouddhisme contemplatif au bouddhisme de bienfaisance
10. Du bouddhisme restreint (disciples seuls) au bouddhisme ouvert (disciples et laïcs)
11. De la relation « maître-disciple » au bouddhisme « professeur-élèves »
12. Du bouddhisme de temple au bouddhisme d'auditoire
13. Du sectarisme scolaire au bouddhisme respectueux des autres

14. Du bouddhisme uniquement caritatif au bouddhisme diversifié
15. Du bouddhisme strictement religieux au bouddhisme multi-actif
16. Du bouddhisme des vieux au bouddhisme pour la jeunesse

XII. Les apports concrets de Foguangshan pour le développement du bouddhisme humaniste :

1. Accroissement de la population bouddhiste dans le monde
2. Intérêt croissant des jeunes pour l'étude du bouddhisme
3. Enseignement du bouddhisme par des disciples laïcs
4. Reconnaissance de la place du bouddhisme humaniste
5. Intérêt accru accordé par les médias au bouddhisme
6. Circulation élargie des œuvres d'art bouddhistes
7. Respect de l'hymne bouddhiste
8. Développement des organismes Foguang
9. Reconnaissance du bouddhisme par les milieux éducatifs
10. Pratique du bouddhisme par des personnalités politiques
11. Prise de refuge des artistes
12. Excellents résultats aux concours d'études bouddhistes
13. Réussite de l'enseignement bouddhiste dans les prisons
14. Vers une vie en harmonie et en paix pour toutes les races
15. Réintégration des moniales du Theravada
16. Pour le bonheur des hommes et la pureté de la société
17. Développement universel de l'art bouddhiste
18. Respect et tolérance dans les discussions inter-religieuses
19. Distribution des œuvres bouddhistes dans le monde entier
20. Compréhension mutuelle grâce aux différentes conférences

Ceci pour montrer que Foguangshan est une communauté qui attache beaucoup d'importance aux règles, lesquelles engendrent la discipline. Depuis ma jeunesse, je m'aperçois que le plus grand défaut du bouddhisme est le manque de règles : Comme dans un tas de sable éparpillé, chacun gouverne à sa façon. Non seulement l'habillement est disparate, mais l'ordination, le rasage, l'enseignement des préceptes, les systèmes d'éducation ... n'ont pas de règles strictes, ce qui engendre de multiples défauts. Ainsi, s'il n'existe pas de règle stricte pour l'ordination, c'est, comme disait le vénérable Maître Yinguang, courir le risque d'avoir n'importe qui comme disciples, de les voir abuser des possibilités d'hébergement, de les voir enseigner les préceptes sans vraiment les connaître, de sorte que la morale et la structure du bouddhisme sont réduites en cendres : Les maîtres ne ressemblent plus aux maîtres, et les disciples ne ressemblent plus aux disciples. Surtout, sans une réglementation stricte et aussi parfaite que possible, certains se transforment en parasites, vivant aux dépens du nom de Bouddha et s'appropriant les avoirs du temple au lieu de les utiliser pour le bénéfice d'autrui. C'est pourquoi, depuis que j'ai créé Foguangshan, j'ai toujours prôné la nécessité d'établir un règlement.

La discipline est comme une échelle qui nous permet de progresser, échelon par échelon et seule, une règle saine peut engendrer un Sangha sain et, au-delà, une renaissance du bouddhisme. Mais la discipline doit, elle aussi, être modulée en fonction du temps, du lieu et de l'homme ; elle ne doit être ni conservatrice ni conformiste. Je pense que le Dharma ne doit pas être modifié mais, à mon sens, parmi les préceptes qui ont été exportés de l'Inde vers la Chine, il y a plus de deux mille cinq cents ans, certains ne sont plus adaptés à la société actuelle. C'est

pourquoi les principaux préceptes, les préceptes de base, sont à conserver, cependant que d'autres petits « petits préceptes », devraient être adaptés en fonction du besoin, des coutumes, du climat ou de la région, et non pas être suivis aveuglément. C'est le cas, par exemple des préceptes pour les Samanera(s) : ils ne peuvent plus être suivis s'ils ne sont pas modifiés.

Ce sont les points importants de la discipline bouddhiste, ceux dont nous devons tenir compte. Nous devons apprendre à aborder la discipline bouddhiste de façon positive, afin de ne pas gâcher l'esprit de perfection et de commodité que Bouddha souhaitait instaurer quand il a énoncé les préceptes. Nous allons maintenant approfondir la question de l'esprit de la discipline.

2. L'esprit de la Discipline :

*Eviter les mauvaises actions et pratiquer les bonnes,
en faire bénéficier tous les êtres vivants*

Généralement, les gens pensent que la stricte observance de tous les préceptes est obligatoire pour être bouddhiste ; ils en déduisent que la liberté individuelle y est fort limitée par toutes sortes de restrictions. En fait, dans la discipline bouddhiste, le seul véritable impératif de base, celui dont découlent tous les préceptes, est de « Ne pas agresser » son prochain, de le respecter. La liberté individuelle n'est donc, en aucun cas, menacée. Ainsi, parmi les Cinq Préceptes, celui qui dit de « Ne pas tuer », vise à ne pas porter atteinte à la vie d'autrui. « Ne pas voler », signifie respecter la propriété de son prochain. « Ne pas se mal conduire sexuellement » vise au respect de l'intégrité physique de l'autre. « Ne pas mentir », c'est respecter l'honneur des autres. « Ne pas consommer de boissons alcoolisées » veut nous éviter d'altérer notre raison, et de là, porter préjudice aux autres.

Ne pas agresser l'autre, le respecter. Alors, et l'autre et soi-même seront tous les deux libres. Et de fait, si nous considérons ceux qui ont été privés de leur liberté et qui sont en prison, il nous est facile de voir qu'ils ont tous agi à l'encontre des cinq préceptes : Tuer, blesser, défigurer, sont des actes qui vont à l'encontre du précepte de ne pas attenter à la vie d'autrui ; la corruption, l'accaparement, le vol, le racket, l'attaque à main armée, le kidnapping, font fi du précepte qui interdit le vol ; Violenter, pratiquer le proxénétisme, pratiquer la polygamie, l'exhibition sexuelle, vont à l'encontre du précepte de ne pas se mal conduire sexuellement ; Consommer ou vendre de la drogue, fumer, s'enivrer, vont à l'encontre du précepte de ne pas boire de boissons alcoolisées ou quoi que ce soit qui puisse altérer notre raison. La privation de liberté est donc due au non-respect des cinq préceptes et c'est ainsi que, respecter les préceptes c'est aussi respecter la loi. C'est parce que nous respectons les préceptes que nous restons libres. Ne pas se soumettre aux préceptes c'est aussi aller à l'encontre de la loi. Le fautif sera poursuivi, non seulement par la loi, mais aussi reconnu coupable aux yeux de la vertu sociale. C'est pourquoi il ne faut pas penser que respecter les préceptes est une contrainte, car en fait, seuls ceux qui savent respecter les cinq préceptes sont réellement des hommes libres.

Dans le bouddhisme, la prise de refuge dans les trois joyaux est le premier pas dans l'apprentissage de l'enseignement bouddhiste, le respect des préceptes est la pratique de la foi. Les disciples bouddhistes, après avoir pris le refuge, devront faire vœu de suivre les préceptes. Suivre les préceptes est un serment, et quand le cœur est engagé, tous les démons et toutes les hérésies vont disparaître, car les préceptes sont la racine de tout bon dharma. Dans *Mahaprajnaparamita Sâstra*, il est dit : « Face aux maladies graves, les préceptes sont le bon remède; face aux grandes peurs,

les préceptes sont de bons protecteurs ; dans les tunnels sans fin, les préceptes sont de puissantes lumières ; dans des chemins submergés, les préceptes sont des ponts ; au péril de la mer, les préceptes sont des navires ». Si l'on est capable pratiquer les purs préceptes, on en retire automatiquement de grandes forces, et de grandes vertus. Cependant, il nous est nécessaire d'avoir une vraie compréhension et une juste vision de l'esprit de la discipline et ceci est même plus important que la simple pratique des préceptes.

En ce qui concerne « les préceptes », nous devons distinguer les notions suivantes :

I. « Enfreindre le précepte » et « Enfreindre la vision » : Enfreindre le précepte c'est transgresser le règlement, c'est une faute de comportement de l'individu, elle peut être confessée et corrigée. Enfreindre la vision c'est refuser de voir la vérité, c'est une faute de la pensée fondamentale. Théoriquement, la personne qui enfreint la vision, nie la vérité du bouddhisme et dès lors, s'éloigne pour toujours de la voie bouddhiste. Ainsi, enfreindre le précepte est pardonnable, alors qu'il n'en est pas de même pour la vision.

Enfreindre la vision c'est, par exemple, penser que les préceptes ne sont pas faciles à suivre et donc qu'en ne s'y soumettant pas, on ne risque pas de les enfreindre. En fait, si l'on a conscience d'avoir enfreint un précepte et qu'on le regrette, la faute est légère et ne vous fera pas perdre la possibilité d'atteindre l'Eveil ; par contre, si on enfreint un précepte sans honte et sans regret, on ne peut que rester dans les trois royaumes du malheur.

Dans le bouddhisme, enfreindre un précepte n'est pas honteux : si on le regrette sincèrement, on gardera la possibilité de revivre. Par contre, enfreindre la vision est comme contracter une maladie incurable, ou adopter une ligne déviationniste dans le domaine politique. Dans la discipline du bouddhisme, sont erronées les

pensées qui vont à l'encontre de la loi des causes et effets et sont également fausses les cinq Darsana, (les cinq visions aberrantes): « Sat kaya drsti » : qui soutient l'existence du « moi » ; « Anta graha drsti » : qui ne considère que les points extrêmes ; « Mithya drsti » : la vision perverse qui nie la loi des causes et effets ; « Paramarsa drsti » : qui tient pour vraies des convictions fausses ; « Sila-vrata paramarsa » : qui prétend pouvoir atteindre le nirvana par l'usage de faux préceptes. Ces pensées déviantes sont des causes de soucis et sont aussi des obstacles majeurs sur la voie de la pratique du dharma. C'est pourquoi, une personne qui veut suivre l'enseignement du Bouddha doit d'abord cultiver la connaissance et la juste vision. En acceptant les préceptes, les actes suivront certaines normes et même en cas d'infraction, il restera encore la possibilité de se confesser. C'est pourquoi les préceptes ne sont pas à craindre, car ils apportent la paix, la sécurité et l'assurance.

II. Obéissance passive et obéissance active : l'obéissance aux préceptes dans le bouddhisme recouvre deux formes : passive et active. Par exemple, le précepte général des sept bouddhas, « Tous les actes négatifs sont à éviter » est un précepte à obéissance passive ; par contre, quand il est dit « Tous les actes positifs sont à effectuer » il s'agit d'un précepte à obéissance active. C'est ainsi que, pour des actes qui enfreindraient la loi ou les règles sociales, ne pas les commettre, sera obéir aux préceptes et les commettre sera une infraction. A contrario, pour certains actes bénéfiques, les faire, c'est un bien, les fuir, ce sera une faute. On peut ainsi voir que la discipline du bouddhisme ne se limite pas à éviter passivement les actes négatifs, mais qu'il faut de plus, effectuer activement les actes positifs. Et c'est ainsi, qu'en dehors des « préceptes particuliers » des sept catégories de disciples et des « Sravaka préceptes » qui

sont passifs, on trouve encore « les trois assembléments des purs préceptes » des bodhisattvas qui, eux, sont actifs.

« Les trois assembléments des purs préceptes » sont les représentants du Bodhisattva- Préceptes de la Mahayana. Ils comportent :

1. Les préceptes de bon comportement, pour respecter les différentes règles instaurées par Bouddha et éviter les actes négatifs.
2. Les préceptes pour la culture du bon dharma, pour apprendre et pratiquer tous les actes positifs.
3. Les préceptes d'enseignement aux êtres vivants : avec le vœu de faire tous les autres bénéficier de la morale bouddhiste.

L'ensemble des « Préceptes pour tous les êtres vivants » est aussi appelé « Préceptes visant à améliorer la situation des êtres doués de sentiment ». Selon le *Bodhisattvabhumi Sutra*, chapitre 4, il existe onze manières d'améliorer la situation des êtres vivants :

1. Accompagner celui qui fait un acte bénéfique,
2. Accompagner ceux qui souffrent, parce qu'ils sont malades ou vont l'être.
3. Enseigner aux êtres vivants le dharma mondain (mundane dharma) et le dharma transcendantal (supra-mundane dharma).
4. Etre reconnaissant envers tous ceux qui nous ont aidés.
5. Aider nos prochains à faire face à des situations angoissantes, à résoudre les problèmes de la vie, à chasser les soucis et à écarter les causes d'irritation.
6. Aider les miséreux en fonction de leurs besoins.
7. Rester vertueux

8. Faire en sorte que les êtres vivants suivent la bonne voie et s'éloignent de la mauvaise.
9. Encourager et féliciter ceux qui cultivent les vraies vertus.
10. Réprimander gentiment ceux qui ont pêché, afin qu'ils regrettent et se corrigent.
11. Par la force surhumaine, montrer aux êtres vivants les chemins de transmigration, leur donner le dégoût des actes néfastes, suivre le dharma, gagner la joie et la confiance, nourrir le cœur exceptionnel.

Ces « trois assembléments des purs préceptes » nous démontrent, une fois de plus, que la discipline dans le bouddhisme ne se limite pas à interdire passivement la pratique des actes négatifs (obéissance passive), mais qu'elle encourage activement la pratique des actes positifs (obéissance active). La discipline enseigne aussi à se purifier soi-même et à en faire bénéficier autrui et, ne pas faire ce qu'on est supposé faire, c'est aussi enfreindre les préceptes. C'est là que résident à la fois la simplicité et la grandeur de la discipline bouddhiste. C'est là le véritable esprit de la discipline, le seul que les pratiquants du bodhicitta doivent absolument saisir.

Car il est vrai que beaucoup d'autres préceptes bouddhistes, comme « ne pas posséder d'argent », « ne pas fréquenter les lieux de divertissement », « ne pas manger en dehors des heures de repas », « ne pas dormir dans un lit trop confortable » (« Samanera préceptes »), sont difficiles à respecter dans notre société actuelle. Il est vrai aussi que, dans le bouddhisme japonais, le moine peut avoir femme et enfants et léguer le temple en héritage. Il est encore vrai que les moines tibétains peuvent consommer de la viande (si elle provient d'une aumône). Les objets des temples sont souvent

faits à partir de peaux d'animaux ou de matériaux modernes ; des plats, en fait végétariens sont présentés sous des appellations pouvant laisser croire qu'ils contiennent de la viande. Quelles conclusions devons-nous donc en tirer ?

En fait, il s'avère que nous ne devons pas attacher trop d'importance au côté formel, à l'aspect littéral de la discipline, mais bien plutôt nous concentrer sur son esprit, sa signification et son caractère humaniste. Ainsi, on peut trouver dans « les préceptes de la triple plate-forme » du Mahayana chinois, l'idée de faire bénéficier tous les êtres vivants du bouddhisme humaniste. « La triple plate-forme » comprend : la première plate-forme avec les samanera-préceptes pour le respect des bons comportements, la deuxième plate-forme avec les bhikshu-préceptes pour réunir les conditions d'un bon dharma et enfin, la troisième plate-forme avec les bodhisattva-préceptes pour développer l'esprit permettant d'améliorer la situation d'autrui. C'est parce que les trois assemblages de purs préceptes sont réunis, que le Mahayana peut se développer. C'est là également que résident les caractéristiques essentielles de la discipline du bouddhisme humaniste.

Les préceptes doivent apporter quelque chose de plus à la vie et à l'avenir. De ce point de vue, il est regrettable que la Theravada ne prenne en compte que les bhikshu-préceptes et néglige l'aspect humaniste qui vise à l'amélioration de la situation des êtres vivants. De plus, les anciennes règles du bouddhisme accordaient trop d'importance à l'obéissance passive (éviter passivement les actes négatifs), et trop peu à l'obéissance active (exercer les actes positifs). C'est ainsi que, quand on parlait de discipline, c'était généralement pour interdire, pour dire de « ne pas ... » : Les moines ne peuvent pas offrir de biens matériels aux disciples ; les laïcs ne peuvent pas avoir accès aux bhikshu (bhikshuni)-préceptes ; les bhikshus

ne doivent pas s'approcher des femmes etc. La pratique des cinq préceptes est en principe la base de la vertu humaine mais, par le passé, nombreux étaient ceux qui, pour expliquer les préceptes, se référaient aux règles de *Brahmajala Sutra*, telle « celui qui touche l'alcool avec la main, restera cinq cents ans sans main ». Il est aisé de voir que le caractère excessif de la menace lui fait perdre toute crédibilité et donc, tout pouvoir dissuasif. Surtout depuis ce dernier millénaire, à cause d'une « règle des huit commandements », combien d'excellentes candidates ont été découragées sur leur chemin de l'ordination, c'est pour cela qu'aujourd'hui, nous devons plutôt utiliser l'expression « il faut faire ceci, il faut faire cela », nous devons surtout humaniser la discipline.

L'humanisation de la discipline veut dire, d'une part, harmoniser notre corps et notre cœur d'une manière passive (éviter les actes négatifs), d'autre part, encourager activement l'exercice des actes positifs et développer l'esprit de servir du Mahayana-préceptes, dans le but d'en bénéficier soi-même et d'en faire bénéficier les autres. Aussi, le monde bouddhiste actuel ne doit pas se baser sur l'environnement social de l'époque de Bouddha pour diriger les gens d'aujourd'hui, car, même si Bouddha peut être considéré comme un spécialiste de la loi, il avait pris en compte les traditions populaires, les coutumes, la culture de l'Inde de l'époque pour réglementer les préceptes, mais avec les changements d'époque et d'espace, beaucoup de règles ne sont plus applicables à l'heure actuelle. Par exemple :

1. Avoir l'épaule droite dénudée : L'Inde est un pays de climat tropical ; si nous demandons aux gens des pays froids d'appliquer ce précepte, ça ne s'avère pas raisonnable.
2. Ne pas posséder d'argent : Jadis, on n'utilisait pas de monnaie en Inde, mais à l'heure actuelle, quand nous sommes à l'extérieur,

que ce soit pour l'habillement, la nourriture, l'hébergement ou le transport, on ne peut se passer d'argent.

3. Ne pas avoir de contact avec les femmes : En son temps, pour garder l'aspect serein du Sangha, Bouddha a instauré des préceptes stricts sur ce point. Mais à l'époque actuelle où nous prônons l'égalité des sexes, les contacts entre les hommes et les femmes sont devenus très fréquents : dans les réunions, dans les transports en commun, tout le monde doit respecter l'ordre d'arrivée, sans distinction de sexe. C'est pourquoi, à l'époque actuelle, il suffit de faire la distinction entre les relations en public et celles du privé et ne pas avoir de relations de couple ; les contacts sociaux normaux sont inévitables et dus aux développements de l'époque.
4. Les préceptes de mépris : Ces préceptes ont parfois été exagérés, d'où parfois de peur d'être critiqué, la crainte d'entreprendre aucune démarche. C'est parce qu'il y a trop de ces préoccupations que le dharma perd le courage de prendre ses responsabilités et d'exercer activement ses actions bénéfiques, et le bouddhisme y perd la force de son développement à l'époque actuelle.

Ainsi nous pensons que le principe de base de la réglementation de la discipline doit être conforme au sentiment et à la raison ; la discipline doit respecter l'esprit et la nature de l'homme. Comme expliqué ci-dessus, à l'époque, Maître-Chan Baizhang a écarté les préceptes pour réinstaurer les règles pures des écoles bouddhistes. A l'heure actuelle, le bouddhisme humaniste doit suivre l'évolution de la société, respecter les règles traditionnelles adaptables et redéfinir les règles dans la vie actuelle en fonction des besoins de la société. Ceci afin de montrer l'adaptabilité du bouddhisme et de l'esprit de base de la réglementation de la discipline de Bouddha. Certes,

nous espérons que les autres écoles bouddhistes pourront avoir une compréhension totale de l'esprit de la « Discipline », sinon, en suivant aveuglement les préceptes édictés au temps de Bouddha, le développement de bouddhisme sera fortement limité. C'est seulement en respectant les coutumes, les traditions populaires, les habitudes sociales de chacun pour atteindre l'entente mutuelle, que nous pouvons développer et unifier le bouddhisme mondial.

De toute façon, la discipline du bouddhisme est basée sur la bonne pratique pour soi-même et la volonté d'en faire bénéficier autrui. C'est « en étant Homme qu'on peut devenir Bouddha ». Dans la discipline, de la pratique pure de l'extérieur (forme) au non attachement de l'intérieur (cœur), les niveaux sont différents. Surtout, avec l'évolution du temps, beaucoup de « petits petits » préceptes ne sont plus adaptés aux traditions populaires des différents pays. C'est pourquoi nous suggérons d'utiliser l'esprit de « ne pas agresser » de la discipline, en développant les cinq préceptes, les mahayana-préceptes pour restaurer la vertu et combattre le dérèglement de la société actuelle. Ce n'est qu'en donnant à la discipline un aspect humain, vivant, contemporain, en appliquant le bodhicitta du bouddhisme humaniste, en utilisant les nobles sentiers octuples (Aryamarga), les quatre vertus cardinales (Catuh-samgraha vastu) et les six méthodes de perfection (Paramitas) comme contenu de la discipline que nous pouvons aider tous les êtres vivants. C'est pour cela que le bouddhisme humaniste pense que, seuls, les nobles sentiers octuples sont la discipline, les quatre vertus cardinales, sont la discipline, les six paramitas sont la discipline. Tout ce dont le contenu peut apporter un bénéfice aux êtres vivants est donc la véritable discipline.

3. La pratique de la Discipline :

Servir le monde,

en tirer avantage pour soi-même et pour autrui

Dans le *Sutra de l'Ornementation Fleurie*, il est dit : « La discipline est la base de la sagesse suprême, elle engendre toutes les bonnes racines ». La discipline est la vie du Dharma, c'est la source de l'enseignement des Bouddhas. Bouddha l'a dit : Chacun de nous possède la capacité d'atteindre l'Eveil. Cependant, et même si la Nature de Bouddha est préexistante, il est nécessaire de respecter la discipline pour pouvoir la découvrir. Ainsi, dans le *Sutra des Derniers Enseignements de Bouddha*, il est dit : « Celui qui est capable de respecter les purs préceptes pourra obtenir les bons dharmas ; sinon, ni mérite ni vertu ne peut exister. »

Suivre les préceptes est la base de la pratique de tous les bons dharmas, c'est aussi la base de toutes les pratiques bouddhistes. Les préceptes ne sont pas faits pour être récités ou répétés, mais bien pour être mis en application. Dans la vie quotidienne, si nous pouvons sans cesse « faire de bonnes actions, prononcer de bonnes paroles, avoir bon cœur », c'est-à-dire « purifier les trois karmas », nous aurons appliqué le précepte omnivalent des sept bouddhas (éviter tout acte négatif, effectuer tout acte positif, purifier sa pensée). De même, « être bon envers autrui, penser toujours aux autres, comprendre devant tout phénomène, la loi des causes et effets », voilà le respect des préceptes.

En outre, la discipline est faite pour se contrôler soi-même, et non pour l'exiger des autres. L'esprit de la discipline est de respecter les préceptes d'une manière naturelle et sereine, de réaliser la voie du bodhisattva. L'esprit de la voie du bodhisattva est de développer le bodhicitta, c'est pourquoi, les bodhisattva-préceptes comportent, non seulement les « préceptes des bons comportements », mais

aussi les « préceptes de culture du bon dharma » et les « préceptes d'aide aux êtres vivants ». Car les bodhisattvas ont émis le vœu d'aider les êtres vivants à atteindre l'Eveil, et sans le bodhicitta, ils ne sont plus bodhisattvas. Aussi, même si les bodhisattva-préceptes comprennent les dix préceptes de base (ne pas tuer, voler, se mal conduire sexuellement, mentir, s'enivrer, dénoncer les fautes d'autrui, se faire valoir soi-même et déprécier autrui, être avare, être colérique, diffamer les trois joyaux) et les quarante-huit préceptes secondaires en tant que « formes de la discipline », leur esprit de base reste la bodhicitta qui est le « corps de la discipline » ; oublier la bodhicitta, c'est aller à l'encontre de l'esprit de base des bodhisattva-préceptes.

En général, dans leur vie quotidienne, les disciples bouddhistes, pratiquent la méditation, lisent les sutras, surveillent leur comportement, participent aux activités sociales en tant que bénévoles. Ils font des donations, aident les personnes en difficulté et collaborent à l'impression des livres bouddhistes. Ils propagent le dharma, et participent à la création d'activités culturelles et éducatives. C'est là aussi une manière de suivre les « trois assemblages des purs préceptes », une manière de réaliser la voie du bodhisattva.

En réalité, suivre les préceptes c'est montrer, de façon concrète, la compassion et la bodhicitta du principe « ne pas faire aux autres ce qu'on ne voudrait pas que l'on vous fit ». En Chine, la plupart des disciples bouddhistes ont l'habitude d'être végétariens, certains le sont le premier et le quinzième jour du mois, certains ne pratiquent que le matin, mais l'habitude est scrupuleusement respectée. Le végétarisme n'est pas une spécificité du bouddhisme : l'idée essentielle est de cultiver la compassion, de respecter la vie, de ne pas ôter la vie. L'acte le plus cruel au monde

est celui de tuer, car une vie, que ce soit celle d'une fourmi, d'un cancrelat, d'une mouche ou d'un moustique, c'est toujours une vie. Mais généralement, la plupart des gens, quand ils aperçoivent un insecte, n'hésitent pas à l'écraser, à le tuer. Certes, les insectes nous causent parfois des problèmes, mais nous pouvons toujours les chasser ou nous en protéger et ne pas les tuer instinctivement car ils ne méritent pas la mort : N'est-ce pas, en effet, une sentence trop lourde ?

Cet exemple, simplement pour nous montrer que, si le respect des préceptes ressort de la croyance religieuse, il vient en réalité de l'esprit de compassion qui ordonne de ne pas faire de mal ou agresser autrui. En pratiquant les cinq préceptes, nous pouvons libérer autrui de sa peur, car si je pratique les préceptes de manière pure, les autres ne craindront pas que je les agresse ; c'est pourquoi « les cinq préceptes » s'appellent aussi « les cinq grands dons ».

Les cinq préceptes sont les grands préceptes de base du bouddhisme, même s'il y a une distinction entre ceux qui sont réservés aux ordonnés et ceux destinés aux laïcs. Dans la discipline du bouddhisme, toutes les règles découlent des cinq préceptes. Ceux qui appliquent les cinq préceptes peuvent non seulement bénéficier des immenses avantages résultant de la protection des vingt cinq bons dieux, mais aussi du « double avantage pour soi-même et autrui ». Par exemple, « ne pas tuer » entraîne l'accroissement de notre compassion et protège la vie de l'autre ; « ne pas voler » préserve notre valeur et les biens d'autrui ; « ne pas se mal conduire sexuellement » protège l'harmonie dans notre famille et la vertu de l'autre ; « ne pas mentir » préserve notre confiance en soi et l'honneur d'autrui ; « ne pas s'enivrer » nous garde notre sagesse et protège ainsi les autres de toute agression de notre part.

En outre, ne pas tuer mais protéger la vie, peut nous apporter la santé et la longévité ; ne pas voler mais au contraire donner, peut nous apporter la prospérité ; ne pas se mal conduire sexuellement mais respecter l'honneur des autres, apporte l'harmonie familiale; ne pas mentir mais faire des louanges peut apporter la considération d'autrui ; ne pas s'enivrer et éviter la sujétion à toute drogue apporte la bonne santé et l'esprit sain. C'est pourquoi, pratiquer les cinq préceptes peut éviter les soucis et la peur, apporter la liberté, la paix, l'harmonie, la joie de notre corps et de notre cœur durant cette vie, nous permettre d'éviter les trois voies funestes et atteindre l'Eveil. Pratiquer les cinq préceptes, c'est comme semer dans les champs de béatitudes: Sans même les rechercher, on peut bénéficier naturellement de grands avantages et obtenir d'immenses récompenses.

Bien souvent, les gens ne pratiquent le bouddhisme que pour demander la longévité, la richesse, les honneurs, l'harmonie familiale, une descendance nombreuse ... Mais ils oublient la pratique des cinq préceptes et ne réalisent pas que demander tout cela aux bouddhas sans pratiquer vraiment, c'est vouloir récolter sans semer. C'est pour cette raison que la pratique des cinq préceptes, si on la considère d'une manière passive, présente une sorte de sujétion mais, si on la regarde du côté actif, c'est, pour le pratiquant, « trouver la lumière dans l'obscurité et les trésors dans la pauvreté ». La pratique active peut nous apporter d'immenses avantages.

Bien que les avantages de la pratique des préceptes soient multiples, nombreux sont ceux qui ne peuvent pas toujours les respecter en raison des nécessités professionnelles de leur vie active et qui, de ce fait, n'osent pas s'engager. Ainsi, un marchand de tissus vous dira qu'il est souvent confronté à des questions

telles que : « Est-ce que ce tissu peut se déteindre? ». S'il répond positivement d'une manière directe, il risque de perdre le client, alors, parfois, il doit essayer de donner une explication intelligente pour le convaincre, sans pourtant le tromper. Les agriculteurs vous diront : « Nous semons du blé, nous plantons des arbres fruitiers ; pour espérer une bonne récolte, nous sommes obligés d'utiliser des pesticides ... Comment, dans ces conditions, pouvons-nous être fidèles aux préceptes ? ».

En réalité, se soumettre aux préceptes ne veut pas dire les suivre à la lettre et sans faille car, vivant sur terre, il n'est pas possible de pratiquer les préceptes de manière parfaite. Par exemple : les marins pêcheurs des bords de mer vivent de la pêche, considérée comme une profession immorale. Peuvent-ils cependant se livrer à l'étude du bouddhisme et à la pratique des préceptes ? Ce problème me fait penser à cette rencontre sur l'île « Les Pescadores » à Taïwan, il y a une dizaine d'années. Au moment de la création de la BLIA, il y avait une sous association sur l'île et j'y fus invité pour un séminaire. Le président de l'association m'a interrogé en me disant : « La plupart des habitants de notre île pratiquent le métier de pêcheur, ce qui va à l'encontre du « Ne pas tuer » du bouddhisme. Mais si nous nous astreignons tous à « Ne pas tuer », comment ferons-nous pour survivre ? Voilà pour quoi il est si difficile de développer le bouddhisme ici. »

A l'époque, je lui ai répondu : « Le bouddhisme dit de « Ne pas tuer », mais il sait estimer les nuances de gravité du péché et surtout la différence entre l'acte de tuer et l'intention de tuer. Votre métier de pêcheur est une nécessité vitale et vous n'avez pas la volonté de tuer. C'est comme au crématorium : le feu brûle non seulement tous les parasites du cadavre, mais aussi ceux du cercueil sans que nous ayons l'intention de tuer. C'est pour cette

raison que le péché est véniel et que, si nous nous le confessons, il nous sera pardonné ».

Ma conviction est que le bouddhisme, religion basée sur l'homme, demande le respect de toute vie, aussi insignifiante soit-elle, mais comme nous l'avons dit plus haut, nous tuons chaque jour de nombreuses vies sans nous en rendre compte : Ainsi, n'y a-t-il aucun microbe dans l'air que nous respirons? Et dans les aliments que nous mangeons? Et même dans les médicaments, les injections, les interventions chirurgicales, les enterrements ? N'y a-t-il aucune vie infime sacrifiée ? Seulement voilà : nous n'avons pas eu l'intention de tuer. Ainsi, même si nous avons commis « l'acte », nous n'avons pas eu « la volonté » de tuer ; il importe surtout que nous éprouvions le regret de l'avoir inconsciemment commis et que nous nous en confessons. Tel est l'esprit de base de la discipline du bouddhisme.

Le bouddhisme enseigne la pratique de la discipline. L'esprit de base de la discipline est de « ne pas agresser » et c'est aussi « respecter ». Mais on dit souvent qu'il est plus facile de prétendre se soumettre aux préceptes que de réellement les pratiquer. Cependant, difficile ne veut pas dire impossible, car les cinq préceptes peuvent certes être suivis en bloc mais encore et aussi en partie. Dans *Mahaprajnaparamita Sâstra*, il est dit : « Il y a cinq sortes de préceptes, du « Ne pas tuer » au « Ne pas consommer de boissons alcoolisées ». Dans ce contexte, on pourrait dire que la pratique d'un précepte rapporte un point, deux ou trois quelques points, quatre préceptes rapportent beaucoup de points, cinq représentent la perfection. Ainsi peut-on choisir en fonction de ses propres capacités ».

C'est ainsi que tous les laïcs peuvent, en fonction de leur situation, choisir le précepte le plus facile à suivre, puis deux

préceptes, puis, progressivement, trois ou quatre et ainsi atteindre le niveau de la perfection des cinq préceptes. Cela signifie également que, même si l'individu mène une vie professionnelle incorrecte, il peut néanmoins, et en fonction de ses opportunités, commencer par pratiquer en espérant d'abord peu de points mais en attendant l'occasion de changer de métier. Il y a des milliers de métiers dans le monde, il n'est pas obligatoire d'en choisir un qui risque d'attenter à la vie d'autrui, de le blesser, ou de le tuer. On peut très bien survivre en changeant de métier.

En outre, travailler est aussi, hors le fait de subvenir aux besoins vitaux et familiaux, le meilleur moyen de se dévouer, d'assister, et de nouer de bons contacts. Aussi, non seulement il convient d'exercer une profession correcte, mais aussi d'avoir des idées correctes, c'est-à-dire de la conscience professionnelle. Par exemple, il faut avoir :

1. **La notion des Causes et Effets** : Ne pas abuser de sa position pour devenir corrompu et tricheur, s'approprier les biens publics, accepter les pots de vin, pratiquer la corruption active et/ou passive : Tous les produits obtenus doivent sans exception, être rendus publics.
2. **La force de l'Endurance** : Ne pas se plaindre face aux réprimandes, ne pas se dérober devant les difficultés. Il faut penser que tout ceci est normal. C'est en ayant la force d'endurer qu'on peut devenir responsable et efficace.
3. **Le respect du métier** : Au travail, il faut être sérieux, responsable et joyeux. Ne pas se dérober, ne pas prendre plaisir à harceler autrui mais, bien au contraire, lui donner des facilités, l'aider.
4. **La vertu de la Gratitude** : il faut toujours savoir remercier les supérieurs de te donner l'occasion de travailler, les collègues

et les subalternes de t'avoir aidé, car, avec la gratitude, même quand on est débordé et épuisé, on trouve toujours le plaisir de le faire.

C'est pourquoi, après avoir décidé de suivre l'enseignement bouddhiste et en dehors de se soumettre aux purs préceptes, nous devons faire un pas de plus pour accomplir de bonnes actions dans notre vie quotidienne, et utiliser les « Nobles Sentiers Octuples » comme programme. Les « Nobles Sentiers Octuples » sont : la vision correcte, la réflexion correcte, les paroles correctes, le métier correct, la manière de vivre correcte, la persévérance correcte, la concentration correcte, les pensées correctes. Les « Nobles Sentiers Octuples » sont les règles à suivre dans la vie quotidienne. Je m'étais basé dessus pour écrire « Les cent règles comportementales de la vie » du bouddhisme-humaniste. Aujourd'hui, je vais profiter de l'occasion pour les présenter :

Les règles comportementales contemporaines du bouddhisme-humaniste

- I. *Règles communes aux ordonnées et laïcs (8 catégories, 80 articles)*
 1. **Les dix règles comportementales en société** (domaines politique, militaire, économique, professionnel, social ...)
 - a. La politique est temporaire, la croyance est permanente. Les disciples peuvent participer aux activités politiques, les ordonnés ne peuvent que « s'y intéresser » et non « y participer ».
 - b. Les politiciens doivent ne pas être corrompus et tricheurs, ne pas s'approprier les biens publics, ne pas abuser du pouvoir, ne pas opprimer, ne pas pratiquer un double langage, ne pas

- semer la discorde ; sinon, ils ne peuvent pas être considérés comme de vrais croyants.
- c. Les croyants qui s'impliquent dans les activités politiques doivent penser scrupuleusement au bien du peuple. Etre au pouvoir ou passer à l'opposition : tout doit dépendre des circonstances. Ne pas corrompre, ne pas acheter des suffrages, ne pas distribuer des lettres de menace, ne pas attaquer faussement l'adversaire, ne pas utiliser de moyens malhonnêtes pour accéder au pouvoir.
 - d. Les fonctionnaires ont pour vocation de servir les citoyens, ils ne sauraient être tatillons et chercher à brimer le peuple. Les élus sont les représentants du peuple ; à l'Assemblée, les débats doivent être courtois, raisonnables et sans agressivité.
 - e. Que ce soit pour un ordonné ou un laïc : Ne pas trahir le pays, ne pas se lier avec l'ennemi, ne pas divulguer les secrets d'Etat, ne pas mettre le pays en danger.
 - f. La vie matérielle doit être conforme à « la manière de vivre correcte » : Ne pas exercer de métier qui mette en danger la vie d'autrui, telle la vente d'armements, de drogues, la traite des êtres humains, le négoce de faux médicaments, l'emploi dans un abattoir, dans une distillerie clandestine ou dans une maison close, la pratique illégale de la médecine, la fabrications et la vente d'aliments frelatés ...
 - g. Il faut faire preuve de conscience professionnelle, respecter la loi, ne pas élaborer de faux documents, ne pas divulguer les secrets-maison, ne pas voler les secrets commerciaux, ne pas empocher d'argent au noir, ne pas détourner les fonds de la société, ne pas pratiquer de fermeture sauvage, ne pas s'approprier des biens par la force, ne pas chercher à devenir riche du jour au lendemain.

- h. Dans le commerce, ne tricher avec personne, gagner les intérêts uniquement avec le capital, ne pas constituer de stocks pour organiser la pénurie, ne pas déstabiliser le marché, ne pas faire flamber les prix, ne pas tricher sur le poids.
 - i. Bannir le racket, le vol des droits d'auteur, l'usage de faux, la pornographie, la propagation des virus informatiques, la vente des restes de récupération ...
 - j. Il faut être sincère en société, être aimable envers les gens, ne pas être agressif ou jaloux ; il faut pratiquer les « trois bonnes actions », que tout le monde « fasse de bons actes, dise de bonnes paroles, ait bon cœur » pour introduire de bonnes mœurs dans la société.
- 2. Les dix règles comportementales en famille** (la vie quotidienne, les vertus, la relation parent-enfant ...).
- a. Mettre l'accent sur les vertus, prêcher le respect filial et faire régner l'harmonie dans la vie familiale. Prôner l'amour et le respect entre les anciens et les jeunes, entre frères, la bonne entente entre belles-sœurs, entre belle-mère et bru. De même, pour ses propres parents ou enfants, respecter le droit à l'existence de chacun.
 - b. Tous les membres de la famille doivent participer spontanément aux travaux d'entretien de la maison, des abords extérieurs et intérieurs qui doivent être maintenus propres, les objets utilisés devant être rangés à leur place. Garder continuellement les pièces aérées, les vitres transparentes et le mobilier astiqué.
 - c. Mener une vie personnelle simple et sobre. Pour les besoins quotidiens, rechercher le côté pratique, éviter le gaspillage, ne pas être esclave de la mode, ne pas demander ou exhiber des vêtements de grandes marques.

- d. Respecter chacun des membres de la famille et notamment aimer et protéger les aînés, les femmes et les enfants, éviter tout acte violent ou incestueux.
 - e. Créer une bonne qualité de vie familiale, augmenter la joie de vivre, accroître le niveau spirituel. Maintenir de bonnes relations avec les voisins et l'environnement ; prendre spontanément des nouvelles des personnes âgées et solitaires.
 - f. Dans la maison, que ce soit pour discuter, regarder la télévision, les vidéos, écouter la musique ou parler au téléphone, baisser le volume pour ne pas nuire à la tranquillité des voisins.
 - g. Pendant les vacances, réduire les invitations inutiles, participer aux activités utiles et bénéfiques avec les autres membres de la famille, créer des moments d'Ingres communs et accessibles à tous, tels la lecture, le jeu d'échecs, le sport. En cas de sortie, indiquer le lieu, et surtout l'heure de retour pour ne pas inquiéter la famille.
 - h. Après avoir utilisé le salon, la cuisine, la salle de bains ..., les nettoyer pour ceux qui suivent.
 - i. Dans la maison, être vigilant face aux dangers d'incendie et aux problèmes de sécurité afin de ne pas engendrer d'accident.
 - j. Utiliser l'argent avec sagesse : Les dépenses quotidiennes doivent être calculées et budgétisées ; s'il faut faire des emprunts, il faut les bien doser ; il ne faut pas avoir de va et vient d'argent, même entre amis proches. Surtout ne pas organiser trop fréquemment de fêtes privées susceptibles de déranger les autres membres de la famille.
3. **Les dix règles comportementales au travail** (entre patron et employés, entre partenaires, collègues, camarades, parentèle, relations commerciales etc.)

- a. Donner de toi une bonne image : droiture, assiduité au travail, honnêteté, complaisance, gentillesse, sociabilité, pour que les autres te fassent confiance.
- b. Respecter l'intimité des autres, ne pas s'immiscer dans la vie privée d'autrui, ne pas calomnier.
- c. Ne pas maltraiter la main d'œuvre, donner à chacun sa juste récompense.
- d. Au travail, respecter les règlements, être consciencieux et optimiste ; avoir le sens des responsabilités et de l'honneur ; faire de son mieux envers autrui ; surtout ne pas être esclave de ses propres humeurs, ne pas dire trop facilement « non » en perdant ainsi l'occasion d'apprendre et de nouer de bonnes relations.
- e. Développer la conscience professionnelle, ne pas gaspiller les biens publics, respecter les secrets professionnels et commerciaux, ne pas parler de son travail avec les étrangers ; surtout ne pas en vouloir aux autres et afficher son mécontentement.
- f. Il faut garder propre son lieu de travail, ne pas empiler d'objets sur le bureau, prendre soin des biens publics comme de ses propres biens.
- g. Ne pas crier au téléphone pour ne pas nuire à la tranquillité des autres ; les conversations doivent être claires et sobres pour ne pas occuper indûment la ligne. Sauf nécessité, ne pas utiliser le téléphone public pour un usage privé, idem pour l'usage de l'ordinateur.
- h. Au travail, ne pas se fâcher, même pour des réprimandes injustes ; ne pas laisser traîner le travail à faire, ne pas contester les ordres de la hiérarchie, ne rien occulter dans les rapports rendus, respecter le travail, être sociable, ne pas être paresseux, oisif, solitaire, bizarre ou flatteur ; il faut avoir l'esprit continuellement en éveil, la vertu sans cesse purifiée.

- i. Les chefs doivent protéger leurs subordonnés, écouter leurs idées, et surtout garder un esprit sain. Par exemple, il faut être tolérant, avoir le courage d'assumer, rester sage dans les décisions, avoir l'esprit actif, ne pas mépriser les jeunes, ne pas se comporter en dictateur, ne pas être soupçonneux, ne pas s'approprier tout les mérites mais savoir les partager avec tous les subordonnés.
 - j. Ensemble, il faut se respecter, se partager le travail, être modeste, ne pas créer de problèmes, il faut savoir te blâmer toi-même comme tu auras blâmé les autres, et pardonner aux autres de la même façon que tu te seras absout toi-même.
4. **Les dix règles comportementales dans la vie quotidienne** (paroles, actions, relations personnelles, voyages, entretiens ...)
- a. Prendre l'habitude de lire, pour nourrir la vie intellectuelle.
 - b. Avoir le courage d'abandonner les servitudes néfastes et les mauvaises habitudes.
 - c. Le travail et le repos doivent être réglementés, les repas doivent être pris à l'heure ; ne pas manger n'importe quoi, ne pas voir le médecin n'importe quand.
 - d. Les ordonnés doivent se lever avant six heures du matin, les laïcs, avant sept heures.
 - e. Après dix heures du soir, ne pas téléphoner pour bavarder ni pour discuter du travail. Pour les appels internationaux, prêter attention au décalage horaire, sauf circonstances spéciales.
 - f. Prendre rendez-vous avant les visites, être à l'heure, et ne pas s'attarder.
 - g. En public, être posé, ne pas se présenter mal coiffé, mal débarbouillé, mal vêtu ; surtout ne pas se dandiner, rire bruyamment, se bousculer pour prendre place, s'interpeller,

gesticuler, chuchoter, ou utiliser un dialecte incompréhensible à la majorité.

- h. Le langage doit être simple, se borner à l'essentiel et rester courtois ; qu'il n'y ait ni flatterie, ni double langage et aucune grossièreté ; surtout ne pas faire perdre confiance aux autres pour couper leur voie spirituelle, car cela ressemble à tuer.
- i. Sur la route, il faut respecter les règles de conduite, être « fair play », ne pas enfreindre le code de la route, ne pas klaxonner, ne pas faire de bruit inutile, ne pas polluer, ne pas dépasser n'importe comment.
- j. En voyage, il faut assimiler les bons côtés de la culture du pays, il faut prêter attention à la politesse et aux règles publiques ; ne pas donner une mauvaise image de soi-même et de son pays d'origine.

5. Les dix règles comportementales face à la nature (la protection de l'environnement, de la nature, des animaux domestiques ; remise en liberté des êtres vivants ...)

- a. Ne pas boiser ou déboiser n'importe comment, ne pas s'approprier la terre publique, ne pas construire sans permission.
- b. Ne pas élever d'animaux domestiques sans réfléchir, ne pas remettre en liberté des êtres vivants sans précaution mais les protéger activement. Donner aux gens quelques moyens et leur montrer le chemin à suivre, ce sera la meilleure façon de protéger les animaux.
- c. Ne pas maltraiter les animaux, ne pas manger ceux qui sont protégés, et surtout ne pas les manger vivants. Les repas doivent être sobres, afin de cultiver continuellement l'esprit de compassion.

- d. Ne pas tuer ou piéger sauvagement les animaux par l'électricité, le poison ... Non seulement ces procédés endommagent la nature, et polluent l'eau, mais de plus, ils peuvent nuire à la santé de l'homme.
- e. Ne pas porter d'objets ou vêtements en cuir, ne pas utiliser le corps des animaux comme objet de décoration : Bannir les fourrures, les peaux de tigres ou de crocodiles, les plumes de paon, les défenses d'éléphant etc.
- f. Protéger la flore, ne pas cueillir inutilement et participer activement aux activités de plantation et de protection de l'environnement végétal.
- g. Pratiquer le tri des ordures, ne pas jeter n'importe où les objets inutiles, ne pas brûler les déchets toxiques, ne pas polluer l'air, ne pas salir les sources, ne pas endommager la terre afin de laisser aux hommes en devenir, une terre propre et belle.
- h. Les produits de première nécessité, tels l'eau, l'électricité, les aliments, l'habillement ... doivent être économisés. Il faut savoir qu'une goutte d'eau peut valoir de l'or et se demander quel volume de bois demande une feuille de papier pour être fabriquée. C'est pour cette raison qu'il faut apprécier les matières premières et ne pas les gaspiller ; pour les matériels publics, il faut les respecter, et ne pas les endommager.
- i. Prendre conscience de son bonheur est aussi un moyen de se protéger, tel savoir apprécier l'homme, les affinités, la vie, l'amour, la fortune, le temps, les objets, le savoir ... La vie n'est riche que si on a l'habitude de « prendre conscience de son bonheur ».
- j. Envers les impuretés intérieures, il faut s'efforcer de les supprimer ou de les changer ; envers les saletés extérieures, il faut faire appel au bon sens de tout le monde pour protéger

ensemble l'environnement. Purifier son corps et son esprit, voilà la seule vraie réussite personnelle.

6. **Les dix règles comportementales dans le domaine international** (les races, les droits de l'homme, le droit à la vie, la guerre ...)
 - a. Il faut créer l'harmonie entre dirigeants et citoyens, ne pas s'approprier le pouvoir, ne pas faire la guerre entre partis, ne pas créer de dissensions internes, ne pas garder rancune.
 - b. Respecter l'égalité des races, ne pas fomenter d'insurrections, respecter les minorités ethniques, protéger les minorités en général.
 - c. Respecter et protéger les droits de l'homme, tels le droit à la vie, les droits civiques, les biens, la liberté, la culture, la sagesse, les croyances.
 - d. Tous les êtres sur terre ont droit à l'existence, car « Tous les êtres vivants possèdent la nature de Bouddha ». Tous les êtres doivent avoir le même droit à la vie, aussi, non seulement il faut « ne pas ôter la vie », mais encore « redonner la vie », « protéger la vie », « apprécier la vie ». Il faut utiliser la compassion pour soutenir tous les êtres vivants.
 - e. La guerre est l'acte le plus barbare du monde, en ce qu'elle cause tant de déchirements familiaux, tant de victimes, tant de pertes matérielles, tant d'extinctions de cultures. C'est pour cette raison que l'être humain doit cultiver un caractère pacifique ; le pays et le peuple doivent vivre en harmonie.
 - f. Respecter les relations amicales entre Pays, encourager le commerce international, organiser les séminaires internationaux, respecter les mariages interethniques. « L'autre

bout de la terre c'est toujours le voisinage », voilà la tournure d'esprit que l'homme contemporain doit cultiver.

- g. Entre Pays, il faut cultiver la communication linguistique, l'échange des cultures, l'égalité des races, l'entraide économique, la circulation des marchandises. Nous devons nous comporter comme des frères, nous devons tous nous considérer comme « Citoyens de la Terre ».
- h. Il faut faciliter les flux migratoires entre Pays et encourager le tourisme. Les contrôles aux frontières doivent être menés avec respect ; quant aux touristes, ils doivent eux aussi, respecter la réglementation imposée.
- i. Face aux catastrophes naturelles, tout le monde doit avoir l'esprit humaniste et venir en aide rapidement ; il faut s'entraider, il faut avoir l'esprit de se dire « les autres ont faim, je dois aussi avoir faim, les autres sombrent, je coule moi aussi ».
- j. Entre les religions établies, il faut se respecter mutuellement, toutes les religions ont leurs Maîtres, il faut les respecter et ne pas les confondre ; toutes les doctrines ont leur raison d'être ; il faut développer chacune, il faut « garder les particularités dans la ressemblance et chercher l'harmonie dans les différences » ; il peut y avoir des relations entre disciples des différentes religions et ce, dans le but de développer l'amitié.

7. **Les dix règles comportementales dans le domaine de l'éducation** (l'apprentissage, le travail, les études techniques, le respect des enseignants ...)

- a. L'éducation familiale : Les parents doivent prendre en charge la vie quotidienne des enfants, assumer la responsabilité de les élever et, en même temps, leur prodiguer une bonne éducation, y compris dans le langage, les pensées, le comportement, les

vertus, les qualités personnelles ... Tout doit être ordonné et les enfants formés depuis leur plus jeune âge. Ainsi pour les horaires réglant la vie quotidienne, les comportements normaux dans toutes les actions, la politesse et la modestie envers les gens ... Pas de lecture malsaine, ne pas être esclave des sites d'Internet ou des chaînes de télévision, fréquenter les bibliothèques et lire de bons ouvrages.

- b. A l'école, hormis l'apprentissage des connaissances de base traditionnelles, il convient d'élargir l'enseignement à tous les autres domaines. Il faut penser à relever le niveau des pensées et des vertus, afin de former une génération future saine de corps et d'esprit.
- c. Pour se faire une place au sein de la société, l'homme en devenir doit apprendre plusieurs métiers et posséder au moins trois diplômes tels que : maître de conférence, enseignant, médecin, infirmier, comptable, chauffeur, cuisinier, plombier, couturier, dessinateur, cultivateur, jardinier, peintre, rédacteur ...
- d. L'éducation doit perdurer dans l'âge adulte : Apprendre est l'affaire de toute une vie, « vivre jusque la vieillesse, apprendre jusqu'à la vieillesse ». Il faut continuellement apprendre et notamment apprendre à servir, apprendre à se dévouer, apprendre à faire profiter les autres, apprendre à respecter les autres, apprendre à vivre en harmonie.
- e. L'éducation au fil de la vie : la vie doit être réglementée, ne pas se disperser dans les maisons closes et les salles de jeux, ne pas consommer de drogue, de tabac ni d'alcool, faire du sport ... Il faut respecter l'heure, la parole donnée, les vertus, la loi.
- f. La culture générale : il faut toucher à toutes les connaissances générales telles la géographie ou l'histoire et surtout s'intéresser particulièrement à la culture humaniste, bien l'approfondir,

améliorer sa personnalité, s'ouvrir l'esprit, élargir son champ de vision.

- g. L'éducation de la pensée : les pensées doivent être droites et correctes ; il faut apprendre à endurer, à se repentir, se corriger, et sans cesse progresser vers une vie nouvelle.
- h. L'apprentissage des vertus humaines : prendre pour but la compassion, prendre comme modèles les bouddhas et bodhisattvas ; utiliser les trois études comme bases du dharma, et l'intelligence, la bonté, le courage comme boussoles ; il faut ne jamais cesser d' « imiter les sages ».
- i. L'apprentissage de la morale: Que ce soient les quatre axes, les huit vertus du Confucianisme, la sérénité et le laisser-faire du Taoïsme, les cinq préceptes, les dix bons actes, les quatre vertus cardinales, les six paramitas du Bouddhisme, il faut tous les apprendre et les pratiquer.
- j. En quête d'un homme parfait : il faut trouver son Eveil, sa Raison, l'esprit autodidacte, la force de se vaincre soi-même, se poser sans cesse des questions comme les maîtres « Chan » et surtout essayer de savoir d'où l'on vient et où on va.

8. Les dix règles comportementales dans le domaine de la foi.

- a. Entre ordonnés et laïcs, il ne doit pas exister de relations à titre onéreux, ni s'emprunter de l'argent l'un l'autre, afin d'éviter les polémiques qui peuvent perturber les relations amicales.
- b. Les relations entre les ordonnés et les laïcs doivent être basées sur le savoir correct et vision correcte ; les problèmes des ordonnés doivent être réglés au sein du Sangha. Ne pas héberger un ordonné solitaire sans raison impérieuse pour ne pas détruire l'harmonie du Sangha et risquer de commettre les

cinq péchés mortels. Protéger un moine fautif est aussi grave qu'enfreindre un précepte.

- c. Les dissensions entre membres Foguang doivent être réglées par « Les sept règles pour arbitrer les querelles » établie par la BLIA.
- d. Pratiquer les prières matin et soir, être persévérant; prendre congé un jour par semaine, ou s'isoler une demi journée pour la pratique personnelle.
- e. Réciter un texte de « Prières de Foguang » chaque jour, émettre un vœu, se réfugier aux trois joyaux, se transcender soi-même.
- f. Croire à la loi des causes et effets, admettre la notion de l'impermanence et de la vacuité, comprendre la coproduction conditionnelle, suivre les nobles sentiers octuples.
- g. Le bouddhisme-humaniste utilise le dharma dans la vie de tous les jours, il faut avoir une croyance permanente dans la vie : les cérémonies et événements tels le mariage, l'enterrement, un déménagement ... peuvent être organisés à la manière bouddhiste. Rien ne doit être exagéré, éviter le gaspillage, ne pas être superstitieux et s'attacher à Feng-Shui ou à l'heure, savoir que, avec un cœur bon, tous les jours sont des jours fastes, tous les lieux sont des lieux favorables.
- h. Dans la vie, il faut préparer à l'avance la voie de la pratique du dharma, comme la prise de refuge, la soumission aux cinq préceptes, la retraite des huit préceptes, l'ordination temporaire, ou la participation à des activités bénévoles.
- i. Pendant les repas (réunion ou fête), montrer qu'on est bouddhiste, ne pas pousser les autres à consommer de l'alcool, ne pas s'enivrer. Si nécessaire, remplacer l'alcool par du thé (avec pour principe de ne pas être ivre).

- j. Pour les donations, il faut les faire suivant ses capacités et avec joie, sans se créer de soucis, de problèmes ou de regrets. Il faut choisir de préférence des organisations mondialement connues dans les domaines éducatifs, culturel, de charité, de culte, comme références de notre « champ de bonheur ».

II. Règles particulières à l'usage des ordonnés (20 articles)

1. Respecter les quatre préceptes fondamentaux : ne pas tuer mais protéger la vie, ne pas voler mais donner, ne pas se mal conduire sexuellement mais respecter autrui, ne pas mentir mais être loyal ; toujours considérer la règle « faire bénéficier tous les êtres vivants » comme un but à poursuivre durant toute la vie.
2. Ne pas vivre aux dépens de Bouddha et faire vœu d'aider tous les êtres vivants. Les relations avec les laïcs doivent rester neutres, il faut s'attacher à la compassion, au Bodhi et à l'auto délivrance.
3. Suivre fermement la règle des « Quatre fausses croyances à éviter » ; ne pas croire aux religions hétérodoxes, ne pas lire de livres malsains, ne pas côtoyer de gens pervers, ne pas participer à des mouvements ou activités immoraux.
4. Etre un ordonné rempli de dharma et ainsi rejeter l'orgueil, accepter les réprimandes même injustes ; travailler consciencieusement, apprécier la sainte récompense; faire vœu de charité, aimer le bouddhisme ; conserver la pure croyance, suivre la vraie pratique ; corriger les mauvaises habitudes, cultiver les bons principes ; supprimer la jalousie, élargir sa capacité d'esprit ; ne jamais être méprisant mais se détacher du monde des hommes ; apprendre assidûment, aider les autres ; être économe, savoir se contenter de peu ; savoir

s'auto discipliner, ne pas se laisser aller ; ne pas se disputer, ne pas garder rancune ; ne pas trop s'impliquer dans les relations familiales, rechercher l'affirmation intérieure.

5. Cultiver les « Dix pensées de négation » : être riche sans avoir besoin de fortune, avoir sans demander, cultiver la bienveillance sans entretenir de relation particulière, éprouver la joie sans la désirer, avoir un toit sans posséder de maison, avoir un gîte sans exiger de confort, une foule sans individualisme, un cœur sans regret, acquérir la sagesse sans laisser aucun savoir lui barrer la route, agir sans attendre de récompenses.
6. Ne pas avoir de relations particulières avec certains disciples : Tous doivent être également considérés; ne pas faire de collecte privée, ne pas solliciter de recommandation. De même, ne pas posséder d'argent à titre personnel, ne pas construire de temple privé, ne pas acquérir de propriété privée, ne pas avoir de disciple personnel, se contenter de la nourriture de tous, ne pas avoir de relations financières privées, ne pas passer la nuit chez le disciple, ne pas différer le rasage journalier, ne pas déshonorer le Sangha.
7. Respecter les règles de comportement des membres de Foguang : « Créer en équipe, construire avec méthode, ne rien faire à l'encontre de l'enseignement de Bouddha, ne s'appuyer que sur le dharma ». Ne pas développer d'objectif personnel. Il faut garder présente à l'esprit la devise du bouddhisme humaniste de Foguang : « L'honneur appartient à Bouddha, le succès appartient à tous, le profit appartient au Sangha, Le succès appartient à Dana ».
8. Accepter les changements de poste, les évaluations, les félicitations, les punitions, les tests, avec une totale égalité d'humeur. Toujours se rappeler : « D'abord le bouddhisme,

ensuite moi-même ; d'abord le Sangha, ensuite moi-même ; d'abord les autres, ensuite moi-même ; d'abord les disciples, ensuite moi-même ».

9. Il faut cultiver la compassion, donner aux gens la confiance, la joie, l'espérance et le dévouement, ne pas être partial.
10. Ne pas abuser des bénévoles, ne pas en exiger de travail quelconque ; il faut les respecter, les améliorer, les transcender, leur donner des occasions de se développer dans le futur.
11. Il faut avoir bon caractère, ne pas s'éloigner du groupe, ne pas « faire bande à part » ; ne pas flatter les riches, ne pas sortir à deux ou en petit groupe de deux ou trois ; la vie monacale est une vie de groupe, l'esprit du Sangha est de vivre en harmonie avec tous.
12. Ceux qui veulent suivre des études supérieures peuvent introduire une demande et doivent recueillir l'approbation du service hiérarchique concerné ; ne pas profiter de l'occasion de suivre des études pour perdre sa personnalité d'ordonné.
13. Ne pas se contenter des tâches spécifiques aux services religieux pour propager le dharma. S'orienter de préférence vers des voies telles que : professeur, infirmier, instituteur, professeur de musique, de dessin, de langue, de littérature ; administrateur, maître de conférence, rédacteur, écrivain, membre d'équipe de charité, pratiquant de méditation ou de pensée pure.
14. Etre modeste et sobre, ne pas imposer son autorité, ne pas réprimander les disciples, ne pas critiquer les anciens ; ne pas laisser l'adoration, le respect ou les dons des disciples t'aveugler et dévoyer ta conduite.
15. Avoir un esprit ouvert, une personnalité noble, une connaissance élargie, un cœur stable ; il faut élargir, surpasser et transcender l'étroitesse des sentiments en cultivant l'amour de la lecture,

du dévouement, de la pratique du dharma, des hommes, du Sangha, du bouddhisme, de la propagation du dharma.

16. Il faut garder la noble attitude du maître, ne pas parler vulgairement, ne pas élever la voix, ne pas être fébrile ou vaniteux et ainsi trahir la confiance des gens. Ne pas dire de choses inutiles, avoir plutôt des pensées justes ; au sein du Sangha, ne pas critiquer ou se plaindre des problèmes internes.
17. Ne pas prendre ses désirs personnels comme objectif pour mener son comportement dans la vie ; ne pas engager le Sangha dans une mauvaise voie ; il faut avoir l'esprit d'unité entre le bouddhisme, le Sangha et soi-même.
18. Il vaut mieux être soucieux, humble et simple que se croire supérieur, blesser le Sangha et salir la sainte religion.
19. Il faut faire tous les travaux consciencieusement et cultiver une âme vigoureuse ; il faut faire un vœu « Propager le dharma est mon travail quotidien, faire bénéficier les autres est mon entreprise », ne pas se complaire dans l'oisiveté.
20. Ne pas entretenir de relations avec ceux que le Sangha a exclus, ce ne serait bon, ni pour eux ni pour soi-même.

Un jour, j'étais en séminaire avec les étudiants du collège de garçons à Foguangshan. J'ai soudainement pensé que dans la société, l'homme ne peut pas vivre seul mais qu'il a besoin de mener une vie associative avec les autres. Cela vaut tout particulièrement pour les étudiants qui se consacrent au bouddhisme et qui, comme tels, doivent être encore plus attentifs à la cohabitation avec les autres car, « Le dharma se trouve dans chacun de nous », « Le dharma se trouve dans le respect ». Aucun de nous ne peut négliger ceux qui nous entourent et qui nous aident. Comme « l'indulgence

permet la tolérance, la bonté permet l'endurance ». Nous vivons dans la société : Si nous voulons gagner le respect d'autrui et être accepté par les autres, nous devons d'abord nous améliorer nous-mêmes. De cette inspiration, j'ai retiré les vingt « **le plus grand dans la vie** », en espérant qu'ils puissent devenir l'aide-mémoire des disciples bouddhistes. Je les présente ici également pour les soumettre à votre examen :

Les vingt « le plus grand dans la vie »

1. Le plus grand ennemi dans la vie est soi-même.
2. La plus grande maladie dans la vie est l'égoïsme.
3. La plus grande tristesse dans la vie est l'ignorance.
4. La plus grande erreur dans la vie est la vision perverse.
5. Le plus grand échec dans la vie est l'orgueil.
6. La plus grande source de souci dans la vie est le désir.
7. La plus grande ignorance dans la vie est de reporter l'erreur sur les autres
8. La plus grande anxiété dans la vie est la mort.
9. La plus grande faute dans la vie est d'agresser autrui.
10. La plus grande source de dérangement dans la vie est le commérage.
11. La plus grande vertu dans la vie est la compassion.
12. Le plus grand courage dans la vie est de reconnaître ses erreurs.
13. La plus grande récolte dans la vie est la satisfaction.
14. La plus grande source d'énergie dans la vie est la croyance.
15. La plus grande possession dans la vie est la gratitude.
16. Le plus grand savoir-vivre dans la vie est la tolérance.
17. Le plus grand capital dans la vie est le respect de soi.
18. La plus grande joie dans la vie est la joie du dharma.

19. Le plus grand espoir dans la vie est la santé.
20. Le plus grand vœu dans la vie est d'aider les autres.

Les vingt « **le plus grand dans la vie** » veulent être un recueil de conseils sur le chemin de la vertu mais en réalité, ils sont aussi les préceptes du Bouddhisme-humaniste. Celui qui ne parvient pas à les mettre en pratique n'est donc pas un vrai bouddhiste.

Etre un vrai bouddhiste ne signifie pas seulement lire tant de sutras ou prononcer tant d'oraisons chaque jour : L'important est de mettre en pratique le dharma dans la vie, d'utiliser le dharma pour guider notre pensée et notre comportement, puis en faire bénéficier les autres. Et de considérer cela comme une tâche quotidienne, comme partie intégrante et nécessaire de notre ascèse personnelle.

L'ascèse personnelle est la méthode de non-dualité destinée à améliorer la personnalité et perfectionner la vertu. Dans « **les livres de cours Foguang** », j'avais énuméré « les cent clés de l'ascèse personnelle », je les rappelle ici pour permettre aux disciples bouddhistes de les examiner :

1. **Les vingt cinq clés de l'ascèse personnelle qui mène à la dignité d'homme.**
 - a. Supporter une phrase insultante, patienter un moment, reculer d'un pas, pardonner une offense, voilà une des clés de l'ascèse qui mène à la dignité d'homme.
 - b. Savoir dire : « C'est toi le grand et moi le petit », « C'est toi qui possèdes et non moi », « C'est toi qui es juste, moi je suis dans l'erreur », « C'est toi qui es bon, moi je suis mauvais », voilà une des clés de l'ascèse qui mène à la dignité d'homme.
 - c. Faire un don modeste chaque jour avec persévérance, remercier la société, voilà une des clés de l'ascèse qui mène à la dignité d'homme.

- d. Ne pas s'approprier le mérite de la réussite, partager les honneurs avec les autres, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- e. Aider les gens, en fonction du plaisir et des conditions, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- f. Féliciter les gens, leur apporter confiance et joie, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- g. Pour la Patrie, se dévouer soi-même, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- h. Avec les amis, ne pas être rancunier, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- i. Face à soi-même, ne pas oublier ses débuts, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- j. Face à la société, apprendre à s'adapter sans changer soi-même, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- k. Ne pas comparer, ne pas calculer, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- l. Côtayer les gens avec le sourire, régler les problèmes avec politesse, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- m. Ne pas faire cas des agressions, être tolérant, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- n. Rester silencieux et ne pas répondre aux insultes, rester calme face aux échecs, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- o. Ne pas en vouloir à ceux qui te jaloussent, penser aux bons côtés de ceux qui te calomnient, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.

- p. Ne pas agresser autrui pour un quelconque profit, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- q. Ne pas se moquer des autres par plaisir, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- r. Ne pas attaquer les gens par jalousie, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- s. Savoir te blâmer toi-même comme tu auras blâmé les autres, et pardonner aux autres de la même façon que tu te seras absout toi-même, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- t. Nouer de bonnes relations, faire sans cesse de bonnes actions, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- u. Ne pas blesser les gens pour protéger ses ambitions personnelles, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- v. Apprendre à se détacher, accepter les conseils avec humilité, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- w. Se comporter avec sincérité et honnêteté, ne pas attendre les récompenses, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- x. Etre attentif aux besoins d'autrui, participer aux activités bénévoles, voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.
- y. « Chose promise, chose due », voilà une des clés de l'ascèse qui conduit à la dignité d'homme.

2. Les vingt cinq clés de la « pratique ascétique de la vie »

- a. Avant les repas, pratiquer les trois oraisons et les cinq observations, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- b. Ordonnancer les actes de la vie quotidienne, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- c. Aimer et protéger les fleurs et les plantes, les arroser et les soigner, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- d. Etre discret, ne pas déranger la tranquillité d'autrui, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- e. Garder la dignité dans nos comportements, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- f. Fuir le tabac, l'alcool, le sexe, avoir une vie auto disciplinée, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- g. Conduire courtoisement, respecter la sécurité des piétons, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- h. Se retirer au moins un jour par mois pour pratiquer le dharma, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- i. Réaliser chaque jour un acte émouvant, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- j. Chaque jour, aider autrui à faire quelque chose de bien sans rien demander en retour, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- k. Avant de dormir, lire un texte de confession, faire un examen de conscience, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- l. Participer au dharma service au moins une fois par semaine, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- m. Apprendre à accepter, apprendre à endurer, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- n. Chaque jour, partager la joie et la compassion avec les autres, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.

- o. Apprécier la sainte récompense, être économe, ne pas acheter n'importe quoi, acheter sans excès, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- p. Manger végétarien un jour de plus, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- q. Ne pas trop parler quand tu es heureux, ne pas reporter sur les autres ta colère, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- r. Travailler pour la communauté au moins une heure par semaine, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- s. Vivre suivant les préceptes, veiller soigneusement sur les six sens, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- t. Manger avec sobriété, savoir se contenter de peu, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- u. Ne pas en vouloir au ciel ni aux hommes quand tu es malade, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- v. Se corriger, changer, faire marche arrière, se retourner, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- w. Que ce soit le désir, l'amour, le travail, qu'ils soient corrects, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- x. Ne pas diffamer, ne pas apporter de tristesse aux autres, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.
- y. Etre bien où tu es, vivre selon les circonstances, être libre d'esprit, travailler avec joie, voilà une des clés de la pratique ascétique de la vie.

3. Les vingt cinq clés de « l'ascèse appliquée au comportement social »

- a. Vivre en harmonie avec tout le monde, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.

- b. Prendre soin des autres, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- c. Respecter la volonté du peuple, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- d. Encourager les bonnes actions des autres pour arriver à une compréhension réciproque, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- e. Initier les jeunes apprentis en leur donnant des explications, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- f. Si tu rencontres un bon maître, le suivre de près et ne pas le contrarier, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- g. Si tu rencontres un sage, capter minutieusement son savoir, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- h. S'occuper des parents et beaux parents, les aimer et les respecter, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- i. Etre fidèle à ses supérieurs hiérarchiques, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- j. Porter secours aux personnes en danger, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- k. Faire des dons suivant ses possibilités, la nécessité, le plaisir, les conditions, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- l. Comprendre la loi des causes et effets, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- m. Purifier les sentiments par la raison, les transcender par la compassion, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.

- n. Modeler les sentiments en fonction des règlements, les diriger par la vertu, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- o. Se concentrer sur une pensée juste, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- p. Ne pas dissimuler, ne pas plaider pour tes propres fautes, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- q. Ne pas tenir compte ni même écouter les commérages, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- r. Surveiller tes paroles, contrôler tes actes, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- s. Eviter les mauvaises actions, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- t. Toujours saluer les gens qu'on rencontre, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- u. Etre souriant, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- v. Donner raison à l'autre, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- w. Faire don de ses organes, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- x. Ne pas être soupçonneux ou jaloux, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.
- y. Etre humble, savoir reconnaître son ignorance, ce qu'on ne sait pas faire, ce qu'on fait mal, qui n'est pas bon, voilà une des clés de l'ascèse appliquée au comportement social.

4. Les vingt cinq clés de « l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma »

- a. Le matin, méditer le temps que se consume un bâtonnet d'encens pour purifier tes pensées, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- b. Tous les jours, lire un sutra pour améliorer l'audition, la réflexion et la sagesse, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- c. Tous les matins, réciter un texte votif pour augmenter la compassion, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- d. En n'importe quel endroit, toujours prêcher en faveur des sinistrés, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- e. Etudier consciencieusement les enseignements du dharma et ne pas reculer, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- f. Ne pas enfreindre les règlements, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- g. Ne pas laisser vagabonder son esprit, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- h. Ne pas commettre d'acte pervers, ne pas proférer de paroles mauvaises, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- i. Savoir se contenter dans la simplicité, aimer la tranquillité, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- j. Ne pas être bruyant, être sobre et apprécier le bonheur, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.

- k. Ne rien demander, persévérer, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- l. Se concentrer sur la méditation et la sagesse, ne pas se laisser duper par les flatteries, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- m. Ne pas chanter ses propres louanges, ni dénoncer les fautes des autres, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- n. Apprendre avec modestie, garder la droiture du cœur, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- o. Ne pas convoiter les objets des autres, ne pas refuser de donner les siens, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- p. Pratiquer la bienveillance, la compassion, la joie et l'équanimité, être bon envers les autres, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- q. Avoir une croyance profonde du dharma, toujours penser aux bonnes actions, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- r. Ne pas laisser s'installer l'orgueil, cultiver la modestie et la politesse, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- s. Considérer du même œil les amis et les ennemis, ne pas nourrir l'amour ou la haine, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- t. Respecter et aimer les autres comme soi-même, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- u. Etre raisonnable et objectif, ne pas imposer sa vision personnelle

des choses, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.

- v. Toujours garder la compassion, savoir s'adapter sans changer soi-même, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- w. Pratiquer le dharma suivant la vision du dhyâna, ne s'attacher ni à l'existence, ni à la vacuité, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- x. Avoir le courage de dire « je suis bouddha », voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.
- y. Emettre le bodhicitta, pratiquer la voie du bodhisattva, voilà une des clés de l'ascèse personnelle appliquée à la culture du dharma.

« Les cent clés de l'ascèse personnelle » est un tableau dressé de la juxtaposition entre le bien et le mal, un miroir qui permet de corriger les paroles et les comportements, une eau de dharma qui lave les soucis, un médicament qui guérit les maladies physiques et mentales, un professeur qui éclaire le bon chemin. L'ascèse personnelle est une Dana sans forme, où les trois conditions – le donneur, le receveur, l'objet du don – sont inexistantes, ce sont des règles comportementales que les pratiquants du bouddhisme-humaniste doivent respecter. Savoir réaliser son ascèse personnelle permet de purifier et transcender sa vie.

Ainsi, si on peut appliquer le dharma dans la vie réelle, au contact avec les autres, savoir se contrôler, se cultiver, se comporter selon les règles, respecter, tolérer et ne pas agresser autrui, on aura réalisé « la pratique passive » de la discipline ; si, en plus, on peut apporter aux autres la confiance, la joie, l'aide, le bien, ce sera « la pratique active », et ce sera alors le meilleur modèle de la vraie pratique de « la discipline du bouddhisme-humaniste ».

4. La finalité de la Discipline :

*Acquérir la bonne conduite,
accomplir l'Eveil*

Depuis toujours, c'est de la religion que naissent la plupart des grandes personnalités de la terre. De même, les chefs d'œuvre dans les domaines artistique, théâtral et littéraire ont aussi pu atteindre leurs sommets grâce à la religion. On peut dire que la religion a glorifié l'histoire de la civilisation humaine et transcendé les qualités de l'être humain. Et si la religion a pu parfaitement former le caractère de l'homme, anoblir cœur et âme, c'est grâce à la réglementation et à la pratique de la discipline.

Les disciples de toutes les religions de la terre ont leur propre discipline à respecter. La discipline du bouddhisme met l'accent sur la manière d'être un homme. Il est dit : « Bouddha initie, mais la réussite dépend de la personnalité de l'homme ». Le bouddhisme pense que c'est seulement après s'être cultivé soi-même, qu'on peut découvrir la lumière de la sagesse, et atteindre à la vérité ultime. Ainsi, un disciple bouddhiste, après avoir pris refuge des trois joyaux, doit demander à suivre les purs préceptes, car les préceptes sont les racines de l'enseignement de Bouddha:

*Les préceptes sont comme les bons maîtres :
ils peuvent nous indiquer la bonne direction
de la vie ;*

*Les préceptes sont comme les rails :
ils peuvent diriger notre conduite ;*

*Les préceptes sont comme les remparts,
ils peuvent nous aider à nous défendre des
attaques de voleurs motivés par les cinq désirs
et les six gunas ;*

*Les préceptes sont comme les gourdes d'eau,
ils peuvent laver nos souillures et notre colère ;*

*Les préceptes sont comme les réverbères,
ils peuvent éclairer notre route ;
Les préceptes sont comme le fil de l'épée,
ils peuvent couper notre avidité et nos désirs ;
Les préceptes sont comme les ornements,
ils peuvent mettre en valeur notre personnalité
et notre vertu ;
Les préceptes sont comme les barques,
ils peuvent nous transporter vers l'autre rive
du Nirvana.*

L'esprit de la discipline est de cultiver la bienveillance et la non-violence ; à l'époque, Sakyamuni Bouddha, dans sa pratique de l'état de Cause, avait « coupé sa chair pour nourrir l'aigle, donné sa vie pour protéger la progéniture de la tigresse ». C'était là une démonstration spirituelle du respect absolu des purs préceptes et de la compassion. Rappelons également l'histoire du petit novice « qui préférerait perdre sa vie et suivre les préceptes que de vivre en les enfreignant » ou le vénérable Sengqun qui « préférerait mourir de soif que chasser le canard aux ailes brisées », Maître-Chan Zhisun « se coupait l'oreille pour sauver le faisan », de même que nos anciens « laissaient les restes du repas pour les souris, et n'allumaient pas les lampes par pitié pour les papillons de nuit », de même que le modèle que montrent les actuels membres de Foguang en respectant la loi, les préceptes, l'heure, la parole donnée ... dégagent partout le parfum de vertu des préceptes.

La discipline du bouddhisme est aussi parfumée que la fleur de lotus. Les pratiquants des purs préceptes dont tous les comportements sont conformes aux règlements laissent leur parfum et leur renom dans le monde entier. Il est dit dans le *sutra de parfum des préceptes* : « Tous les fleurs et les fruits de ce monde,

ainsi que le parfum de l'encens et du santal, tous ces parfums ne se trouvent pas partout, seul le parfum des préceptes est omniprésent ».

Dans le bouddhisme, Bouddha est l'être illuminé dont la pratique des préceptes est la plus rigoureuse et la plus pure. Non seulement il est très sévère envers lui-même mais, de plus, il a instauré de nombreux préceptes tels les cinq préceptes, les bodhisattva préceptes etc. pour initier le corps et l'âme de ses disciples, c'est ainsi qu'un de ses principaux disciples, Upali, était connu pour être « le meilleur pratiquant de préceptes » ; de même que le grand Maître Daoxuan, le créateur de l'école Nanshan Luzong, celui qui a dit: « le parfum de précepte est beau et propre, la concentration est comme l'eau pure et sans ride », a été honoré pour sa persévérance dans la pratique des préceptes.

Parmi les préceptes du bouddhisme, les cinq préceptes sont similaires aux cinq « permanences » du confucianisme. Les cinq permanences sont : la bonté (*Ren*), l'honnêteté (*Yi*), la noblesse spirituelle (*Li*), la sagesse (*Zhi*), la sincérité (*Sin*) ; si nous mettons en parallèle les cinq préceptes et les cinq permanences, ne pas tuer est *Ren*, ne pas voler est *Yi*, ne pas se mal comporter sexuellement est *Li*, ne pas mentir est *Sin*, ne pas consommer de drogue est *Zhi*. Dans le modèle de la vertu bouddhiste, on utilise les règles des cinq préceptes et des dix bonnes actions pour parfaire la personnalité et anoblir la volonté, faire bénéficier les autres de la sagesse pour transcender les vertus, la vérité suprême de la vacuité du prajna des bodhisattvas pour illuminer l'esprit et retrouver sa vraie nature. Ainsi, toutes les formes de compassion partant de l'idée de faire bénéficier autrui et qui n'offensent pas l'esprit mahayana de la noblesse spirituelle, sont les ressources qui nous permettent de parfaire notre personnalité et d'atteindre le bodhi. Ainsi, faire

des donations, nouer des relations, ne pas être rancunier, rester humble, savoir protéger ses six sens, être amical sans y être invité, savoir dire ou faire les choses quand il faut et comme il faut, savoir faire bénéficier tous les êtres et les traiter d'une manière égale, cultiver les quatre formes de reconnaissance (envers tes parents qui t'ont donné la vie, envers tes maîtres qui t'ont éduqué, envers la patrie qui te protège, envers tous les autres sans qui tu ne pourrais survivre), propager le dharma, savoir accorder le respect et la tolérance, avoir un cœur doux et harmonieux, savoir complimenter, savoir protéger les idées justes, ne pas devenir de la racaille ..., sont tous des modèles de vertus bouddhistes répondant aux purs préceptes. En outre, apprendre la grande bienveillance, la grande compassion, la grande sagesse, le grand vœu, la grande conduite, le bodhicitta des bouddhas et bodhisattvas, ne pas abandonner le sauvetage des êtres qui ont commis les cinq péchés mortels et les dix mauvais actes, sont les vertus les plus fines et les plus parfaites du bouddhisme, de même que les bodhisattva-préceptes que nous devons également suivre.

Comme la discipline du bouddhisme est une auto exigence venue de notre intérieur, c'est donc une sorte d'auto discipline ; c'est une volonté personnelle de respecter les règles et de se confesser ; c'est pour cette raison que l'on peut, à partir de la purification du cœur et de l'âme, transcender notre personnalité et notre vertu. Si tous les citoyens d'un pays savent respecter les préceptes, les familles y trouveront leur modèle, la société y puisera ses lois.

Comme disait le Dr SunYatSen : « le bouddhisme est la mère de toutes les philosophies, la charité pour sauver le monde ; faire des recherches en bouddhisme peut permettre de combler les lacunes de la science ». Le bouddhisme peut, non seulement combler les lacunes de la science, mais aussi les lacunes de la loi ; la loi gère

le présent, le dharma organise le futur. Dans un pays, si l'eau des fleuves est claire en amont, l'eau en aval ne sera pas polluée ; le travail que le bouddhisme exerce dans la société est justement celui de la purification de l'eau en amont. Face aux nuisances de la société actuelle, certains, en plus de leurs angoisses, proposent d'« appliquer des peines lourdes en période difficile ». En réalité, les punitions infligées au nom de la loi n'ont que des effets temporaires, elles ne peuvent éradiquer les péchés ; ce n'est qu'en appliquant les préceptes du bouddhisme, en montrant de la bienveillance, en diffusant le dharma, en pratiquant l'auto discipline, en gardant à l'esprit la loi des causes et effets, en se confessant ... qu'on peut améliorer réellement les qualités de la société, ce qui est, là aussi, la tâche primordiale du bouddhisme-humaniste.

C'est justement parce que le bouddhisme-humaniste ne peut pas ignorer les problèmes sociaux que la BLIA, après sa création en 1992, lançait, en accord avec Foguangshan, une série d'« activités du bouddhisme-humaniste » purifiant le cœur de l'homme, tels « la campagne de la compassion et de la gentillesse », « la campagne des sept vertus », « la campagne des trois actes de bonté », « retrouver le cœur », etc., ceci, afin de propager le dharma, de changer les aspects de la société et de purifier l'esprit des hommes, et en même temps, de permettre aux membres de la BLIA de réaliser la voie du bodhisattva et la pratique de « parfaire sa personnalité et atteindre le bodhi » à travers ces activités de « purifier le cœur et, si j'ose dire, de « *dharmaniser* » le monde ».

Pour chaque campagne, j'ai toujours rédigé moi-même ce que devaient être ses principes et son esprit et fourni aux membres un certain nombre de dharmas à réaliser dans la vie quotidienne. Depuis plusieurs années, « les quatre vers (Gathas) des membres de Foguang », « les sept règles pour arbitrer les querelles », « les

articles des membres » que j'ai écrits dès la création de la BLIA, et « les cent clés de la vie » écrits il y a deux ans pour aider les disciples ordonnés et laïcs dans leur pratique, sont devenus « les règles comportementales contemporaines du bouddhisme-humaniste » suivies par les membres de Foguang. Je les présente successivement ci-dessous afin que vous puissiez les consulter :

Les activités du bouddhisme-humaniste

I. La campagne des sept vertus.

Contenu :

Information, mise en garde et prévention contre :

1. le tabagisme et la toxicomanie
2. la dépravation sexuelle,
3. la violence,
4. le vol,
5. les jeux de hasard,
6. l'alcoolisme,
7. la grossièreté en paroles.

Idée :

Pour rendre le cœur de l'homme plus pur, pour établir une société plus sereine, pour endiguer le débordement des drogues, pour renforcer les vertus, pour donner au peuple une vie paisible et bénéfique, le BLIA organise spécialement la « Campagne des sept vertus de purification du cœur de l'homme ». Cette campagne n'a pas de limite de temps ; ceux qui enfreignent ces sept vertus ne sont pas de vrais disciples bouddhistes.

II. La campagne des trois actes de bonté.

Contenu :

Faire de bonnes actions ; Dire de bonnes paroles ;
Avoir bon cœur.

Idée :

Le bouddhisme parle des « trois karmas », désignant ceux du Corps, de la Bouche et de l'Esprit. Il y a des bons et des mauvais karmas. Si les trois karmas sont purifiés alors, automatiquement le corps exerce de bons actes, la bouche prononce de bonnes paroles et l'esprit émet de bonnes pensées. C'est ainsi que le chemin de la vie sera brillant et c'est pourquoi les trois actes de bonté sont les choses les plus jolies du monde. Le BLIA, pour que ses membres puissent purifier leurs trois karmas, encourage la « Campagne des trois actes de bonté », c'est-à-dire : « Faire de bonnes actions » : transformer les actes de péché en actes bénéfiques ; « Dire de bonnes paroles » : transformer les paroles de méchanceté, de colère et de jalousie en paroles de douceur ; « Avoir bon cœur » : transformer les pensées perverses et ignorantes en des pensées remplies de sagesse et de compassion, afin d'atteindre le niveau de la perfection de la vie.

III. La campagne « Retrouver le cœur ».

Contenu :

Apprécier la vie, être humble et reconnaissant ;
Protéger la nature, économiser les ressources
naturelles et apprécier le bonheur acquis ;
Savoir se contenter, chasser l'avidité et rechercher
la vraie fortune ;
Retrouver la vérité intérieure et l'immense bonheur.

Idée :

Il est dit dans les sutras que, le corps humain est un village où cohabitent les yeux, les oreilles, le nez, la langue, le corps et le cœur. Le cœur est le maître qui commande les activités des cinq sens. Si le cœur est serein, le corps pourra vivre en paix. Pour aider le monde à « Retrouver le cœur », le BLIA organise spécialement une série d'activités appelant les gens à respecter la vie, prendre soin de la société, et surtout, appelant chaque membre de la BLIA à retrouver la compassion, la gratitude, l'humilité, le bodhi de sa nature intérieure, afin de réaliser l'objectif de « se bonifier soi-même et en faire bénéficier autrui » dans la pratique de la voie des bodhisattvas. Ceci est aussi une manière de respecter activement la discipline.

IV. La campagne de la compassion et de la gentillesse.

Contenu :

Aller dans la rue avec compassion et gentillesse ;
Appeler tous les citoyens à servir la patrie ;
Supprimer les dix mauvais actes pour développer sa propre personnalité et mettre en ordre son cercle familial ;
Faire une bonne action chaque jour pour réaliser ensemble la terre pure.

Idée :

Pour que chacun puisse « purifier son cœur et âme, réorganiser les vertus, retrouver sa conscience, intégrer la société », la BLIA crée la campagne du « Convoi de la compassion et de la gentillesse » ; tous les membres sont d'office des « personnes compatissantes et gentilles », tous, ils descendent dans les rues, sur les places, et s'adressent à tout leur voisinage en semant sans cesse les semences de la compassion et de l'amour et en appelant tout le monde à

« faire une bonne action chaque jour, dire davantage de paroles douces, faire davantage de choses gentilles », afin de laisser à nos enfants une terre pure, une société harmonieuse et une vie parfaite et sans contrainte.

Les contenus de ces campagnes sont basés sur les principes imitant les « cinquante-trois demandes de conseil » de l'esprit des bodhisattvas, aussi les « cinquante-trois demandes de conseil de l'homme-bon contemporain » suivants sont devenus les joyaux familiaux des « personnes compatissantes et gentilles ».

Les cinquante-trois demandes de conseil de l'homme-bon contemporain (BLIA – les joyaux familiaux des hommes compatissants et gentils)

1. Tous les actes négatifs sont à éviter, tous les actes positifs sont à effectuer.
2. D'abord les autres, ensuite moi-même.
3. Sévère envers soi-même, indulgent envers autrui.
4. Vivre en harmonie avec son voisinage, partout purifier la terre.
5. Servir la société avec bienveillance et résolution.
6. Conduire avec « fair play », respecter les signalisations.
7. Savoir laisser passer les autres, sans se presser.
8. Avoir pitié des autres, être attentif aux paroles et aux actes.
9. La bienveillance, la compassion, la joie sympathique, l'équanimité, sont les plus grandes fortunes du monde.
10. Etre reconnaissant.
11. Vivre en harmonie avec tout le monde.
12. Eviter les méchants, suivre les gentils.
13. Faire de bonnes actions avec grand cœur.
14. Parler avec sincérité, écouter avec patience.

15. Compare son cœur avec le tien, et vous vous rapprocherez davantage.
16. Respecter l'heure, mieux vaut tôt que tard.
17. Ne pas être orgueilleux envers les maîtres, ne pas contrarier les parents.
18. Etre modeste et poli.
19. Ne pas te laisser éblouir par des cadeaux pour pouvoir garder la tête haute.
20. Ne soupçonne pas, ne sois pas jaloux et tu n'auras ni peur, ni souci.
21. Boire ou conduire, il faut choisir.
22. Un bon ami ne pousse pas à boire.
23. Ne pas emmener les soucis au lit et ainsi obtenir sérénité et longévité.
24. Savoir pardonner les fautes involontaires, on peut ainsi cultiver les joies et éloigner les ennuis.
25. Faire un don de dix yuans chaque jour, c'est un acte de charité et d'affinité.
26. Garder toujours le sourire, laisser s'envoler les soucis.
27. Les bonnes paroles sont des offrandes, les félicitations sont de bons parfums.
28. Faire don de ses organes est une preuve de grand amour.
29. La compassion est une non-violence ; la générosité est une non-avidité.
30. Quand tu sors, il faut dire où tu vas, pour ne pas inquiéter tes proches.
31. La pire perversion est sexuelle, la meilleure vertu est l'amour filial.
32. Quand on a la noblesse spirituelle, on ne commet pas d'actes pervers ; quand on a la sincérité, on ne commet aucune tromperie.

33. Ne pas se perdre dans les boites de nuit, ne pas fréquenter les casinos.
34. Penser à faire de bons actes partout, et être des hommes bons à tout instant.
35. Ne pas calomnier, ne pas écouter les calomnies.
36. Cultiver l'honnêteté, apprendre à coexister avec autrui.
37. Créer l'affinité avec joie, vivre en harmonie et sans renâcler.
38. Prendre soin des handicapés et des pauvres, c'est là, la tâche des grands hommes.
39. Protéger ensemble l'environnement, faire baisser la pollution.
40. Abandonner partout les détritrus est une conduite honteuse.
41. Quand on se sent bien, la chaumière est une demeure solide ; quand on sait se satisfaire, la terre est immense.
42. Que tout le monde fasse du bénévolat, ainsi toutes les familles seront prospères.
43. Le pardon est un bon remède, la donation apporte la joie.
44. Aider les prisonniers, c'est la pratique de l'honnêteté et de la bonté.
45. Ne pas s'affoler, penser davantage aux autres.
46. Acheter et lire tous les jours de bons livres.
47. Penser avec la compassion, mettre les autres à l'aise.
48. Si tout le monde a bon cœur, la société sera chaleureuse.
49. Considérer les pauvres et les malades comme tes parents, les jeunes et les faibles comme tes enfants.
50. Tu souris, je souris, nous vivons dans la bonne humeur.
51. Tu es gentil, je suis gentil, nous vivons en harmonie.
52. Tu parles bien, je parle bien, l'ambiance sera bonne.
53. Tu cèdes le passage, je cède le passage, toutes les routes seront des boulevards.

Les quatre vers (Gâthâ) des membres de la BLIA

Contenu :

Que la bonté, la compassion, la joie et l'équanimité règnent dans la Dharmadhatu,

Que nous apprécions notre bonheur, nos relations et puissions en bénéficier, dans le ciel et ici-bas ;

Que la méditation, la chasteté, et la discipline nous mènent à la magnanimité universelle,

Que notre grand vœu soit exaucé en toute humilité et gratitude.

Idée :

Depuis la création de la BLIA, tous les membres de Foguang doivent réciter ces quatre vers avant chaque repas, avant les Parinamana des prières du matin et soir. Le contenu de ces quatre vers couvre tous les dharmas : D'abord, il faut cultiver les quatre attitudes vertueuses (la bonté, la compassion, la joie et l'équanimité), puis savoir apprécier le bonheur que nous possédons et créer de bonnes relations avec autrui afin de l'en faire bénéficier là-haut et ici-bas ; que nous soyons de l'école de Chan, de la Terre Pure ou de Vinaya, nous devons posséder l'esprit d'égalité et la sagesse de la tolérance, et aussi nourrir l'humilité et la gratitude, et sans cesse prononcer le grand vœu d'accomplir la voie du Bouddha. En ceci réside la pratique fondamentale d'un membre de Foguang.

Les sept règles pour arbitrer les querelles.

Contenu :

1. Chaque partie plaide une fois, le conflit est ensuite tranché par les supérieurs hiérarchiques.
2. Si quelqu'un est accusé, il se défend lui-même, seul ; il est seul responsable devant les trois Joyaux et sa conscience.

3. Si un membre montre par des paroles et des actes insensés qu'il a l'esprit troublé, il faut attendre qu'il se calme, puis lui demander de se confesser devant Bouddha.
4. Le fautif doit reconnaître lui-même ses erreurs, et doit présenter ses regrets à celui à qui il a causé des torts ou à son maître.
5. Si le fautif ne veut pas reconnaître ses erreurs, ni regretter ses actes, il sera exclu de l'assemblée, ou de son poste et ce, définitivement..
6. Si le conflit ne s'est pas réglé amicalement entre les deux parties, il sera tranché par le comité composé de cinq à sept grands maîtres, statuant à la majorité des voix.
7. Après l'arbitrage, les deux parties reconnaissent leurs erreurs, se saluent, et tout redevient normal.

Idée :

Le monde actuel est rempli de conflits et de frustrations. Les membres de Foguang, grâce à l'enseignement du dharma, peuvent cohabiter plus harmonieusement. Mais, comme nous vivons en société, là où il y a des hommes, il y a des commérages et des heurts. C'est pour cette raison que, dès la création de la BLIA, j'ai tout de suite posé en principes les « sept règles d'arbitrage » afin d'harmoniser les relations des disciples entre eux. Ceux qui ne les respectent pas, ne sont pas de vrais disciples bouddhistes.

Les pensées créatives et le contenu spirituel de la BLIA

I. Les pensées créatives de la BLIA

Suivre les enseignements de Bouddha, respecter les trois joyaux; propager le Dharma, en faire bénéficier tous les êtres, éveiller le monde, éduquer le peuple.

Développer le bouddhisme vivant, créer la terre pure Foguang ; pratiquer d'une manière réelle dans la vie, aider les gens avec compassion.

Suivre scrupuleusement les règles du Dharma, harmoniser les dharmas des cinq véhicules ; pratiquer les trois Etudes, perfectionner la personnalité.

Développer le caractère universel, mettre l'accent sur les œuvres culturelles et éducatives ; élargir le cœur et l'esprit, prendre soin, tant des autres que de moi-même.

II. Les « règles à respecter » des membres de Foguang

Nous honorons respectueusement les trois joyaux, nous œuvrons pour que le dharma soit éternel et que la lumière de Bouddha soit universelle.

Nous croyons au bouddhisme humaniste, nous voulons une vie féconde et une famille heureuse.

Nous mettons notre foi en pratique dans la vie quotidienne, nous nourrissons le respect en tout temps et en tout lieu.

Nous suivons la bonté, la compassion, la joie et l'équanimité, nous faisons de bonnes actions et nous corrigeons notre corps et notre esprit chaque jour.

Nous respectons tous les membres Foguang, nous les accueillons et les reconduisons avec joie.

Nous possédons le savoir et la vision justes, nous explorons notre propre nature du Prajna.

Nous éprouvons la joie et la paix du Dharma, nous écartons les soucis et éloignons l'ignorance.

Nous prononçons le vœu d'aider tous les êtres vivants, et de créer la terre pure pour le bien de l'humanité.

III. Les caractères des membres de Foguang

La BLIA possède le caractère fondamental de la foi.

La BLIA possède le caractère spécial de l'universalité.

La BLIA possède le caractère d'adaptation à l'esprit contemporain

La BLIA possède le caractère de la grandeur internationale.

IV. Ce qu'est la BLIA

La BLIA est un groupe social qui soutient l'idée de compassion et de tolérance.

La BLIA est un groupe social qui promeut l'égalité de tous les êtres vivants.

La BLIA est un groupe social qui respecte la vie familiale.

La BLIA est un groupe social qui prend en considération le bonheur de la société.

V. La mission des membres de Foguang

Propager le dharma dans une vision universelle.

Donner à la vie un caractère humaniste.

En faire bénéficier le monde avec compassion.

Faire la différence entre le bien et le mal avec sagesse.

VI. Le but des membres de Foguang

Propager le bouddhisme-humaniste.

Edifier la terre pure Foguang.

Purifier le cœur de l'homme.

Réaliser la paix dans le monde.

VII. L'espoir des membres de Foguang

Trouver la foi pour soi-même.

Faire des sacrifices pour la famille.

Apporter la compassion à la société.

Donner un sens à la vie.

Apporter des mérites aux lieux de culte.

Apporter, à tous les êtres vivants, de bonnes affinités.

Former de grands vœux pour l'avenir.

Apporter la lumière dans le monde.

VIII. L'attitude sentimentale des membres de Foguang

Même quand ils sont retirés, ils pensent à la société.

Même quand ils sont dans leur pays, ils contemplent le monde.

Même quand ils sont au sein de leur lieu de culte, ils pensent à faire profiter tout le monde.

Le paradis est bien, mais la terre est mieux.

Le Dharmadhatu est sans borne, mais la famille prime sur lui.

Le rencontre d'aujourd'hui est aussi important que l'immense éternité.

IX. Les tâches des membres de Foguang

Encourager l'approfondissement du bouddhisme.

Inciter au développement des activités culturelles et éducatives.

Organiser des campagnes d'utilité sociale.

Développer l'éducation bouddhiste.

Promouvoir l'enseignement du dharma d'une manière internationale.

Réaliser la terre pure pour l'humanité.

X. Les orientations des membres de Foguang

Des disciples ordonnés vers les disciples laïcs.
Des lieux de culte vers la société.
De l'apprentissage pour soi vers le profit pour les autres.
De l'état passif à l'état actif.
Du disciple au professeur.
Du pays d'origine à la terre entière.

XI. L'esprit des membres de Foguang

Les quatre grands bodhisattvas sont nos modèles.
La compassion, la sagesse, le vœu et la pratique sont nos forces.
Le Prajna et la discipline sont nos maîtres.
S'éveiller soi-même puis éveiller les autres, voilà notre serment.

XII. Les traits de caractère des membres de Foguang

Le caractère international de la relation entre les autres et moi.
Le caractère humaniste du Dharma.
Le caractère futuriste pour l'esprit.
Le caractère universel de la réglementation.

XIII. Comment devenir membre de Foguang

Etre citoyen de la terre et savoir coexister avec les autres.
Etre compatissant.
Avoir la sagesse.
Avoir la force de la tolérance.
Savoir donner.
Etre un disciple à l'esprit purifié.
Etre un homme heureux.
Etre un homme harmonieux.

XIV. Les quatre « Bon » des membres de Foguang

Avoir « bon » cœur.

Dire des « bonnes » paroles.

Faire des « bonnes » actions.

Etre un « bon » homme.

XV. L'évolution souhaitée par les membres de Foguang

Que tous deviennent de bons « membres de Foguang ».

Que tous forgent des « familles Foguang ».

Que tous développent des « environnements Foguang ».

Que tous créent la « Terre pure Foguang ».

XVI. Ce à quoi les membres de Foguang doivent prêter attention

Il faut honorer la sublimation du « Foguang Day »
(la journée Foguang).

Il faut universaliser le signe du « Lotus Hand » (la main du lotus).

Il faut pratiquer la récitation des quatre vers.

Il faut participer aux classes pour devenir des « maîtres de lecture » (missionnaires).

Il faut prendre l'habitude de porter l' « uniforme Foguang ».

Il faut respecter l'esprit des « Principes de Foguang ».

Il faut savoir chanter le sens profond de la « Chanson de Foguang ».

Il faut réaliser la pratique de « Samadhi Foguang ».

Il faut lire le contenu du « livret de membre ».

Il faut connaître l'insigne de la BLIA.

Il faut comprendre les articles du « Statut de l'organisation ».

Il faut développer l'esprit des « Caractéristiques Foguang ».

XVII. Comment les membres de Foguang cultivent-ils des mérites vertueux ?

Par les dix offrandes.

Par les quatre vœux universels.

Par les quatre vertus cardinales (*Catuh-samgraha vastu*).

Par les six méthodes de perfection (*Paramitas*).

Par les nobles sentiers octuples (*Aryamarga*).

Par les sept grâces sacrées (*Saptadhana*).

XVIII. Comment les membres de Foguang réalisent-ils des affinités ?

Par la joie des richesses pures.

Par le mérite vertueux des bonnes paroles.

Par le dévouement et les bonnes actions.

Par l'enseignement et les techniques.

XIX. Les six « Cœurs » des membres de Foguang

Les membres de Foguang doivent avoir un cœur plein de sagesse et de subtilité

Les membres de Foguang doivent avoir un cœur plein de compassion et d'amour

Les membres de Foguang doivent avoir un cœur rempli de grands vœux

Les membres de Foguang doivent avoir un cœur plein d'humilité

Les membres de Foguang doivent avoir un cœur persévérant

Les membres de Foguang doivent avoir un cœur fidèle.

XX. Comment les membres de Foguang éduquent-ils leurs enfants ?

- En leur apprenant à croire et à accepter.
- En leur inculquant la politesse.
- En leur donnant envie de protéger les vies.
- En leur apprenant à être travailleurs.
- En leur enseignant la vertu de la gratitude.
- En leur apprenant à reconnaître le Dharma.
- En les formant à la vie en groupe.
- En leur inculquant les fondements de la foi.

XXI. Les conditions nécessaires pour un « maître de lecture » (missionnaire)

- Posséder le savoir juste et la juste vision.
- Avoir parfaite confiance en les Trois Etudes.
- Comprendre la loi des causes et effets.
- Avoir les idées cohérentes.
- Posséder la compassion, l'harmonie, la pureté.
- Posséder mérites et vertus.
- Savoir s'adapter en toute circonstance.
- Avoir la parole aisée.
- Avoir un bon charisme.
- Parler d'une voix sincère.
- Pratiquer les cinq préceptes.
- Avoir une famille harmonieuse.

Toutes les caractéristiques, les principes, l'esprit, les orientations, les objectifs ... de la BLIA cités ci-dessus sont principalement destinés à permettre à tous les membres de mieux connaître la BLIA, et à pouvoir développer ensemble l'association, en suivant

tous les mêmes orientations.

Depuis sa création, la BLIA organise une assemblée mondiale une fois tous les deux ans seulement, mais les associations et les sous-associations locales se réunissent fréquemment. A chaque assemblée, il y a un ordre du jour, et il faut toujours relire les « principes des membres de Foguang », ceci afin de rappeler à chacun qu'il faut toujours penser à réaliser les objectifs de la BLIA : avoir foi en les Trois Joyaux, propager le Dharma, respecter les bons principes en ce qui concerne la vie personnelle et familiale, les comportements dans la vie quotidienne, dans les activités sociales, dans la pratique personnelle et la communication entre membres ... Surtout, en tant que membres de Foguang, nous devons garder le vrai savoir et la juste vision, car le but pratique de la BLIA est de : « démontrer la joie et la paix Dharma, éradiquer définitivement les soucis et l'ignorance, émettre le vœu d'aider tous les êtres et créer la terre pure humaniste ». Si tous peuvent réaliser ceci et le mettre réellement en pratique, il est certain que l'art de vivre, l'ouverture aux autres et la voie spirituelle de chacun progresseront de façon significative.

[Les cent clés de la vie]

I. Les dix clés de la vie quotidienne

1. Chaque jour, il faut lire au moins un journal pour connaître les actualités et un bon livre pour entretenir sa culture.
2. Les périodes de travail et de repos doivent être équilibrées, les pensées et les actes doivent être justes, le réveil et le coucher ponctuels, les repas équilibrés.
3. Prendre l'habitude de faire du sport : Il faut marcher au moins cinq mille pas par jour.

4. Ecarter l'alcool, le sexe et la drogue, apprendre à se discipliner soi-même.
5. Savoir apprécier le bonheur acquis, être économe, ne pas gaspiller, ne pas acheter sans réfléchir.
6. Prendre de bonnes habitudes, ne pas manger en dehors des repas, ne pas se mettre en colère sans raison, ce sont là les meilleurs moyens pour garder une bonne santé.
7. Avant chaque repas, il faut réciter les trois commandements et penser aux cinq méditations.
8. Dans la vie, il faut faire l'expérience de « Alms Procession¹ », c'est aussi une manière autonome de voyager.
9. Durant la vie, il faut, au moins une ou deux fois, donner tout ce qu'on a aux autres, pour éprouver et comprendre la sensation de ne rien posséder.
10. Savoir saisir le temps, bien utiliser l'espace, apprécier l'harmonie entre les hommes ; les trois étant réunis, votre venue au monde n'aura pas été inutile.

II. *Les vingt-quatre clés pour être un homme*

1. C'est en se rendant utile aux autres que l'homme confirme sa richesse intérieure et sa propre valeur ; l'homme doit apprendre d'une manière dynamique pour perpétuer l'histoire.
2. Il faut impérativement comprendre la notion des causes et effets et savoir ce que sont la pauvreté et la richesse, le malheur et le bonheur.
3. Posséder le juste savoir et la juste vision ; ne pas répéter ce que disent les autres, ne pas se laisser mener « par le bout du nez »

1. Chaque jour, les ordonnés sortent en procession. Munis de leur bol, ils récoltent auprès des fidèles, leur nourriture du jour.

4. Il faut bâtir sa propre confiance, ses propres promesses, ses propres objectifs.
5. Dans la vie, il faut avoir au moins trois licences : permis de conduire (voiture, bateau, avion, train ...), qualification en cuisine, électricité, plomberie, comptabilité, informatique, dactylographie, médecine et soins infirmiers, enseignement, droit, notariat, architecture ...
6. Il faut savoir parler, écrire, écouter, lire, penser, rire, chanter, dessiner, travailler ... L'idéal serait de tout savoir, en connaître au moins la moitié est un minimum.
7. Si on fait quelque chose, il faut que le résultat soit présentable, surtout ne pas se contenter de quelque chose qui ne ressemblerait à rien.
8. Ne pas envier ce que possèdent les autres, ne pas être avare de ce qu'on possède ; avec du courage, tout peut réussir en fonction des opportunités ; par contre, pour un paresseux, « le canard même cuit peut s'envoler et disparaître ».
9. Il faut cultiver un esprit d'observation alerte, total, large, aussi parfait que possible. Il faut aussi avoir un esprit innovant, des pensées et des idées neuves, des manières nouvelles. Les pensées ne doivent pas être simplistes mais comporter plusieurs sens et plusieurs niveaux.
10. Il faut, le plus souvent possible, partager avec autrui la joie, la compassion, les honneurs et le succès.
11. Ne pas dire de commérages, ne pas les propager ni en tenir compte et surtout, ne pas se laisser entraîner par eux.
12. Savoir se discipliner, s'éveiller, se connaître ; avoir la persévérance, l'énergie, l'optimisme, le courage, la joie de donner et l'avenir en sera illuminé.
13. Savoir contrôler ses humeurs, ne pas se laisser entraîner par

elles : Toutes les décisions doivent être prises à l'aune de la raison car les humeurs sont passagères alors que la vie est longue.

14. Il faut savoir organiser son temps et l'exploiter sans le gaspiller, ce qui reviendrait à gâcher sa vie.
15. Avancer avec détermination et courage ; ne pas regretter le passé mais regarder vers l'avenir.
16. Ne pas toujours demander aux autres, s'interroger d'abord soi-même ; prendre soi-même comme exemple et ainsi pouvoir tout décider.
17. Corriger les mauvaises habitudes, bâtir l'avenir, ne pas rester à attendre l'occasion.
18. Il faut savoir trouver la joie dans le travail et aussi la transmettre aux autres.
19. Se mettre en colère ne peut résoudre aucun problème, il faut savoir garder son calme pour pouvoir vivre en société.
20. On peut ne pas être intelligent mais on ne peut être déraisonnable ; on peut ne pas avoir d'argent, mais on ne doit jamais manquer de compassion.
21. Quand on doit agir, il ne faut pas reculer, sans pour autant être impulsif
22. Il n'y a pas de chose totalement facile ou difficile en elle-même; avec du courage, le difficile devient facile, avec la paresse, le facile peut s'avérer difficile.
23. Il faut se méfier de ses impressions personnelles et plutôt s'en remettre à la sagesse collective.
24. Il faut avoir la force et la sagesse de refuser l'emprise des désirs. Eviter de résoudre les problèmes par les sentiments ; les décisions doivent être prises avec vertu et justice.

III. Les treize clés du savoir-vivre

1. Dans les questions d'intérêts, il faut penser aux autres, et ne pas les trahir au nom de tes propres intérêts.
2. Ne pas faire étalage de tes qualités ni des défauts d'autrui : Dans le monde, tout est aussi futile que nuages et fumées.
3. Quel que soit le problème posé, il faut uniquement prendre en compte ce qui est juste et ce qui est injuste sans s'attacher au profit ou à la perte éventuel(le), car justice et injustice sont socialement réglementées et acceptables, cependant que bénéfice et perte ne relèvent que de l'égoïsme.
4. Ne pas agresser les autres pour obtenir des avantages illégaux, il faut même parfois laisser les autres te dépouiller quelque peu.
5. Il ne faut pas, pour une satisfaction éphémère, se moquer des autres ; il faut savoir donner aux gens la joie et l'aide, leur dispenser les compliments et leur être agréable.
6. Il ne faut pas chercher à attaquer les autres par jalousie, il faut savoir les respecter et parfois aussi les imiter.
7. En affaires, il faut savoir planifier ; face à l'argent, il faut savoir l'utiliser ; face aux sentiments, il faut les transcender ; face aux honneurs, il ne faut pas en exagérer l'importance.
8. Il faut savoir s'adapter partout où tu es, vivre suivant les affinités, se sentir bien en toute situation, faire tout avec joie.
9. Les honneurs et les attaques existent de tout temps, il faut tout relativiser et les regarder avec détachement.
10. Il faut être généreux et magnanime, il faut savoir toujours laisser aux gens la possibilité de changer d'avis ; c'est en leur laissant un peu d'espace qu'ils pourront profiter du bon moment, et en même temps nous laisser une possibilité ultérieure.
11. Face à toi-même, il ne faut pas oublier tes débuts ; avec les amis, il faut ne pas ressasser d'anciennes querelles ; pour les

bonnes actions, il faut les faire sans y être invité ; face à la société, il faut savoir t'adapter sans pour autant te changer toi-même.

12. Il faut s'entraîner à endurer, face aux phénomènes extérieurs, il faut apprendre à les connaître, les accepter, les supporter, en prendre le contrôle, les dissoudre et les supprimer. C'est ainsi que l'on peut passer de « l'endurance commune », inégalement distribuée mais présente chez tous les êtres vivants, à la « Dharma endurance », celle que l'on acquiert quand on a compris que, par la loi des causes et effets, rien n'est permanent, pour enfin arriver à la « Bodhisattva endurance » qui est en fait, le pur détachement d'un monde de vacuités. Ainsi l'endurance sera sublimée en force et sagesse.
13. Il faut savoir supporter la pression des contraintes extérieures, et ne pas souffrir de l'existence de la pression : C'est parce qu'il y a pression qu'il y a force.

IV. Les vingt clés de « Les autres et moi »

1. Aider les autres, c'est s'aider soi-même ; prendre soin des autres, c'est s'aimer soi-même.
2. Il faut encourager les bonnes actions des autres pour arriver à un consensus ; c'est seulement en respectant la volonté du peuple qu'on peut bâtir l'avenir.
3. Face aux autres, il faut être poli ; il faut faire preuve de modestie et apprendre à supporter des accusations même injustes, il faut chercher à comprendre autrui.
4. Il faut être doux et modeste envers les autres, sympathique et affectueux, comme si tu leur apportais un souffle d'air frais.
5. Face aux hommes, il faut être consensuel, doux et pacifique ; face au travail, il faut être motivé, courageux et assidu.

6. La sincérité apporte la bonne entente, le respect apporte la concorde.
7. Quand on rencontre quelqu'un, il faut lui adresser aux moins trois phrases et rester avec lui un petit moment ; il faut être raisonnable, et toujours souriant.
8. Respecter, féliciter et tolérer sont les trois clés du savoir-vivre.
9. Ne pas trop parler quand tu es joyeux, ne pas faire supporter ta colère quand tu es mécontent.
10. Il faut savoir écouter, et profiter de la meilleure partie de ce que dit l'autre.
11. Il ne faut pas dénigrer facilement l'erreur des autres, il faut comprendre la beauté et la distinction de la discrétion et de la réserve.
12. Les reproches doivent être faits avec douceur, les critiques doivent être constructives, les admonestations doivent être progressives, les ordres doivent être donnés avec courtoisie sans jamais considérer les autres comme tes esclaves
13. Il faut toujours faire preuve de sincérité, de chaleur et de politesse ; il faut prendre l'habitude de dire « S'il vous plaît, merci, pardon ».
14. Il faut encourager les adolescents, prendre soin des personnes âgées, aider les personnes handicapées, reconforter les personnes délaissées.
15. Il faut prendre des nouvelles de ton voisinage, de tes parents et amis ; il faut s'entraider pour pouvoir vivre en harmonie.
16. Il faut supporter les parents, les beaux-parents et les aînés et guider les nouveaux et les jeunes.
17. Il faut souvent aider les gens sans demander de retour, faire davantage de bonnes actions, être un bénévole de qualité.

18. Ne pas s'attacher aux louanges, surtout ne pas se perdre, encore moins être obséquieux.
19. Toute décision doit être raisonnable, car la Raison est juste, droite et universelle.
20. Face à tout phénomène, il faut savoir faire un examen de conscience avec la force de l'auto-éveil, ne pas se lamenter, se remémorer que tout phénomène suit la loi des causes et effets.

V. *Les quinze clés de la Conduite*

1. Si quelqu'un fait de bonnes actions, dit de bonnes paroles, est respecté par les autres, ne sois pas jaloux : Essaie seulement de l'imiter.
2. Il faut savoir remercier les personnes charitables, reconnaître leurs dons et apprécier leurs bonnes actions.
3. Il faut souvent faire des actes qui émeuvent les gens et, face aux bonnes actions des autres, il faut aussi se sentir soi-même ému.
4. Sache encaisser les paroles désagréables, les accusations injustes, sache supporter les défaites et accepter les insultes, alors seulement tu pourras accepter les honneurs.
5. Il faut souffrir pour se forger : une décennie de Duskara-carya n'est pas exagérée.
6. Choisir une à trois personnes que tu considères comme modèles de ta vie et essayer de leur ressembler.
7. Dans la vie, il faut avoir quelques « bons » amis et surtout, si on a la chance de rencontrer un bon maître, il faut chercher à se rapprocher de lui, lui être fidèle et ne jamais le contrarier.
8. Il faut savoir abandonner les attachements irraisonnables et chercher à apprendre modestement les vérités universelles car, si la modestie est bénéfique, la vanité est nocive.

9. Cherche ton plus grand défaut, émetts le vœu de le corriger et réalise-le réellement.
10. « Savoir reconnaître sa faute » est la meilleure des vertus, et c'est aussi le plus grand des courages.
11. Il faut te souvenir des fautes que tu as commises et sans cesse rester vigilant pour arriver à « ne pas commettre deux fois la même faute ».
12. Quand tu dois réprimander quelqu'un, il faut d'abord t'examiner et te contrôler parfaitement avant de passer à l'acte.
13. Apprécier la vie, aimer la vie, respecter la vie, ne pas porter atteinte à la vie.
14. Ne pas laisser les sentiments t'aveugler, ne pas laisser l'argent te corrompre.
15. Il faut savoir accepter de ne pas être récompensé selon tes mérites, c'est ainsi que tu peux obtenir mieux.

VI. Les dix-huit clés de la Pratique

1. Il faut pratiquer au moins cinq minutes de méditation chaque jour, ou lire une page du recueil des « Textes de vœux de Foguang ».
2. Il faut au moins s'isoler une demi-journée par semaine, pour se ressourcer ; être végétarien un jour par mois, pour cultiver la compassion envers les animaux.
3. Tous les jours, il faut faire les trois bonnes actions.
4. Tous les jours, il faut respecter les sept vertus.
5. Croire fermement au Dharma, penser profondément aux bons agissements ; éviter les mauvaises actions, et pratiquer les bonnes.
6. « Chose promise, chose due. »

7. Il faut avoir l'humilité de reconnaître ce qu'on ne sait pas, ce qu'on ne peut pas faire, ce qui n'est pas correct, ce qui n'est pas bon dans ce qu'on fait, car l'humilité est notre couronne.
8. Prendre la joie et les bonnes actions, oublier la tristesse et les soucis, il faut faire de notre intérieur une bonne usine.
9. Où que tu sois, il faut avoir pitié des gens sinistrés, et prier pour eux.
10. Savoir « donner », c'est la vraie « richesse » ; savoir « abandonner », c'est vraiment « obtenir ».
11. Il faut savoir faire des donations en fonction des tes possibilités, des besoins, de ta volonté et des circonstances.
12. Il faut faire don de tes organes, pour que la vie se perpétue, il faut que les objets devenus inutiles puissent avoir l'occasion d'être réutilisés.
13. Il faut cultiver l'esprit : « c'est toi le grand et moi le petit, c'est toi qui possèdes et non moi, c'est toi l'heureux et moi le malheureux, c'est toi qui es juste, moi je suis dans l'erreur ».
14. Ne pas être soupçonneux, ne pas être jaloux, aider les gens à réussir, être bon envers autrui, ce sont là les mérites vertueux.
15. Ne pas faire attention à ce que tu gagnes ou tu perds, ne pas comparer ce que tu as ou n'as pas.
16. Ne pas communiquer la tristesse aux autres, ne pas emmener tes soucis au lit.
17. Il faut savoir modifier les idées, changer les caractères, faire marche arrière, se retourner.
18. « Le savoir et la pratique doivent être en harmonie », il ne faut pas faire semblant d'avoir compris alors qu'en réalité tu es ignorant.

« Les cent clés de la vie » citées ci-dessus ont été codifiées parce que les membres de Foguang sont éparpillés partout dans le monde et afin que tous puissent avoir une co-entente dans les idées et le raisonnement et que leurs pensées soient conformes à la juste vision. Ces cent clés définissent les manières ou les pensées auxquelles nous devons prêter attention afin de nous permettre de nous contrôler, nous encourager et de progresser sans cesse sur le chemin de la pratique du Dharma, et enfin, parfaire le Bodhi. La discipline peut éliminer le mal et nourrir le bien ; dans les *commentaires du Dharmagupta Vinaya*, Maître Dao-Xuan a expliqué la discipline en quatre points : l'interprétation, le corps, la pratique et la forme. C'est-à-dire que, quand une personne a accepté de suivre les préceptes instaurés par Bouddha (l'interprétation), ses corps et âme assimilent ces préceptes (le corps), il les met en pratique pour protéger et purifier les trois karmas (la pratique), et grâce aux mérites vertueux de cette pratique, son comportement et son physique irradient une certaine noblesse « l'aura » (la forme). Ainsi, une pratique pure de la discipline peut purifier nos corps et âme, faire progresser notre vertu, transcender notre personnalité, exhumer la source de notre nature de bouddha, faire de sorte que nous ne perdions pas notre foi, nous permettre d'atteindre le plus haut niveau de notre pratique et devenir les témoins et modèles de notre art de vivre. Nous voyons par là que l'importance de la discipline dans notre vie est primordiale.

Enfin et surtout, le bouddhisme est une religion qui prône l'égalité. Par exemple : « tout le monde peut devenir bouddha », « il m'est impossible de vous mépriser puisque vous pouvez tous devenir bouddhas », voilà des phrases qui montrent le respect dû à la personnalité de l'homme. Cette qualité peut être réalisée et transcendée par la pratique des préceptes : Non seulement ils

permettent d'atteindre au respect des Droits de l'Homme et au respect du Droit à la Vie, mais encore, ils ont pour but -important- de transcender la personnalité de tous les hommes de la terre dans le futur. C'est ainsi, qu'en partant de la pratique des Cinq Préceptes, des Dix Bonnes Actions, et des Trois Assemblements des Purs Préceptes des Bodhisattvas, on doit arriver à « accomplir sa personnalité », « parfaire le Bodhi », puis « en tirer bénéfice pour soi-même et les autres », « se délivrer soi-même et les autres ». Ceci est le côté précieux de la discipline bouddhiste, et aussi le but ultime de la « Discipline du Bouddhisme-humaniste » telle que nous la proposons.

Partie II

La Concentration dans le Bouddhisme Humaniste

Le sixième patriarche Huineng dans son *Sutra de l'Estrade Dhyâna* disait : « Rester libre de tout attachement envers les objets extérieurs, c'est la Méditation (Chan) ; atteindre la paix intérieure, c'est la Concentration ; ensemble, c'est le Dhyâna ». Ainsi, acquérir une liberté absolue et ne pas être troublé par les circonstances extérieures signifie Méditation. Garder l'esprit sain et réaliser la paix intérieure signifie Concentration. En fait, Méditation et Concentration sont complémentaires et inséparables. La Méditation signifie ne pas être troublé par tout les Désirs, les Gunas, les phénomènes de la vie et de la mort venant du monde extérieur ; la Suprême Concentration signifie ne pas être garrotté par les sentiments et ainsi être en mesure de réaliser la paix intérieure.

Lieu de l'exposé : Hong-Kong Coliseum

Date de l'exposé : le 9 décembre 2006

Après avoir parlé de la « Discipline dans le Bouddhisme humaniste », nous allons aborder la deuxième partie des Trois Etudes, c'est-à-dire, la « Concentration dans le Bouddhisme humaniste ».

L'homme doit acquérir la « Force de concentration » pour ne pas être troublé par les « Huit Vents » de la société, à savoir : l'Eloge et la Raillerie, la Diffamation et le Panégyrique, le Gain et la Perte, la Douleur et la Joie. Un homme qui possède la Force de concentration ne laisse germer en lui, ni joie ni colère ni tristesse ; plus profondément, il peut de plus, découvrir sa nature Prajna intérieure. Face à la vie et à la mort, il n'éprouve alors ni tristesse, ni crainte. C'est là, la vie la plus heureuse et la plus libérée de l'homme. C'est pourquoi la pratique de la « Concentration » revêt une très grande importance dans la vie humaine.

D'une manière générale, la « Concentration » et le « Chan » associés s'appellent « Dhyâna », c'est-à-dire concentration de l'esprit qui ne doit pas vagabonder afin d'arriver à un état spirituel calme et pacifique. Ainsi, il est dit dans le *Mahaprajnaparamita Sâstra* : « Le Dhyâna veut dire commander à tout esprit vagabond ». La Concentration peut stopper les affinités, apaiser les soucis, contrôler l'esprit et illuminer la voie ; c'est une méthode pour apprendre à discipliner l'esprit que l'on appelle généralement « Samadhi », « Samyaksanadhi » ou encore « Samapatti ».

« Chan » et « Concentration » ont toujours été considérés comme un seul et unique objet, c'est pour cette raison que l'étude de la Concentration est aussi celle du Dhyâna. Le « Chan » c'est ne pas être troublé intérieurement par nos pensées vagabondes, La « Concentration » c'est ne pas être perturbé par des phénomènes extérieurs ; le Dhyâna peut créer une force qui nous permet de ne pas être influencés par des circonstances extérieures, puis de

découvrir notre véritable nature intérieure et de cultiver le corps dharma de notre vie mentale cognitive et intuitive ; c'est pourquoi il est aussi appelé « racine de concentration » ou « force de concentration ».

C'est parce que le Dhyâna peut permettre à l'homme de « découvrir la sagesse à partir de la Concentration », d' « arriver à se libérer à partir de la sagesse », qu'il a toujours été une matière pratiquée couramment dans toutes les grandes écoles. Déjà à l'époque de Sakyamuni Bouddha, la pratique du Dhyâna était répandue dans tout le monde religieux de l'Inde. Après l'arrivée du bouddhisme en Chine, les grands maîtres Chan chinois ont réussi à intégrer la mystique indienne dans leur vie quotidienne, et ainsi à atteindre un niveau de concentration tel que mouvement et inertie ne sont plus qu'un. Ils ont ainsi créé le caractère spécifique du Chan chinois qui a eu une très grande influence dans la culture chinoise.

Quand on parle de Chan, on pense immédiatement à l'épisode dit « du sourire face à la fleur d'udumbara ». C'est une des légendes les plus anciennes de l'École Chan : Dans le *Sutra Lankavatara*, il est dit: Un jour, alors que, sur le Mont des Vautours, Sâkyamuni Bouddha prononçait un sermon devant ses disciples, un grand Brahmane lui offrit une fleur d'udumbara, et lui demanda un enseignement pour le plus grand bénéfice des êtres vivants de cette vie et des vies à venir. Sans dire un seul mot, Bouddha se contenta de montrer la fleur à la foule. A ce moment-là, la multitude de personnes présentes, y compris les Brahmanes, s'interrogeait du regard. Aucun des disciples n'avait compris le message qu'il tentait de faire passer, à l'exception de Mahakashyapa, qui aurait souri à Bouddha. Celui-ci aurait alors dit devant l'assemblée : « J'ai un trésor spirituel, le plus précieux, révélant la vraie doctrine du

dharma, le prodigieux esprit du nirvana, l'indicibilité de la vérité intérieure, il ne s'écrit pas, ne s'enseigne pas formellement et je le confie à Mahakashyapa ». C'est ainsi qu'à compter de cet instant de communion entre le maître et le disciple, le Chan fut perpétué et, ultérieurement transféré de l'Inde vers la Chine pour y devenir une caractéristique majeure de la culture chinoise.

Le Chan passe donc de Bouddha à Mahakashyapa sur le Mont des Vautours et, après plusieurs épisodes de communion-succession, illumine le Bodhidharma qui fut le vingt-huitième patriarche de la lignée de l'Inde. C'est lui qui l'a amené des Indes et transplanté en Chine. C'est pourquoi il est considéré comme le fondateur (le premier patriarche) de la doctrine Chan des Terres orientales. Par la suite vinrent successivement Huïke, Shencan, Daoxin et, à l'époque du cinquième patriarche, Hongren et ses deux disciples : Shenxiu et Huineng. Le Chan se scinda alors en deux branches : Nord et Sud. Puis, sous l'impulsion de Huineng, il se développa en « une fleur, cinq feuilles » : les branches et les feuilles de l'arbre du Chan, devenues de plus en plus abondantes, permettant ainsi à la sagesse du Chan de se propager sur la terre.

Les deux branches Nord-Sud viennent du fait que Shenxiu fut l'aîné des disciples du cinquième patriarche Hongren. Il a écrit le quatrain suivant pour en montrer l'esprit :

*Ce corps est l'arbre bodhi
Ce cœur est comme un miroir brillant,
Sans cesse nous les époussetons et essayons
Afin de ne pas y laisser se déposer la poussière.*

Huineng, lui, a composé un autre poème pour montrer son illumination :

*Il n'existe pas d'arbre bodhi,
Ni cadre de miroir brillant,
Puisque, intrinsèquement, tout est vide,
Où la poussière pourrait-elle se déposer?*

Sur le moment, ces vers ne furent pas approuvés. C'est après avoir entendu l'interprétation du *Sutra de Diamant* par le maître qu'il fut complètement illuminé en application de la sentence : « Il faut se libérer de tout attachement pour faire naître notre vraie nature ». Et, reconnaissant qu'il avait compris ce qu'est la vraie nature, Hongren lui confia le dharma, le désignant comme le sixième patriarche de l'Ecole Chan chinoise. Des lors, Huineng propagea l'enseignement de l'Ecole de l'Illumination Instantanée au Sud, école qui se différençia de l'Ecole de l'Illumination Progressive du Nord dirigée par Shenxiu.

Après Huineng, se développèrent successivement en Chine cinq branches : Caodong, Linji, Yunmen, Weiyang, Fayan, d'où l'expression « Une fleur, Cinq feuilles ». A ces cinq branches, on peut ajouter les deux écoles Yangchi et Huanglong issues de la lignée de Linji. On parle alors, en général, de « Cinq lignées, Sept écoles ».

L'Ecole Chan dit : « Pas d'écrits », « Un enseignement différent de tout enseignement traditionnel », mais « pas d'écrits » ne veut pas dire « ne pas suivre les textes existants ». Comme le disait le sixième patriarche, Huineng : « Renier le Sutra en prétendant que les écrits ne sont pas nécessaires, est une grave erreur ; s'il en était ainsi, il ne serait pas possible pour nous d'en parler, car la parole n'est qu'une composante de l'écrit ». Un enseignement « différent de tout enseignement traditionnel » ne veut pas dire non plus « ne pas suivre l'enseignement des Sutras ». Le but est simplement que les

pratiquants ne se limitent pas aux Ecrits et Sutras. Il faut savoir que les Ecrits et les Sutras ne sont que « le doigt montrant la lune », ils ne sont qu'un outil, servant à orienter le pratiquant pour lui permettre de retrouver sa Nature et de connaître son Illumination. D'ailleurs, Bouddha, tout comme les Patriarches et les grands maitres de Chan, ont laissé d'innombrables textes issus de leurs lectures, de leurs sermons et de leurs écrits. Par la suite, les pratiquants de Chan se sont basés sur ces textes pour décomposer le Chan en différents types tels : le Chan du Bouddha (Tathagata-dhyânas), le Chan des Patriarches, le Chan du Mahayana, le Chan du Hinayana, le Chan des procès, le Chan au coin des lèvres, le Chan des réveils subits, le Chan des réflexions silencieuses, le Chan du Samatha-vipasyana, le Chan des Ecrits, le Chan du Sud, le Chan du Nord, le Chan du simple mortel, le Chan de l'hérétique, le Chan de l'épouse, le Chan du renard sauvage, le Chan du perroquet etc. A l'heure actuelle, il existe même ce qu'on appelle le Chan de la nature, le Chan de l'extérieur, le Chan libre, le Chan des entreprises ... Pourtant, le Chan a une structure et une constitution intrinsèques: Qu'il y ait pléthore de variantes ne doit jamais nous amener à perdre de vue l'esprit de base : Chan unifie les pensées et concentre l'esprit, il ne faut pas y ajouter des branches, sous peine de se perdre dans ces ramifications et, partant, de négliger le tronc.

Le Chan est le noyau du bouddhisme, il est l'ossature du bouddhisme chinois, il est aussi un pur produit de la culture chinoise. Comme le disait Maître Taixu : « Chan est caractéristique du bouddhisme chinois », il est aussi la base de la pensée du peuple chinois depuis les époques Tang-Song, et depuis la dynastie Song. Les grands maîtres du Confucianisme, Mencianisme (Mencius), Taoïsme ont tous appris et approfondi le Chan. « Le Chan peut expliquer le Confucianisme et le Taoïsme », « le Chan

et le Confucianisme sont en harmonie ». Ces apports ont eu pour résultat d'influencer la culture chinoise sur plusieurs millénaires, mais aussi de l'harmoniser et, finalement, de donner naissance à une étude suprême du bouddhisme, incluant les caractéristiques de la culture chinoise : l'étude du Chan.

Depuis la découverte du registre Chan de Dunhuang, le monde des lettrés a commencé à prendre en considération les recherches menées sur le Chan, notamment par des personnalités mondialement connues, tels Messieurs Hushi, Luzheng, Suzuki Daisetsu etc. Et, vers la fin du vingtième siècle, une vague de mouvements de recherches et d'études du Chan est apparue en Chine Populaire, puis a ensuite gagné les pays occidentaux, créant ainsi une mode de l'étude du Chan.

Chan et Jintu (la terre pure) sont toujours considérés comme les pratiques les plus répandues chez les bouddhistes du monde contemporain. D'une manière générale, quand on parle de la « pratique du Dhyâna », on pense immédiatement à la « Méditation ». En réalité, la pratique du Dhyâna ne se limite pas à la seule méditation, mais elle touche aussi au développement de la source d'énergie de notre intérieur. C'est pourquoi la pratique du Dhyâna doit être une « pratique simultanée de Samatha et Vipasyana », une « pratique égale de la Concentration et de la Sagesse ».

« Samatha » est un état qui représente l'absence de toutes les pensées vagabondes et la focalisation de notre esprit sur un point unique ; « Vipasyana », c'est ouvrir la « juste intelligence », observer correctement tous les phénomènes, et au-delà, faire disparaître tous les soucis. Le sens du Samatha penche plutôt du côté passif, c'est à dire l'empêchement, tandis que Vipasyana incline davantage vers le côté actif de la construction. Il faut donc les pratiquer

simultanément pour atteindre à la fois Concentration et Sagesse, et de là faire disparaître les pensées erronées pour, enfin, accéder à la vérité.

« Samatha » est « Concentration », « Vipasyana » est « Sagesse » ; la Concentration est le corps, la Sagesse est subséquente : De la Concentration, vient la Sagesse ; les deux études sont quasiment inséparables pour la recherche du Dharma. Il est dit dans le *Mahaparinirvâna Sutra* : « Seule une pratique égale de la concentration et de la sagesse permet d'atteindre la Nirvana sans forme » et dans le *Sutra sur les principes des six Paramitas*, il est dit : « La réflexion silencieuse donne naissance à l'intelligence, l'intelligence donne naissance à la concentration, la concentration et la sagesse constituent la base du grand Bodhi du bouddhisme ». Généralement, pour faciliter les pratiques, on utilise le Samatha-Vipasyana pour remplacer la concentration et la sagesse, d'où viennent « la pratique simultanée de Samatha et Vipasyana » et « la pratique égale de la Concentration et la Sagesse ».

Le Chan est la nature pure des êtres vivants, il ne peut être obtenu par la seule pratique de la méditation. Méditer ne permet pas de devenir bouddha, de même que le miroir ne peut être obtenu en ponçant une brique. Mais la pratique de la méditation est d'une manière générale, la porte d'entrée pour les apprentis du Chan.

Concernant le Dhyâna, le sixième patriarche Huineng, dans son *Sutra de l'Estrade Dhyâna* disait : « Rester libre de tout attachement envers les objets extérieurs, c'est la Méditation (Chan) ; atteindre la paix intérieure, c'est la Concentration ; ensemble, c'est le Dhyâna ». Ainsi, acquérir une liberté absolue et ne pas être perturbé par les circonstances extérieures signifie Méditation. Garder l'esprit

sain et réaliser la paix intérieure signifie Concentration. En fait, Méditation et Concentration sont complémentaires et inséparables. La Méditation signifie : Ne pas être troublé par les Désirs, tous les Gunas, les phénomènes de la vie et de la mort venant du monde extérieur ; la Suprême Concentration signifie ne pas être garrotté par les sentiments et ainsi être en mesure de réaliser la paix intérieure.

Beaucoup de poèmes ou stances bouddhistes peuvent être utilisés pour montrer que Méditation et Concentration ne sont qu'un. Ainsi :

- Il faut se libérer de tout attachement (concentration intérieure) ; Pour faire naître notre nature intrinsèque (méditation extérieure).
- J'ai un trésor spirituel, le plus précieux, révélant la vraie doctrine du dharma, le prodigieux esprit du Nirvana (concentration intérieure) ; Sourire face à la fleur d'udumbara, transmis à Mahakashyapa (méditation extérieure).
- Les murmures des ruisseaux ne sont que les mots du Dharma, Les paysages des montagnes ne sont que les formes de la pureté (concentration intérieure) ; Les quatre-vingt quatre mille stances révélées de la nuit, Comment pourrons-nous un jour les transmettre aux autres ? (méditation extérieure).
- Comme un robot qui contemple les fleurs et les oiseaux (concentration intérieure) ; Qu'importent les milliers d'objets qui les entourent (méditation extérieur).
- Prosterné, le front au sol, j'exprime mon respect à Bouddha, La lumière de sa sagesse éclaire tout l'univers (méditation extérieure) ; Les huit vents ne me font pas bouger d'un cil, Assis, très droit, dans la fleur de lotus mauve (concentration intérieure).

- Je cherche le printemps et ne le trouve pas, Mes sandales sont usées en parcourant les monts de nuages (concentration intérieure) ; De retour en sentant le parfum des fleurs de merisier, Le printemps est en fait accroché sur les branches (méditation extérieure).

La Méditation extérieure et la Concentration intérieure sont en réalité unes, c'est en fait le résultat d'une pratique simultanée ; si on les pratique simultanément, alors la méditation extérieure peut influencer sur la concentration intérieure ; si on obtient la concentration intérieure, automatiquement, on réalise la méditation extérieure.

Le Chan et notre vie quotidienne ont des relations très étroites et surtout, vivant dans la société actuelle, aussi désordonnée que compliquée, nous avons tous besoin de la force de concentration pour apaiser notre esprit flottant et inquiet. Ci-dessous, je vais utiliser quatre points pour expliquer l'étude de la « Concentration du Bouddhisme-Humaniste ».

1. **Le but de la Concentration :**
*Ne pas chercher à devenir Bouddha,
chercher seulement l'illumination*
2. **La pratique de la Concentration :**
Mener une vie simple, examiner son intérieur
3. **La parfaite utilisation de la Concentration :**
*Ne pas se laisser influencer par l'extérieur,
se transcender soi-même*
4. **Le côté bénéfique de la Concentration :**
Éliminer toute illusion, tranquilliser notre être

1. Le but de la Concentration :

*Ne pas chercher à devenir Bouddha,
chercher seulement l'illumination*

Certains disent que le XXIème siècle sera celui du bouddhisme et plus précisément, celui du Chan. Mais le Chan n'est pas la propriété exclusive de son école, pas plus que celle du bouddhisme : Chan est le cœur, l'esprit de chacun de nous, le trésor que possède chaque homme. A l'époque, sur le Mont des vautours, Bouddha a montré la fleur à l'assemblée, il a transmis le Chan à Mahakashyapa, mais en même temps il a remis l'esprit Chan à chaque être vivant. Chan, c'est comme l'énergie solaire, il suffit d'avoir le cœur et nous pouvons alors trouver partout notre énergie.

Chan est une fleur de la terre, une lumière de la vie, Chan n'est pas un quelconque phénomène mystique, Chan est : « La même lune devant la fenêtre, suivant qu'elle est seule ou avec les fleurs de prunier, elle paraît différente ». Quand vous avez compris, vous pouvez dire que la terre est remplie de Chan, et il n'est pas un seul endroit dans la nature où ne se puisse percevoir l'utilité du Chan.

Ces dernières années, Chan se développe universellement de l'Orient vers l'Occident et du Sangha aux laïcs. Pour les hommes d'aujourd'hui, qui se battent pour survivre dans une société commerciale et industrielle, pouvoir pratiquer quelques minutes de méditation par jour, ou participer de temps à autre aux activités de pratique de méditation organisées par les temples, serait une opportunité pour que Chan puisse les aider à trouver la force de redémarrer.

Méditer est un chemin d'accès à la Concentration, mais il en est certains qui méditent pour obtenir des pouvoirs surnaturels, c'est ainsi qu'ils s'égarerent dans des voies hérétiques ; d'autres

méditent en espérant devenir bouddha, mais comme la foi n'est pas suffisante et que la méthode est erronée, ils ne peuvent obtenir aucun résultat.

En réalité, les grands maîtres du Chan le pratiquaient depuis toujours, non pour chercher à devenir bouddhas, mais uniquement dans leur quête de l'illumination. En effet, ce n'est pas en « cherchant » qu'on peut devenir bouddha, mais, après « trois asankhyeya pour acquérir le bonheur et la sagesse, cent kalpas pour acquérir le laksana-vyanjana (les trente-deux marques caractéristiques de bouddha) » et une longue période de pratique, le jour viendra où le bonheur et la sagesse seront acquis. On pourra alors atteindre la voie du bouddha. Ainsi, le plus important est d'appliquer cette recherche dans notre vie : C'est en essayant de percevoir le Dharma à partir des habitudes et des tâches de notre vie quotidienne que nous trouverons le Chan. En dehors de la vie quotidienne et de ses tâches, non seulement on ne peut atteindre l'esprit Chan mais il n'y a pas de Chan.

Depuis toujours, les maîtres Chan ont attaché de grande importance aux travaux physiques de la vie : Maître Huangbi labourait la rizière et cueillait les légumes sans se plaindre ; Maître Weishan cueillait le thé, préparait les confitures et maçonnait les murs, allant de la plantation de thé jusque dans la cuisine, de la préparation des marmelades jusqu'aux travaux de maçonnerie, chargeant les briques et triant les tuiles ; Maître Linji bêchait la terre, plantait les pins l'un après l'autre pour donner de l'ombre aux personnes à venir ; Maître Shishuang broyait les grains de riz à la main toute la journée sans s'arrêter ; Maître Yunyan réparait les sandales ; Maître Yangshan menait paître le buffle et parcourait les déserts pour les explorer ; Maître Tungshan bêchait les plantations de thé, transpirant à chaque coup de bêche ; Maître

Yunmen chargeait les sacs sur ses épaules, un à un, jusqu'à remplir la réserve de riz du temple ; Maître Xuansha abattait les arbres et ses mains tenant la hache était pleines de cals; Maître Zhaozhou balayait la cour jour et nuit, regroupant « les soucis en un grand tas » ; Maître Xuefeng nettoyait les mangeoires, cuisait le riz, sans une plainte de fatigue, il repiquait en silence les plants de riz sous la chaleur accablante du soleil ; Maître Tanxia arrachait les mauvaises herbes, soignait les fleurs, essayait de comprendre le sens réel de la vie à travers une herbe ou une fleur ... En outre, la culture des légumes par Maître Daoyuen, la gestion de l'intendance par Maître Yangchi, le travail des champs par Maître Baizhang, le travail de réceptionniste de Maître Yuentong, le nettoyage des salles de bain par Maître Bailing ..., montrent bien l'importance des travaux quotidiens aux yeux des grands maîtres de Chan.

La vie quotidienne des maîtres de Chan ne néglige jamais le travail. Tout comme les poissons ne peuvent pas vivre sans eau ni les arbres sans la terre, le travail est la source d'illumination des pratiquants de Chan. Beaucoup de grands maîtres furent illuminés alors qu'ils maniaient la pelle ou la hache, alors qu'ils courbaient le dos : Maître XiangYan ZhiXian fut illuminé en bêchant, Maître Dongshan Liangjie en voyant son reflet dans la rivière, Maître Mengchuang en se reposant contre le mur, Maître Xuyun en tenant sa tasse de thé, Maître YongMin Yanshou en entendant le bruit du bois tombant à terre ...

L'illumination est le but principal de la pratique du Chan. Pour les grands maîtres, après avoir été illuminés, la montagne reste la montagne, la rivière reste la rivière, mais la nature et le « moi » sont dès lors en harmonie. C'est ainsi qu'il a été dit : « Tous les bambous sont des Prajna, tous les boutons d'or sont des vertus ». Nous les possédons, nous n'avons pas à les chercher ailleurs. C'est

pour cela que l'illumination dépend de nous-mêmes, et rien que de nous-mêmes.

Un disciple demanda à Maître Zhaozhou : « Comment chercher la voie ? Comment pratiquer le Chan ? Comment s'illuminer ? Comment devenir bouddha ? »

Maître Zhaozhou hocha la tête, se leva et dit : « Je n'ai pas le temps de te parler maintenant, je dois aller uriner ! » Et, sans prêter attention à l'étonnement de son disciple, il s'en alla. Après quelques pas, il s'arrêta brusquement et dit en souriant : « Tu vois, une si petite tâche, je dois aussi la faire moi-même ou bien est-ce que tu peux la faire pour moi ? »

Le Chan ne peut pas être obtenu en cherchant à l'extérieur, comment le pratiquer ? Comment s'illuminer ? Comment devenir bouddha ? Personne ne peut le faire pour toi, c'est une affaire propre à chacun, tu dois l'apprendre toi-même, le trouver toi-même.

Mais comment apprendre, comment faire pour atteindre l'illumination ? Bien sûr, ce n'est pas facile d'obtenir la totale illumination, mais, si tous les jours on peut se dire « je sais maintenant », « j'ai compris maintenant », en accumulant les petites lueurs quotidiennes, un jour, on obtiendra la totale illumination.

L'illumination demande la concordance des circonstances et le rapport des questions-réponses. C'est comme quand il faut trouver le bon canal à la radio ou bien régler la distance sur l'appareil photo pour avoir un son clair et une image nette.

Maître Mazhu Daoyi, de la dynastie Tang, retourna au village après avoir trouvé la voie ; sa belle-sœur lui témoigna beaucoup de respect ; elle le considéra comme son maître et lui demanda conseil. Maître Mazhu Daoyi lui dit : « Suspends un œuf en l'air et écoute-le attentivement tous les jours. Quand tu

entendras du bruit sortant de l'œuf, alors tu trouveras la voie ! ». Sa belle sœur le crut. Tous les jours, sans jamais s'arrêter, elle écouta attentivement l'œuf et ce, durant des années, mais l'œuf ne produisit aucun bruit. Avec le temps, le fil qui tenait l'œuf, pourrit et finit par se rompre. L'œuf tomba sur le sol et, au bruit, la belle-sœur connut l'éveil. En fait, l'objet et le « moi » ne se distinguent pas : il n'existe pas de monde réel en dehors de l'esprit qui le perçoit. Ce bruit a permis d'annuler la différence entre l'extérieur et l'intérieur, entre les autres et moi et de les mettre en harmonie. Ceci nous permet de voir que, si l'esprit est concentré, la pensée est unifiée et même les objets inertes peuvent nous amener à l'illumination.

Les grands maîtres de Chan ont atteint l'illumination de mille manières extraordinaires, certains en voyant les fleurs éclore et se faner, certains en écoutant le clapotis des ruisseaux et le coassement des grenouilles, certains en voyant la vaisselle tomber et se casser.

D'autres ont atteint l'illumination en voyant les phénomènes croissants et décroissants de la nature. Ainsi, Maître Lingyun Zhiqin a été illuminé en voyant tomber les fleurs du pêcher, c'est alors qu'il a écrit un poème pour exprimer ses sensations: « Durant trente ans j'ai recherché la voie, mainte fois les feuilles sont tombées puis ont repoussé; Depuis que je vois les fleurs de pêcher, depuis ce jour, je n'ai plus de doute ». Une bhikshuni, après avoir parcouru le monde, rentra chez elle et, voyant le prunier dans la cour, elle fut soudainement illuminée et dit : « J'ai cherché le printemps et ne l'ai pas trouvé. Mes sandales se sont usées à franchir les cols dans les nuages et voilà que, de retour, c'est en sentant le parfum des fleurs de prunier que j'ai compris : Le printemps était en fait suspendu là, dans ses branches. »

L'illumination est une acquisition personnelle, le niveau de l'illumination de l'un n'est pas ce que les autres pourraient imaginer. Sans l'aptitude de la compréhension de Chan, on risque le ridicule en voulant imiter le comportement des maîtres Chan.

Un jeune homme était assis en train de méditer quand un vieux maître Chan vint à passer. Le jeune homme ne se leva pas pour le saluer et le vieux maître le lui reprocha : « Jeune homme, pourquoi ne te lèves-tu pas en voyant un aîné ? Voilà vraiment un manque de politesse ! »

Le jeune homme singea la façon de parler des maîtres Chan et répondit : « Je suis assis pour vous saluer, c'est comme si je m'étais levé ! ».

Le maître s'approcha et lui donna une gifle. Très fâché, le blanc bec s'exclama : « Pourquoi me frappez-vous ? »

Et le maître répondit en riant : « je te gifle, c'est comme si je ne t'avais pas giflé. »

Chan n'est pas une marque de l'intelligence telle qu'on la définit habituellement, encore moins un faux-semblant. La sagesse après l'illumination vient naturellement et ce n'est pas en l'imitant qu'on peut y parvenir.

La Bhikshuni Xuanji (Xuanji : métier à tisser) du temple Jingju à Wenzhou rendait visite à Maître Xuefeng (le col enneigé) à Darishan (Mont du grand soleil). Le maître lui demanda : « D'où viens-tu ? »

« De Darishan. »

« Le soleil s'est-il levé ? ». Ce qui voulait dire : as-tu trouvé l'illumination ?

Xuanji répondit : « Si le soleil était là, il aurait déjà fait fondre la neige. ». Cela voulait dire : « Si j'étais illuminée, il n'y aurait

pas besoin de Xuefeng, et je n'aurais pas à venir te demander conseil ».

Ayant entendu cela, Maître Xuefeng pensa que, même si elle n'était pas encore illuminée, ce qu'elle disait était néanmoins sensé. Alors, il lui demanda : « Comment t'appelles-tu ? »

« Je m'appelle Xuanji. »

« Combien as-tu tissé par jour ? ». (Comment pratiques-tu chaque jour ?)

Xuanji répondit : « Sans un fil ». Voulant dire par là qu'elle s'était complètement détachée.

Après la conversation, Xuanji prit congé. Alors qu'elle arrivait à la porte de sortie, Maître Xuefeng cria soudainement : « Tu as perdu ta tunique ! »

Xuanji sursauta et se retourna pour regarder. Maître Xuefeng se mit à rire et lui dit : « Sans un fil, vraiment ! » Voulant dire que ton sans un fil ne reflète qu'un Chan du bout des lèvres, un Chan de pacotille, tu n'as pas encore vraiment atteint le niveau auquel tu prétends.

Ainsi, l'illumination du Chan et la connaissance sont deux choses différentes. La sagesse issue de l'illumination du Chan n'est pas la même que les connaissances habituelles. En temps normal, quand quelqu'un nous donne un coup, « Aïe ! Ça fait mal ! » ; Quand nous avons faim, nous disons « Comme j'ai faim ! ». Avoir mal ou avoir faim est une perception de nos sens, même si ce n'est pas l'illumination, c'est une sorte de compréhension. Dans la vie quotidienne, nous nous sentons heureux ou tristes ; nous distinguons ce qui est bien de ce qui est mal ; nous comprenons ce qui est bon et ce qui est mauvais ; toutes ces nuances, cette compréhension fragmentaire, sans être l'illumination, sont quand même une sorte d'assimilation.

Dans l'histoire, on connaît de nombreux exemples de « compréhension/assimilation », Newton, en voyant tomber la pomme, a découvert les lois de la gravitation ; En observant l'orage, Benjamin Franklin a découvert l'existence de l'électricité et amorcé l'évolution scientifique actuelle. Toutes ces découvertes, issues de petites assimilations, sans être la grande illumination, ont permis le développement de théories bénéfiques pour l'humanité.

Mais la connaissance est différente de « l'illumination » ; à l'époque, quand Sâkyamuni Bouddha, sous l'arbre Bodhi, sur le Vajrasana, en contemplant le scintillement des étoiles, a trouvé l'Eveil, il disait : « Comme c'est extraordinaire ! Comme c'est extraordinaire ! Tous les êtres vivants possèdent la sagesse et la vertu de l'Eveil, mais ils ne la perçoivent pas à cause de leurs pensées vagabondes et de leurs liens terrestres ... ». Cela était une sorte d'illumination de la pratique.

Illuminer, c'est pouvoir dire : « j'ai trouvé ! ». L'homme est toujours en train de chercher la source de la vie et parfois, une lumière apparaît, « Ah ! Je l'ai trouvée ! », alors il retrouve son propre visage d'origine, c'est comme soudainement revenir au village après de longues années d'errance et revoir ses parents oubliés, « Soudain, en reconnaissant le visage de la mère, toutes les plantes du bois semblent s'éclairer ».

Connaître l'illumination, peut te faire rire aux éclats durant trois jours. Les fleuves et les montagnes ressemblent à des parents, les monts et les ravins ressemblent à des amis. Cela peut aussi te faire pleurer pendant trois jours, comme un enfant perdu qui retrouve les bras de sa mère, ému et reconnaissant, sans pouvoir prononcer un mot.

Etre illuminé, c'est découvrir, franchir un niveau de plus après le « connaître ». C'est comme avancer d'un pas supplémentaire et

quitter le haut du mât vers le vide. Ce pas supplémentaire permet de quitter l'attachement à la perche, de se promener librement dans le vide. Etre illuminé, c'est assimiler plus profondément, plus clairement au-delà du « comprendre » ; c'est assimiler la vie d'une manière plus réfléchie et plus transparente.

L'illumination est une assimilation personnelle, une interprétation exacte, une force de vision pénétrante, un éveil de la nature intérieure, une compréhension claire. Etre illuminé, c'est comprendre l'unité de la *vie* et la *mort*, comprendre que la vie n'est pas nécessairement une joie et la mort, une tristesse. Connaître l'Illumination, c'est comprendre l'unité du *mouvement* et de l'*inertie* : Dans le monde du mouvement existe un nirvana inerte et, dans le monde calme et inerte, coexistent d'innombrables vies en mouvement. Etre illuminé, c'est surtout comprendre l'unité de *avoir* et *ne pas avoir* : *Avoir* est bien, mais *ne pas avoir* est aussi très riche, dans le *ne pas avoir*, on peut trouver des milliers et des milliers de *avoir* ! Dans l'illumination, le *va* et le *vient* est aussi unité, il n'y a pas de *va*, il n'y a pas de *vient*, les réunions des parents et les séparations des amis sont identiques dans l'espace de l'illumination. Accéder à l'Illumination nous permet de trouver l'unité dans les contradictions, la simplicité dans les complications, l'issue dans le labyrinthe, la liberté dans l'emprisonnement.

L'Illumination, c'est l'unité de *avoir* et *ne pas avoir*, ce n'est pas d'abord *avoir* et ensuite *ne pas avoir*, ou d'abord *ne pas avoir* et après *avoir*, mais bien la coexistence simultanée des deux. L'illumination n'est pas ordonnée selon notre logique habituelle : Elle nous permet de nous adapter à ce monde, d'être en harmonie avec lui et elle peut aussi nous faire sentir que le monde et nous sont choses distinctes. L'Illumination, c'est une sorte de *désorientation dans la fluidité*, mais aussi, *une fluidité dans la désorientation*. A

la seconde de l'illumination, tout obstacle s'efface et, en revoyant l'attachement que l'on accordait au monde superficiel, on se sent désorienté ; c'est *la désorientation dans la fluidité*. De même, alors que l'on était plongé dans l'obscurité, soudain un éclair fulgure, perçant le brouillard de l'ignorance et faisant paraître un monde baigné de lumière ; c'est *la fluidité dans la désorientation*.

L'illumination, c'est un changement du mode de pensée, c'est aussi une empreinte de sagesse. Avant l'illumination, le cœur est encombré d'attachements, de désirs de titres et de richesses, de vaines comparaisons entre les autres et moi, de sentiments interdits ... On ne sait ni s'en défaire, ni les résoudre. Après l'illumination, on est débarrassé de ces désirs qui nous enchaînaient, libéré de ces amours interdites. Nous pouvons alors faire face, librement et sereinement, au monde et à l'univers.

Etre illuminé c'est encore passer du changement de pensée au changement de pratiques dans la vie quotidienne : La vie après l'illumination cesse d'être artificielle, elle est sans contrainte ; c'est une vie naturelle parfaite qui dépasse toute comparaison.

Quelqu'un demanda au Maître-Chan Zhaozhou : « Quelle est l'intention de la venue de l'Ouest du Patriarche (Bodhidharma) ? »

Le maître répondit : « Va boire une tasse de thé ! »

Il demanda encore : « Qui étais-je avant de venir au monde ? »

Le maître répondit : « Va faire la vaisselle ! »

Qu'y a-t-il comme relation entre pratiquer le Chan et boire du thé ou faire la vaisselle ? Si nous pouvions percevoir le goût du *Prajna* durant les tâches de la vie quotidienne, nous pourrions retrouver notre vraie nature et ainsi communier avec les bouddhas. On ne peut trouver le Dharma dans des endroits escarpés et lointains, c'est dans l'innocence et la simplicité de notre cœur ordinaire qu'on peut le sentir.

La vie d'après l'illumination est une vie où la sagesse dépasse les sentiments, c'est une vie où les sentiments personnels sont purifiés et remplacés par l'intelligence et la sagesse.

Un jour, Maître-Chan Danxia Tianran était hébergé dans un temple bouddhiste. C'était en plein hiver et il faisait très froid. Pour se réchauffer, Maître Danxia alluma un feu avec une statue de bouddha en bois. Le maître du temple le vit et s'écria : « Qu'est-ce que vous faites ? Comment pouvez-vous brûler la statue de bouddha ? »

Le maître-chaan répondit : « Je ne brûle que les Sarira ! » (Reliques laissées après la crémation d'un bouddha).

« Quelle bêtise! Comment peut-il avoir des Sarira dans une statue de bois ? »

« Alors, s'il n'y a pas de Sarira dans les statues, donne-m'en donc quelques-unes en plus ! »

Nous, hommes ordinaires, considérons l'acte de brûler les statues comme un acte sacrilège, mais Maître Danxia, après l'illumination, avait compris que le Dharmakaya (le corps du Dharma) est partout dans l'univers, que les bouddhas et les êtres vivants sont égaux, et que seuls ceux qui ont retrouvé leur vraie nature, voient et respectent Bouddha.

Après l'illumination, on peut comprendre l'éternité du temps et l'immensité de l'espace. Dans le monde des autres et moi, les hommes et les bouddhas sont égaux, dans l'espace/temps, tous les Dharmadhatus sont identiques.

Maître Zhitong se réveilla au milieu de la nuit et cria : « J'ai compris ! J'ai compris ! » Tout le monde dans le temple fut réveillé en sursaut et Maître Guizhong lui demanda sévèrement : « Qu'est-ce que tu as compris ? ». Zhitong répondit sans hésitation : « J'ai compris que les nonnes sont des femmes ! »

Une telle réponse est, en fait, extraordinaire ! Les nonnes sont des femmes, c'est quelque chose de vraiment évident, mais comprendre que l'égalité dans tous les phénomènes est universelle, c'est là la vraie compréhension.

L'Illumination, c'est la canalisation qui se trouvera prête quand l'eau arrivera, c'est l'unique piquêre qui suffit pour faire saigner. « L'Illumination », aucune parole ne peut l'exprimer, aucun écrit ne peut la décrire. C'est comme quand on mange un bonbon : il nous paraît très bon, très sucré mais ces sensations, seul celui qui suce le bonbon les ressent. Même après une minutieuse description, celui qui n'a pas goûté la friandise ne peut pas apprécier ; « Illuminer », c'est dire : seul celui qui boit l'eau sait si elle est fraîche ou tiède. C'est pour ces raisons que l'école Chan dit que « l'Illumination » est « indescriptible ».

On ne peut pas facilement expliquer « l'Illumination » par des paroles et des mots : C'est une expérience qu'on ne peut qu'éprouver. Avec l'illumination, on peut comprendre « le mystère de la vie » et que la vie est infiniment grandiose, infiniment joyeuse. Du haut de l'illumination, on peut sentir « l'éternité du temps », un éclair, un clin d'œil, tous peuvent rejoindre l'éternité de la mer immense. Après l'illumination, on peut apprécier « l'immensité de l'espace », *une fleur un monde, une feuille un univers ; le mont Sumeru recouvre le grain de la plante de moutarde, le grain de la plante de moutarde englobe le mont Sumeru !* Etre illuminés nous permet de comprendre que « l'autre et moi sommes identiques », que, en réalité, *toi et moi* ne sommes pas deux personnes mais que *toi et moi* sommes un même *corps*. L'Illumination a un son ; lequel ? C'est : « Pan ! », et alors éclate le brouillard de l'ignorance. L'Illumination a aussi une vitesse, mais *l'Eclair* n'en représente pas le dix-millième.

« Illuminer », c'est briser l'espace, détruire l'ignorance ; en regardant devant, on ne voit que la clarté.

L'illumination, c'est un état extrêmement rapide, soudain, et indevinable. Mais l'illumination ne peut être atteinte d'un seul pas ou d'une touche unique, la pratique se réalise par étapes. Le grand écrivain de la dynastie Sung, Sudongbo, a écrit trois poèmes pour illustrer les trois étapes de la pratique de Chan. Le premier exposait l'état d'avant la pratique :

*Je regarde les cimes de Lushan : pointues, dentelées sur les flancs,
Leurs tailles varient selon la perspective;
Et pourtant je ne connais pas la véritable image de Lushan,
Parce que je n'en suis pas assez éloigné.*

Le deuxième racontait l'aspect de celui qui n'est pas encore illuminé :

*Les brumes et les fines pluies de Lushan, la marée de Zhejiang,
Avant de les connaître, l'envie en était si forte ;
Mais quand je les ai vues, je n'ai rien trouvé de spécial,
Ce ne sont que les fines pluies de Lushan et la marée de Zhejiang.*

Le troisième décrivait l'état d'après l'illumination :

*Les murmures des ruisseaux ne sont que les mots du Dharma,
Les paysages des montagnes ne sont que les formes de la pureté
Les quatre-vingt quatre mille stances de la nuit*

*sont enfin révélées,
Comment pourrons-nous un jour les transmettre
aux autres ?*

Avant l'illumination, tout ce qu'on voit est flou comme si on avait une escarbille dans l'œil, comme si on cherchait à deviner des fleurs dans le brouillard : On ne perçoit pas la véritable image de l'objet. Après l'illumination, en regardant à nouveau le monde, on a l'impression d'être un aveugle recouvrant la vue ou de revoir le vrai visage de la terre quand le brouillard se dissipe. Certains expriment leurs états par les sensations perçues avant et après l'illumination. Avant la pratique du Chan : « je regarde la montagne, je vois la montagne ; je regarde l'eau, je vois l'eau » ; durant la pratique : « je regarde la montagne, et je ne vois pas de montagne ; je regarde l'eau, et je ne vois pas d'eau ». Après l'illumination : « je regarde la montagne, et je vois la montagne ; je regarde l'eau, et je vois l'eau ».

Après l'illumination, la terre reste la terre, le soleil et la lune restent le soleil et la lune, les autres et moi restent les autres et moi mais le sens et la perception de la vie sont différents. Avant l'illumination : « quand il faudrait manger, on ne mange pas vraiment parce qu'on pense à toutes sortes de choses ; quand il faudrait dormir, on ne dort pas, on réfléchit et on calcule ». Après l'illumination : « on mange quand on a faim et on dort quand on a sommeil », librement et naturellement ; avant l'illumination, chaque heure est longue à passer, chaque pas est pénible à faire ; après l'illumination, tous les jours sont de bons jours, tous les endroits sont accessibles.

L'état de l'illumination ne peut être perçu que personnellement, la vie d'après l'illumination ne peut être apprise qu'en la vivant

soi-même. C'est comme si quelqu'un voulait apprendre à nager sans descendre dans l'eau, même en étudiant tous les traités de natation, il ne pourrait réussir.

Et que doit-on faire après avoir été illuminé ? C'est ce qui est expliqué dans : « La pratique après l'illumination ». Car, même si on est illuminé, sans pratiquer on ne peut toujours pas devenir bouddha. Certains pratiquent avant de trouver l'illumination, d'autres trouvent l'illumination et pratiquent ensuite. Quelle que soit la situation, il faut toujours pratiquer suivant le Dharma, suivant la voie ; il faut rendre service à tous les hommes dans la vie quotidienne, cultiver les ressources de bonheur et de sagesse, et quand toutes les conditions sont réunies, on trouvera l'illumination et *deviendra bouddha*, c'est la raison pour laquelle tous les bouddhas sont nés sur la terre des hommes.

Comme les maîtres Chan mettent l'accent sur l'illumination et non sur le fait de devenir bouddha, les maîtres sont donc les plus humanistes. Après être illuminés, la vie se simplifie, le corps et l'esprit sont libérés, la nature intérieure est retrouvée, alors ils sont satisfaits ; en plus, quand on est illuminé, pourquoi aurait-on peur de ne pas devenir bouddha ?

Ainsi, le Chan est dans la vie quotidienne, le Chan n'est pas uniquement la méditation. La méditation n'est qu'un entraînement à la concentration de l'esprit, c'est une méthode de facilité pour cultiver la force de concentration. Un pratiquant de Chan ne peut se laisser aller dans la plaisir de la méditation et oublier sa tâche, oublier qu'il doit vivre et respirer en harmonie avec tous les êtres humains ; le cœur du Chan et celui de l'univers doivent battre au même rythme, c'est là l'esprit du pratiquant du Chan humaniste.

2. La pratique de la Concentration :

Mener une vie simple, sonder son cœur

Dans le bouddhisme, quand on parle de pratique, il s'agit généralement du Chan, du Jintu ou de l'Esotérique. Il existe un dicton qui dit : « Esotérique riche, Chan pauvre, Jintu commode ». Ceci veut dire que, si on veut pratiquer l'Esotérique, il faut être riche, car l'autel de l'Esotérique doit être orné très soigneusement, les objets sont d'or, d'argent ou de bronze, et ils doivent être au complet. Les cérémonies sont toujours assez longues, il faut aussi offrir au maître d'importantes donations. C'est pourquoi, si on désire apprendre l'Esotérique d'une manière conforme, il faut disposer d'une bonne condition financière et de beaucoup de temps libre.

Pour ce qui est de Jintu, quels que soient la profession, le niveau social et le lieu où l'on se trouve, on peut toujours psalmodier le nom d'Amitabha. C'est pourquoi la pratique la plus commode est bien celle de Jintu.

Par contre, pour qui désire pratiquer le Chan, il n'est pas besoin de grand-chose, que ce soit dans la montagne ou au bord de l'eau, il suffit d'avoir un toit de paille et de croiser les jambes pour le pratiquer.

Mais, comment le Chan se pratique-t-il ? Assis ? Couché ou debout ? Le sixième patriarche disait : « Pratiquer le Chan n'est ni s'asseoir ni se coucher ; s'asseoir, se coucher, être debout, à eux seuls ne sont pas Chan ». C'est pourquoi le sixième patriarche disait au Maître-Chan Zhicheng : « Fermer le cœur et contempler le vide est une maladie, ce n'est pas le Chan ».

Alors, qu'est-ce que le Chan ? Maître Zhibo disait :

*Si on ne cherche pas à comprendre son cœur (esprit),
Méditer ne fait qu'accroître la douleur du karma ;*

*Si on sait protéger ses pensées,
Mal traiter Bouddha peut quand même apporter
bénéfice à la vraie pratique.*

Méditer n'est pas s'asseoir et fermer les yeux, s'asseoir avec les yeux fermés n'est qu'un des moyens pour entrer dans le Chan. Comme disait le Maître Nanyu Huairang : « Si la vache tire la charrette et que celle-ci n'avance pas, faut-il frapper la charrette ou la vache ? ».

Frapper la charrette ne sert à rien. Dans la pratique du Chan, le plus important est la contemplation du cœur. Si tu veux comprendre ton cœur et trouver ta nature intérieure, la seule position de méditation assise n'apporte pas un grand intérêt. Pour pratiquer le Chan, le plus important est de le faire *avec le cœur*.

Maitre Ruiyen de la dynastie Tang parlait souvent tout seul : « Tu es là ? Oui, je suis là ! » Ceux qui ne comprenaient pas, pensaient qu'il était fou ; ceux qui comprenaient savaient qu'il s'agissait là d'un niveau très profond de Chan : En effet, cette pratique réveille sans cesse la nature du pratiquant et lui rappelle d'avoir à toujours saisir le présent.

Le cœur du pratiquant de Chan doit toujours s'attacher au moment présent, il faut savoir calmer l'esprit et examiner son intérieur. Calmer l'esprit, c'est ne pas être influencé par les circonstances extérieures ; examiner l'intérieur, c'est retrouver son cœur. Les maîtres-*chan* chinois utilisent les travaux quotidiens pour pratiquer le Chan. S'ils cultivent l'esprit par les tâches manuelles, c'est pour retrouver leur propre image intérieure, car *comprendre son cœur et trouver sa propre nature* voilà ce qui constitue le but ultime du Dhyâna.

Le Chan véritable ne consiste pas à simplement s'asseoir, se coucher, et encore moins se tenir debout, mais si nous voulons apprécier toute la finesse de la joie de Chan et comprendre notre vraie nature par la pratique, la méditation assise reste l'étape nécessaire pour les débutants. C'est pourquoi les pratiquants de Chan doivent avoir quelques connaissances fondamentales de la méditation assise et saisir les notions de base. Comme il est dit dans le *Les techniques concentrés de cessation et de contemplation* de Tiantai : Les pratiquants débutants doivent apprendre à régler cinq choses : les repas, le sommeil, le corps, le souffle, le cœur.

Ci-après, je vous présente sommairement les méthodes traditionnelles de la pratique de Chan et leur contenu :

I. La posture à sept points Vairocana

« La posture à sept points Vairocana » décrit les meilleures positions pour le positionnement du corps dans la méditation assise, et se divise en sept points importants :

1. Croisement des jambes : assis bien droit, les jambes croisées.
2. Placement des mains : poignets sur les genoux, mains superposées paumes vers le haut, pouces en contact.
3. Redressement du dos : se tenir droit, ne pas s'adosser.
4. Retenir le cou : la tête doit être droite, la nuque contre le col.
5. Relever la poitrine : les épaules doivent être plates, souples et naturelles.
6. Refermer les mâchoires : les lèvres se referment, la langue touchant la mâchoire supérieure.
7. Réduire la vue : regard horizontal, intériorisé.

II. Les six merveilleuses portes

« Les six merveilleuses portes » est l'œuvre du Maître Zhiyi de l'école Tiantai, qui a décrit les six excellentes techniques de méditation pour atteindre le Nirvana :

1. **Anapanasati** : compter les souffles (de un à dix) pour capter le rythme du cœur, c'est une méthode importante de la concentration, c'est pour cette raison qu'elle est la première merveilleuse porte.
2. **Suivre les souffles** : suivre les souffles sans les compter ; on peut ainsi atteindre facilement le Dhyâna, c'est la deuxième merveilleuse porte.
3. **Sthana** : quand l'esprit est calme, le Dhyâna apparaît naturellement, c'est la troisième merveilleuse porte.
4. **Vipasyana** : considérer les cinq skandhas comme illusoire, et de là, éliminer toute fausse vision et découvrir la sagesse universelle et sans faille, c'est la quatrième merveilleuse porte.
5. **La porte du Retour** : contempler son intérieur, se rendre compte que la conviction que l'on a d'être capable de contemplation, est elle-même illusoire. Alors, *le moi* va disparaître, la sagesse universelle sans faille devient nette, c'est la cinquième merveilleuse porte.
6. **La porte de la Pureté** : le cœur est sans attache, clair et pur, la véritable sagesse sans faille apparaît, elle peut stopper les illusions et montrer la vérité, c'est la sixième merveilleuse porte.

La plus importante des portes est la deuxième (suivre les souffles) : C'est un passage de l'actif au passif, du mouvement

au calme ; une autre également importante, c'est l'Anapanasati, c'est le passage du calme au mouvement, c'est la clé qui permet d'obtenir la sagesse à partir de la concentration. Dans la contemplation des souffles, on peut voir que l'entrée et la sortie des souffles sont semblables aux incarnations de la vie, comme à l'échange simultané de la naissance et de l'extinction. Nous pouvons ainsi communier avec l'impermanence, la souffrance et la vacuité du bouddhisme, de là, comprendre le vrai sens des *trois dharma-sceaux* et des *Catvari arya-satyani* (quatre doctrines fondamentales) et ainsi nous débarrasser de l'*Atma-graha* (l'attachement au moi) afin d'atteindre un plus haut niveau du *Retour* et de la *Pureté*.

III. Les cinq contemplations pour la décantation de l'esprit

Les cinq contemplations pour la décantation de l'esprit sont la base de la pratique du Chan. Si l'on n'est pas encore entré en l'état de « concentration », on peut utiliser *Les cinq contemplations pour soigner l'esprit*:

1. Utiliser **la contemplation de la vilénie** pour soigner l'**Avidité** : c'est-à-dire se représenter la malpropreté et l'impureté de notre corps pour en chasser les soucis causés par les désirs.
2. Utiliser **la contemplation de la compassion** pour soigner la **Colère** : la compassion est la véritable joie que les êtres, habituellement rancuniers peuvent obtenir, en pensant à la possibilité d'offrir la gaieté et donc de réduire la souffrance des autres.
3. Utiliser **la contemplation de la causalité** pour soigner l'**Ignorance** : les hommes ignorants ne comprennent pas que

tous les phénomènes de ce monde sont dus à l'enchaînement des causes et effets d'où naissent les attachements. En comprenant la loi des causes et effets, on réalisera le caractère merveilleux de la coproduction conditionnée, et il sera alors possible de changer l'Ignorance en Sagesse.

4. Utiliser **la contemplation de la respiration pour remédier à la Déconcentration** : Notre esprit est ordinairement erratique ; en examinant chaque va-et-vient de la respiration, nous pouvons y rattacher notre esprit. Ceci non seulement permet de régler notre respiration, mais peut aussi réduire le vagabondage de notre esprit, et nous apporter le calme et la sérénité.
5. Utiliser **la diction du nom de Bouddha pour améliorer le karma** : répéter le nom de Bouddha pour penser à la lumière, à la sagesse, aux grandes vertus et au non-attachement de Bouddha.

IV. Les quatre sujets de réflexion (*Smrtyupasthana*)

Smrtyupasthana est une manière de pratiquer la concentration et la sagesse : Quand le pratiquant atteint le niveau du calme parfait de l'esprit, il doit faire un pas de plus en examinant la *Smrtyupasthana* :

1. ***Kaya-sankhara*** : prendre conscience de l'impureté du corps, et aussi de l'impermanence, de la souffrance, de la vacuité et de la non-personnalité pour démasquer la Viparyaya de *la pureté*.
2. ***Vedana*** : réaliser que les sensations de joie se terminent toujours en souffrance, et aussi contempler la souffrance et la vacuité pour détruire la Viparyaya de *la joie*.

3. **Citta** : contempler l'impermanence de l'apparition et de l'extinction de l'état d'esprit souhaité et la non-dualité de ces deux aspects pour éliminer la Viparyaya de *la permanence*.
4. **Dharma** : contempler la coproduction conditionnée de tous les phénomènes et la vacuité de leur essence pour abolir la Viparyaya de *la personnalité*.

Les quatre sujets de réflexion cités ci-dessus consistent à utiliser les quatre contemplations de *l'impureté, la souffrance, l'impermanence* et *l'impersonnalité* pour éliminer les quatre Viparyaya de *la pureté, la joie, la permanence* et *la personnalité*.

V. *Les neuf stages de concentration mentale. (Les neuf attachements de l'esprit)*

Après un certain temps de pratique, on peut utiliser les neuf stages de concentration mentale pour évaluer le degré d'avancement de notre quête.

1. **Le cloisonnement de l'attachement** : au début de la pratique, l'esprit doit être attaché à un point précis pour le garder sous contrôle.
2. **La maintenance de l'attachement** : l'esprit emprisonné du début est brut, il ne peut donc être égal et universel ; aussi, quand il réagit aux phénomènes du monde extérieur, c'est-à-dire quand il tend à quitter son point d'attache, il faut le maintenir et le purifier afin qu'il s'affine.
3. **La protection de l'attachement** : même si l'esprit est attaché, maintenu, parfois il peut encore se perdre ou vagabonder ; aussi, dès qu'il se détache, il faut le ramener à son point initial.
4. **Le rapprochement de l'attachement** : A ce moment, l'esprit

n'est plus vagabond et dispersé car on peut s'en rendre compte dès le début et l'apaiser pour l'empêcher de s'éloigner.

5. **La modulation** : connaître la perfection des vertus du Dhyâna, comprendre que les dix images — *la forme, le bruit, l'odeur, le goût, la sensation, l'avidité, la colère, l'ignorance, l'homme, la femme* — sont les causes du vagabondage de l'esprit.. Il est alors possible de le redresser pour l'empêcher de se disperser.
6. **La quiétude** : par les vertus de la concentration de notre intérieur, stopper les mauvaises pensées et les soucis qui en découlent, et ainsi redresser et apaiser l'esprit.
7. **La quiétude ultime** : grâce à l'absence de pensée, on peut négliger toutes les mauvaises idées et les soucis qu'elles engendrent, on les laisse partir comme elles sont venues.
8. **Se concentrer sur un sujet unique** : de la pratique, viennent les résultats, sans manque, sans interruption, et la force de concentration s'accroît.
9. **La pratique parfaite** : c'est-à-dire maintenir l'esprit en équilibre ; grâce aux multiples conditions de pratique, l'esprit peut être sereinement contrôlé ; les pensées se succèdent, sans se disperser. A ce moment, on approche vraiment de l'étape de la concentration.

VI. Les quatre méthodes succinctes

Les quatre méthodes succinctes de Maître Linji sont les quatre procédés d'enseignement qui peuvent être utilisés ou délaissés quels que soient les circonstances ou le moment :

1. **Détacher l'homme mais ne pas se détacher de l'environnement** : S'oublier soi-même, mais ne pas oublier les circonstances extérieures.

2. **Détacher les circonstances extérieures mais ne pas oublier l'homme** : oublier les circonstances extérieures, mais ne pas s'oublier soi-même.
3. **Détacher, et l'homme et les circonstances extérieures** : oublier les deux.
4. **Ne détacher ni l'homme, ni les circonstances extérieures** : il n'est plus nécessaire de s'oublier soi-même ou d'oublier les circonstances extérieures : On vit avec et on les transcende. Ainsi la voie suivie ne quitte pas le monde.

Que ce soit *les neuf attachements de l'esprit* ou *les quatre méthodes succinctes*, le pratiquant de Chan peut les utiliser pour se tester lui-même, et contrôler le niveau de sa pratique.

VII. Vaincre les trois Remparts (enceintes)

Sur le chemin de la pratique, le pratiquant Chan rencontre parfois des niveaux différents, ainsi l'école Chan avait ce qu'on nomme *Vaincre les trois remparts* :

1. **Première enceinte**: dépasser le monde des hommes pour entrer dans le monde des saints.
2. **Rempart principal**: c'est aussi ce que l'Ecole de la Terre Pure appelle « renaître avec le vœu d'aider les êtres vivants à trouver l'Eveil ».
3. **Dernière enceinte**: quitter, et la mondanité et la sainteté. C'est-à-dire ne s'attacher ni à l'existence, ni à la vacuité ; les deux sont identiques et coexistent dans l'égalité.

VIII. Les quatre Dhyânas et les huit concentrations

Les quatre Dhyânas sont les quatre niveaux de concentration du *monde de la forme* ; les huit concentrations regroupent les quatre niveaux de concentration du *monde de la forme* et les quatre Arupajhanas du *monde sans forme*. Les huit concentrations incluent donc les quatre Dhyânas.

Les deux chiffres sont cités ensemble pour nous permettre de distinguer le *monde de la forme* de celui *sans forme*. Dans le *monde de la forme*, on les nomme *Dhyânas*, dans celui *sans forme*, on les nomme *concentrations* ; si nous comparons le *monde de la forme* et celui *sans forme* avec le *monde du désir*, alors on les nomme tous *concentrations*. Aussi, les quatre *Dhyânas* de monde de la forme et les quatre *Arupajhanas* de monde sans forme se regroupent et forment les huit *concentrations*.

Les quatre Dhyânas sont:

1. **Le premier dhyâna** : A l'intérieur du cœur pur, toutes les inquiétudes (vocable incluant soucis et désirs) sont inertes, ce qui signifie que tous les soucis et désirs sont chassés et que l'on a atteint le niveau du sans souci et sans désir.
2. **Le deuxième dhyâna** : On quitte la quête du premier dhyâna, car l'intérieur est déjà pur ; c'est-à-dire qu'il n'y a plus de mouvement du mental, sont seulement ressentis la joie et le bonheur.
3. **Le troisième dhyâna** : On quitte la joie du deuxième dhyâna, et on ne ressent que le bonheur doux et merveilleux.
4. **Le quatrième dhyâna** : Le bonheur lui-même n'existe plus ; est seule ressentie la pure équanimité.

Les quatre Arupajhanas sont :

1. **La concentration de l'espace infini** : On dépasse le quatrième dhyâna du monde de la forme, on chasse toutes les formes créées par la vue, toute notion d'*avoir*, toute sensation fausse, issue de l'ouïe, de l'odorat, du goût et du toucher, ainsi que toutes les pensées qui empêchent la concentration, afin de concevoir la concentration de l'espace infini.
2. **La concentration de la conscience infinie** : L'espace est affiné par la conscience, mais comme l'espace est infini, la concentration se disperse. Il faut alors abandonner l'espace ; l'esprit s'attache à la conscience et se concentre, la conscience du passé, du présent et du futur apparaît dans la concentration. L'esprit n'est plus dispersé, cette concentration est paisible, pure et calme.
3. **La concentration du néant** : on abandonne la conscience et, avec persévérance, on attache l'esprit au néant. L'esprit est pur, paisible et calme ; aucune pensée n'apparaît plus.
4. **La concentration du « ni perception, ni non perception »** : la conscience est « perception », le néant est « non perception », donc abandonner les deux est aussi abandonner les formes de « avoir » et « non avoir ». C'est le niveau le plus profond et le plus subtil de la concentration des trois mondes.

Les quatre dhyânas et les huit concentrations sont les bases de la méditation. Bouddha a utilisé ces méthodes pour atteindre la voie et le nirvana ; leur importance est donc considérable.

IX. La pratique simultanée de Samatha bhâvanâ et Vipassana bhâvanâ

Samatha signifie tranquillité, arrêt, c'est-à-dire bloquer toutes les idées dans la non-pensée, écarter toute pensée illusoire pour laisser naître la sagesse.

Vipassana signifie réflexion, vue pénétrante : Après avoir stoppé les pensées illusoires et dispersées, on avance d'un pas en contemplant l'ensemble phénoménologique afin de développer la vraie sagesse, afin de comprendre parfaitement l'essentiel de la vérité universelle.

Stopper toutes les pensées illusoires est une manière naturelle passive, c'est aussi le Dhyâna. Contempler les circonstances, les clartés, est un entraînement actif, c'est donc la Sagesse. Ces deux pratiques ressemblent aux deux roues du véhicule, aux deux ailes de l'oiseau, c'est un enseignement important pour aider le méditant à développer la sagesse.

X. La causalité

La causalité est une méthode de réflexion pour vaincre l'ignorance et développer la sagesse. La méditation assise n'est pas faite pour rechercher la joie de la sérénité, c'est en contemplant la sérénité qu'on peut trouver la sagesse. Contempler les douze nidanas, savoir que chaque pensée contient douze nidanas, de même que la pensée du moment est engendrée par celle d'avant, qu'elles se succèdent et se relient l'une à l'autre. Tous les phénomènes de la vie possèdent des causes, des conditions et des effets. Chacun est lié aux autres, chaque chose est liée aux autres. La cause entraîne l'effet qui devient la cause du phénomène suivant, et ainsi de suite. En examinant toutes ces notions de causes-conditions-effets, on peut comprendre la

vérité de l'univers. C'est pour cette raison que contempler la causalité peut développer la sagesse.

La plupart des gens croient que pratiquer le Chan consiste à singer un vieux moine qui entre en état de concentration, les yeux fixant le nez, le nez fixant le cœur ... En réalité, le sixième patriarche disait : « La voie doit être éveillée par l'esprit, elle ne dépend pas de la posture de méditation », « Un homme vivant s'assoit et ne reste pas étendu, tandis qu'un homme mort reste étendu et ne peut plus s'asseoir ». Le Chan ne peut être évalué à partir des positions assise ou étendue. Si tu possèdes le Chan, alors, être debout, en marche, assis, étendu, porter une charge de bois, des seaux d'eau, ouvrir de grands yeux ou plisser les paupières ... chaque mouvement peut permettre l'illumination subite et de retrouver la nature intérieure. Comme disait le Maître Yongjia : « Marcher est le Chan, s'asseoir est aussi le Chan, le corps reste paisible, qu'on parle, qu'on garde le silence, qu'on soit actif ou immobile ». Pour un vrai méditant, le Chan est partout. C'est pourquoi le bouddhisme humaniste met l'accent sur « le Chan de la vie » et voici ce que nous proposons :

1. **La pensée de la pratique de Chan:** Faire son possible avec un cœur ordinaire, vrai, et juste. Ne pas chercher d'explication surhumaine.
2. **Le contenu de la pratique de Chan:** Persévérer avec la foi, la juste mesure et la compassion, suivre son affinité sans changer sa nature, avec la bienveillance, la compassion, la joie et l'équanimité.
3. **La vie quotidienne de la pratique de Chan :** La réaliser consciencieusement en appliquant les règles, en vivant sobrement, en appréciant notre bonheur, et en respectant les préceptes.

4. **L'esprit de la pratique de Chan** : Pratiquer avec courage, avec persévérance et sans crainte; oser reconnaître que notre nature intérieure est la même que celle de Bouddha.
5. **L'utilisation de la pratique de Chan** : L'appliquer intelligemment dans la vie quotidienne, dans toutes les activités et lors de tout événement. Le dharma existe partout et apporte une joie infinie.

L'esprit de Chan ne se limite pas à l'espace du local de méditation, durant les vingt-quatre heures de la journée. Chaque mouvement, chaque pas, chaque regard est rempli de la joie du Chan ; la perception de Chan ne se limite pas à la concentration de sa contemplation intérieure ; l'habillement, les repas, la marche, le repos, tout peut faire apparaître le merveilleux du Chan.

Le Chan se trouve dans la vie quotidienne et dans tous nos comportements. Le broyage de riz durant huit mois fut en réalité, la doctrine de non-dualité qui permit au sixième patriarche Huineng d'atteindre l'Eveil.

Maître Youyuan demanda un jour à Maître Dazhu Huihai : « Comment pratique-t-on le Chan personnellement ? »

Maître Dazhu répondit : « Manger quand on a faim et dormir quand on a sommeil ».

Etonné, Maître Youyuan s'exclama : « Alors, tout le monde est en train de pratiquer ? »

« Non ! Les autres mangent en chipotant, et dorment en songeant ».

Quelqu'un demanda à Maître Quanju : « Bouddha encourageait ses disciples à émettre *les quatre vœux universels*, quel est donc le vôtre ? »

Maître Quanju répondit : « Le mien est : manger quand on a faim, se vêtir quand on a froid, dormir quand on a sommeil, s'éventer quand on a chaud. Qu'en pensez-vous ? »

Pratiquer le Chan n'est pas s'éloigner du monde, ni s'isoler dans des montagnes perdues, c'est le pratiquer dans notre manière habituelle de vivre, retrouver un cœur ordinaire dans la vie quotidienne, ne pas créer des illusions ni faire de comparaisons. Il faut essayer de comprendre, avec le cœur, les immenses merveilles de l'univers à partir des petites choses matérielles ou non, alors, partout on peut retrouver le Chan.

Maitres Xuefeng, Yantou, Qinshan voyageaient ensemble pour visiter et enseigner le Dharma. Un jour, en passant à côté d'une rivière, alors qu'ils se consultaient pour savoir où ils pourraient participer à l'Alm procession, ils virent flotter sur l'eau une belle feuille de salade venue de l'amont de la rivière.

Maitre Qinshan dit : « Regardez, il y a une feuille de salade dans l'eau, il devrait y avoir des gens qui vivent là-haut, si nous remontons le courant, nous devrions les trouver ».

Maitre Yantou dit : « Une si belle feuille de salade, et on la laisse partir, quel dommage ! »

Maitre Xuefeng dit : « Ces paysans ne savent pas apprécier leur bonheur, ils ne méritent pas l'éducation, allons plutôt ailleurs ! » Pendant qu'ils échangeaient ces propos, un homme descendit en courant et demanda : « Maîtres, avez-vous vu passer une feuille de salade? J'étais en train de laver la salade, une feuille s'est détachée, je cherche à la récupérer : Ce serait trop dommage de la laisser perdre. » Les trois maîtres se regardèrent, éclatèrent de rire et dirent : « Allons donc nous faire héberger chez lui ! »

Le Chan étant omniprésent, les méthodes de pratique sont

nombreuses. J'en présente ici quarante pour vous permettre de les consulter dans votre pratique quotidienne :

1. **Le Chan de la vie quotidienne** : Par le passé, chaque fois qu'un élève demandait la *voie*, le maître Chan répondait : « va manger ! », et si la demande était faite après le repas, il répondait : « va faire la vaisselle ! ». Le Chan ne se trouve pas « ailleurs », il est dans notre vie quotidienne ; en quittant la vie, le Chan n'existe plus.
2. **Le Chan du détachement** : Une jeune fille se présenta un jour dans une pagode, pour apprendre le Chan. Recevant par la suite des nouvelles de chez elle, elle apprit qu'elle avait réussi son examen d'entrée dans une université à l'étranger et que le certificat d'admission était arrivé. Sans y attacher d'importance, la jeune fille répondit : « Peu m'importe ! ». Quelques jours après, un autre message arriva disant : « Il y a le feu chez vous ! ». « Peu importe ! » répondit-elle encore. Si on peut se détacher de tout, alors le Chan sera là.
3. **Le Chan du laisser-tomber** : Un incroyant apporta un jour, deux pots de fleurs pour demander conseil à Bouddha. Bouddha lui dit : « Laisse tomber ! » Il déposa le pot qu'il avait dans la main droite. Bouddha répéta : « Laisse tomber ! » il déposa donc celui qu'il tenait de la main gauche. Bouddha redit : « Laisse tomber ! » L'hérétique s'exclama : « J'ai déjà déposé les deux pots que j'avais dans les mains, qu'est-ce donc que je peux encore laisser tomber ? » et Bouddha répondit : « Ce que je te dis de laisser tomber ce sont les préjugés de ton cœur ». Savoir *laisser tomber*, c'est le Chan.
4. **Le Chan de contempler Bouddha** : En méditation assise, imaginer la beauté des traits de caractère de Bouddha, tels sa compassion, son sourire, sa façon d'exprimer le Dharma ; comme

si la statue était vivante, ses yeux sont ouverts, expressifs, parlants ; c'est contempler *Bouddha*, et non seulement contempler la *forme*.

5. **Le Chan de la lumière** : Imaginer la lumière irradiant de la statue de Bouddha, telle que décrite dans le *sutra des seize voies de la contemplation*, ne voir que de la lumière devant nos yeux, non seulement en marchant ou en travaillant dans la lumière, mais même en dormant dans l'obscurité.
6. **Le Chan de la préparation du thé** : Le Chan possède son art, de même que le thé possède le sien; chaque fois qu'on prépare le thé, on doit savoir doser exactement la température de l'eau, la quantité, le goût, la force ; c'est ce qu'on appelle « la ressemblance entre le Thé et le Chan », si on arrive à préparer le thé d'une manière parfaite, alors on possède le Chan.
7. **Le Chan du rugissement du lion** : Considérons l'expression : « Se tenir en haut de la montagne, marcher au fond de la mer ». Parfois, quand on est au sommet de la montagne, il suffit de chanter un hymne, scander le nom de Bouddha ou émettre un rugissement de lion et le cœur est soudainement éclairé. On peut alors ressentir l'union entre la terre et l'univers avec tout notre corps et toute notre âme.
8. **Le Chan de la causalité** : contempler la causalité et comprendre qu'aucun phénomène de ce monde ne peut exister seul en tant que tel. Il ne peut exister que par un enchaînement de causes et conditions tels, la terre, l'eau, le feu, le vent, etc. Comme tout doit suivre la loi de la causalité, tout apparaît et disparaît suivant les conditions posées. Alors, il faut savoir laisser venir ce qui doit arriver et aussi le laisser partir, sans attachement et sans souci.

9. **Le Chan de la vie et de la mort** : Avoir peur de la mort est un phénomène naturel mais pour le pratiquant de Chan, il n'y a pas de dualité entre la vie et la mort, car sans la vie, que serait la mort et, sans la mort, comment renaître ? Comprendre cette non-dualité nous permet de regarder la mort en face.
10. **Le Chan de l'impersonnalité** : En croyant qu'il y a un « moi », comment peut-on ressentir le Chan ? Détacher le « moi », surpasser la notion de différence entre « les autres et moi » et l'on obtiendra une amorce de perception.
11. **Le Chan des Gong-An** : Bien que le bouddhisme propose de ne pas copier nécessairement les méthodes des anciens, il est parfois utile pour les débutants, de se baser sur de bons exemples pour savoir par où commencer.
12. **Le Chan des expressions** : Cherche une phrase telle que « Qui dicte le nom de Bouddha ? », ou « Qui étais-je avant de venir dans ce monde ? » concentre-toi sur elle, essaie de la voir avec le cœur, jusqu'au moment où, soudainement, le monde se brisera en mille morceaux. Alors tu comprendras qui tu es réellement.
13. **Le Chan de la déambulation** : Les anciens grands maîtres parcouraient des milliers de lieues sans se lasser, pour chercher la voie et ce, tant qu'ils croyaient ne pas être illuminés. Ainsi, le Maître-Chan Zhaozhou « marche encore à l'âge de quatre-vingts ans » parce que, pense-t-il « l'esprit n'est pas encore libéré, rien n'est advenu au moment du retour et je pense que j'ai gaspillé l'argent des sandales ». Et pourtant, nous savons maintenant que rien n'aura été inutile.
14. **Le Chan des tâches** : « Porter du bois et des seaux d'eau n'est rien d'autre que le Chan », « Un jour sans travailler : un jour sans manger », disait Maître Beizhang ; le Chan est

incompatible avec l'oisiveté et les maîtres Zen japonais enlèvent les mauvaises herbes de la cour à la main. S'ils utilisaient une tondeuse, ce ne serait plus *pratiquer le Zen*. Le Chan est dans les simples travaux de tous les jours, il permet d'éprouver l'unité du corps et de l'esprit, l'unité de l'extérieur et de l'intérieur. De même, le broyage du riz par le sixième patriarche, la plantation des pins de Maître Linji, Maître Yangshan menant paître le buffle, l'abattage des arbres par Maître Xuansha ... Toutes ces activités représentent le Chan.

15. **Le Chan en forêt** : On peut pratiquer le Chan dans les bois, comme Ananda qui y pratiqua la concentration, comme Subhuti qui y découvrit la notion de la vacuité en déjeunant sous un arbre. Bouddha lui-même a trouvé l'Eveil en contemplant les étoiles sous l'arbre Bodhi. Si nous pouvons pratiquer le Chan dans les bois qui abritent des milliers d'êtres vivants, percevoir le calme de l'immobilité du monde végétal, notre esprit pourra sûrement atteindre un niveau qui surpasse le monde matériel.
16. **Le Chan dans la nature** : les maîtres Chan chinois considéraient la nature comme leur toit, « Pratiquer le Chan ne demande pas nécessairement des endroits pittoresques avec montagne et rivière. Si le feu de ton esprit est calmé, la fraîcheur viendra d'elle-même ». Si le cœur est pur, que ce soit dans un bois, au bord d'une rivière, d'un ravin ou d'une coulée de lave, on pourra toujours pratiquer le Chan.
17. **Le Chan dans les grottes** : « Il y a cent sortes de fleurs au printemps, il y a la pleine lune d'automne, la fraîche brise de l'été, la neige en hiver. S'il n'y a pas de soucis dans notre tête, toutes les saisons sont magnifiques ». Pratiquer le Chan dans une grotte en croisant les jambes, donne l'impression d'être séparé du monde extérieur. En réalité, les trois mille mondes

de Bouddha sont dans notre esprit, la grotte en elle-même ne contient qu'un seul monde : le sien mais, de par notre présence en son sein, elle s'élargit aux dimensions du monde.

18. **Le Chan de la concentration** : En focalisant le corps et le cœur sur un point précis, on concentre l'esprit et cela constitue une pratique attentive ; comme il est dit dans le *Sutra des derniers enseignements de Bouddha* : « Rien n'est irréalisable, s'il nous est possible d'enclorre l'esprit en un seul endroit »
19. **Le Chan de la diction du nom de Bouddha** : Répéter le nom de Bouddha est aussi le Chan, comme il est dit dans l'*Amitabha sutra* : « dicter le nom de Bouddha avec le cœur ». Si on arrive à scander le nom de bouddha avec un cœur sans remous, n'est-ce pas là le Chan ?
20. **Le Chan qui permet de voir clair en son cœur** : Le but de la pratique du Chan n'est rien d'autre que voir clair en notre cœur et retrouver notre nature intérieure. Depuis toujours, si nous devons nous réincarner dans la vie et la mort, c'est parce que nous n'avons pas compris notre cœur. Si nous pouvions percevoir un petit signe de Chan, nous pourrions être tels: celui qui «enfermé pendant mille ans dans l'obscurité, il lui suffit d'une lampe pour être illuminé ».
21. **Le Chan de l'illumination** : le méditant ne cherche pas à devenir Bouddha, son but principal est d'être illuminé. Dans la dynastie Song, Zhang Chiu Cheng s'est illuminé en entendant le croassement des grenouilles et il a écrit : «Le coassement de la grenouille sous la lune de printemps, M'enseigne que ciel et terre, en vérité ne sont qu'un ; Et ainsi, je comprends la douleur ressentie sur le mont, Par Maître Xuanxa, se cognant au rocher. » Il suffit de trouver l'illumination pour libérer notre immense potentiel de dharma.

22. **Le Chan du signifiant et du signifié, de l'événement et de ses conséquences** : la *voie* ne peut être obtenue que dans la vie quotidienne, là où le signifiant et le signifié sont en harmonie. Dans le monde, certains «ne considèrent que le signifié et négligent le signifiant », d'autres commettent l'erreur inverse. Si l'on peut assimiler la notion de *compatibilité du signifiant et du signifié* dans le *Sutra de l'Ornement Fleuri*, on devient un homme-Chan.
23. **Le Chan de la joie** : Le Maître-Chan japonais Danshan répétait tous les jours : « Comme je suis heureux ! Comme je suis heureux ! ». Un jour, quelqu'un le poussa dans l'eau, alors il cria : « Je souffre ! Je souffre ! ». Quand on l'eut sorti de l'eau, on lui demanda en riant : « Vous ne dites plus que vous êtes heureux ? ». Il répondit : « Sans la joie, comment perçoit-on la souffrance ? ». De même, sans la souffrance, comment peut-on apprécier la joie ?
24. **Le Chan de la gratitude** : Pratiquer le Chan c'est chercher à changer de mentalité, c'est-à-dire changer sa façon de penser. Dans la méditation assise, si nous pouvions nourrir la gratitude envers Bouddha et envers tous ceux qui nous entourent, notre esprit serait immédiatement transcendé et nous pourrions sentir que nous vivons côte à côte avec Bouddha.
25. **Le Chan de *Bouddha et le cœur*** : Mon cœur est Bouddha, le cœur de Bouddha est moi ; le Cœur et Bouddha ne sont qu'un. Si le méditant peut assimiler que « Bouddha n'a jamais quitté le Cœur » et admettre courageusement le « Je suis Bouddha », alors aucun but en ce monde ne peut rester irréalisable.
26. **Le Chan de l'insouciance** : Le but de la pratique de Chan est la recherche de l'illumination, la libération et l'insouciance. Avalokitesvara Bodhisattva « contemple la vacuité des cinq

skandhas », d'où il acquiert la faculté de « surpasser tous les dangers ». Comment un méditant peut-il être insouciant ? Il lui suffit d'être détaché face à l'homme, face aux événements, face aux circonstances, face aux pensées ; alors il sera insouciant à tout moment et en tout lieu.

27. **Le Chan de la tranquillité** : Dans la vie, savoir être tranquille, détaché, c'est le Chan. Tranquillité ne veut pas dire qu'il n'y a rien dans la vie, mais, face à un monde agité, l'esprit doit rester serein. Si, dans une vie trépidante, le cœur peut rester calme pendant que l'homme est occupé, si on peut être très occupé sans pour autant se trouver dépassé, alors c'est le Chan.
28. **Le Chan de l'immobilité** : La qualité du méditant est comme une fleur, un brin d'herbe, tranquillement éclos, tranquillement grandis ; cette qualité de sérénité, de paix, de tolérance représente bien l'état du Dhyâna.
29. **Le Chan du mouvement** : « Eliminer les idées vagabondes et illusoire pour laisser vivre le corps dharma ». C'est après avoir chassé les pensées illusoire que la sagesse peut apparaître. Si on peut rester calme au milieu d'une vie agitée, cela représente la force du dhyâna. C'est pourquoi le Chan est « éclos dans le calme et endurci dans le mouvement ».
30. **Le Chan des écrits** : « Dans les livres, on peut trouver des maisons de rêve, dans les livres, on peut trouver des beautés féminines ». Baigner dans la poésie et la peinture pour améliorer notre qualité d'être et purifier nos corps et âme, est aussi une manière pour atteindre le monde du Chan.
31. **Le Chan de la poésie** : Même si le Chan est *sans écrit*, les textes de nos anciens écrivains et poètes (Sudongbo, Huangwei ...) ont su exprimer les différents états du Chan.

32. **Le Chan des hymnes** : Les hymnes bouddhistes sont comme la musique contemporaine : Ils permettent le rapprochement des hommes et surtout, la douceur des hymnes peut ouvrir le cœur de l'homme et purifier ses pensées. Corps et âme se fondent dans la nature et c'est ainsi que nombreux sont ceux qui ont pu atteindre l'illumination grâce aux hymnes, tels les maîtres de chœur.
33. **Le Chan des jeux** : Le Weiqi et le Xiangqi (jeu d'échecs) chinois, le bridge occidental, si on n'attache pas d'importance à la victoire ou à la défaite et que l'on recherche seulement l'indifférence dans la concentration, alors on approche l'état du Chan.
34. **Le Chan des questions** : Il faut sans cesse poser des questions, demander des conseils partout où c'est possible, même s'il faut traverser les eaux et les montagnes ; Jusqu'à ce jour où il suffira de poser la question pour que la sagesse apparaisse.
35. **Le Chan mondain** : Un pratiquant avait médité durant deux ans dans l'isolement d'un hall de prière. Un jour, en marchant sur la route, il s'est soudainement trouvé illuminé. Il s'est alors vraiment rendu compte qu' « un méditant qui, sous le ciel, sur le sol et au milieu du trafic, ne porte pas les êtres vivants dans son cœur ne méritera jamais le nom de Maître Chan ».
36. **Le Chan du bénévolat** : Le bénévole peut participer à des actions charitables, et être en même temps un pratiquant de Chan. Si, durant le travail de bénévolat, il a l'esprit concentré, les idées unifiées, oubliant les notions de *l'autre et moi*, ne pensant pas à son intérêt, aidant les autres, il pourra obtenir le Chan d'une manière toute naturelle.
37. **Le Chan de pratique collective** : un méditant peut pratiquer le Chan seul ou collectivement dans le hall de méditation ;

il suffit que le moment soit venu et les conditions remplies, il pourra atteindre le niveau sans gaspiller le temps ni les moyens.

38. **Le Chan de la marche** : Le Chan peut être pratiqué assis ou en marchant. Dans le hall de méditation, les pratiquants sont nombreux mais sans que, pour autant, il y ait désordre. Tout le monde marche calmement et en ordre, les gestes sont fluides et silencieux, chacun se concentre sur ses pas, comme si chaque pas allait le mener dans le monde du Chan.
39. **Le Chan de la révérence** : En enchaînant les révérences, l'esprit est concentré, sans pensée illusoire et ce, jusqu'au moment où *le moi* et *Bouddha* se confondent. C'est aussi le chemin suivi par les débutants.
40. **Le Chan du silence** : le méditant vit dans un monde de silence, car le monde du son est toujours perturbant. Si le méditant s'entraîne à ne pas voir les mille couleurs du monde, ne pas entendre les modulations du son, ne pas penser aux illusions, alors il s'approche déjà de la perception du Chan.

Le choix des techniques énoncées ci-dessus peut paraître prosaïque, il est du au fait que le Chan est, à l'origine, très humaniste : Tous les maîtres Chan ont atteint l'illumination à partir des humbles travaux manuels quotidiens. Malheureusement, avec le temps, il a changé de forme pour devenir le Chan du Bois Mort, le Chan *Hinayana* (le Chan du Petit Véhicule), ce qui est regrettable. C'est pourquoi la concentration du bouddhisme-humaniste voudrait proposer une série de méthodes de pratique simples, espérant pouvoir ainsi semer par le monde un peu de graine de Chan, afin que le Chan de la vie du bouddhisme-humaniste puisse être une clé qui permette à l'homme d'éclairer son esprit embrumé. Certes,

le bouddhisme parle de quatre-vingt-quatre mille méthodes mais les méthodes peuvent bien être innombrables, le résultat ne dépend que de l'assimilation de chacun.

Les anciens disaient : « Porter du bois, transporter des seaux d'eau, ne sont rien d'autre que le Chan. » Dans sa vie quotidienne, chacun peut pratiquer le Chan en s'habillant, en mangeant, en marchant, en dormant et même en allant aux toilettes. Par exemple, dans le *Sutra du Diamant*, il est décrit la vie Prajna de Bouddha : C'est toujours s'habiller et manger, mais en possédant l'illumination du Chan. La signification et le mode de vie d'un homme illuminé sont tout à fait différents de ceux d'un homme ordinaire.

Le Dharma n'est pas détaché du monde, il n'est donc pas nécessaire de quitter la foule pour pratiquer le Chan en solitaire, là-bas, au creux des montagnes. Le Chan et le monde ne sont pas détachés l'un de l'autre : Comme il est dit ci-dessus : « Pratiquer le Chan ne demande pas nécessairement des endroits avec montagne et rivière. Si l'esprit est limpide, le feu s'éteindra de lui-même ». Il suffit d'éteindre le feu de la colère dans notre cœur, alors n'est-il pas partout ce magnifique endroit si recherché ? Quel endroit, si perturbé soit-il, ne peut pas devenir un endroit de culte ?

Un poème-Chan disait :

*Bodhidharma est venu de l'Ouest sans apporter
un mot,
Car il faut travailler seulement avec le cœur ;
Si je dois, par l'écrit, dire tout de l'autre et moi,
Toute l'eau du lac Donghu donnera trop peu
d'encre.*

Le Chan est un but à atteindre et non un thème de discussion. Les Maîtres Chan réprimandaient les disciples pour leur

apprendre le Chan ; quand ils faisaient les gros yeux, c'était pour discuter le Chan ; « Un jour sans travail est un jour sans repas », et travailler, c'est pratiquer le Chan ; Maître Zhaozhou marchait à l'âge de quatre-vingts ans, c'était aussi pour apprendre le Chan. Tous ces exemples doivent nous apporter beaucoup de révélations.

En étudiant le Chan à l'école bouddhiste et même si je ne suis pas très brillant, j'ai pu, après plusieurs années d'étude, avoir quelque contact ; c'est pourquoi, face à certains problèmes de la vie quotidienne, j'ai pu aussi réagir avec l'esprit Chan. Ainsi :

1. Dans les débuts de la création de Foguangshan, les conditions financières étaient difficiles ; certains disciples devaient se faire soigner les dents et nous présentaient les devis. Certains chefs de service, pour épargner, étaient d'avis d'attendre, mais je disais : « Même si on ne sait pas prononcer de bonnes paroles, avoir de bonnes dents est quand même nécessaire. »
2. Il y a plusieurs années, j'étais à l'hôpital Rongzhong pour une opération cardiaque. Avant l'opération, le chirurgien me demanda : « Avez-vous peur de mourir ? » Je répondis : « De mourir non, de souffrir oui. » Après l'opération, le Professeur Zhengshi me demanda : « Vénérable, qui voyiez-vous pendant l'opération ? » Je répondis : « Je ne voyais que tous les autres. »
3. En 1989, je présidais « le groupe de IBPS » qui se rendait en Chine pour rendre visite à la famille. Baihua, l'auteur du roman *L'amour interdit*, me demanda : « Quel est le plus grand progrès en Chine ? » Je répondis : « La réforme ! »
4. Il y eut une période pendant laquelle la société de Taiwan était très agitée. L'émission de télévision « News Plaza » m'invita pour une interview et le producteur de l'émission, Litao, me demanda de résumer en une phrase la réponse à la question :

« Comment améliorer le climat social ? » Je répondis : « Que tout le monde porte Bouddha dans son cœur ! »

5. En 2000, je suis allé inaugurer la statue de Bouddha dans le hall de lecture Nantian de Foguangshan en Australie. Le sénateur australien Ross Cameron me demanda : « Parmi les dirigeants religieux actuels, qui est le meilleur ? » J'ai répondu : « Celui que vous préférerez sera le meilleur ! »
6. Au printemps 2002, j'ai proposé au monde bouddhiste taïwanais de se réunir pour accueillir *la relique de la phalange de Bouddha* prêtée par la Chine à Taiwan, dans le but de rapprocher les deux gouvernements. C'est là que le journaliste de la chaîne de télévision Fenghuang de Hongkong me demanda : « A partir de maintenant, vous allez certainement encore jouer un rôle important, comment espérez-vous qu'on vous considère ? » Je lui répondis : « Comme un simple moine, je ne suis qu'un simple ordonné. »

Le 31 mars de la même année, *la relique de la phalange de Bouddha* était reconduite à la pagode Famen de Xi-an après un séjour de 37 jours à Taiwan. En atterrissant à l'aéroport de Xi-an, un journaliste me demanda : « Quel est le premier mot que vous voulez prononcer maintenant ? » Je répondis : « Mission accomplie. »

7. Parfois, il y a des gens qui viennent visiter Foguangshan, après avoir vu *la grande cité des bouddhas*. Il leur arrive de dire d'un air méprisant : « C'est une culture de béton à Foguangshan, les statues de bouddhas sont toutes en ciment. » Je répondis : « Nous ne voyons que bouddhas, nous n'avons pas vu de ciment. »
8. Dans les années 50, Taiwan était soumis au couvre-feu, la population n'était pas autorisée à se réunir. Chaque fois que je souhaitais me rendre à la campagne pour propager le Dharma,

il y avait toujours des policiers pour m'en empêcher. Une fois, au milieu d'une lecture, les policiers sont arrivés, l'un d'eux m'ordonna : « Dis-leur de partir ! » Je lui répondis : « Quand j'aurai terminé, ils partiront de leur plein gré »

9. Un jour, en Australie, Mr Zhouxiaoying me demanda : « Votre Dharma est-il capitaliste ou communiste ? » Je répondis : « Il est simplement bouddhiste ! »
10. En 2002, le ministère de l'information organisait une campagne de « la protection de l'environnement par les medias ». La journaliste Liangyufang m'interviewait et elle me demanda : « Que pensez-vous des medias d'aujourd'hui ? » Je lui répondis : « Parfois si on ne les écoute ni ne les regarde, on est aussi heureux ! »

Parmi d'autres questions, on m'a posé celles-ci :

« Y a-t-il des extra-terrestres ? »

« Tous les bouddhas les sont ! »

« Pourquoi ne vieillissez-vous pas ? »

« Je n'ai pas le temps de vieillir ! »

« Dans le monde, entre l'amour, la liberté, la vie, la fortune, lequel est le plus important ? »

« Le Dharma, la causalité sont les plus importants. »

« Ou se trouvent les quatre Grands Bodhisattvas ? »

« Avalokitesvara se trouve dans la Compassion ; Maitreya dans la force du vœu ; Manjusri dans la Sagesse, Samantabhadra dans la Pratique. »

En fait, le Chan n'est pas là pour nous permettre de faire des recherches, il est là pour améliorer notre vie. Avec lui, on est riche des *trois mille mondes de Bouddha*, avec lui, on vit. Le Chan est comme un aliment, il est aussi comme un linge. Comme disait le

grand Maître-Chan Damei Fachang : « Un étang de nénuphars est comme une infinité de vêtements, quelques ares de pins procurent une infinité de repas. » Le méditant dépose son corps et son esprit dans *le monde de Bouddha*, la paille et les légumes permettent de vaincre le froid et la faim; les maîtres Chan communient avec la nature, vivent dans l'insouciance avec les affinités et le destin ; Le Chan, c'est « la Nature ».

Pratiquer le Chan, c'est pour l'essentiel, savoir l'utiliser d'une manière vivante. Si nous pouvions l'utiliser d'une manière vivante dans notre vie quotidienne, ce serait là notre habileté, notre sagesse ; s'il y avait le Chan et la sagesse, la vie aurait une toute autre signification.

Dans l'école Chan, la réussite est l'affaire personnelle de chacun : Si on obtient un point par un effort personnel, alors ce point sera acquis. Si on ne s'intéresse qu'à la théorie ou si on ne fait que répéter ce que disent les autres, on n'aura aucun résultat. C'est seulement par la pratique qu'on peut saisir la beauté du Chan et ne pas perdre le vrai sens du bouddhisme. Par exemple, si on conduit un cheval assoiffé vers une source, si le cheval n'ouvre pas la bouche, il mourra de soif. De même, les Sutras ne sont que les boussoles qui nous guident sur le chemin vers la vérité ; après les « avoir bien compris », nous devons « savoir bien les appliquer », c'est ainsi que nous pourrons goûter la bonne eau du dharma. Il était dit : « seul celui qui boit l'eau peut dire si elle est froide ou tiède. » Si on veut savoir ce qu'est le Dharma, ce qu'est le Chan, on doit les chercher soi-même, les pratiquer réellement, les autres ne pourront pas nous les décrire d'une manière exacte.

3. La parfaite utilisation de la Concentration :

*Ne pas laisser se laisser influencer par l'extérieur,
se transcender soi-même*

L'homme ne peut survivre hors de sa famille et de la société. Il ne peut pas non plus vivre sans certaines conditions matérielles : argent, fortune ... et reste perturbé par les « cinq Désirs » (la cupidité, le désir sexuel, la vanité, la gourmandise, la paresse) et les « six Gunas » (la forme, le son, le parfum, le goût, le toucher, la perception des phénomènes). Mais, dans la vie en société, ce qui nous nuit le plus, ce qui est le plus difficile à résoudre, ce sont « les pensées illusoires ». Extérieurement, nous sommes attirés et pollués par « les cinq Désirs et les six Gunas » et intérieurement, nous sommes troublés et induits en erreur par les trois Poisons : l'avidité, la colère et l'ignorance. Disciples bouddhistes, pourquoi devons-nous pratiquer le Dharma ou le Chan ? C'est parce que nous devons nous armer psychologiquement et accroître la force de notre esprit. Comme pour la guerre, il faut avoir des remparts et des armures pour pouvoir faire face à l'ennemi.

Comment faire face aux « cinq Désirs et Six *Gunas* » et aux « pensées illusoires » des trois Poisons ? Il est dit dans le *Sutra du Diamant* : « ne pas s'attacher à la forme, au son, au parfum, au goût, au toucher et phénomènes », c'est-à-dire ne pas enchaîner notre esprit aux six *Gunas*, ne pas s'attacher aux *Formes*. Car « la forme du moi », « la forme de l'autre », « la forme d'autrui », « la forme du temps » sont toutes illusoires et non réelles ; les six *Gunas* sont tous pollués. Si un homme, face aux conditions extérieures, se laisse investir par l'avidité, l'attachement, le souci et, intérieurement, nourrit la différence et le désir de possession, il va faire naître en lui la *vision perverse*, c'est alors que les *pensées illusoires* vont arriver. C'est ainsi que, dans le *Sutra du Diamant*,

il est dit : « ne pas attacher et retrouver son cœur », si l'esprit est *sans attache*, alors seulement nous pourrons vaincre *les cinq Désirs et les six Gunas*, et être insouciant.

Le cœur *sans attaches* est le cœur du Chan, le cœur de la sagesse. Le Chan est l'Eveil, la vie, le naturel et la vacuité. Le Maître-Chan Daoshu et ses disciples construisirent un jour, une pagode à côté d'un temple taoïste. Les maîtres taoïstes ne supportaient pas la présence de la pagode et, tous les jours, ils essayaient d'utiliser des forces surnaturelles pour faire peur aux pratiquants de la pagode. Apeurés, certains jeunes Shramaneras s'enfuirent, mais Maître Daoshu persista durant plusieurs dizaines d'années. Enfin, les maîtres taoïstes ont épuisé en vain leurs maléfices et, de colère, ils ont démenagé leur temple.

Les gens demandaient au Maître Daoshu : « Maître, les forces surnaturelles des maîtres taoïstes sont très puissantes, comment les avez-vous vaincues ? »

« Je n'avais, pour les vaincre, rien d'autre qu'un cœur *Vide*. »

« Qu'est-ce cela veut dire ? »

« Les maîtres taoïstes ont des pouvoirs magiques, des forces surnaturelles, mais leur *avoir* est limité, mesurable, il a une fin, des limites. Je n'ai pas de forces surnaturelles, je n'ai qu'un *cœur vide*, le *vide* est sans limite, sans mesure, sans bornes et sans fin. La relation entre *l'avoir* et le *vide* est d'utiliser le fixe pour faire face aux dix mille changements, mon *intangibile* est donc capable de vaincre leurs *dix mille changements*. »

« Ce n'est pas l'attraction sexuelle qui égare l'homme, c'est l'homme lui-même qui s'égare ». Le meilleur moyen pour vaincre les *pensées illusives* est d'avoir un *cœur vide*, c'est-à-dire ne pas pouvoir *être troublé*. Le cœur *vide* est le cœur du Chan, avec le Chan, on obtient la *Concentration*. C'est pourquoi, il suffit

d'avoir un cœur *vide*, il suffit de pratiquer le *Chan*. Sa richesse, nous pouvons l'utiliser pour faire de bonnes actions ; face au malheur, nous pouvons apprendre à endurcir nos corps et esprit. Car la souffrance, les difficultés peuvent nous aider à discerner les faux sentiments, l'hypocrisie. Face aux objets extérieurs, nous ne sommes ni attirés, ni désirés, et face aux *huit vents*, nous ne sommes pas ébranlés ; car, le *Chan* est la *Force*.

Si nous possédons la force physique, nous pourrions seulement porter le poids de la vie ; si nous possédons la force mentale, nous pourrions nous protéger des soucis, des souffrances, des anxiétés, des contrariétés ... D'où vient la force mentale ? Les sutras nous apprennent qu'il y a quatre *forces* dont nous devons nous munir. D'abord, il faut avoir *la force de compréhension parfaite*, c'est-à-dire *comprendre* le problème d'une manière transparente et approfondie. Comme il est dit : « comprendre est difficile, réaliser est facile ». Quand on a bien compris le problème, il n'est pas difficile de le résoudre, c'est pour cette raison que *la compréhension parfaite* est une force. Ensuite, il faut avoir *la force de la joie*. La joie est le caractère optimiste ; si on étudie, il faut étudier avec joie ; si on travaille, il faut travailler avec joie ; si on fait du bénévolat, il faut le faire avec joie ; si on fait des donations, il faut le faire avec joie ; car si on fait tout à contre cœur, alors la force n'existe plus. Mieux encore, il faut avoir *la force de se reposer*. Un proverbe dit : « se reposer, c'est pouvoir marcher plus loin ». Parfois, quand on porte trop longtemps une charge, un peu de repos permet de récupérer la force ; dans une partie sportive, un court moment de repos permet parfois de récupérer ses capacités offensives. Enfin, il faut avoir *la force de contemplation en silence*. La contemplation est le Dhyâna. Avec le Dhyâna, notre esprit ne sera pas emporté par les circonstances extérieures ; si notre esprit n'est pas esclave

des circonstances extérieures, il pourra les modifier. Si l'esprit peut modifier les circonstances extérieures, il possèdera la force.

Le Chan est quelque chose de merveilleux : Dès qu'il s'épanouit, la vie devient naturelle et transparente, on ne s'attache plus à la vie matérielle, on trouve partout la force de vivre, et on peut encore changer les aberrations du monde qui nous entoure. Aussi, le Chan peut changer l'illusion en illumination, le faux en juste, le petit en grand, la souffrance en joie.

Dans la vie actuelle, tout le monde recherche fébrilement l'excitation des cinq sens ; et pourtant c'est quand le méditant ferme les yeux pour contempler sa nature intérieure que se révèle la vraie source de joie. Ainsi, le cousin de Bouddha, le prince Bhadrïka pratiquait le Chan avec deux autres méditants dans les bois. Un jour, sans se consulter, ils s'écrièrent en même temps tous les trois : « Quelle joie ! Quelle joie ! »

Bouddha les entendit et leur demanda : « Qu'est-ce qui vous rend si joyeux ? »

Bhadrïka répondit ; « Oh Bouddha ! Avant, quand je vivais au palais, je mangeais tous les jours des plats raffinés, je portais des tissus somptueux, plusieurs gardes me protégeaient et pourtant, j'étais inquiet, comme s'il y avait des gens qui voulaient m'assassiner. Maintenant, je suis ordonné, je pratique le Chan, ce que je mange est simple mais délicieux, je dors à la belle étoile mais je me sens en sécurité, insouciant ; c'est pour cela que je ne peux m'empêcher de m'exclamer. »

Ce que Bhadrïka ressentait est la joie du Chan. La joie que l'on ressent dans la Concentration n'est pas celle qu'on obtient par la perception des cinq Désirs et des six Gunas ; la joie du Dharma que ressent le méditant ne change ni avec le temps ni avec l'espace. Dans la vie commune, certains pensent que l'amour est ce qui

vous rend le plus heureux, mais l'amour ressemble à une fleur qui est belle mais éphémère. L'amour est comme un kaki, une poire, un peu sucrés, mais aussi un peu aigres, un peu amers ! L'amour est aussi comme les pôles nord et sud, les moments du désir sont brûlants et nous font perdre la raison ; et les moments de désamour sont froids comme la glace et nous mènent au désespoir.

D'autres disent : « Il n'est pas besoin d'amour, l'argent peut aussi apporter la joie. » Mais l'argent n'a pas tous les pouvoirs, on peut acheter tous les plats, mais on ne peut acheter la santé ; on peut acheter des produits de beauté de marque, des vêtements griffés, mais on ne peut acheter la grâce ; on peut coucher dans un lit de luxe, mais on ne peut acheter le sommeil ; on peut acheter des milliers de livres, mais on ne peut acheter la sagesse ; on peut acheter le pouvoir, mais on ne peut acheter le respect. Enfin et surtout, la richesse matérielle est la copropriété des *cinq familles*. Comme il est dit « la prospérité ressemble aux songes de la nuit et la richesse à la rosée de septembre » ; ainsi, amour, argent, honneurs, pouvoir ne sont pas durables, ils ne peuvent être les vraies sources de joie ; la vraie joie dans la vie est d'avoir le Chan.

Le Chan procure une vie artistique et surtout une vie parfaite. Le Chan est la vraie image que chacun possède naturellement ; le Chan est la fortune personnelle de chacun, égale, universelle, intangible. Pratiquer le Chan n'a pas pour but que tout un chacun devienne Bouddha, l'essentiel, c'est qu'il nous apporte l'illumination.

Etre illuminé, c'est *comprendre son cœur et retrouver sa nature*, c'est se connaître soi-même. En général, dans la vie quotidienne, nous sommes souvent influencés par les autres et moi, le juste et l'injuste, le bons et le mauvais, avoir ou ne pas avoir, la joie et la tristesse, le succès et l'échec ; parfois un mot, un regard, un

geste peuvent nous troubler. Cela vient du fait que nous ne nous connaissons pas ; c'est parce qu'on ne se connaît pas qu'on ne peut vivre d'une manière libre, insouciante et rester maître de soi en toute circonstance.

D'une manière générale, la plupart des adeptes du bouddhisme, quand ils écoutent les sutras et la Dharma, semblent posséder certaines connaissances et faire preuve d'un peu de compréhension. Mais de retour à la vie de tous les jours, des troubles apparaissent. C'est ainsi qu'on dit « quand on s'exprime en théorie, on a l'impression de comprendre, mais face aux circonstances extérieures, on est troublé ». C'est pourquoi, le bouddhisme propose la coexistence de la compréhension et de la pratique, non seulement il faut comprendre quand on parle, mais aussi ne pas être troublé face aux circonstances extérieures.

Pour pratiquer le Chan, il faut, en premier lieu, ne pas être troublé, cela est très important. Le célèbre philosophe Dr. Fangdongmei est un amateur de natation. Un jour, en nageant, il a soudainement coulé. Instinctivement, il s'est débattu, et plus il se débattait, plus il coulait. A ce moment, calmement il a pensé : « Je suis un philosophe, je devrais être insouciant devant la vie et la mort ; mon attitude actuelle ne doit pas être belle à voir. Un philosophe doit savoir mourir sans crainte ! » Alors, il s'est senti soulagé, ses membres se sont relaxés et, finalement, il a refait surface.

Ne pas être troublé est une force, c'est aussi un état suprême : Monsieur Baiyun Shouduan étudiait le Chan chez Maître Yangqi Fanghui depuis bien longtemps et n'arrivait pas à trouver l'illumination, Maître Yangqi voulait l'aider et, un jour, il lui demanda chez qui il était auparavant. Shouduan répondit : « Chez le maître du Mont Chalingyu ».

Maître Yangqi demanda encore : « Je sais que le maître du Mont Chalingyu a été illuminé à la suite d'une chute et qu'il en a tiré une stance. La connais-tu ? »

Baiyun Shouduan répondit : « je la connais ! Cette stance dit : *Je possède une perle brillante, longtemps enfermée dans une gangue de poussières (Gunas). Ce matin, la gangue a éclaté et la lumière a jailli. Elle éclaire les dix mille lieux de la terre.* »

Maître Yangqi éclata de rire et s'en alla. Et à cause de ce rire, Shouduan fut troublé, il perdit l'appétit et le sommeil. Le lendemain, il se présenta chez Maître Yangqi pour lui demander la raison de ce rire.

Maître Yangzhi ne répondit pas, et demanda : « Hier après-midi, as-tu vu ce petit clown devant la pagode ? »

Shouduan dit : « Oui, je l'ai vu. »

Alors, Yangqi répondit : « Sais-tu que parfois tu ne vaux pas le petit clown. »

« Pourquoi ? »

« Parce que les gestes du clown sont faits dans le but de provoquer le rire des autres, et toi, tu en as peur. »

Se comprendre n'est pas suffisant : Si on ne sait pas rester maître de soi, on pourra être influencé par les circonstances extérieures. Une louange des autres peut nous rendre vaniteux ; une critique peut aussi nous apporter la colère et la haine. Si les autres peuvent exercer une influence sur notre joie et/ou notre tristesse, nous devons reconnaître que nous avons perdu notre personnalité.

C'est parce qu'il y a *toi* et *moi* qu'il y a comparaison, qu'il y a *homme* et *bouddha* qu'il y a différence. Le Chan, c'est de trouver l'égalité dans les comparaisons, l'unité dans les différences, c'est là le Prajna du Chan.

Le Prajna est en fait l'esprit Chan, son utilité est d'éclairer le monde de Bouddha. Celui qui possède le Chan peut nous être très utile, il peut nous aider à réduire nos soucis face aux périodes troublées, face aux phénomènes anxiogènes de la vie. C'est parce qu'on a la sagesse du Dhyâna qu'on peut rester indifférent devant les juste/injuste, bon/mauvais, utile/malfaisant, gain/perte, avoir/ne pas avoir, beaucoup/pou, vie/mort, honneur/déshonneur etc., de même devant les difficultés, les malheurs, les obstacles et les échecs ; quand notre esprit n'est pas conditionné par le monde extérieur, il sera comme il est dit dans le *Shurangama Sutra* : « Si tu peux te détacher des phénomènes, tu seras comme l'Ainsi-Venu » Ainsi, si on possède le Dhyâna, on ne sera pas influencé par les circonstances extérieures, alors, le monde sera complètement différent.

Moi-même, après plus de soixante années de vie d'ordonné, je me rappelle que l'éducation que j'ai reçue, quand j'avais une douzaine d'années, était restrictive et sévère ; pourtant, je l'ai acceptée avec joie, sans soupçon, sans rancune, sans révolte, « Parce que c'est ainsi ». Depuis l'âge de vingt ans, âge auquel j'ai commencé à avancer sur le chemin de la propagation du Dharma, les critiques, les pressions, les malentendus, les calomnies, les attaques n'ont jamais cessé. Parfois, j'ai ressenti de la colère, un sentiment d'injustice et, face à certaines atteintes à l'honneur et insultes, je me suis senti perturbé mais, après plus de soixante années d'entraînement dans le Dharma, je pense que je puis maintenant rester insensible aux utile/malfaisant, gain/perte, avoir/ne pas avoir, je ne ressens plus de haine, d'injustice, de malveillance, de colère ... Je ne suis plus touché ni par les éloges, ni par les calomnies et encore moins par les problèmes de vie et de mort. J'ai l'impression d'être

revenu aux temps de mon enfance, et que tout est ainsi « Parce que c'est ainsi ».

J'ai toujours pensé que, comme le monde est impermanent, il est impossible de le changer. L'essentiel est de ne pas laisser les circonstances extérieures changer ton cœur. Il est très difficile de changer le monde, alors il ne te reste qu'à changer toi-même.

Souvent, j'aime bien raconter à mes disciples, l'histoire « du petit chien qui aboie » :

Un jeune homme vient de se marier, il répète à tout le monde que c'est bien d'être marié, car, chaque soir, quand il rentre chez lui après le travail, sa femme s'empresse de lui apporter ses pantoufles, pendant que le petit chien lui tourne autour en aboyant.

Trois ans après, la situation a changé : Le soir, ce n'est plus sa femme qui lui apporte ses pantoufles, c'est le petit chien qui s'en charge ; ce n'est plus le petit chien qui lui tourne autour en aboyant, mais c'est sa femme qui récrimine sans arrêt. Il se sent affligé, désappointé et va demander conseil à la pagode.

Le Maître, après avoir entendu son récit, lui dit : « Tu devrais te sentir heureux, car dans ta vie il y a encore les pantoufles et les aboiements : Ta vie n'a donc pas tellement changé ! Et puis, quels que soient les changements subis par le monde extérieur, l'essentiel est que ton cœur, lui, n'ait pas changé ! »

Si le cœur n'est pas changé par le monde extérieur, c'est grâce à la pratique du Dhyâna. D'habitude, quand nous pratiquons la méditation assise, bien que nous n'ayons pas atteint le niveau de concentration engendrant l'illumination, il suffit de croiser les jambes et fermer les yeux pour ressentir la joie de méditer. Si en plus, on a une certaine expérience qui nous aide à élargir l'esprit, alors, même si parfois on ressent un sentiment d'injustice, on se sent finalement toujours bien.

Par exemple, le disciple de Bouddha Maitrayaniputra voulait aller au pays de Suklona pour en éduquer le peuple primitif. Bouddha l'a félicité pour son enthousiasme mais l'a également mis en garde en lui disant gentiment : « Maitrayaniputra, c'est un pays non civilisé, l'atmosphère y est violente, les gens sont sauvages, il est très difficile d'y propager le Dharma, il est préférable que tu n'y ailles pas. »

Maitrayaniputra répondit avec confiance : « C'est justement parce que c'est un peuple illettré et agressif que je dois leur enseigner le Dharma. »

« Non seulement ils n'accepteront pas ton Dharma mais, de plus, ils vont t'insulter. »

« Ô Bouddha ! Les insultes ne font pas mal, il suffit qu'ils ne me frappent pas. »

« Et s'ils te frappent ou te lancent des pierres ? »

« Ca ne fait rien, pourvu que je ne sois pas mort, je pourrai toujours leur inculquer les enseignements de l'Ainsi-Venu. »

« Et s'ils te frappent à mort ? »

Maitrayaniputra, bien décidé, répondit respectueusement à Bouddha : « Bouddha ! Même s'ils me frappent à mort, je ne regretterai rien ! Je suis ton disciple, c'est une occasion pour moi de te rendre hommage, de consacrer ma vie à la vérité. Je remercierais sincèrement le peuple de Suklona qui me permettrait ainsi d'accomplir mon vœu ! »

Ceci est le comportement d'un *arhat* et c'est aussi un état de concentration. Il montre que la vie d'un pratiquant de Chan après l'illumination est parfaitement compatissante. C'est une vie qui consiste à aider le monde en difficulté. C'est pourquoi, le but de la pratique du Chan n'est pas uniquement de jouir de la joie du Dharma, mais aussi de penser sans cesse aux autres et de se transcender soi-même.

Maitre Zhaozhou demanda à Maitre Nanquan :

« Où voudriez-vous vous réincarner après ? »

Maitre Nanquan répondit : « Je voudrais faire le buffle chez un propriétaire terrien ».

C'est ce qui est dit « Si on veut être le dragon ou l'éléphant du bouddha, il faudra d'abord être le cheval ou le buffle des humains ». Les méritants ne pratiquent pas pour eux-mêmes, il faut imiter les bodhisattvas et servir les êtres vivants avec grande charité, grande compassion, grande chaleur, sans aucun égoïsme. C'est pourquoi, dans la pratique, il faut sans cesse se contempler, s'interroger, sans cesse se renouveler, se purifier. Il faut tout réaliser soi-même, sans demander ailleurs ; il faut apprendre à se détacher, ne pas faire la différence entre l'intérieur et l'extérieur.

La pratique du Chan n'est pas « les yeux fixent le nez et le nez, le cœur », ni « passer trois hivers sans chauffage, se tenir debout contre le rocher glacé comme un bois mort ». Le Chan veut que nous ne nous attachions ni à la vie, ni à la mort, ni au Nirvana. Ne pas s'attacher à la vie et à la mort, c'est d'utiliser la sagesse Prajna pour surpasser le *Samsara*. Ne pas s'attacher au Nirvana, c'est d'utiliser la compassion pour servir les hommes. Ainsi, le méditant ne peut négliger les purs préceptes et doit pratiquer la compassion. Respecter les purs préceptes peut purifier le corps et l'esprit et, dès lors, permettre de parvenir plus facilement à *la concentration*. Avec la compassion, on reste capable de pitié envers les autres et on ne tombera pas dans l'état du *Chan du bois mort*.

Dans la pratique du Chan, ceux qui penchent du côté *Compassion* et l'utilisent mal, peuvent en faire un obstacle; ceux qui penchent du côté *Sagesse*, risquent de plonger dans le vide, dans l'inerte et de devenir froids et insensibles ; il faut donc unir

les deux voies (compassion et sagesse), ce qui correspond à la pratique de la *Voie médiane*.

La plupart des gens croit que les ordonnés qui abandonnent la vie mondaine pour se réfugier avec les bouddhas, commettent, ce faisant, un acte passif et pessimiste. En réalité, ces adeptes ont simplement percé à jour la fausseté, la vanité de la vie. Ils abandonnent les querelles, et les disputes et partent activement à la recherche d'une vie plus transcendante. « Percer à jour et laisser tomber » ne veut pas dire reculer, éviter, mais avancer courageusement, entrer activement dans le voyage vers la vérité. C'est seulement quand on peut être clairvoyant, qu'on arrive à porter, à réaliser vraiment ; il faut avoir d'abord l'esprit illuminé de la vie transcendante pour pouvoir réussir les œuvres charitables de la vie mondaine.

C'est pourquoi le méditant ne peut se contenter de s'enivrer dans la joie du Dhyâna : Il doit nourrir le Bodhicitta d'aider tous les êtres vivants pour leur offrir la jouissance de la joie du Dharma, comme il est dit dans le *Sutra du Diamant* : « Quel que soit le nombre d'êtres dans l'univers des êtres - en comprenant sous le terme "être" ceux qui sont nés d'un œuf, ceux qui sont nés d'une matrice, ceux qui sont nés de la moisissure ou ceux qui sont nés miraculeusement ; avec forme ou sans forme ; avec perception, sans perception, et avec ni perception ni non-perception — quelles que soient les formes d'êtres concevables qui sont conçus : je dois mener tous ces êtres au Nirvana, à ce Royaume du Nirvana qui ne laisse rien derrière. ». Tel doit être le vrai méditant du bouddhisme humaniste.

Les méditants du bouddhisme-humaniste utilisent toujours les quatre vertus bodhisattvas (Catuh-samgraha-vastu) pour libérer les hommes. Ce sont : *le Dana* (le don), pour qu'ils puissent avoir un

corps et un cœur sans souci ; *le Priyavacana* (la parole affectueuse, pour leur offrir la confiance ; *la Samanarthata* (la co-habitation), pour leur enseigner et leur faire accepter le Dharma ; *l'Arthakrtya* (la conduite profitable), pour les conduire vers la sagesse de Bouddha.

Pour les méditants du bouddhisme-humaniste, le Chan est un surpassement parfait, un respect de soi parfait, c'est ce qu'on appelle « ne pas vouloir entendre le terme Bouddha », « vaincre le démon et vaincre le bouddha », sans exception. C'est pourquoi, le vrai méditant doit posséder un capital de confiance en soi, de courage, de détermination, et la pratique des moyens habiles.

Le bouddhisme-humaniste pense que le Chan c'est l'esprit pur, c'est être sur de soi et se parfaire. C'est pour cela que le vrai méditant ne peut être influencé par les pouvoirs, les honneurs, les sentiments, la vie ou la mort. « L'homme peut influencer sur les circonstances extérieures, mais ne doit pas subir leur influence ». C'est pourquoi, pratiquer le Chan demande un entraînement, des expériences et l'apprentissage de la sagesse de la vie. Il faut pouvoir « traverser le buisson de fleurs sans se laisser effleurer par une seule feuille », et aussi « savoir passer partout sans laisser de traces, sans que le son et la forme n'affectent l'image que tu donnes de toi-même. Pour tout, il faut pouvoir « prendre et laisser tomber », « s'il doit arriver, qu'il vienne ; s'il doit s'en aller, qu'il s'en aille », pour tout, « peu importe, laisse-le ! », telle « l'ombre des bambous balayant la cour sans soulever un grain de poussière, la cigogne passe sur le lac glacé sans laisser de trace sur l'eau ». En dehors de « ne pas être influencé par les circonstances extérieures », il faut encore « avoir la force d'endurance », comme il est dit dans *la chanson du vieux simplet* : « on insulte le vieux simplet, il répond que c'est bien ; on le frappe, il se laisse tomber à terre, on lui crache à la figure, il laisse sécher le crachat de lui-même. Ainsi, il économise ses forces,

et l'autre, l'offenseur, n'a pas de souci. ». Une telle vie est « une vie Prajna ».

Si on possède la sagesse Prajna, on aura compris la merveilleuse utilité du Chan.

Le Chan nous apporte l'illumination et la compréhension. En faisant disparaître les soucis causés par l'ignorance, la vie n'est-elle pas tellement belle ? Ainsi, l'illumination de l'école Chan ressemble à un lac d'eau claire, sans les vagues de soucis, un lac lumineux et transparent.

Le Chan, c'est la sagesse, l'habileté, l'utilité, l'humour, la compassion. Le Chan peut faire disparaître nos illusions, nos soucis sans laisser de traces. Une phrase blessante, une situation gênante, des souvenirs tristes, tout peut disparaître dans l'insouciance, l'humour, l'éclat, la liberté du Chan. Comme le « Ne frappe pas, je m'en vais » de Maître YuanYin : Quel détachement ! « Faire traverser une femme de l'autre côté de la rivière en la portant sur le dos » de Maître Yixiu, sans souci du qu'en dira-t-on. Quelle compassion !

Le Chan est comme une peinture, une pincée de sel, un peu d'arôme, le Chan embellit la vie !

Le Chan, c'est notre cœur, le Chan dans le cœur, c'est comme une lampe qui s'allume dans une salle obscure : Tout naturellement, la sagesse apparaît. Ainsi, s'il y a le Chan dans le cœur, on pourra :

1. Contempler l'homme, le cœur, l'événement, les circonstances extérieures d'une manière insouciant.
2. Ne pas se conduire de façon perverse, ne pas dire de mauvaises paroles, ne pas avoir de pensées illusoire, posséder la vraie sagesse.
3. Savoir se contenter de la sobriété, trouver la joie dans la tranquillité, fuir les milieux bruyants, aimer la simplicité et

savoir apprécier le bonheur reçu.

4. Ne rien demander, apprendre à persévérer, travailler sur la concentration et la sagesse, ne pas avoir l'esprit faussé.
5. Prendre ou laisser tomber avec un simple rire, se libérer dans l'insouciance.

Le Chan, c'est l'univers infini, c'est aussi une journée de vent et une nuit de lune. Le temps dans la Dhyâna est comme « Sept jours dans la grotte, et déjà des milliers d'années sur terre ». Maître Taixu se cloîtrait au Mont Putuo. Une nuit, en pratiquant la méditation assise, il entendit la cloche et cru qu'elle sonnait l'extinction des feux. En fait c'était celle du réveil : En raison de sa concentration, il n'était sorti de sa méditation que le lendemain au moment du service du matin.

Le vieux Maître Xuyun vécut jusqu'à l'âge de cent vingt ans. L'année de ses soixante-dix ans, il vivait sur le Mont Cuihui dans la province de Xiayi. Un matin, il mit le riz à cuire dans la marmite, croisa les jambes et attendit la fin de la cuisson. Or, sa méditation dura cent quatre-vingts jours. Quand il est sorti de la méditation, il ne savait pas combien de temps elle avait duré : C'est en soulevant le couvercle de la marmite qu'il s'aperçut que le riz, cuit depuis six mois, était complètement moisi.

A l'intérieur du Chan, n'existent ni le temps, ni l'espace, ni les bavardages des autres et moi ; un moment est une éternité, une pensée contient trois mille mondes. Si tu te soucies de la vieillesse d'un méditant après son illumination, il te répondra qu'il n'a pas le temps de vieillir ; si tu veux l'emmener en voyage, il te répondra que le Dharma monde est dans son cœur. Car le méditant une fois illuminé peut effacer les notions de temps, d'espace, d'intérieur/extérieur, de l'autre et moi.

En réalité, l'intérieur/extérieur n'est qu'un. Le méditant regarde les soucis du monde comme les cours d'eau, il contemple le fil de la vie tel le Nirvana. Quand le Chan est venu, ne serait-ce que le temps d'un bref clin d'œil, on peut en bénéficier toute une vie.

Le cœur du méditant contient les trois mille mondes de l'univers, la vie du méditant est en étroite relation avec la nature. La nature, la terre, les montagnes, les fleuves, les plantes, les fleurs, le soleil, la lune, les étoiles, le vent, la pluie sont tous notre fortune commune. Posséder la nature c'est réellement posséder la fortune éternelle.

La vie du méditant est sobre, le méditant ne demande rien à l'extérieur, car son intérieur est riche, c'est pour cette raison qu'il est libre et insouciant.

Il est dit : « S'habiller avec deux livres et demie de linges, se laver le visage avec deux tasses et demie d'eau, pratiquer les trois oraisons avant de manger, et les cinq observations pendant le repas. ». Le méditant exerce l'Alm procession, demande conseil, enseigne partout tel les nuages et les cours d'eau, il mène une vie d'affinités et de simplicité, « La nourriture n'est jamais trop épicée, le corps est souvent vêtu d'une robe raccommodée », et dans cette vie de simplicité, il perçoit une sensation de paix telle « La richesse pour moi, est comme les nuages flottants ».

Comme il est dit : « les plats sont de légumes, les linges sont de paille et le cœur est clair comme la lune, toute une vie passe sans pensées vagabondes et sans attache ; parfois on me demande où j'habite : Les montagnes et les rivières sont toutes ma maison ». Le corps et le cœur du méditant se trouvent dans le monde immense de Bouddha, il se nourrit de légumes et de fruits, il se couvre de feuilles et de paille, son cœur est pur et sans taches, comme la lune. Dans son esprit, ne germent jamais de pensées vagabondes,

ni d'idées malveillantes, et il considère la nature comme son logement.

Comme il est dit : « La joie de Chan est savoureuse telle une merveilleuse offrande, le monde immense de Bouddha est le lit Chan du méditant ». Un vrai méditant peut considérer le Chan comme un met, et quand il atteint l'état de joie suprême, il n'est plus attaché à rien, tout en l'étant à tout ; la joie de Chan est son refuge, et le monde immense de Bouddha est son lit.

La vie du méditant après l'illumination est une vie plus spirituelle que matérielle, c'est une vie détachée des désirs matériels. Le méditant illuminé vit dans le monde du désir mais ne se laisse pas influencer ; il est à la recherche de la vie du monde idéal suprême. Maître Lairong cuisait les pierres pour se nourrir, il n'avait pas le temps d'essayer la morve des autres. Maître Hongyi disait « Le salé a le goût du salé, le doux a le sien », insouciant et content.

Pour un méditant illuminé, la vie est détachée du monde matériel, il n'est plus influencé par le surplus ou le manque des objets, il ne souffre pas de la pauvreté, ni ne se réjouit de la richesse. Comme le disait le vénérable Cihang : « Si on se sent bien, alors que ce soit l'Est, l'Ouest, le Sud ou le Nord, tout est pareil ». Que la vie matérielle soit bonne ou mauvaise, que les situations soient propices ou non, l'esprit reste serein et joyeux.

Cette insouciance, ce détachement du monde matériel, cette facilité d'adaptation et cette autosatisfaction dans le riche univers spirituel, donnent exemple au monde, même le tout puissant empereur Shunzhi de la dynastie Qing ne pouvait s'empêcher de chanter : « Dans les écoles bouddhistes, le riz est rempli comme une montagne ; là où les bols sont tendus, les offrandes sont sans fin ; l'or et le jade ne sont pas précieux, seule la toge à l'épaule est difficile à obtenir ».

En réalité, le Chan n'appartient pas uniquement aux méditants, le Chan appartient au monde. Le Chan est comme la lumière de la pleine lune, elle est lumineuse mais non éblouissante, douce mais non courtisane. Elle éclaire partout, sans être partielle, elle montre sa totalité, sans partie cachée.

Le Chan est notre nature intérieure. Bouddha disait : « Tous les êtres vivants possèdent la nature de bouddha », nous avons tous notre trésor personnel, c'est notre vraie nature de bouddha. Malheureusement, la plupart des gens ignorent leur propre trésor et poursuivent sans trêve, tous les jours, les satisfactions superflues. Ils s'attachent aux cinq désirs et six gunas irréels, laissent leur cœur se perdre dans les plaisirs et l'errance dans les six voies. Quel dommage ! Heureusement notre nature est indestructible, rien ne peut l'augmenter ni l'amputer ; aussi, bien que nous traversions des vies et des morts, un jour, quand nous aurons réussi à obtenir la sagesse du Dhyâna qui permet à notre esprit de ne pas être influencé par les circonstances extérieures, alors nous pourrons changer l'homme en sage et atteindre les états suivants :

1. **Du monde de *Différences des hommes au monde d'Égalité des sages*.** Le monde que les hommes connaissent présente de multiples facettes ; par contre, pour les sages, tout est égal, *l'homme et Bouddha sont égaux, l'autre et moi sommes égaux, avoir et ne pas avoir sont identiques, la sainteté et la mondanité sont égales ...* Si on peut regarder le monde avec un cœur d'*égalité* de Chan, alors ce monde sera le plus beau et le seul vrai.
2. **Du monde *révolté* des hommes au monde *tranquille* des sages.** Le monde des hommes est rempli de matérialisme, de désirs, de gunas, de souffrances ; c'est pour cela qu'il est sans cesse agité et *révolté*. Par contre, ce que cherchent les sages est la

joie du Chan, du Dharma, c'est une vie *tranquille*, silencieuse. Si nous pouvons lier nos corps et esprit dans la tranquillité, nous pourrons faire la connaissance réelle du monde.

3. **Du monde *mortel* des hommes au monde du Nirvana des sages.** Le monde des hommes est impermanent, naissance et extinction s'y enchaînent, non seulement se succèdent dans le monde des vivants *la vie, la vieillesse, les maladies, la mort, mais aussi la naissance, l'existence, le changement, la destruction et la création, l'existence, la destruction, la disparition* du monde inerte. Si nous pouvons distinguer le monde Nirvana des sages, nous pourrons éliminer le contraste du temps et de l'espace, le contraste de l'autre et moi, le contraste de la vie et la mort, c'est-à-dire connaître la vraie forme de toutes les phénomènes.
4. **Du monde de *l'impureté* des hommes au monde de la *pureté* des sages.** Notre monde Saha est un monde de « cinq kasaya, périodes de décadence », rempli de tueries, vols, perversités et mensonges. Si nous possédons la sagesse de Chan qui conditionne le corps à *ne pas tuer, ne pas voler, ne pas commettre d'actes sexuels pervers ; la bouche à ne pas mentir, ne pas dire de grossièretés, ne pas calomnier, ne pas flatter ; l'esprit à ne pas connaître l'avidité, ne pas nourrir la haine, ne pas rester ignorant*, nous pourrons passer du monde impur des hommes au monde pur des sages qui, lui et seulement lui, est le monde réel.
5. **Du monde *insuffisant* des hommes au monde *parfait* des sages.** Dans le monde des hommes, tout est moitié-moitié : moitié jour moitié nuit, moitié homme moitié femme, moitié bon moitié mauvais, moitié bouddha moitié hérétique. Le monde des hommes est rempli de défauts mais

si nous pouvons, à travers la pratique du Chan, apprendre à parfaire notre comportement, notre bonheur et sagesse, notre apprentissage, nous pourrons alors atteindre le monde parfait de « la permanence, la joie, la personnalité, la pureté » des sages.

6. **Du monde des souffrances des hommes au monde de la joie des sages.** Le monde des hommes est rempli de souffrances telles la naissance, la vieillesse, les maladies, la mort, la séparation des êtres aimés, le côtoiement imposé des êtres détestés, l'impossibilité d'avoir ce qu'on désire, les excès des cinq perceptions. Si nous pouvons découvrir notre nature de bouddha, nous pourrons accompagner les sages et atteindre le monde de la joie du Dharma.

Il est dit dans le *Sutra de l'ornement fleuri* : « Toujours heureux dans le Dharma doux et patient, vivre en paix dans la bienveillance, la compassion, la joie et l'équanimité ». Si nous possédons la sagesse du Dhyâna qui nous rattache à la merveilleuse théorie de la Vérité, et qui nous permet de ne pas être influencé par *l'argent, les sentiments, l'honneur, les calomnies, la souffrance, les difficultés, les intérêts, la colère, ...* alors, que le monde soit bon ou mauvais, il suffit que je n'en sois pas troublé, tel le nénuphar qui peut garder sa pureté en poussant dans la fange. C'est pourquoi, le plus important dans la vie est de nous situer dans la *Tranquillité* du Dhyâna et de vivre une vie de méditant ; c'est là, la plus grande utilité de la pratique du Chan.

4. Le côté bénéfique de la Concentration :

Éliminer toute illusion, tranquilliser notre être

Pour la plupart, les pratiquants bouddhistes espèrent capter la lumière de Bouddha. La théorie de la réflexion est comme « le reflet de la lune au milieu de la rivière », comme il est dit : « Les mille cours d'eau donnent mille lunes, dix mille lieux sans nuages offrent dix mille cieux », « la claire et fraîche lune des bodhisattvas voyage souvent dans le vide parfait ; si le cœur des êtres vivants est pur, il peut capter et refléter la lune Bodhi ». Les bodhisattvas sont comme la claire lune qui se promène dans le néant parfait, et ne fait aucune différence entre les êtres vivants ; il suffit que leur cœur soit pur et sans tache : comme dans l'eau de la rivière, claire et sans remous, la lune s'y reflétera.

Pratiquer le Chan ou la méditation assise est, en fait, chercher à purifier le cœur et l'esprit. Bien que la méditation assise demande les trois étapes de mise en place « le corps, le souffle, le cœur », le plus important reste le réglage du cœur ; si le cœur est doux et pur comme une eau claire et sans vague, on pourra voir le Bodhi. Aussi, si nous voulons obtenir tout le bénéfice de la méditation assise, nous devons d'abord régler notre cœur, éliminer toutes les illusions, tranquilliser notre être, attacher notre cœur à un seul état ; le cœur et l'objet se reflètent ; ressentir l'immensité dans l'unité nous permet d'obtenir l'insouciance du corps et de l'esprit et de retrouver notre nature intérieure. Voilà l'aspect le plus bénéfique de la méditation assise.

Un marchand livrait des tofus à la pagode. En voyant l'aspect respectable et serein des maîtres en méditation assise, il se sentit envieux et pensa : « je vais, moi aussi, pratiquer ». Il demanda donc au maître responsable, la permission de les accompagner. Ayant pénétré dans la salle de méditation, il abandonna toute

pensée vagabonde et se concentra. Un bâtonnet d'encens s'était à peine consumé quand il s'exclama : « Je me le suis enfin rappelé : Depuis cinq ans, Lidayong me doit trois yuan de tofu et il ne m'a jamais remboursé ! ».

Qu'une si courte durée de méditation ait pu apporter au marchand de tofu un tel résultat, nous montre que, quand la pratique de Chan atteint un certain niveau, automatiquement l'esprit devient net et tout ce qui advient dans le passé, le futur ou le présent se distingue clairement. C'est pour cette raison qu'un cœur pur et concentré est la principale source de floraison de la sagesse. Quand nous pratiquons la méditation assise, si la houle dans notre cœur est apaisée, alors l'étincelante lune apparaît. Si les pensées illusoirees sont éliminées, la nature intérieure surgit instinctivement.

Cela veut aussi dire que, tout au début de la méditation assise, on peut sentir que le corps est léger et le cœur doux et heureux. Quand la pratique est approfondie, au point d'oublier le moi et le monde, le chemin de l'illumination s'ouvre inévitablement. C'est pourquoi, avec le Chan, les soucis de la vie sont diminués, la façon de voir les choses n'est plus faussée, beaucoup de contradictions, de différences peuvent être unifiées. Avec le Chan, on est comme l'eau et les nuages, sans attache, que l'on soit pauvre, riche, avec ou sans avoir. Il nous devient alors possible de dissiper le monde des rêves et des illusions et nous pouvons accéder à la totale liberté, à la suprême insouciance. Ce Chan-là surpassera tous les autres. C'est pourquoi, bien que le Chan soit un héritage ancien, il est aussi une merveilleuse source de vie pour nos contemporains. Car l'utilité du Chan est d'ouvrir notre cœur, consolider notre force, améliorer notre santé, développer notre sagesse, ouvrir notre esprit, prévenir les maladies, purifier les mauvais penchants, fortifier

notre endurance, corriger nos habitudes, entraîner notre cœur, augmenter notre compréhension et rafraîchir notre mémoire.

Avec le Chan, nous ne ressentons plus la peur, même face à la mort. Avec le Chan, nous avons la concentration, donc la force ; aussi quand les pensées se concentrent dans le Dhyâna, naturellement, tous les problèmes peuvent être résolus.

En outre, la pratique du Chan nous offre aussi d'immenses Dharma-joies et bénéfiques :

1. **Diminuer le poids de la vie** : Le poids de la vie vient de la confusion du cœur et de la mauvaise compréhension des états de la vie quotidienne. La méditation assise peut apaiser les soucis et nous permet de retrouver notre nature ; elle nous aide à distinguer le bien du mal, corriger les erreurs et donc alléger le poids de la vie.
2. **Améliorer l'état de notre santé** : Il est dit dans les Sutras : « tous les phénomènes viennent du cœur ». La médecine d'aujourd'hui démontre que la plupart des maladies de l'homme ont un rapport avec les humeurs, telle l'anxiété, l'avidité, la colère... La méditation assise peut tranquilliser notre caractère, régulariser notre souffle, rafraîchir nos sensations. Elle peut aussi fluidifier la circulation du sang dans nos artères, aider au renouvellement des constituants de notre corps et assurer son bon fonctionnement. Ainsi, non seulement elle peut améliorer l'état de notre santé mais elle peut encore augmenter notre longévité.
3. **Augmenter notre qualité intérieure** : Avec les techniques développées et les innombrables artefacts de notre société d'aujourd'hui, la plupart des hommes sont tous les jours à la poursuite de la fortune, des honneurs, du pouvoir. Esclaves de leurs désirs, ils ont perdu leur nature et leur personnalité. S'ils

pouvaient pratiquer la méditation assise, alors, intérieurement, ils ne seraient pas esclaves du matériel et extérieurement, leur apparence spirituelle pourrait changer.

4. **Jouir de la joie du Dharma** : Bouddha disait : « La méditation permet l'accès à la joie du Dharma », et la joie du Dharma est en fait la joie du Dhyâna. C'est une joie merveilleuse, issue de la tranquillité du cœur, incomparable avec aucune joie mondaine ; les pratiquants fervents de la méditation assise peuvent percevoir cette joie de Chan.
5. **Développer la sagesse existante** : Il est dit dans le *Surangama Sutra* : « Contrôler son cœur veut dire se discipliner. De la discipline vient la concentration, de la concentration naît la sagesse ». La méditation peut apporter la tranquillité et purifier l'esprit. Non seulement elle peut développer notre sagesse existante mais elle nous permet encore d'avoir le respect des autres et de résoudre facilement nos problèmes. C'est donc une voie qui fait croître le bonheur et la sagesse.
6. **Découvrir la nature intérieure et devenir bouddha** : La méditation assise peut faire disparaître les soucis et illusions, elle peut purifier notre intérieur et notre extérieur, tranquilliser notre esprit et nous permettre d'atteindre l'illumination. Ainsi, le lieu de méditation est aussi appelé *le lieu d'élection des bouddhas*, il suffit de persévérer, on finira par retrouver sa vraie nature et devenir bouddha.

Le but ultime de la méditation assise est de chercher à libérer notre corps et notre esprit de nos hypocrites pensées de différenciation. Il consiste également à cerner complètement la notion de bouddha et du monde de l'illumination. Les maîtres-Chan passent leur vie en méditation assise, dans le silence des

anciennes pagodes, respirant la fumée de l'encens. Le but est d'espérer pouvoir éliminer entièrement l'esprit troublé et le monde illusoire; c'est ainsi qu'ils projettent leur nature pure dans l'infini du temps et de l'espace et atteignent à un état parfaitement libéré et insouciant, ni illusionné, ni illuminé.

Tel Maître Rujing qui écrivait dans ses notes : « Apprendre le Chan a pour but de détacher le corps et l'esprit. Il est inutile de brûler l'encens, de faire des révérences, de scander le nom de Bouddha, de pratiquer les repentances, de lire les sutras. Il suffit de pratiquer la méditation assise ». Pratiquer la méditation assise n'est pas se perdre dans ses pensées, ni rester inerte : la méditation assise est différente de la récitation des sutras ; le méditant doit abandonner tout guna, et considérer que la méditation assise est l'extrême *Dharma méthode* de la joie, comme s'il était revenu dans sa propre demeure, assis confortablement sur le siège de sa *Dharma-nature*, aux côtés des bouddhas des dix directions, de l'univers, et se promenait librement au milieu du *monde Dharma*.

D'une manière générale, le Chan peut ouvrir notre âme, développer notre sagesse et nous conduire vers un monde libre, transcendantal ; mais si la pratique n'est pas correcte, elle peut aussi devenir une maladie.

Un exemple de maladie de la plupart des pratiquants d'aujourd'hui : les pratiquants du Chan des Gong-an (contes) répètent sans fin, en tout temps et en tout lieu, les anciennes histoires racontées. C'est pourquoi, dans le hall de méditation de la pagode Gaowen de la ville de Yangzhou (Jiangsu), il y avait une règle interdisant de parler des anciens contes, de peur que les pratiquants soient influencés et ne sachent pas trouver le vrai sens du Chan.

Comment un conte peut-il devenir une cause de maladie ? Jadis, il y avait deux pagodes, appelons-les pagode A et pagode B. Tous les matins, le maître de chacune envoyait un Shramanera au marché mais celui de la première pagode était plus futé que celui de la seconde. Un jour, comme ils se rencontraient sur le chemin, celui de la pagode B demanda à l'autre : « Où vas-tu aujourd'hui ? »

Celui de la pagode A répondit : « Je vais où mes jambes me conduisent. »

Celui de la pagode B ne savait plus que dire et, en rentrant, il raconta tout à son maître. Le maître lui dit : « Tu es vraiment stupide ! Quand il répond « je vais où mes jambes me conduisent », tu peux lui demander : « Et si tes jambes ne bougent plus, où vas-tu ? »

« Ah bon ! C'est ainsi ! », dit le coursier et le lendemain, quand il rencontra l'autre, il lui demanda, tout confiant : « Où vas-tu aujourd'hui ? »

Celui de la pagode A changea de ton et répondit : « Je vais où le vent m'emmène. »

Avec ce changement, celui de la pagode B ne savait plus comment répondre, il rapporta donc à son maître qui lui dit : « Tu es vraiment idiot ! Quand il répond « je vais où le vent m'emmène », tu peux lui redemander « et si le vent s'arrête, où vas-tu ? »

Celui de la pagode B répondit : « Ah bon ! C'est ainsi ! ».

Le troisième jour, sur le chemin, il redemanda : « Hé ! Où vas-tu aujourd'hui ? »

L'autre lui répondit : « Je vais au marché aux légumes. ». Et le shramanera de la pagode B resta, une fois de plus, bouche bée.

Tu ne comprends pas quand on te répond à côté, et tu ne comprends pas non plus quand on te répond en face. C'est ce qui

prouve que pratiquer le Chan par les paroles et non par le cœur, ne conduit jamais à l'illumination.

Le *Chan des contes* est une maladie, et le *Chan des paroles* en est une autre. Le *Chan des paroles* n'est qu'une méthode, ce n'est ni une école, ni une pratique. Le *Chan des paroles* consiste seulement à répéter une série de phrases ou d'histoires apprises par cœur. On ne peut ainsi obtenir aucun résultat.

Il y a encore une autre maladie de Chan, c'est le *Chan du perroquet*. Ce que les anciens maîtres ont dit ou ont fait, je l'imite, tel un perroquet qui répète ce qu'il entend sans rien y comprendre. Cela est aussi une maladie. Maître Linji disait avant sa mort : « Quand je disparaîtrai, ne fais pas disparaître mon trésor spirituel, révélant la vraie doctrine du dharma ». Le disciple Sansheng répondit : « Comment oserai-je faire disparaître votre trésor spirituel, révélant la vraie doctrine du dharma ? » Maître Linji continua : « Plus tard, si on t'interroge, que diras-tu ? » Sansheng poussa un cri. Maître Linji gémit : « Qui aurait pu penser que mon trésor spirituel, révélant la vraie doctrine du dharma allait disparaître avec cet âne aveugle. » Puis, il s'éteignit.

On ne peut pas non plus pratiquer le Chan avec un cœur de différenciation. Le Maître Guifeng Zongmi de la dynastie Tang, présentait le *Chan en Chan en cinq sortes* : le *Chan des hérétiques*, le *Chan des hommes*, le *Chan du grand véhicule*, le *Chan du petit véhicule*, le *Chan du suprême véhicule*. En réalité, le Chan ne doit pas avoir de différences, d'ordres, il doit être unique. « Les cents cours d'eau se jetant dans la mer prennent le même goût salé ». L'eau des rivières, des fleuves, des sources, quand elle atteint la mer, prend le même goût salé. Tous les objets du monde sont indescriptibles et inséparables dans le Chan.

Quelqu'un demanda à Maître Xianwen : « Le Chan a ses maladies, mais en fait, qu'est-ce qu'une maladie-Chan ? »

Maitre Xianwen avait un point de vue très subtil, il répondit : « Les ordonnés qui sont malades à cause du Chan sont très nombreux. ». Il voulait dire que beaucoup de pratiquants n'ont pas profité de l'enseignement des spécialistes, et rencontrent donc de nombreuses difficultés. D'où viennent ces problèmes ? Certains viennent des oreilles et des yeux, car ils pensent qu'il faut écouter et regarder. Mais le Chan n'est pas une énigme, on ne peut pas le deviner par hasard. Certains sont malades à cause de la bouche ou de la langue, ils croient qu'il suffit de dire n'importe quoi ou de le hurler, mais c'est une grande erreur. Certains sont malades à cause des membres, ils pensent qu'avancer, reculer, aller à gauche à droite, sont tous du Chan. Il y eut jadis, un disciple qui demanda au Maître Yunmen : « Maître, une personne aveugle, sourde, et muette peut-elle pratiquer le Chan ? »

Maitre Yunmen le réprimanda : « Si tu viens pour demander conseil, pourquoi ne me salues-tu pas ? »

Le disciple se prosterna immédiatement mais, comme il relevait la tête, le maître le frappa. Etonné, il sauta en arrière, et Maître Yunmen éclata de rire : « Ah, tu n'es pas aveugle ! N'aie pas peur, viens, approche-toi ! »

Le disciple, remis de ses émotions, s'avança. Maitre Yunmen rit de nouveau : « Ah, tu as entendu, tu n'es pas sourd ! Sais-tu soulever le plumeau ? »

Il répondit : « Non, je ne sais pas ! »

Maitre Yunmen rit de nouveau : « Tu n'es pas muet non plus ! »

En réalité, même aveugles, sourds, muets, si nous avons le cœur, nous pourrions apprendre le Chan, car le Chan n'est acquis ni par les yeux, ni par la bouche ou les oreilles.

Mais, il y a aussi des pratiquants qui sont malades à cause du cœur ; si le cœur contient des différences ou établit des comparaisons, alors il est malade. Le vrai Chan est celui qui est à la recherche de l'absolu, celui qui surpasse tout les états. C'est pourquoi, le Chan n'est ni assis, ni couché, ni parlé, ni écrit ; le Chan est intérieur. Quand l'esprit est éclairé, tous les phénomènes de la terre apparaissent dans le cœur, je suis l'Univers, l'univers est Moi. A ce moment, rien ne pourra me rendre malade.

Le Chan ressemble à un muet qui goûte le miel : il peut apprécier, mais il ne sait expliquer. C'est pourquoi Maître Hanshan Deqing disait : « *Assis tout seul comme un bois mort, pourquoi un tison refroidi ne peut-il être allumé ? Soudain la cloche et le tambour tintent, leur son clair perce pleinement le ciel resplendissant* ». Il ne faut pas faire du Chan un bois mort, il faut lui donner du vent de printemps pour le faire repousser, c'est-à-dire ne pas laisser le Chan s'évanouir en bois mort, en cendre froide.

Le Chan ne peut surtout pas être rendu en *Chan de renard sauvage*. Certains croient que le Chan est sans forme, sans règle, qu'on peut l'expliquer comme on veut, qu'on peut l'avoir quand on veut. En fait, c'est une fausse interprétation. Dans le célèbre conte du *Chan de renard sauvage*, il est écrit qu'un jour, quelqu'un demanda à un maître Chan : « Un grand pratiquant subira-t-il la Causalité ? »

Le maître répondit sans réfléchir : « Il ne subira pas la Causalité. »

Ne pas subir la Causalité est ne pas devoir supporter la règle de la Causalité, il est donc contraire à l'enseignement du bouddhisme. C'est pourquoi, à cause de cette seule réponse hâtive, il s'est réincarné en renard sauvage durant cinq cents vies. Par la suite, il a rencontré Maître Baizhang qui lui a enseigné à « ne pas nier

la Causalité ». Bon ou mauvais, rien n'échappe à l'enchaînement cause/conséquence.

A notre époque, beaucoup ne pratiquent le Chan que pour rester en bonne santé. Certes, utiliser le Chan dans ce but n'est pas incorrect, mais nous savons que le corps est programmé pour subir la maladie, la vieillesse et la mort. Dans l'infini du temps, le corps a sa durée et ses limites alors que le Chan, lui, est éternel. On ne doit donc pas l'utiliser dans cet unique but sanitaire. Il est vrai que si, dans notre vie stressée de tous les jours, nous pouvons pratiquer dix ou vingt minutes de méditation assise, non seulement nous éliminerons la fatigue physique, mais nous pourrons, de plus, éclaircir notre esprit ce qui nous donnera la force de redémarrer. Cependant, la finalité majeure du Chan reste la recherche de l'illumination et cela ne consiste pas seulement à parler, répéter les vieilles histoires ou s'asseoir, raide comme un bois mort. Tous ces Chan : *le Chan des mots, le Chan du bois mort, le Chan de santé, le Chan du perroquet* ne sont que maladies.

En outre, le Dhyâna amène aussi des pouvoirs surnaturels : on peut revoir des phénomènes d'antan, ou percevoir des voix lointaines. Mais il convient de ne pas s'y attacher car, avec l'attachement, ils deviennent démoniaques. C'est pourquoi, le pratiquant doit savoir repousser non seulement les démons, mais aussi les bouddhas, c'est ainsi qu'il peut atteindre la voie du Chan et du Dhyâna.

Qu'est-ce que le Chan ? Le Chan ne consiste pas à réciter des mots arbitrairement choisis. Il ne faut pas non plus croire que les maîtres-Chan vaticinent sans queue ni tête : dans la non corrélation, il y a un enchaînement. Il ne faut pas penser que les propos des maîtres sont contradictoires : dans la contradiction, il y a l'unité.

Le Chan est notre nature existante. Pour le pratiquer, il ne faut pas nécessairement être ordonné, on peut aussi le faire chez soi. Dans l'histoire, le Grand chambellan Peixiu, le laïc Panguyun, Huangyangming, Sudongbo ... étaient tous de grands pratiquants de Chan. Il n'est pas non plus indispensable de se trouver dans une pagode, une salle de méditation pour le pratiquer. Maître-Chan Mazu Daoyi a créé l'école bouddhiste, Maître-Chan Baizhang Huaihai a établi les règles pures du bouddhisme. Ils ont permis à l'école Chan de donner au monde des exemples qui perdurent depuis des milliers d'années mais le vrai pratiquant ne doit pas nécessairement vivre dans une école, il ne doit pas nécessairement suivre une quelconque réglementation. Il peut suffire d'être à l'ombre d'un arbre dans un bois, au bord d'un ruisseau, dans son salon, assis sur le sol, sur le lit, dans un fauteuil ... pourvu qu'il y ait une place pour s'asseoir. On peut aussi pratiquer dans l'avion, le train, l'autocar, pendant les voyages. Il ne faut pas se focaliser sur la manière d'être assis pour pratiquer le Chan ; l'essentiel est de percevoir, purifier, transcender, illuminer son intérieur.

La vie peut nous apporter maladies et souffrance, mais avec le Chan, on peut les chasser quand elles surviennent, c'est pour cette raison que le Chan est une voie de guérison mais surtout le Chan nous permet de nous connaître, de retrouver notre nature intérieure. Bien que la pratique du Chan soit bénéfique, certains pratiquants qui ne sont pas encadrés peuvent parfois être induits en tentation et dévier de leur route. Les manifestations de ces déviations sont :

1. **Vouloir obtenir des pouvoirs surhumains** : Il ne faut pas chercher des pouvoirs surhumains : Le Dhyâna peut procurer certains pouvoirs, mais ils doivent être basés sur la compassion et le respect des règles, sinon, il y a risque d'être capté par le démon.

2. **Se refermer sur soi-même** : Le Chan est insouciant, comique, amusant, vivant, ouvert. Le méditant ne peut donc pas se refermer sur lui-même et s'attacher, sous peine de tomber sous la coupe du démon.
3. **Avoir des visions perverses** : Le but de la pratique du Chan est de redécouvrir notre nature intérieure, de comprendre notre réelle image, de surpasser la vie et la mort, de devenir bouddha. Mais il y a des gens qui le pratiquent dans le but de chercher des pouvoirs surhumains pour se faire valoir et même, pour nuire aux autres. Cette erreur de la vision peut facilement nous entraîner sur le chemin de l'enfer.
4. **Se laisser entraîner par des pensées illusoires** : Le but de la pratique du Chan est d'apaiser ses pensées illusoires, de retrouver sa vraie nature. Mais beaucoup ne parviennent pas à bien se concentrer : Plus ils pratiquent, plus ils s'enfoncent dans l'illusion, plus ils sont soucieux. Ainsi, non seulement ils sont facilement captés par le démon mais ils peuvent aussi perdre leur foi.

Pour les débutants, il faut aussi prêter attention aux points suivants :

1. **Il faut être suivi par un maître** : Pratiquer le Chan et la méditation assise sans instructions d'un maître, est dangereux : des imprévus peuvent survenir.
2. **Il faut savoir s'examiner** : Il faut savoir se découvrir soi-même, prendre ses responsabilités. C'est pour cela que la pratique du Chan demande une grande *bonne racine*, une grande *confiance*, une grande *humilité*, un grand *courage*.
3. **Il faut être modeste et désintéressé** : Si nous pouvons rester modeste et désintéressé, tel un ciel ensoleillé et totalement pur,

alors nous pourrions facilement entrer en concordance avec le Chan.

4. **Il faut garder la voie médiane** : Le sixième patriarche disait : « Face à tous les aléas de l'extérieur, si les illusions ne se lèvent pas, ça s'appelle *s'asseoir*. A l'intérieur, la nature reste immobile, ça s'appelle *Chan*. » Aussi, la pratique du Chan doit consister à ne pas enchaîner le cœur aux circonstances extérieures, au mouvement, aux illusions. C'est-à-dire garder un cœur égal, indifférent, ne pas se laisser impliquer dans la dualité du *bon et mauvais, vrai et faux, avoir et ne pas avoir*.

En outre, il faut également éliminer les causes qui font obstacle à l'apprentissage du bouddhisme, et aussi à la pratique du Chan :

1. **La porte du cœur n'est pas ouverte** : Notre cœur ressemble à une grande porte, si elle n'est pas ouverte, ceux du dehors ne peuvent pas entrer. Si *la porte du cœur* n'est pas ouverte et que l'on repousse tout, le Dharma-eau de *la vérité* et de *la sagesse* ne pourra jamais y entrer. C'est pour cela que la non-ouverture de la porte du cœur est un obstacle pour l'apprentissage du bouddhisme et pour la pratique du Chan.
2. **Les nœuds du cœur ne sont pas défaits** : Les nœuds du cœur viennent du soupçon, de la jalousie et aussi de l'attachement de *l'autre et moi*, et constituent ainsi un obstacle.
3. **Ne pas savoir « laisser tomber » les charges du cœur** : Les charges du cœur : l'argent, les honneurs, l'amour, la haine ..., n'apporteront que soucis et constitueront autant d'obstacles si nous ne savons pas nous en défaire.
4. **Les illusions du cœur ne sont pas éliminées** : Il est dit dans les sutras : « Sans les illusions, partout est la paix ». A contrario, si les illusions, les idées vagabondes sont toujours

présentes, non seulement l'insouciance ne peut pas être mais elles peuvent devenir un obstacle. Ainsi, dans le *Sutra de méditation du Samantabhara Bodhisattva*, il est dit : « Tous les actes du karma sont nés à partir d'illusions. »

5. **Le cœur est anxieux** : La joie est le plus grand trésor du monde. Si, tous les jours, nous restons tristes et anxieux, il nous sera impossible de ressentir la joie et alors comment goûter le merveilleux du Dharma ? C'est pour cela que l'anxiété est aussi un obstacle.
6. **Le cœur est obscur** : Une personne qui ne possède pas la sagesse ne sait pas allumer la lumière dans son cœur. Elle vit tout le temps dans l'obscurité et, fatalement, ne peut trouver la voie.
7. **Le cœur est étroit** : Ne pas savoir tolérer et admettre les qualités et les défauts des autres, la jalousie entre collègues, la jalousie de la réussite des autres, sont aussi des obstacles.
8. **Le cœur est mauvais** : *Le précepte des sept bouddhas* dit : « Tous les actes négatifs sont à éviter, tous les actes positifs sont à effectuer ; purifier ses pensées est l'enseignement de tous les bouddhas ». Une personne avec une âme remplie de pensées erronées ne pourra évidemment pas s'engager sur la voie de Bouddha.
9. **Le cœur est pervers** : Pour apprendre le bouddhisme, il faut prendre refuge aux trois joyaux et croire à la causalité. Un cœur rempli de pensées et de visions perverses constitue aussi un obstacle.
10. **L'avidité** : Si une personne passe sa vie en prétendant tout recevoir et ne rien donner, elle ne pourra, en aucun cas, entrer dans la voie du bouddhisme, car un tel comportement est en contradiction avec les *six Paramitas* et les *quatre vertus*.

11. **L'égaré** : Le cœur est égaré, refuse l'Eveil et toute affinité avec la Vérité ; comment, dans ce cas, atteindre l'illumination ?
12. **L'idolâtrie du moi** : Il est dit dans le *Sutra de l'ornement fleuri* : « Si quelqu'un veut connaître l'état du bouddha, il lui faudra d'abord purifier son esprit et y faire le vide. » Si une personne est orgueilleuse, bornée, pleine de préjugés, son cœur est comme un verre déjà plein d'eau. Même la meilleure eau du Dharma ne pourra s'y ajouter. C'est pour cela que le cœur doit être *vide* pour pouvoir atteindre l'illumination et connaître l'état du bouddha.

Le Chan vient par l'Illumination et non par l'apprentissage. On peut acquérir des connaissances, mais on ne peut pas apprendre le Chan. Le Chan ne peut être assimilé à partir des seules connaissances, il doit être pratiqué, expérimenté à partir de la vie quotidienne. Une personne imprégnée de la culture du Dhyâna, possède un cœur parfaitement calme et ne peut être influencée par une parole ou par un acte. C'est pourquoi, amours, haines, bon, mauvais, circonstances extérieures, rien ne peut troubler une personne d'esprit serein.

Le sixième patriarche Huineng, après avoir acquis le Dharma, arriva un jour à la pagode Faxian à Guangzhou. A l'époque, Maître Yinzong y donnait lecture. Soudain, le vent se leva et le drapeau se mit à flotter. Un moine déclara : « c'est le vent qui bouge », un autre répliqua : « c'est le drapeau qui bouge » et ils commencèrent à se disputer. Alors le sixième patriarche s'avança et leur dit : « Ce n'est ni le vent, ni le drapeau, c'est votre cœur qui bouge ! » Ce célèbre conte, pour montrer que, si le cœur est calme, il ne sera pas influencé par les changements de circonstances extérieures et ne

s'attachera pas à des points de détail tels le mouvement du vent ou celui du drapeau.

Encore un autre conte bien amusant : Un jour, le célèbre écrivain Sudongbo écrivit un poème qu'il trouva merveilleux. Il caressa sa barbichette et, ne pouvant cacher sa fierté, envoya son jeune disciple le porter au Maître-Chan Foyin de la pagode Jinshan, sur l'autre rive du fleuve. Il était convaincu que le vieux maître allait le féliciter.

Maître Foyin regarda le poème et lut :

*Prosterné, le front au sol, j'exprime mon respect à
Bouddha,
La lumière de sa sagesse éclaire tout l'univers.
Les huit vents ne me font pas bouger d'un cil,
Assis, très droit, dans la fleur de lotus mauve.*

Sans dire un mot, Maître Foyin écrivit « Tu pues ! » sur le papier et le renvoya. En voyant ces deux caractères écrits sur son poème Sudongbo piqua une colère folle et ordonna au jeune disciple de préparer la barque. Sur l'autre rive, Maître Foyin l'attendait en riant. Sudongbo se fâcha encore plus et dit : « Maître, qu'ai-je fait de mal en vous montrant le poème ? Pourquoi m'insultez-vous ? » Maître Foyin éclata de rire : « Je croyais dit-il, que les huit vents ne vous faisaient pas bouger d'un cil ! Comment mes deux caractères arrivent-ils donc à vous souffler de ce côté de la rivière ? ».

Le bouddhisme dénombre huit états : « *la moquerie, la louange, la diffamation, la gratification, le gain, la perte, la tristesse, la joie* » qui peuvent aisément influencer sur le monde intérieur de notre cœur ; il les nomme « les huit vents ». Sudongbo croyait que son cœur ne subissait plus les influences du monde extérieur, pourtant il a échoué au test des deux caractères. On

peut voir donc que, si on ne connaît pas à fond son cœur, si on ne sait contrôler sa concentration, le cœur peut être perturbé par les événements. Par contre, si on connaît son cœur, si on a compris que le mouvement et l'inerte sont en fait identiques, alors tous les phénomènes pourront suivre les mouvements du cœur.

Toute sa vie, le Maître-Chan Mazu Daoyi de la dynastie Tang énonça « le cœur, c'est Bouddha ». Son disciple aîné, Damei Fachang, fut illuminé grâce à cette phrase, et dès lors, se retira sur le Mont Damei (la grande prune). Un jour, Mazu envoya un serviteur pour sonder Fachang en lui faisant dire: « Fachang ! Tu as assimilé l'expression *le cœur, c'est Bouddha*, mais ces temps-ci, le maître dit : « *le cœur, ce n'est pas Bouddha !* » Indifférent, Fachang répondit : « Pour moi, c'est encore *le cœur, c'est Bouddha* ». Quand le serviteur rapporta ces paroles à Mazu, celui-ci fut satisfait et dit : « La prune est mûre ! »

Les sages disaient « les ombres du bambou balaient la cour mais les poussières ne se soulèvent guère ». Fachang a assimilé le sens de « *le cœur, c'est Bouddha*, » en cela, il ressemblait au Mont Taishan. En admettant même que le maître se soit renié en disant « *le cœur, ce n'est pas Bouddha* », pour Fachang, cela aurait ressemblé à l'ombre du bambou qui bouge à cause du vent, sans pour autant soulever aucune poussière.

Un jour, Maître Nanquan demanda au seigneur LuGen : « Quelqu'un a élevé une oie dans un bocal mais l'oie a grandi et le goulot du bocal est trop petit, si bien que l'oie ne peut plus sortir. Comment sortir l'oie du bocal, sans le casser, ni faire mal à l'oiseau ? »

Le seigneur LuGen fut dérouté par la question et il ne savait comment répondre. Pendant qu'il réfléchissait, Maître Nanquan cria tout d'un coup : « LuGen ! »

Instinctivement, LuGen répondit : « Oui !? »

Maître Nan se mit à rire : « Le voila sorti, n'est-ce pas ? »

Quelle est la signification de cette histoire ? L'oiseau représente la nature Bouddha, le bocal, c'est notre corps. Croyez-vous que, quand nous sommes illuminés et retrouvons le *Vairocana*, nous devons détruire ce corps ? Et si on l'a détruit, existe-t-il un autre *Vairocana* ? Non, notre *Vairocana* s'est en fait trouvé dans notre corps. Si nous comprenons « l'unité de l'intérieur et de l'extérieur », nous verrons notre vraie nature intérieure, qui est aussi la nature de Bouddha.

Ainsi, le Chan est la nature de Bouddha et tout le monde la possède. L'homme a besoin du Chan car seul le Chan peut changer la souffrance en bien-être, transformer la tristesse en joie. Seul le Chan peut changer les soucis en Bodhi et transformer la mort en Nirvana. Avec le Chan, nous n'éprouvons plus aucune crainte, même face à la mort. Le Chan est l'élément le plus nécessaire à notre époque actuelle. Lui seul peut guérir la maladie contemporaine du matérialisme. Lui seul peut extirper la vision mensongère de la dualité. Il n'y a que lui qui puisse aider les hommes à retrouver le moi perdu, le jardin spirituel perdu. Lui seul peut équilibrer la différence entre les civilisations orientale et occidentale, tels les concepts de vie, de mort, de valeur, de religion, de vertu ...

Le Chan bâtit pour l'homme, un pont qui relie les civilisations, les pensées, les âmes occidentale et orientale. Le Chan est une fortune commune à tous les hommes, il existe dans chaque centimètre carré de l'espace. Bouddha a découvert son existence et a permis sa propagation jusqu'à nos jours. Il n'y a pas de solution de continuité entre époques : Tant que l'homme vivra, le Chan sera perçu et assimilé, car le Chan est notre vie, une vie qui revient parfaitement à son état naturel et universel.

Le Chan est simple et réel. Comme il est dit : « le cœur ordinaire est la voie ». C'est pour cela que le Chan est devant nos yeux, si naturel, innocent, sobre, beau, affectueux ! Avec la force de concentration du Chan, on peut découvrir la sagesse Prajna, puis dépasser la notion de la vie et la mort, et quitter la souffrance pour retrouver la joie. C'est pourquoi, le Chan est et sera toujours recherché par les êtres humains.

Fo Guang Shan
International Translation Center

Fo Guang Shan
International Translation Center

Partie III

La Sagesse dans le Bouddhisme Humaniste

Il est écrit dans le *Mahaprajnaparamita Sâstra*: « Le Prajna-Paramita révèle la véritable image, la vraie nature de tout phénomène. Le Prajna est indestructible et ne s'use jamais ». Le Prajna permet de comprendre la notion de *coproduction conditionnelle et de vacuité*. De là, il devient possible de déchiffrer la vraie loi universelle de la vie et de parfaire la voie du Bouddha. Le Prajna est la *Cause* du Bodhi. Comprendre que la vraie nature de tous les phénomènes est la *coproduction conditionnelle* et qu'il n'est pas question de *naissance ou disparition*, est du Prajna. Le Prajna est donc la sagesse qui permet d'acquérir une vision parfaitement claire de l'univers.

Lieu de l'exposé : Hong-Kong Coliseum

Date de l'exposé : le 10 décembre 2006

Le temps passe vite : nous arrivons déjà au dernier de ces trois jours de lecture. Le sujet d'aujourd'hui est « La Sagesse dans le Bouddhisme-humaniste » C'est une étude qui permet de découvrir la nature Prajna et aussi la perfection des trois Etudes du Bouddhisme-humaniste.

Tout le monde, je pense, sait que dans le Bouddhisme, il y a un bodhisattva surnommé Avalokitésvara, Guanzizai en chinois, ce qui veut dire *examiner avec insouciance*. Le bodhisattva Guanzizai est en fait celui qu'on connaît généralement sous le nom de Guanyin. Alors, pourquoi GuanYin s'appelle-t-il aussi Guanzizai ? La raison principale en est, qu'il s'agit d'un bodhisattva qui a obtenu l'Insouciance grâce à la sagesse Prajna. Il peut examiner d'une manière libre et insouciant la pensée des hommes, les libérer de leur mal-être psychologique et guérir leurs souffrances physiques.

Toutefois, cette approche n'est pas exhaustive, car Bouddha a dit, quand il a découvert la voie : « Tous les êtres possèdent la nature Bouddha ». Cela signifie que la nature intérieure de chacun contient, en fait, la sagesse Prajna mais les soucis et l'ignorance l'ont recouverte et l'empêchent de s'exprimer. Si nous réussissons à développer la sagesse Prajna venue de notre intérieur, à percevoir la véritable image du monde avec des yeux Prajna ; si notre vie peut dépasser tous les *bon/mauvais, gain/perte, avoir/ne pas avoir*, si nous ne nous laissons pas corrompre par l'argent, si nous ne sommes pas esclaves des sentiments ; si nous ne sommes pas opprimés par la force, si nous pouvons garder notre personnalité et vivre une vie Prajna non dépendante des circonstances extérieures, examiner l'homme, l'événement, les circonstances extérieures, le cœur, d'une manière insouciant, alors nous pourrons tous avoir une vie libre et insouciant, et nous serons tous des *Guanzizai*.

Chacun de nous souhaite vivre librement et de façon insouciante, sans laisser les autres nous dicter notre conduite. Mais qui peut nous donner cette insouciance ? La réponse est : « Développer nous-mêmes notre sagesse Prajna et retrouver notre nature, alors, nous pourrions vivre avec l'Insouciance ». Après les deux lectures sur la Discipline et la Concentration dans le Bouddhisme-humaniste, la lecture sur la Sagesse que nous abordons aujourd'hui, est donnée dans le but d'aider les gens à découvrir *la nature Bhutatathata*, à devenir Avalokitesvara, utilisant la sagesse Prajna pour percevoir la vacuité des cinq skandhas et surpasser toute souffrance et tout malheur.

L'homme a peur de la souffrance et aime la joie, mais la souffrance est inhérente à la vie. Le cœur de l'homme subit la souffrance des trois poisons : l'avidité, la colère, l'ignorance. Le corps subit celle de l'impermanence (la vie, la vieillesse, la maladie, la mort) et celle de la souffrance elle-même : anxiété, douleur, amertume, angoisse, ignorance, séparation d'avec les êtres aimés, côtoiement imposé avec des êtres détestés, impossibilité d'avoir ce qu'on désire, excès des cinq perceptions ...

Les soucis sont source de souffrance et la vie est faite de joie et de souffrance. Parfois, surviennent des moments plus gais : réussite scolaire ou professionnelle, épouse exemplaire et enfants affectueux, gains substantiels, guérison après une grave affection, naissance d'un enfant ... Mais la joie mondaine, qu'elle soit sensuelle ou spirituelle, n'est ni parfaite, ni durable : Ce n'est pas la vraie Joie, car après un court moment passé à se complaire passivement dans le bonheur, viendra la souffrance de sa perte, cette terrible frustration qui s'appelle « Huaiku ».

D'aucuns disent : je ne cherche pas à être connu, je me contente d'être un homme simple, je n'aime ni les nominations

ni le pouvoir, je n'envie ni les dignitaires ni les riches, je peux vivre dans la sobriété, je ne suis pas influencé par les conditions matérielles extérieures, ni par les comportements des autres, ainsi puis-je avoir une vie égale : sans joie et sans peine. Il est, en effet, possible d'avoir une telle ligne de conduite, mais les phénomènes mondains sont changeants, brefs et instables, il en résulte que le corps et le cœur ne peuvent éviter les troubles de l'impermanence. Cette souffrance s'appelle « Xingku » : c'est la désorientation induite par un changement brusque dans une existence que l'on croyait bien réglée.

La souffrance, la vacuité, l'impermanence sont les pensées de base du bouddhisme, ce sont les trois Dharma sceaux dont parlait Bouddha, mais en même temps, il nous indiquait aussi le chemin du Nirvana. C'est pourquoi la souffrance doit rester une condition d'amélioration et non un but en soi. Certes, le bouddhisme parle de la souffrance mais c'est uniquement afin que les hommes la connaissent, s'en éloignent, et partent enfin à la recherche de la joie et du bonheur. La souffrance est une réalité. Ce n'est pas notre but : le but du bouddhisme est de se débarrasser de la souffrance, l'image de la souffrance dans la vie mondaine ne peut prétendre représenter le bouddhisme, la véritable image du bouddhisme est la joie du Dharma et du Chan : le bouddhisme est fondamentalement, une religion joyeuse.

De nombreux bouddhistes insistent sur la notion de « souffrance », ce faisant, ils découragent nombre de pratiquants. Personnellement je pense que, dans la vie, il faut toujours partir à la recherche de la joie et non toujours avoir le terme « souffrance » à la bouche. Il faut chercher à comprendre les causes et au-delà trouver les solutions, alors on pourra s'éloigner complètement des abîmes de souffrance et se réjouir de pouvoir mener une vraie vie heureuse.

Concernant les causes de la souffrance, je les ai résumées en sept points :

1. **L'incompatibilité entre l'objet et moi** : Parmi les sources de souffrance, la première est due à l'incompatibilité entre l'objet et moi : La maison est trop petite et les occupants trop nombreux ; l'épaisseur de l'oreiller n'est pas suffisante et interdit un bon sommeil, alors la fatigue peut entraîner la mauvaise humeur et la souffrance. En dehors des conditions extérieures, les parties physiques de notre corps tels les cheveux, les ongles, s'ils ne sont pas coupés et nettoyés à temps, peuvent aussi être source d'ennuis. D'ailleurs, poils et cheveux sont souvent synonymes de soucis : « les soucis sont aussi longs que les trois mille kilomètres des cheveux blancs » « les cheveux sont les trois mille fils de souci ». Notre vie et le monde matériel sont en réalité inséparables.
2. **L'incompatibilité entre l'autre et moi** : L'incompatibilité entre l'autre et moi est en fait une cause importante de la souffrance : aimer une personne et en être séparé ou, par contre, devoir parfois côtoyer celle que l'on déteste. C'est ce que le bouddhisme appelle *la séparation des êtres aimés, le côtoiement imposé des êtres détestés*. Parfois, en raison d'optiques différentes, de méthodes de travail différentes, naissent des frottements et des disputes. Parfois, de peur de gêner les autres, nous nous efforçons de faire de notre mieux, mais quand nous nous apercevons que les autres parlent dans notre dos, nous nous sentons vexés et malheureux, car nous pensons qu'ils sont sûrement en train de nous dénigrer. A cause de cette incompatibilité entre les autres et moi, nous prenons parfois brutalement conscience de la tristesse, de la dureté de la vie.

3. **L'incompatibilité entre le corps et moi** : « La santé est la première fortune » : Même en possédant tout l'or du monde et des qualités surhumaines, nous ne pourrions pas les exploiter si nous ne sommes pas en bonne santé. Pourtant, le vieillissement, la maladie et la disparition du corps sont des phénomènes naturels que personne ne saurait éviter. Même les plus forts doivent se voir affaiblir un jour et toute beauté doit subir les injures du temps. Quand on est jeune, on peut s'imaginer en héros, mais au fil du temps et de l'âge, le fonctionnement des organes se détériore, la vision s'affaiblit, les mouvements se ralentissent, une petite grippe peut nous aliter durant des jours, une petite carie peut nous empêcher de dormir. A cause de l'incompatibilité entre le corps et moi, beaucoup de souffrances peuvent se succéder.
4. **L'incompatibilité entre le cœur et moi** : Le cœur est le maître du *moi*, il règne en monarque absolu. Il est dit : « Le cœur de l'homme est capricieux, le cœur de la voie est minutieux ». Notre cœur ressemble à un cheval sauvage qui refuse tout contrôle. Quand les soucis causés par l'avidité, la colère ou l'ignorance se lèvent dans notre cœur, même si nous nous efforçons de nous en débarrasser, souvent nous n'en sommes pas capables. De même, quand les désirs envahissent notre cœur, même si nous nous efforçons de les éliminer, nous n'arrivons pas à les contrôler. Là réside la souffrance due à l'incompatibilité entre le cœur et moi. En fait, elle n'est pas moindre — tant s'en faut ! — que celle causée par l'incompatibilité entre le corps et moi. Le mal physiologique peut souvent être assez facilement guéri grâce aux précieux médicaments et aux bons médecins, mais le mal psychologique s'avère parfois incurable. Nous entendons souvent dire : « tu ne m'écoutes jamais. » En

réalité, celui qui n'écoute pas n'est personne d'autre que notre cœur. Nous ne pouvons empêcher notre cœur de former des pensées illusoire, de se créer des soucis ; notre cœur est en fait notre ennemi le plus redoutable en ce monde. Si notre cœur et nous, nous posons en adversaires, la souffrance sera fatale.

5. **L'incompatibilité entre le désir et moi** : L'homme ne peut vivre sans éprouver le moindre désir, mais il en existe de bons et de mauvais. Ceux que le bouddhisme nomme *les bons désirs* : vouloir devenir honnête homme, sage, bouddha ; réussir professionnellement, aider la société, le peuple et la patrie ; œuvrer pour ceux que l'on appelle « les trois immuables » : mérites, vertus, enseignements. D'autres, tels l'avidité de jouissance matérielle, le désir de notoriété ou de jouissance amoureuse, sont qualifiés par le bouddhisme de *mauvais désirs*, puisqu'ils peuvent nous faire basculer dans le vice. Encore faut-il noter que même *les bons désirs* peuvent, s'ils ne sont pas soigneusement contrôlés, devenir des charges spirituelles et des sources de souffrance. Que dire alors de la nocivité des *mauvais désirs*, si libre cours leur est laissé ?
6. **L'incompatibilité entre la vision et moi** : La vision est aussi pensée et interprétation. Le dénuement matériel est encore supportable, mais le plus dur est encore la tristesse engendrée par la solitude spirituelle. Combien de chercheurs de la vérité sont restés seuls sur le chemin de leur recherche ? Le poète Chenchiyang a écrit « Seul, tristement ruissellent les larmes », Bouddha lui aussi, a eu l'idée de se réfugier dans le Nirvana. Et la pensée qui nous apporte le plus de peine est encore celle du savoir pervers et de la vision perverse. A l'époque de Bouddha, certains hérétiques proposaient des pratiques relevant de l'ascétisme : faire le poirier dans les bois, rester debout trop près

du feu ou se tremper dans l'eau froide ; certains refusaient de manger, d'autres de se vêtir. Ils faisaient tout pour se mortifier physiquement, pensant pouvoir se libérer par l'ascétisme. Mais ces pensées fausses et ces raisonnements pervers ne leur ont apporté que souffrances physiques inutiles. La vision perverse peut nous plonger dans la souffrance, c'est le plus grand obstacle à notre recherche de la Vérité.

7. **L'incompatibilité entre la Nature et moi** : Du point de vue de l'histoire de la culture humaine, les premières activités de l'homme consistent en toute une série de luttes contre la Nature. Depuis toujours, les souffrances que nous apporte la Nature : tremblements de terre, tsunamis, tempêtes, inondations, sécheresses, incendies de forêts ... sont innombrables. Quel que soit le désastre naturel, les conséquences en sont graves : trop de pluie amène l'inondation, les hommes sont sans abri ; trop peu d'eau et la terre se dessèche, la récolte est mauvaise. Les souffrances engendrées par l'incompatibilité entre la Nature et moi sont réelles et directes.

On dit que les souffrances dans le monde sont innombrables, et que toutes sont dues à l'existence du « moi ». Comme disait Laozi : « La raison de mes grandes douleurs est l'existence de mon corps. » A cause de ce corps, « l'association des cinq Skandhas » nourrit chez l'homme l'avidité, l'attachement, la colère, l'ignorance et il subit le renouvellement sans fin de la vie et la mort.

L'association des cinq *Skandhas* veut dire que notre vie est formée à partir de la *Forme* (corps matériel) associé à la *Conscience* spirituelle, auxquelles s'ajoutent la *Sensation*, la *Perception* et le *comportement* créés par les activités de la conscience. Ce n'est

qu'une association conditionnée, temporaire ; si une quelconque condition est manquante, tout retourne au néant. Mais la plupart des gens pensent que ce corps est permanent, ils croient à l'existence d'un « *moi* » réel et nourrissent toutes sortes de désirs. Si nous pouvons observer la nature irréelle de ce « *moi* » et comprendre la notion de « *vacuité* », nous pourrions naturellement transcender toute souffrance. C'est pourquoi le « *moi* » est la cause des soucis et de la souffrance, seul le « *non-moi* » peut apporter la liberté et l'insouciance.

Dans un stade de football réunissant plus de cent mille spectateurs, un homme regarde le match en fumant. A cause de sa concentration, il a oublié la cigarette qu'il tient à la main et brûle le vêtement de son voisin. « Ah ! » Le fumeur regarde et s'excuse immédiatement : « Pardon ! Pardon ! » L'autre est aussi concentré sur le match et répond : « Ce n'est pas grave, j'en achèterai un autre. »

Les deux hommes viennent de terminer leur conversation, et la cigarette touche les cheveux de la demoiselle de devant. « Aïe ! » La demoiselle caresse ses cheveux et pousse un petit cri. Le fumeur se précipite pour s'excuser : « Excusez-moi, j'ai brûlé vos cheveux avec ma cigarette. » La demoiselle répond : « Ce n'est pas grave, ils repousseront », et elle se retourne vers le match.

Captivés par le match, l'homme n'accorde aucune attention à son vêtement brûlé, la demoiselle, à ses cheveux endommagés, cela s'appelle « l'oubli du moi ». « L'oubli du moi » permet de ne pas ressentir le mal causé par les circonstances extérieures, la sagesse du « non-moi » pourra donc permettre d'éloigner toute souffrance.

L'existence de la souffrance est une vérité incontestable ; aimer la joie et détester le mal sont aussi dans la nature de l'homme.

Dans le monde actuel, on cherche sans cesse à progresser : toutes les études, les systèmes économiques, la recherche scientifique, les nouveaux médicaments ont pour but l'amélioration de la qualité de vie humaine, et espèrent réduire au maximum la souffrance. Les programmes politiques sont eux aussi élaborés pour le bonheur du peuple. Mais en réalité, toutes ces aides sociales ne peuvent qu'alléger des souffrances passagères, elles ne peuvent supprimer les fondements de la souffrance. C'est seulement grâce à la sagesse Prajna que l'on pourra identifier les sources de la souffrance et, dès lors, avoir la force suffisante pour la guérir. Ce qui signifie également qu'on ne peut éloigner la souffrance que si on possède la sagesse du « non-moi » qui perçoit la vacuité des cinq skandhas. C'est enfin la raison pour laquelle on doit pratiquer consciencieusement et se perfectionner avec les trois Etudes : Discipline, Concentration, Sagesse.

Aujourd'hui, je continuerai, comme précédemment, à mener une étude en quatre points pour parler de « la Sagesse dans le bouddhisme-humaniste » :

1. **La base de la Sagesse :**
*La coproduction conditionnelle Prajna,
la base de la Sagesse humaniste*
2. **Le développement de la Sagesse :**
*La connaissance et la réflexion,
le sens de la Sagesse humaniste*
3. **L'application de la Sagesse :**
*Le comportement dans la vie quotidienne,
l'utilité de la Sagesse humaniste*
4. **La perfection de la Sagesse :**
*L'unité et la coexistence,
la perfection de la Sagesse humaniste*

1. La base de la Sagesse :

*La coproduction conditionnelle Prajna,
la base de la Sagesse humaniste*

La plupart des religions du monde attachent de l'importance à la foi ou à la charité. Le bouddhisme lui, donne la primauté à la raison, à la sagesse. Le bouddhisme pense qu'il faut développer la sagesse Prajna pour être en mesure de faire la différence entre le droit et le pervers, le vrai et le faux, pour pouvoir éliminer les soucis, atteindre l'Eveil et y conduire les autres et enfin se libérer totalement. Aussi, « la Sagesse dans le bouddhisme humaniste » aborde-t-elle en premier lieu la question de « la coproduction conditionnelle Prajna », qui est aussi la base de « la sagesse humaniste ».

Quand on parle de Prajna, on aborde du même coup une très importante question : Comment se retrouver soi-même, retrouver son « image initiale » qui est, en fait, « la nature Prajna ». Je ne sais si vous y avez réfléchi, mais Bouddha, lors de son illumination, a dit : « Tous les êtres possèdent la nature de Bouddha. », ce qui signifie également que l'homme et Bouddha sont égaux. Les hommes détiennent tous la faculté de devenir bouddha, alors pourquoi Bouddha a-t-il atteint l'Eveil pendant que nous autres, nous patageons toujours dans le Samsara ? La raison en est que nous n'avons pas encore découvert notre nature Prajna, telle la lune cachée par le nuage noir qui occulte sa lumière. Si maintenant nous retrouvons notre nature Prajna et redécouvrons notre image initiale, alors non seulement nous pouvons faire naître le bonheur dans notre vie, mais encore nous jouirons d'une sublime liberté, d'une sublime insouciance.

Bouddha a enseigné le Dharma durant quarante-neuf ans et donné plus de trois cents lectures. Une stance peut résumer son

enseignement : « *L'Ornement Fleuri* a pris les premiers trois fois sept jours. Il a fallu douze ans pour les *Agamas* et huit pour les *Vaipulya*, vingt-deux années pour parler du *Prajna*, et huit pour le *Lotus Sutra* et le *Nirvana Sutra* » Parmi les quarante-neuf ans d'enseignement, le *Prajna Sutra* en a occupé vingt-deux. C'est dire l'importance du *Prajna* dans notre vie.

Le *Prajna Sutra* parle de notre image initiale, de la façon de voir le monde et l'univers du bouddhisme. Le *Prajna* n'est ni une somme de connaissances, ni une étude, ni une philosophie ; il est notre *Dharmakaya*, notre *Bhutatahata* ; il est la nature égale de tous les êtres vivants. Dans le *Prajna*, il n'y a pas d'opposition entre les termes homme/bouddha, ni de différence entre les images de l'autre/moi. C'est pour cette raison qu'il est dit dans le sutra : « Dans le domaine du *Bhutatahata*, il n'y a pas de fausses dénominations telles homme et bouddha. Dans la nature de l'Égalité, il n'existe pas d'images distinctes de l'autre et moi. »

Le *Prajna* est profond et merveilleux. Il est dit : « La nature *Prajna* est incomparable, les hommes et les *Dviyanas* ne peuvent le deviner, les *Bodhisattvas* ne peuvent le savoir, seul l'honorable Bouddha peut comprendre. » Le *Prajna* est l'état d'illumination des bouddhas. En l'état ordinaire, il est impossible d'en parler, et il m'est, à moi aussi, difficile de le faire, mais pour faciliter votre compréhension, je vais y distinguer quatre niveaux : Le *Prajna* que comprennent les hommes est « la compréhension juste », le *Prajna* des *Dviyanas* est « la coproduction conditionnelle », le *Prajna* des *Bodhisattvas* est « la Vacuité ». Quant au « *Prajna* » véritable, seuls les bouddhas le connaissent, ce qui revient à dire qu'il faut devenir Bouddha pour connaître l'ultime et vrai *Prajna*.

Commençons par le plus simple. La plupart des hommes pensent que le *Prajna* est la sagesse, mais la sagesse ne peut

représenter le Prajna. Elle est la connaissance habituelle et une *connaissance dévoyée* peut devenir *ignorance*. C'est pour cette raison qu'on ne peut définir le Prajna comme étant *connaissance* ou *sagesse*. Le Prajna est notre vie éternelle, notre vraie nature immortelle. Il est très difficile de l'expliquer et nous allons essayer de l'illustrer par des exemples. Ainsi nous regardons le monde extérieur : montagnes, cours d'eau, fleurs, plantes, avec nos yeux. Si nos yeux sont capables de les distinguer nettement, c'est comme lorsque les réglages de distance, de vitesse et de luminosité d'un appareil de photo sont corrects : les images captées seront fidèles à la réalité. Si notre façon de voir le monde est exacte, ce sera là notre Prajna. Nous l'appellerons « la Compréhension Juste ».

La Compréhension Juste est une compréhension éloignée des aberrations et perversités. C'est une forme de sagesse qui permet de comprendre la causalité de la vie mondaine et transcendante, une assimilation exacte, obtenue en examinant les phénomènes de l'univers grâce aux théories bouddhistes, telles les trois Dharma sceaux, les quatre nobles vérités, les douze nidanas ... D'une manière générale, toutes les théories reconnues par le bouddhisme sont des compréhensions justes telles la causalité, le bon et le mauvais karma, la notion de l'Impermanence, de la Souffrance et de la Vacuité, le caractère éternel de la Voie de Bouddha etc.

La pensée et les opinions d'un homme peuvent souvent influencer toute sa vie ; étudier et pratiquer le bouddhisme, c'est apprendre à corriger ses anciennes mauvaises habitudes. C'est pourquoi la juste opinion et la juste compréhension sont très importantes. Certaines personnes, dès qu'elles subissent une injustice ou rencontrent une difficulté, même mineure, perdent tout de suite la foi et abandonnent à mi-chemin. Parfois elles adressent même des critiques au bouddhisme et reprochent à Bouddha et aux

bodhisattvas de ne pas les protéger. Tout cela est *ne pas avoir la compréhension juste*. La Compréhension Juste, c'est non seulement ne pas perdre la foi devant n'importe quel soupçon ou difficulté, mais encore fortifier sa conviction, rester ferme sur ses positions, combattre pour l'intérêt public, pour la propagation de la vraie cause. Nous devons comprendre qu'il y a dans le monde, le bien, le mal, le karma, la rétribution, la vie antérieure, la vie postérieure, les sages, les ordinaires ; c'est grâce à cette compréhension que nous pouvons surveiller nos trois sortes de karma, pratiquer les bons actes, éloigner les mauvais et ainsi nous éviter une réincarnation dans les trois royaumes de la malfaisance.

La pensée et les opinions des sages tels *les Sravakas, les Pratyekas, les Arhats*, sont supérieures. Eux comprennent que tous les phénomènes du monde subissent la loi de la coproduction conditionnelle, « Les phénomènes apparaissent quand toutes les conditions sont réunies et disparaissent dès que l'une d'entre elles manque ». La coproduction conditionnelle est la théorie fondamentale du bouddhisme, et aussi la principale caractéristique qui différencie le bouddhisme des autres religions, philosophies ou courants de pensée. La coproduction conditionnelle montre qu'aucun phénomène au monde n'existe en tant que tel, ni isolément. Il ne peut se produire et perdurer que lorsque toutes les conditions requises sont réunies. Que les conditions viennent à se dissoudre et le phénomène n'existe plus. C'est ce que le bouddhisme résume en disant : « tout phénomène vit grâce aux conditions et meurt à cause des conditions. »

Les conditions qui causent l'apparition et la disparition des phénomènes sont elles-mêmes interdépendantes. Cette interdépendance, qui semble compliquée et inexplicable, forme une vérité profonde, merveilleuse et médiane, expliquant la formation

de tous les phénomènes de l'univers, de même que l'origine de la vie. Cette vérité s'appelle « la coproduction conditionnelle ». A l'époque, sous l'arbre Bodhi, sur le *Vajrasana*, en contemplant les étoiles, Bouddha a découvert l'Eveil et cet Eveil est en fait la loi universelle de la vie : « La loi de la coproduction conditionnelle ».

La loi de la coproduction conditionnelle explique les relations entre la vie et la mort, entre les diverses variations des phénomènes de l'univers, et éclaire aussi l'origine de la joie et de la souffrance de la vie. En se basant sur la loi de la coproduction conditionnelle, on peut comprendre que toutes les conséquences sont dues aux conditions et que donc, pour obtenir une vie heureuse, il faut semer les bonnes graines ; pour avoir des rapports harmonieux, il faut créer de bonnes relations. Et si, les bonnes conditions n'ayant pas été réunies, s'annoncent de mauvaises conséquences, il faut savoir y remédier et ne pas se contenter de se plaindre, ce qui ne pourrait que nous enfoncer davantage dans les soucis. Ainsi, comprendre la Causalité peut nous apprendre à améliorer les mauvaises conditions, cultiver les bonnes, élargir nos relations avec autrui et suivre les affinités.

Le Prajna assimilé par les bodhisattvas est encore supérieur. Il est représenté par « la Vacuité ». La plupart des gens pensent que *Vacuité* veut dire *néant*. C'est une interprétation fautive. *Vacuité* dans la Mahayana veut dire *Immensité* ; dans le bouddhisme, *la Vacuité* est une très profonde philosophie, *la Vacuité* est notre image initiale ; « le vrai Vide produit le subtil Avoir », car *l'Avoir* vient du *Vide*, c'est dans le *Vide* de l'univers que tout *existe*. Un sac *non-vide* ne peut être rempli, il est impossible d'emménager dans une maison *non-vide*, le nez *non-vide* ne permet pas de *respirer*.

« La Vacuité » est la sagesse Prajna. En saisissant la nature de la Vacuité on peut comprendre les vraies images de toute

existence de l'univers ; « la Vacuité » est de plus, une juste compréhension. Elle peut nous permettre de comprendre que tout ce qui existe sous nos yeux est en réalité de caractère Vide. Qu'est-ce « la Vacuité » ? Le plus simple est de dire que « la Vacuité » est *Cause et Condition*, est *la Compréhension Juste*, est *le Prajna*, est *la doctrine de la non-dualité*. « La Vacuité » est sans limite, elle ressemble au chiffre zéro dans les nombres, si on met le zéro derrière le 1, il donne 10 ; si on le met derrière le 10, il donne 100 ; derrière le 100, il donne 1000 et ainsi jusqu'à l'infini. « La Vacuité » ressemble aussi au terme x en algèbre : là où on le place, il représente toujours quelque chose.

« La Vacuité » peut tout englober, elle est immense. « La Vacuité » est comme « Amitabha », un mot qui peut tout signifier; vous m'offrez un cadeau, je dis « Amitabha » pour vous remercier ; vous avez réussi, j'utilise le mot « Amitabha » pour vous féliciter; quelqu'un décède, je dis « Amitabha » pour marquer mes regrets. « Amitabha » est une Vérité, « La Vacuité » est aussi une Vérité. « Amitabha » est Tout, il peut être tout ce que vous voulez qu'il soit ; « la Vacuité » est aussi un Tout, elle peut représenter tout ce que vous souhaitez qu'elle représente.

Du Néant naît et croît l'Existence, dans l'air vide, naissent et croissent tous les objets de la terre. En fait « la Vacuité » crée « l'Existence » ; leur relation ressemble à celle qui existe entre la main et le poing : la main qui se referme devient le poing, en s'ouvrant, elle redevient la main. Quelque chose d'originellement vide devient non-vide quand toutes les conditions d'existence sont réunies ; quelque chose qui existe originellement peut disparaître si ses conditions d'existence défont. Le rapport « Vide / Non-vide » change sans cesse en fonction des affinités ; de ce point de vue, ils sont en réalité deux en un, et un en deux.

On peut aussi les comparer aux bijoux portés par les dames : boucles d'oreille, bagues, bracelets ... Ils sont d'abord minerais. De la mine à l'usine et ils deviennent métal précieux ; de l'usine à la joaillerie, les voilà bijoux. Quelle que soit la différence d'aspect, le caractère de l'or n'a pas changé. « La Vacuité » est l'or, « l'Avoir » est le bijou ; « la Vacuité » est une, « l'Avoir » est multiple ; « la Vacuité » est le corps, « l'Avoir » en est l'image.

Une autre image : celle des vagues en mer. L'eau est d'abord calme puis le vent se lève, les vagues se forment l'une après l'autre sans arrêt, la mer change donc d'aspect ; pourtant, la mer sans vent et sans vague est l'eau, la mer houleuse est aussi l'eau. Les vagues n'ont pas quitté l'eau, le mouvement n'a pas quitté le calme, l'Avoir n'a pas quitté la Vacuité ; l'eau et les vagues sont un même corps, le mouvement et l'immobilité sont une même unité, la Vacuité et l'Avoir ne sont pas différents.

« La Vacuité » est comme un père, vénéré comme le soleil ; « l'Avoir » est comme une mère, douce comme la rosée. Les parents s'unissent pour nous donner naissance, tels « la Vacuité » et « l'Avoir » qui communiennent pour former tous les phénomènes de l'univers, ce qui explique les expressions « la vacuité est la forme, la forme est la vacuité », « la vacuité ne diffère pas de la forme, la forme ne diffère pas de la vacuité ».

« La Vacuité » est « la Coproduction Conditionnelle ». Tout phénomène existe grâce à « la coproduction conditionnelle », il ne possède pas de nature réelle et n'a qu'une existence temporaire. Autrement dit, la vraie nature de tous les phénomènes, du point de vue de l'existence temporaire du monde de *l'image actuelle*, est appelée « coproduction conditionnelle ». Du point de vue de la non-existence de nature du monde de *l'image réelle*, elle est appelée « Vacuité ». C'est parce qu'elle est conditionnée qu'on peut

montrer l'inexistence de sa nature ; c'est à cause de l'inexistence de sa nature qu'on peut montrer l'aspect conditionné du phénomène.

« La Vacuité » est la base d'importantes réflexions bouddhistes, c'est une vérité intangible et c'est une notion qui apporte de multiples contributions à la vie. Comprendre la vraie notion de « la Vacuité » nous permet de nous détacher, et de là, de créer « l'Avoir ». Ainsi faut-il savoir affirmer la notion de « Vacuité » pour pouvoir établir « l'Avoir » ; une vision de la vie avec « Vacuité » peut transcender la valeur de cette vie. Mettre « la Vacuité » et « l'Avoir » en harmonie est en fait « la Voie Médiane ». « La Voie Médiane » est la sagesse de l'harmonisation de « la Vacuité » et de « l'Avoir », elle est aussi la sagesse Prajna de « Madhyamaka ». Grâce à cette sagesse, nous pouvons appréhender la vraie image du monde. Devant une question, nous savons que « le signifié se réalise grâce au signifiant », devant un résultat, nous savons que « l'effet dépend de la cause ». Si l'on sait que ce qu'on récolte n'est rien d'autre que ce qu'on a semé, alors on ne se plaindra plus en cas d'échec : on cherchera à en connaître les causes et c'est seulement ainsi qu'on pourra réellement résoudre le problème.

Saisir les notions de *Compréhension Juste*, de *Coproduction Conditionnelle*, et de *Vacuité* n'est déjà pas facile. Connaître *le Prajna* est encore plus difficile. Qu'est-ce en fait, que *le Prajna* ?

Le Prajna pourrait se définir comme étant *la sagesse* qui permet la parfaite compréhension de la Vérité mais sa nature est tellement profonde que les minuscules intelligences de ce monde ne peuvent l'assimiler, ce qui fait que, généralement, on ne le traduit pas. De plus, le sens que l'on donne communément au mot *sagesse* est plus que rudimentaire et recouvre du *bon*, et du *mauvais*, du *droit* et du *pervers*. *Le Prajna*, lui, est pur, bienfaisant, exquis, vrai et parfait. C'est pourquoi, en application du principe des « cinq propositions

que l'on ne traduit pas », les traducteurs des sutras ont, par respect, pratiquement toujours utilisé la transcription phonétique et n'ont que très rarement employé le mot « sagesse ».

Le Prajna est la sagesse qui permet de comprendre exactement la coproduction conditionnelle et d'assimiler la vacuité des phénomènes. Dans *Le Mahaprajnaparamita Sâstras*, il est dit : « Le Prajna-Paramita est l'image vraie de tous les phénomènes, il est indestructible, inusable ». Grâce au Prajna, on peut comprendre les notions de *coproduction conditionnelle* et de *vacuité* et de là, déchiffrer la loi fondamentale de la vie et parfaire la voie de Bouddha. Le Prajna est donc la *Cause* du Bodhi. Comprendre que la vraie forme de tous les phénomènes est la *coproduction conditionnelle* et qu'il n'est pas question de *naissance* ou de *disparition* est du Prajna. Ainsi, le Prajna est la sagesse qui permet d'appréhender avec une parfaite clairvoyance, la véritable image de l'univers.

Le Prajna est une sorte de « sagesse d'éveil parfait » par laquelle les bouddhas et les bodhisattvas perçoivent l'image vraie de tout phénomène. C'est cette « sagesse pure, sans distinction » qui permet d'éloigner toute illusion ou aberration. C'est la « sagesse vraie, sans forme » qui permet de comprendre que la nature de tous les phénomènes est initialement vide et que donc, rien ne peut être possédé. Un homme qui possède la *Compréhension Juste* peut être comparé à quelqu'un qui détient la sagesse Prajna, mais le vrai Prajna ne peut être atteint qu'au moment de devenir Bouddha ; ainsi, il est dit dans *Le Lotus Sutra* : « Il n'y a que Bouddha et lui seul qui puisse assimiler parfaitement l'image vraie de tous les phénomènes ». Il est dit aussi dans *Le Mahaprajnaparamita Sâstras* : « Le Prajna est le premier, le plus haut, l'incomparable, l'illimité. Rien ne peut l'égaliser, rien ne peut le vaincre ».

Le Prajna se situe au niveau des bouddhas. C'est un état obtenu après avoir découvert sa nature Prajna et compris l'unité de l'Essence et de l'Image. A l'époque, ce que Bouddha a découvert sous l'arbre Bodhi était bien la coproduction conditionnelle Prajna. Le Prajna est la base de tout objet, la nature de tout être. Notre vie immortelle est « l'Essence » du Prajna. Une fleur, une torche, une lumière, une mère, un radeau, telles sont « les Formes » du Prajna. Nous permettre de bien utiliser notre sagesse et notre sens de l'humour pour résoudre nos problèmes, telle est « l'Utilité » du Prajna. Avec lui, on peut voir les choses plus clairement, sans distorsion ; plus profondément, il devient possible de dépasser les dualités entre « l'autre et moi », « le vrai et le faux », « l'avoir et le non avoir », « le bon et le mauvais ».

Nous savons tous que Ksitigarbha Bodhisattva accompagne les damnés dans le Naraka (l'enfer). Est-il malheureux ? Non, puisqu'il possède le Prajna. Les parents des familles pauvres élèvent et éduquent leurs enfants avec beaucoup de difficultés, mais, ayant l'amour, ils ne sont pas malheureux ; la compassion et l'amour sont « le Prajna ». Le gardien de prison, s'il a l'esprit de dévouement, n'est pas malheureux. Par contre, il le sera s'il a l'esprit de brimade. Un prisonnier qui regrette ses actes et cherche à se repentir n'est pas malheureux, il le devient s'il est éternellement mécontent, si son cœur est plein de haine et de ressentiment. Etre ou ne pas être malheureux, tout dépend de notre état d'esprit. L'état d'esprit peut aussi refléter la sagesse de la personne. Avec la sagesse, on peut tout regarder avec un cœur ordinaire, tel le Maître-Chan Zhitong quand il a compris que « les nonnes sont des femmes ». Pouvoir percevoir du Dharma dans la vie quotidienne voilà la sagesse.

La sagesse est précieuse en ce qu'elle nous permet d'identifier la souffrance, d'en guérir puis de comprendre la vacuité et enfin,

d'atteindre l'état d'insouciance. La plupart des gens ordinaires laissent leurs six sens poursuivre les six gunas. Dans un tel monde rempli d'illusions trompeuses, il est dangereusement facile d'engendrer de mauvais karmas et de subir sans cesse le samsara. Une vie sans la sagesse et sans la compréhension juste, est facilement influencée par les soucis issus des circonstances extérieures. Avec la sagesse, il devient possible de développer la lumière de la nature intérieure, révéler sa véritable vie, quitter cette rive de la vie et la mort, pour atteindre sans risque, l'autre rive, celle de la libération ; c'est là qu'est « le Prajna-Paramitas ».

La merveilleuse utilité du Prajna ne se limite pas à l'assimilation de la vraie image de tous les phénomènes ou au détachement de toute illusion. L'aspect le plus important est que, quand les bodhisattvas pratiquent les six Paramitas, avec le Prajna en tête, ils peuvent « ne pas considérer l'équanimité comme une aumône, ne pas s'attacher à la Forme en pratiquant les préceptes, pratiquer la tolérance en se détachant du moi, persévérer sans nourrir d'orgueil, méditer sans s'attacher à l'état de concentration ». Aussi est-il dit dans les sutras : « le Prajna est le guide, les cinq autres Paramitas sont des compagnons ; sans le Prajna, les cinq ressemblent à des aveugles ». C'est-à-dire que, les cinq autres Paramitas restent des Dharmas mondains, c'est grâce au Prajna qu'ils se transcendent et deviennent « supra mondains ».

Ainsi, *le Dana-paramita* est pratiqué par nombre d'associations de charité et de personnes mais, en raison du manque de Prajna, leur action reste imparfaite. Avec le Prajna, on peut oublier les notions de *donneur*, *receveur* et *objet donné*. Pour *le Sila-paramita*, c'est en pratiquant les préceptes avec Prajna qu'on peut réellement offrir un bénéfice à tous les êtres vivants. Pour *le Ksanti-paramita*, seule une tolérance avec Prajna permet d'atteindre l'état de

l'Anutpattika-dharma-ksanti. Pour *le Virya-paramita*, c'est avec le Prajna que la persévérance peut s'exercer sans relâche et résister à toute épreuve. Pour *le Dhyâna-paramita*, seul le Dhyâna avec Prajna peut conduire vers l'Eveil.

Le Prajna peut conduire les cinq autres vers le Paramita, ainsi il est dit : Pratiquer *le Dana* (charité) sans le Prajna ne peut apporter la gloire que durant une vie, il faudra ultérieurement régler les dettes pendantes. Pratiquer *le Sila* (précepte) sans le Prajna permet de monter temporairement vers le monde du Désir, mais sans pouvoir, par la suite, échapper au Samsara. *Le Ksanti* (tolérance) sans le Prajna permet de se réincarner sous une forme agréable mais sans pour autant, pouvoir atteindre *le Vyupasama-ksanti*. *Le Virya* (persévérance) sans le Prajna n'apporte que vertus mondaines et non la joie de vivre dans la mer de la véritable permanence. *Le Dhyâna* sans le Prajna permet d'atteindre au niveau du monde de la forme, mais pas à la concentration du diamant.

Tout acte, même bon, s'il est sans Prajna ne peut être que cause imparfaite, et ne peut devenir effet éminent ». Ainsi tous les dharmas qu'évoque le bouddhisme restent mondains s'ils ne sont pas pratiqués avec le Prajna. Ce n'est qu'assortis du Prajna qu'ils peuvent s'appeler Dharma.

Le Prajna peut conduire les six Paramitas vers la mer de la sagesse, c'est là le caractère fondamental du Prajna. Il est la racine des six paramitas, la source de tous les bons dharmas, il permet la traversée de la mer de la vie et la mort, pour atteindre la rive du Bodhi. C'est pourquoi on le nomme « la mère de tous les bouddhas ».

On distingue trois sortes de Prajna :

1. **Le Prajna Véritable** : c'est le corps du Prajna. Tout être vivant le possède, il n'est représenté par aucune forme fausse ; c'est la vraie nature de Prajna, « la sagesse de toute sorte ».
2. **Le Prajna Contemplatif** : c'est la vraie sagesse qui permet la contemplation de la vraie forme pour en déduire que tous les phénomènes sont sans nature personnelle ; c'est « la sagesse de l'ensemble ».
3. **Le Prajna Subtil** : c'est une sagesse qui permet de différencier des dharmas d'une manière subtile ; c'est « la sagesse du dharma ».

Le Prajna Subtil sert à déduire et juger les différences entre tous les phénomènes. Le Prajna Contemplatif permet une totale connaissance de l'image véritable de tous les phénomènes. La merveilleuse application de ces deux sortes de Prajna vient du Prajna Véritable, c'est pourquoi on peut dire que le Prajna Véritable est la nature profonde du Prajna ; c'est la lumière naturelle que possède chaque être vivant. Pour développer cette sagesse, il faut étudier consciencieusement le Dharma en allant progressivement, du plus simple au plus difficile. Les différentes méthodes sont :

1. **La sagesse de l'écoute** : C'est la sagesse acquise en côtoyant les bons maîtres, en écoutant les lectures ou en étudiant les sutras, et de là, en obtenant la foi et la compréhension.
2. **La sagesse de la réflexion** : C'est la sagesse acquise en réfléchissant, examinant les significations, se basant sur la sagesse de l'écoute, et de là assimiler le merveilleux du Dharma. Pour réussir cette méthode, il faut suivre « les quatre Dépendances » — compter sur le Dharma et non sur la personne, sur la signification et non sur la parole, sur les dharmas inconditionnés et non sur ceux conditionnés, sur la

sagesse et non sur les connaissances — pour comprendre le sens exact de ce qu’enseignait Bouddha.

3. **La sagesse de la pratique** : Une fois compris le Dharma, par les deux méthodes précédentes, il faut pratiquer avec persévérance pour obtenir la sagesse découlant de la Concentration. Cette sagesse s’appelle la sagesse obtenue à partir de la pratique. De ces sagesse imparfaites, il faut extrapoler la non dualité entre pouvoir et être, sagesse du Prajna Véritable pour enfin se débarrasser des soucis et obtenir la libération.

Le Prajna est la torche dharma qui englobe la Vérité de tous les phénomènes et indique le droit chemin de la vie. Le Prajna n’est pas une connaissance venue de l’extérieur, il est la nature claire et pure de tout être vivant, il en est l’image initiale. Le Prajna est synonyme de « corps-dharma », « image véritable », « la vérité intangible », « nature personnelle », « nature de Bouddha ». Chacun de nous possède la nature de Bouddha et le sixième patriarche disait : « Toutes les sagesse Prajna sont issues de la Nature Personnelle ». Si on peut « connaître son propre cœur et percevoir sa propre nature », on obtiendra le Prajna.

Mais il disait aussi : « Les hommes ressassent quotidiennement le mot Prajna sans connaître le Prajna de leur nature personnelle ». Chacun de nous possède un cœur, mais ce qu’on en connaît généralement est le cœur de chair, le cœur des illusions, le cœur des différenciations, et on néglige le cœur spirituel que l’on possède pourtant dès l’origine : le vrai cœur. Le vrai cœur est le Prajna, et avec le Prajna, l’univers tout entier se retrouve dans un seul cœur.

La signification du Prajna est minutieuse et compliquée, il est difficile de l’expliquer par des mots. Tout au plus pourrait-

on le comparer à « un miroir ». Dans le miroir du Prajna, une personne, qu'elle soit grosse ou fluette, laide ou jolie, voit sa propre image initiale. Les disciples bouddhistes qui étudient les sutras, faire des révérences, écoutent les lectures, cultivent toute sorte de vertu, sont en fait en train de dépoussiérer le miroir de leur cœur ; quand le cœur sera propre, le Prajna apparaîtra. Avec le Prajna, on peut considérer toutes les critiques, les diffamations, les querelles absurdes comme des comptes soldés ; les échecs, les attaques, les fausses accusations, les insultes comme des conditions d'amélioration et les utiliser pour fortifier les racines-Bodhi. Avec le Prajna, les conditions de la vie seront différentes. Etudier le Dharma demande, non seulement la culture de la compassion, mais encore la sagesse Prajna permettant la contemplation de la Vacuité, et c'est seulement grâce à la plus haute sagesse du Prajna qu'on peut prendre conscience de la Vérité de la vie de l'univers.

Toutes les religions du monde prétendent détenir la Vérité, mais qui dit Vérité, devrait sous-entendre : universelle, égale, éternelle, évidente, transcendante et démontrable, il ne peut en être autrement. Ainsi de « la Vacuité » : elle existe sans qu'il soit nécessaire de partir à sa recherche, elle n'est ni mienne, ni tienne, elle est Vérité évidente, égale, universelle, éternelle. Autre vérité : s'il y a vie, il y a mort ; c'est valable en Chine comme ailleurs, c'est une loi universelle, évidente, égale pour tous, éternelle. De ce point de vue, « Les trois Dharma-sceaux » du bouddhisme représentent une Vérité qui satisfait à toutes ces conditions.

Les trois Dharma-sceaux s'énoncent ainsi : 1) *Aucun phénomène n'est permanent*, 2) *tous sont impersonnels*, 3) *le Nirvana est tranquillité parfaite*. Ce sont les trois théorèmes qui permettent de prouver l'authenticité du Dharma, tel un test permettant de distinguer un produit de sa copie. C'est la pierre de touche du

Dharma ; Le respect aveugle, de propos qu'aurait tenus Bouddha, mais qui seraient exorbitants des trois dharma-sceaux, ne sera que du dharma imparfait. Réciproquement, le respect absolu des trois sceaux, conduira au Dharma, même si Bouddha n'a pas abordé la question.

Comment s'énoncent les trois dharma-sceaux ?

1. **Aucun phénomène n'est permanent** : il n'est aucun objet ou fait de ce monde qui ne soit, à tout instant, en cours de changement. Aucun n'est permanent car tous les phénomènes mondains conditionnent et sont conditionnés. Ils ne possèdent pas de nature propre : ils existent quand toutes les conditions sont réunies et disparaissent dès que l'une d'entre elles fait défaut. Ainsi de la vie, la vieillesse, les maladies, la mort des mortels ; la formation, l'existence, la destruction, la disparition du monde inerte ; l'apparition, l'existence, le changement, l'extinction des pensées. Aucun phénomène ne peut défier le temps ; ce qui est dans le passé n'existe plus, ce qui est dans le futur n'est pas encore arrivé, et ce qui est dans le présent disparaît sitôt apparu. C'est pourquoi il est dit : « Tous les phénomènes sont impermanents ».
2. **Tous les phénomènes sont impersonnels** : « Les phénomènes » représentent tous les objets de l'univers, y compris les formes matérielles et les activités spirituelles, c'est le nom global de tous les signifiés, signifiants, formes, pensées, avec ou sans forme. « Tous les phénomènes sont impersonnels » signifie qu'il n'existe pas de phénomène qui puisse exister en tant que tel, qui serait maître de sa destinée, car, pour pouvoir utiliser le terme « moi », il faudrait qu'il soit un corps réel, définitivement intangible et maître de son destin en toute indépendance. Or il n'existe dans ce monde aucun objet qui soit indépendant, qui

existe de lui-même, qui soit doté d'un pouvoir d'auto création. Tout suit la règle de la coproduction conditionnelle, tout est interdépendant et sans nature réelle et rien n'est indestructible en ce monde. Ainsi, notre corps ressemble à une maison, il ne sert qu'à nous abriter temporairement. Avec le temps, la maison vieillit, le toit commence à fuir, et quand viendra l'heure, la maison s'écroulera et disparaîtra. Notre corps subit la même règle, comme la subissent fortunes, titres, sentiments ... tout ce qui appartient à ce monde. Rien ne peut durer éternellement. Tôt ou tard, tout finit par disparaître, d'où il est dit : « Tous les phénomènes sont impersonnels ».

Tous les objets de ce monde sont, non seulement « impermanents », mais aussi « impersonnels ». Si nous parvenons à comprendre la notion de causalité, nous pourrions nous détacher de l'impermanence et de l'impersonnalité du dharma mondain, et nous intégrer au Dharma transcendant. Alors seulement, nous pourrions prétendre à une vie parfaitement heureuse.

3. **L'équanimité du Nirvana** : « Le Nirvana » est le « *duḥkha-nirodhāryasatya* (l'élimination de l'attachement) » des quatre Nobles Vérités. Il est dit dans *l'Explication de la Mahayana* : « En Inde, le terme Nirvana peut être traduit par « *extermination* » : plus de soucis, plus de vie et de mort, d'où l'expression *extermination*. Loin des images, le calme parfait, d'où l'expression *extermination* ». Le *sutra de Nirvana* dit également : « L'élimination de tout souci se nomme Nirvana ». On peut voir que « le Nirvana » signifie donc l'extinction des soucis (l'avidité, la colère, l'ignorance, l'orgueil, le doute, les dualités vie/mort, l'autre/moi, la souffrance) et l'accession à l'état de libération pur, joyeux, lumineux, libre et insouciant.

Ce n'est, en aucun cas, ce que croient les hommes quand ils s'imaginent que c'est, après la mort, qu'on obtient « le grand Nirvana ». Une telle interprétation révèle une totale méconnaissance du bouddhisme.

Dans le passé, le bouddhisme a trop souvent donné de lui-même, au monde, une image pessimiste, passive, une image de repli, en raison de ses théories de « souffrance », de « vacuité », d'« impermanence ». De ce malentendu, est née l'idée que le bouddhisme ne parle que de souffrance et d'impermanence et qu'il est avant tout passif. C'est ignorer que le but du bouddhisme est de faire comprendre aux êtres vivants la vraie image de la vie, de réveiller en eux le dégoût de la souffrance et de les encourager à rechercher activement la joie parfaite du Nirvana. C'est pourquoi nous devons comprendre les trois dharma-sceaux de la manière suivante : « C'est parce qu'il y a impermanence qu'il y a espoir ; c'est parce qu'il y a impersonnalité qu'il y a harmonie ; seul le Nirvana représente la perfection ».

La souffrance, la vacuité, l'impermanence et la parfaite tranquillité du Nirvana sont toutes trois, connaissances de base du Dharma ; elles sont aussi la Vérité de la vie de l'univers. La Vérité est éternelle, réelle, c'est ce qui est dit : « la nature du Dharma est ainsi. Que Bouddha soit né ou non, le Dharma est ». A l'époque, Bouddha a atteint l'Eveil, mais il n'est pas le créateur de la Vérité, il n'est que son découvreur. « Le Dharma est tel quel », c'est pour cela que Bouddha disait : « suivre soi-même, suivre le Dharma, ne rien suivre d'autre ».

Dans les théories du bouddhisme primitif, les trois dharma-sceaux sont les pensées de base de l'étude de la coproduction conditionnelle ; la coproduction conditionnelle est représentative

de l'enseignement du bouddha. Ces deux pensées concordent et constituent, à elles deux, les premiers dharmas de base. Aussi, en comprenant les trois dharma-sceaux, on pourra saisir les pensées de base de Bouddha, on pourra naturellement entrer en contact avec la Vérité.

Quelles sont les théories véritables du bouddhisme ? Combien y en a-t-il exactement ? : D'une manière générale, tous les enseignements de Bouddha, les trois canons (Tripitaka) et les douze sections (Dvadasangabuddha-vacana) sont tous des théories véritables. Par exemple « la compréhension juste », « la coproduction conditionnelle », « la Vacuité », « le Prajna » cités ci-dessus, de même que « les trois dharma-sceaux » sont tous des théories véritables du bouddhisme.

Ci-après, je vous en présente quelques unes parmi les plus importantes :

1. **La souffrance assemblée** : La souffrance représente généralement la sensation que notre corps et notre esprit subissent, du fait que nous sommes dominés par les karmas, les illusions et les soucis. Non seulement « *Kuku* » « *La sensation de peine* » amène des souffrances, mais « *la sensation de joie* » peut aussi apporter des « *Huaiiku* », « la sensation de *sans peine* et *sans joie* » peut également apporter des « *Xingku* ». En somme, la vie formée par les quatre éléments et les cinq skandhas est une souffrance assemblée. La souffrance assemblée est l'image habituelle de la vie, c'est pourquoi il faut trouver absolument la solution pour anéantir la souffrance afin de surpasser ce monde, afin de se libérer de l'anxiété et de la tristesse.
2. **L'impermanence** : Comme il a été dit ci-dessus, à propos des trois dharma-sceaux « tous les phénomènes sont impermanents ». Tous les phénomènes du monde naissent, s'éteignent et évoluent

sans cesse ; aucun ne peut demeurer immuable. Cependant « l'impermanence » n'est pas nécessairement mauvaise, la vie dans le bonheur est impermanente certes, mais la vie dans la pauvreté l'est également. Il suffit donc de transcender l'impermanence pour retrouver l'éternelle insouciance.

3. **L'impersonnalité** : C'est le « tous les phénomènes sont impersonnels » des trois dharma-sceaux. Il n'existe pas dans le monde un vrai « moi » qui serait maître de quelque phénomène que ce soit, ni un « moi » qu'on pourrait s'attacher. Par exemple, je veux rester toujours jeune, je veux ne jamais être malade, je veux vivre toujours dans le bonheur et dans la joie, mais je ne peux y parvenir car « je » n'est pas maître de « moi » : rien ne dépend de moi. C'est pourquoi le bouddhisme parle de l'impersonnalité, car tous les phénomènes de l'univers sont interdépendants : rien ne peut exister seul et sans dépendance. Il faut transcender l'attachement du « faux moi » pour retrouver la nature personnelle du « vrai moi ».
4. **La perception du Karma** : Le Karma désigne les actes effectués par notre corps, nos paroles, nos pensées. Qu'il soit bon ou mauvais, bien ou mal, le Karma produit une force qui nous pousse à réaliser d'autres actes, qui eux-mêmes produisent d'autres forces qui en engendrent d'autres encore et ainsi sans cesse, pour former le Samsara. Ignorance, Karma, Souffrance forment donc la force motrice de la vie mondaine.
5. **La Causalité** : La Causalité est la loi universelle de la vie et la mort. Il est dit au chapitre trente huit du *Yogacarabhumi Sastra* : « Ce qui est fait ne se perd pas, ce qui n'est pas fait ne peut rien engendrer ». Ceci révèle les caractéristiques de la notion de la Causalité du bouddhisme : Tout phénomène est du à une « cause », additionnée de « conditions » pour

former un « effet » qui lui-même devient une autre « cause », et avec d'autres conditions, entraînera un autre effet. Avec cette continuité d'interdépendances, un monde sans fin est créé.

6. **Les quatre nobles vérités** : Le terme *Dukkha* (la souffrance) montre l'état de souffrance subi par le corps et l'esprit ; il est aussi utilisé pour dire que la vraie image de la vie est malheureuse. Le *Samudaya* (l'apparition de l'attachement) montre les raisons qui causent la souffrance. Les êtres vivants, entraînés par l'ignorance, l'avidité, la colère ... accumulent toutes sortes de karmas qui entraînent autant d'effets nocifs. Le *Nirodha* (l'élimination de l'attachement) signifie éliminer tous les soucis pour faire apparaître la vraie nature pure. Le *Magga* (la voie menant hors de la souffrance) montre la voie qu'il faut suivre pour passer de cette rive remplie de souffrance à l'autre rive, celle du Nirvana.

Le Dukkha et le Samudaya sont les « cause et effet » mondains du monde égaré, *le Samudaya* est la cause, *le Dukkha* est l'effet. *Le Nirodha et le Magga* sont les « cause et effet » transcendants, ceux du monde illuminé, *le Magga* est la cause, *le Nirodha* est l'effet. Les quatre Vérités sont la charpente de tout Dharma, Bouddha, à l'époque de son illumination, a découvert la vérité de la coproduction conditionnelle, mais comme c'est une théorie difficile à comprendre, il eut peur que les hommes qui ne possédaient pas encore la foi puissent se rebuter, se détourner. C'est pourquoi, durant la première période de son enseignement, il a utilisé les quatre nobles vérités pour expliquer les raisons de la vie et la mort, et indiquer la voie de la libération, le but étant de leur apprendre à « connaître la souffrance, stopper les mauvais karmas, pratiquer la voie, trouver le Nirvana ».

7. **Le noble sentier octuple** : Ce sont : *Compréhension juste, Pensée juste, Parole juste, Action juste, Moyen d'existence juste, Effort juste, Attention juste, Concentration juste*. En partant de la Compréhension juste, on peut saisir la vraie signification des quatre nobles vérités, elle est donc l'accès au noble sentier octuple. Puis vient la pensée juste qui permet augmenter la vraie sagesse. La parole juste permet de contrôler les karmas venant de la bouche. L'action juste permet d'éliminer tout acte pervers, pour que le corps et l'esprit puissent s'unir dans l'action. Le moyen d'existence juste permet une existence correcte d'où résultera la production des trois bons karmas. L'effort juste permet de persévérer sur la pratique de la voie du Nirvana. L'attention juste : toujours penser à la voie juste, sans jamais avoir la moindre attention fausse. Enfin, la concentration juste qui signifie atteindre la pure Dhyâna.

Le noble sentier octuple indique huit façons qui nous enseignent à nous éloigner de tout ce qui est pervers, c'est pour cela qu'elles sont dites « justes ». Le chemin qui mène à l'état du Nirvana est « la voie ». Si nous pouvons consolider notre foi et pratiquer assidûment le noble sentier octuple, nous pourrions obtenir la précieuse compréhension et vision.

8. **Les douze chaînons de la coproduction conditionnelle** : Le déroulement de notre vie à travers le passé, le présent et le futur, est le résultat de la succession formée par « Ignorance, Acte, Conscience, Nom et forme, Portes sensorielles, Contact, Sensation, Soif, Attachement, Devenir, Naissance, Vieillesse et Mort ». A cause de son *ignorance*, l'homme pose toutes sortes d'*actes*, qui constituent sa *conscience*, laquelle le conduit à la réincarnation pour obtenir *nom et forme*. Puis la formation des six *portes sensorielles*, et le *contact* avec

l'extérieur conditionnent la *sensation*, puis toutes sortes de soifs (désirs), et d'actions d'*attachement*, engendrent le *devenir* (samsara). La vie est ainsi créée. Avec la *naissance*, on ne peut éviter la *vieillesse et la mort*, et la mort est aussi le commencement d'une autre vie. Ainsi, dans la succession, « l'Ignorance conditionne l'Acte, l'Acte conditionne la Conscience, la Conscience conditionne le Nom et la Forme, le Nom et la Forme conditionnent les six Portes sensorielles, les Portes sensorielles conditionnent le Contact, le Contact conditionne la Sensation, la Sensation conditionne la Soif, la Soif conditionne l'Attachement, l'Attachement conditionne le Devenir, le Devenir conditionne la Naissance, la Naissance conditionne la Vieillesse et la Mort ». La vie de l'homme se perpétue sans cesse ; ces douze conditions qui produisent la vie sont elles-mêmes interdépendantes, c'est pour cette raison qu'on les nomme « les douze chaînons de la coproduction conditionnelle ».

Ces douze chaînons montrent les relations entre causes et effets dans la vie mondaine. *L'ignorance et l'acte* sont les causes de la vie antérieure. De ces deux causes, naissent les cinq effets de la vie présente : *la conscience, le nom et la forme, les portes sensorielles, le contact, la sensation* ; puis *la soif, l'attachement, le devenir* de la vie présente causent *la naissance, la vieillesse et la mort de la vie prochaine*.

Chacun de nous possède une vie qui traverse le passé, le présent et le futur. D'où vient exactement la vie ? Où repartira-t-elle ? Si nous comprenons les douze chaînons de la coproduction conditionnelle, si nous ouvrons nos regards Prajna, nous pourrions comprendre le va-et-vient, le vient et s'en va, de la vie.

Le Prajna permet de connaître l'image véritable du va-et-vient de la vie, il peut aussi nous donner la force de tolérance pour faire face à la réalité de cette vie. Pour survivre, l'homme doit posséder la sagesse et la force pour résoudre toutes les difficultés, pour ne pas se laisser abattre par des conjonctures difficiles. La tolérance signifie la sagesse, la force, la connaissance, l'acceptation, être responsable, être capable, savoir apaiser les conflits. Dans le bouddhisme, la patience a trois niveaux : Patience de la vie, patience des dharmas, patience des dharmas de non vie.

« Patience de la vie » est la force de résoudre tout problème en acquérant une bonne connaissance des conditions d'existence de la vie; « Patience des Dharmas » c'est savoir prendre la responsabilité de changer d'état d'esprit, en acquérant une bonne connaissance des phénomènes de l'univers; « Patience des dharmas de non vie » est la vision universelle qui permet d'aller librement partout, pour conduire tous les êtres vivants vers l'Eveil, en ayant une compréhension exacte de l'aspect éternel de tous les phénomènes.

Qu'est-ce la « patience de la vie » ? L'homme dans la vie doit faire preuve de patience. Ainsi, pour le travail, il faut se lever tôt le matin pour prendre le bus, il faut supporter les embouteillages, la fatigue physique, la chaleur, le froid, le manque de sommeil, mais aussi l'agressivité des autres, les amours, les haines. On peut dire que, pour vivre, l'homme doit patienter ; cela s'appelle la « patience de la vie », c'est une sagesse et une force obtenues au fil des jours et du train-train quotidien.

Qu'est-ce que la « patience des dharmas » ? En dehors de maintenir les conditions d'existence de base, il faut aussi savoir vivre librement et de façon insouciant. Face aux préjugés psychologiques, il faut savoir se contrôler, ne pas se laisser emprisonner, se donner de

l'aise, comprendre que la nature véritable de tous les phénomènes est conditionnelle et ne pas se laisser influencer. Par exemple, non seulement, il ne faut pas être influencé par la vie, la vieillesse, la maladie, la mort, la tristesse, l'anxiété, la souffrance, la sécheresse de cœur des hommes, mais il faut, de plus, apprendre à connaître ces aléas, les résoudre, les émanciper, les éliminer. Cela s'appelle la « patience des dharmas », c'est une sagesse Prajna qui permet la compréhension de la coproduction conditionnelle, de la causalité et de la relation humaniste.

Qu'est-ce la « patience des dharmas de non vie » ? C'est le niveau le plus élevé de la patience, c'est comprendre que tous les phénomènes sont en fait « vacuité », donc qu'il n'y a plus matière à patience ou impatience, que tout est *ainsi*. « La patience des dharmas de non vie » est le Prajna d'image véritable qui permet l'illumination de la notion de non vie et l'assimilation du dharma de non vie.

En somme, « la patience de la vie » est l'endurance pour survivre ; « la patience des dharmas » est la sagesse venue du dharma pour transformer la conscience en sagesse ; « la patience des dharmas de non vie » est l'état libre et insouciant qui permet de percevoir la nature véritable de tous les phénomènes selon les conditions et les lieux. Avec « la patience de la vie », on a le courage de faire face à la vie ; avec « la patience des dharmas », on possède la force suffisante pour éliminer tous les soucis ; avec « la patience des dharmas de non vie », il n'y a que terre pure et monde insouciant, où que l'on soit.

Depuis plusieurs années, je m'efforce de promouvoir le bouddhisme humaniste dans le monde entier. Ce que veut enseigner le bouddhisme humaniste est, en fait, l'utilisation du Dharma pour embellir le monde ; c'est aussi l'application des enseignements de Bouddha dans la vie quotidienne et, grâce à la compréhension

et la pratique du Dharma, pouvoir rendre la vie plus heureuse, plus belle et meilleure. C'est pourquoi, je définis « le bouddhisme humaniste » par « ce que dit Bouddha, ce que veut l'homme, ce qui est pur, ce qui est beau » et tout ce que dit Bouddha, tels *les trois refuges, les cinq préceptes, les quatre Samgraha, les six Paramita, les quatre Apramana, la coproduction conditionnelle, la voie médiane, l'impermanence, la souffrance, la vacuité, les cinq contemplations, les trente sept pratiques qui mènent à l'Eveil* etc. qui sont utiles à la transcendance de la nature humaine et qui sont aussi les théories nécessaires à la vie, sont tous des dharmas que le bouddhisme humaniste voudrait propager. Malheureusement, l'ensemble des œuvres bouddhistes est tellement volumineux qu'il décourage souvent les gens qui veulent apprendre le bouddhisme. Durant mes voyages, j'ai souvent rencontré des gens qui m'ont dit : « Nous voudrions apprendre le bouddhisme, mais les livres sont si nombreux ! Quel est donc celui qui nous permettra de connaître le bouddhisme ? »

Aussi, après des dizaines d'années de maturation, pour aider ceux qui désirent approfondir leur connaissance du bouddhisme et leur permettre d'acquérir une compréhension complète du Dharma d'une manière ordonnée, organisée, classifiée, j'ai dirigé la rédaction d'une série de « livres du bouddhisme », divisée en dix sections: 1) Les théories, 2) Les Sutras, 3) Bouddha, 4) Les disciples, 5) L'histoire du bouddhisme, 6) Les écoles, 7) Les règles, 8) Les applications, 9) Les œuvres d'art, 10) Le bouddhisme humaniste. Chaque catégorie compte un volume limité à trois cent mille caractères et au contenu clair, simple, non répétitif et complet. Dans le volume consacré aux « théories », j'ai suivi l'ordre d'apprentissage du bouddhisme ainsi que les théories de base qu'un étudiant bouddhiste doit connaître et je l'ai divisé en dix-huit sous parties :

1. **Comment devenir un disciple bouddhiste** : « Le refuge aux trois joyaux », « le respect des cinq préceptes, des huit préceptes de pureté, des Mahayana préceptes », « L'application du sentier noble octuple ».
2. **Les dharmas de base d'origine** : « La coproduction conditionnelle », « Les quatre noble vérités », « Les trois dharma-sceaux ».
3. **Les vérités du bouddhisme** : « La vacuité », « Le karma », « La causalité », « La voie médiane ».
4. **La subjectivité et l'objectivité du bouddhisme** : « Les dix-huit dhatu - le monde des âmes et des choses réunies », « Les cinq divisions des cent dharmas du Mahayana », « Le changement des consciences en sagesse – la sagesse nécessaire pour devenir Bouddha », « Une pensée, trois mille mondes ».
5. **Le véritable Moi** : « Le Cœur », « La Nature », « Comprendre le cœur et retrouver la nature intérieure ».
6. **L'ordre à suivre pour apprendre le bouddhisme** : « Croire, comprendre, appliquer, justifier », « Le dharma des cinq véhicules », « Les trois études valorisantes », « La pratique simultanée de cessation et contemplation », « Les quatre dhyânas et les huit concentrations », « Les cinq contemplations pour la tranquillité du cœur ».
7. **Les obstacles du pratiquant** : « Les cinq désirs et les six gunas », « Les trois poisons et les cinq obstacles », « Les anxiétés de vie et de mort ».
8. **La vie à travers les trois stades de l'existence (passé, présent, futur)** : « Les douze chaînons de la coproduction conditionnelle », « Les dix dharma-royaumes ».
9. **Le monde parfait du bouddhisme** : « La tranquillité du Nirvana », « La libération et l'insouciance », « L'image véritable du corps dharma ».

10. **Les présentations du Bouddha** : « Les trois corps du Bouddha – *Dharmakaya*, *Sambhogakaya*, *Nirmanakaya* », « Les trente-deux marques, les quatre-vingts qualités », « Les dix appellations du Bouddha ».
11. **La notion du temps et de l'espace du bouddhisme** : « Pour le temps, un instant n'est pas court, une kalpa n'est pas longue », « Pour l'espace, le Mont Sumeru englobe une graine de moutarde, une poussière peut englober le néant (l'univers) ».
12. **La notion de l'univers du bouddhisme** : « Les vingt-huit cieux des trois mondes », « Le paradis et l'enfer », « L'univers de Bouddha – les trois mille chiliocosmos ».
13. **La notion de vie pour le bouddhisme** : « La coexistence de joie et souffrance », « L'évolution dans les cinq royaumes de malfaisance », « La vacuité des quatre Eléments », « L'existence réelle des cinq skandhas ».
14. **Les terres pures du bouddhisme** : « La terre pure du Dharma commun des cinq véhicules – la terre pure Tusita », « La terre pure de la joie suprême », « La terre pure de Cristal », « Les terres pures du bouddhisme humaniste ».
15. **La création du bouddhisme humaniste** : « De la voie humaine à la voie de Bouddha », « De la vie mondaine à la vie transcendante », « Du bénéfice pour soi-même au bénéfice apporté aux autres ».
16. **La vie (quotidienne) du bouddhisme humaniste** : « La gratitude envers les quatre grandes obligations morales », « Les cinq contemplations avant les repas », « L'inexistence des notions de donneur, receveur et objet donné ».
17. **Comment réaliser le bouddhisme** : « Etre navré et se repentir », « Prononcer des vœux », « Les six Paramitas et les quatre Samgrahas », « Les quatre Apramanas », « Le Parinama ».

18. L'organisation de l'enseignement du bouddhisme : « Les trois Canons et les douze sections », « Les Samgiti », « La classification des Ecoles ».

J'ose espérer que les personnes qui auront l'occasion de consulter cette série de livres pourront en retirer une connaissance et une compréhension aussi totales que possible des vérités du bouddhisme. Les vérités du bouddhisme nous apprennent à quitter « la souffrance » pour pouvoir retrouver la joie ; à connaître « l'impermanence » pour garder l'espoir ; à comprendre « l'impersonnalité » pour obtenir l'harmonie sociale ; à saisir la notion de « vacuité » pour ressentir le véritable vide et le merveilleux avoir ; à éliminer les « mauvais karmas » pour avoir une vie parfaite ; à connaître « la causalité » pour accepter son destin ; à assimiler « la coproduction conditionnelle » pour percevoir l'image véritable ; à pratiquer « la voie médiane » pour vivre une vie de paix ; à acquérir « le Prajna » pour atteindre l'insouciance ; à aborder au « Nirvana » pour connaître la perfection.

En résumé, le Prajna est la pensée fondamentale du bouddhisme et surtout, la notion de « la coproduction conditionnelle » est la vérité la plus élevée, la plus merveilleuse de l'univers. Les différents contenus du Prajna montrent qu'une vérité doit avoir une nature égale, évidente, universelle. « L'égalité » est un vecteur important de la paix dans le monde d'aujourd'hui. C'est ainsi que j'ai écrit les quatre stances pour les membres de la BLIA :

*Que la bonté, la compassion, la joie et l'équanimité
règnent dans la Dharmadhatu,
Que nous puissions apprécier notre bonheur, nos relations
et en bénéficier, dans le ciel et ici-bas,
Que la méditation, la chasteté, et la discipline nous*

*mènent à la magnanimité universelle,
Que notre grand vœu soit exaucé en toute humilité
et gratitude.*

L'égalité est le pivot de l'espoir de paix. A l'heure actuelle et dans tous les domaines, tous, qu'ils soient éducateurs, politiques ou religieux, en appellent à la paix ; malheureusement, la plupart d'entre eux nourrissent, en fait, des ambitions personnelles et c'est pour cette raison que la paix reste inaccessible. Seuls l'impersonnalité, la compassion, le respect, la tolérance, et surtout l'égalité du Prajna du Bouddhisme peuvent réussir là où tous les autres ont échoué. Car tout ce qui est grandiose, suprême, profond, merveilleux est basé sur un concept d'égalité : Le soleil éclaire la terre entière, l'air englobe le monde entier, l'eau arrose toute vie, la terre abrite tous les êtres vivants. C'est pour cette raison que Bouddha a tant insisté sur l'égalité des quatre classes sociales en Inde. On ne peut espérer la paix qu'avec l'égalité du Prajna qui est aussi la lumière de l'homme. C'est en se basant sur l'égalité, qu'un jour on pourra réaliser la paix véritable et non plus se contenter de ressasser un slogan creux.

2. Le développement de la Sagesse :

*La connaissance et la réflexion,
le sens de la Sagesse humaniste*

Comme nous l'avons dit précédemment, le Prajna n'est pas une simple accumulation de connaissances et on ne doit pas le chercher à l'extérieur : c'est une sagesse subtile qui découle de notre nature personnelle. Cependant, c'est grâce à « l'écoute, la réflexion, la pratique » que la nature Prajna peut se développer et c'est seulement à partir de là que l'on peut atteindre le Samadhi. C'est pourquoi,

pour apprendre le bouddhisme, il faut « bien s'imprégner », garder en tête que « les Dharmas sont innombrables, j'émets le vœu de les étudier tous », et surtout que « les êtres vivants sont infinis, j'émets le vœu de les libérer tous ».

Ayant émis le vœu de libérer tous les êtres vivants, nous devons tout d'abord nous munir de toute sorte de connaissances et de capacités. Dans l'Inde antique, il existait ce qu'on appelait « les cinq matières d'études ». Ce sont :

1. **Les études vocales** : les langues, les chants, la diction, la musique.
2. **Les études techniques** : connaissance de la technologie et de l'art.
3. **Les études de médecine** : connaissances en matière d'hygiène, de santé et de thérapeutique.
4. **Les études des causes** : étude de la logique et du raisonnement.
5. **Les études intérieures** : études approfondies de la causalité ou des caractéristiques de sa propre école.

Les cinq études énumérées ci-dessus paraissent vastes, mais dans la société multidisciplinaire actuelle, elles ne seraient plus suffisantes. Notre société vit une époque où foisonnent toutes sortes d'études, telles la philosophie, les sciences, la littérature, la médecine, la psychologie, l'astronomie, la géographie, les arts ... Connaissance ne veut pas dire sagesse, et encore moins Prajna, cependant, le savoir est la force motrice de la vie : grâce à lui, nous pouvons améliorer notre caractère, il nous enseigne le savoir-vivre. Il nous permet d'étudier et de réaliser nombre de projets utiles au pays et au peuple. Grâce à lui, la qualité des produits manufacturés sera améliorée, le niveau scientifique et philosophique sera relevé.

Avec lui, nous pourrions élever nos pensées et même changer le monde.

Considérons le développement des cultures orientale et occidentale. Depuis toujours, les philosophes occidentaux étudient les problèmes tels que l'homme et la nature, le droit de l'homme et celui de Dieu, les conflits opposant l'homme, au ciel. Ils mettent l'accent sur la valeur de l'existence de l'homme. C'est pourquoi, de la philosophie d'hier, jusqu'au développement considérable de la science et de la technologie d'aujourd'hui, la société occidentale persiste à se vouloir « réaliste ». La philosophie orientale, par contre, s'intéresse davantage à la nature de l'homme, qu'elle soit originellement bonne ou mauvaise, aux principes gouvernant les relations humaines et aux vertus du monde spirituel. Nous pouvons donc dire que la culture occidentale met l'accent sur la civilisation matérielle, tandis que la culture orientale privilégie, elle, le monde spirituel.

Les philosophes occidentaux tels Socrate, Platon, Aristote, ont ouvert les portes de la philosophie occidentale : Socrate est même surnommé « le père de la philosophie occidentale ». Avant lui, ladite philosophie se penchait surtout sur des recherches touchant à l'univers et à sa nature. C'est Socrate qui a commencé à s'intéresser aux principes de morale et de vertu régissant la vie sociale. Sa philosophie a élargi le domaine de la pensée occidentale. Son disciple, Platon, bien qu'il fût un idéaliste, espérait pouvoir réglementer l'Etat. Son élève, Aristote, proposait « un réalisme philosophique » et une étude de morale visant à améliorer la vie des hommes. Ayant hérité de Socrate la méthode de l'enseignement libre, il était opposé aux méthodes strictes et il est considéré comme le créateur de « l'école péripatétique ». Leurs idées sont toujours reconnues à l'époque actuelle.

Nietzsche, quant à lui, déniait l'existence de Dieu et affirmait la valeur de l'existence de l'homme. Il préconisait de revoir toutes les valeurs et fut le précurseur de « l'existentialisme ». Kant utilisait la science de la nature pour examiner les théories philosophiques, il est le fondateur de « l'idéalisme transcendantal ». Le « rationalisme » de Descartes — *Je pense, donc je suis* — lui vaut d'être considéré comme le père fondateur de la philosophie occidentale contemporaine. La « phénoménologie » de Hegel encourage l'homme à rechercher la Vérité. Rousseau, lui, conseillait à l'homme le retour vers la nature. Le « principe de raison » du pourtant pessimiste Schopenhauer, nous apporte encore aujourd'hui d'immenses espoirs dans la vie.

Parmi les différentes théories bâties par les penseurs occidentaux, « la théorie de l'évolution » de Darwin, expliquant que toutes les espèces vivantes de l'univers ont évolué grâce aux processus de la sélection naturelle, a profondément marqué le monde. De même, « la théorie de la relativité » d'Einstein, celle de « l'héliocentrisme », remplaçant le « géocentrisme » grâce aux travaux de Copernic, ont eu un grand retentissement et ont entraîné un changement radical de notre vision du cosmos.

Freud, inventeur de la psychanalyse, fut le premier à mettre l'accent sur le rôle joué par l'inconscient, réalisant ainsi, dans le domaine des sciences humaines, une découverte aussi importante que celles réalisées par Newton et Copernic dans le domaine des sciences exactes. Son collaborateur Jung, qui a continué son œuvre, a également mené des recherches approfondies sur le bouddhisme, la méditation, le yoga ... C'est grâce à ces grands penseurs que la culture occidentale apparaît comme particulièrement remarquable parmi les cultures du monde.

Souvent issus de la philosophie, sont venus successivement de grands maîtres dans les domaines littéraire et artistique,

tels Shakespeare, Tolstoï, Alexandre Dumas, Shelly, Byron, Michel-Ange ... Leurs œuvres : poèmes, romans, sculptures, non seulement embellissent le monde, mais encore enrichissent le patrimoine spirituel de l'homme. A noter particulièrement le mouvement dit de « la Renaissance » qui, en Europe, se basant sur le renouvellement des thèmes et de l'art, a permis à la pensée de se libérer progressivement des contraintes religieuses pour se tourner vers l'aspiration au bonheur, à la paix et au progrès. Ce mouvement figure parmi les grandes révolutions spirituelles de l'humanité.

Faisant suite à la Renaissance, dans le domaine religieux, cette fois, « la Réforme » engagée par Martin Luther, a initié une ère nouvelle. Car, en Occident, avant la Réforme, les monarques, utilisaient l'église pour consolider leur pouvoir, tout en aidant cette même église à maintenir son emprise sur les âmes. La Réforme venue, la politique, la religion et la philosophie se sont complétées, profitant l'une de l'autre et se développant ensemble.

En Orient, la philosophie de Sakyamuni Bouddha, Nagarjuna, Asanga, Vasubhandu en Inde et celle de Laozi, Zhuangzi, Confucius, Mencius, en Chine, complétée par l'harmonisation entre le Bouddhisme et le Confucianisme, sont la caractéristique majeure de la pensée et de la culture orientales.

En Inde, Le bouddhisme de Nagarjuna, Asanga et Vasubhandu, en harmonisant « la Vacuité et l'Avoir », a développé « la pensée de la contemplation médiane » du Mahayana. Arrivé en Chine, le bouddhisme s'est réparti en « huit écoles du Mahayana », parmi lesquelles l'école de Chan occupait une place prépondérante. A l'époque contemporaine, Maître Taixu a regroupé le bouddhisme chinois en trois grandes écoles du Mahayana, ce sont : « l'Ecole de la Sagesse de la Vacuité du Dharma-Nature », « l'Ecole de la Conscience Unique du Dharma-Forme » et « l'Ecole de l'Illumination

Parfaite du Dharma-Dhatu ». La Sagesse de la Vacuité englobe tous les Sutras et Sâstras de Prajna. La Conscience Unique se concentre sur la pensée de la Cittamatra et du Dharmapala. L'Illumination Parfaite réunit *le sutra du Lotus, le Vimalakirti-sutra, le sutra de l'Ornement Fleuri, le Lankavatara-sutra, le Surangama-sutra, le sutra de l'Illumination parfaite* ainsi que les Dharma-dhatu correspondant à l'école de la Terre Pure et les Sutras et Sâstras de la pensée de Tathagatagarbha. Par la suite, Maître Yinshun a divisé le Mahayana Indien en trois grands groupes : *la Vacuité-uniquement le nom, l'Illusionnisme-uniquement la conscience, la Permanence Véritable-uniquement le cœur. La Vacuité-uniquement le nom* représente la Contemplation-Médiane du Mahayana. *L'Illusionnisme-uniquement la conscience* représente le Yogacara. *La Permanence Véritable-uniquement le cœur* représente la Pensée Tathagatagarbha.

A part la grandiose pensée philosophique de Bouddha qui représente la culture orientale et qui a influencé les hommes du monde entier, les grands sages chinois tels Laozi, Confucius, Zhuangzi et ceux des Cent Ecoles ont aussi fait s'épanouir la civilisation orientale. La philosophie de Laozi et de Zhuangzi parle de « tranquillité », du « non-agir ». Elle vénère le « naturel » et le « spontané ». Confucius prônait « l'humanisme » qui est devenu l'axe principal de la pensée culturelle chinoise. Les Empereurs l'ont toujours considéré comme la base de l'art de gouverner et il est dit : « la moitié des *Entretiens* suffit pour gouverner le monde ». On peut voir par là, sa position sociale qui, en fait, représente le courant principal de la pensée culturelle chinoise.

Confucius honorait « L'humanisme », Mencius « la Charité » et, de « la Charité », il développait les quatre notions « l'humanisme, la charité, la discipline, la sagesse », en pensant que l'homme doit faire

preuve de piété, d'humilité, de modestie et savoir distinguer le bien du mal. Mencius croyait à la « bonté naturelle », contrairement à la « malveillance naturelle » de Xunzi qui, lui, pensait que la nature de l'homme a besoin d'une nécessaire « éducation » ultérieure, pour devenir meilleure.

Sont venus s'y ajouter « L'amour universel » de Mozi, « Le légisme » de Hanfeizi, « Améliorer le niveau de vie du peuple » de Guanzi, « La vanité de la noblesse » de Liezi, « La politique incorruptible » de Yanzi ; ainsi que « La métaphysique » de la dynastie Wei et Jin, « Le rationalisme » de la dynastie Sung, « Le spiritualisme » de la dynastie Ming. Citons encore les écrivains et les historiens tels le premier grand poète Quyuán, le grand poète (de style Han) Sima Xiangru, l'historien Sima Qian, le fondateur de la littérature Jian-An Caozhi, la première poétesse (le premier poète féminin) Caiwenji, le créateur de la poésie pastorale Taoyuanming, Xielingyun, les poètes Wangwei, Libai, Dufu, Baijuyi, Dumu, Lishangyin de la dynastie Tang, les poètes Liqingzhao, Huangtingjian, Luyou de la dynastie Sung et surtout les huit écrivains renommés Hanyu, Liuzongyuan, Suxun, Sushi, Suche, Ouyangxiu, WangAnshi, ZengGong. Leur œuvre a permis l'épanouissement de la culture chinoise, tant dans les domaines littéraire et historique, que philosophique.

C'est surtout depuis la dynastie Han, quand le bouddhisme a été importé en Chine, que les pensées telles la Coproduction Conditionnelle, le Karma, la Causalité ... se sont mariées au sein de la société et ont ainsi permis l'enrichissement de la culture chinoise. Parmi les huit écoles du bouddhisme mahayana chinois, les écoles Tiantai, Huayan, Faxiang et Sanlun (les trois traités) mettent l'accent sur la théorie ; les écoles Chan, La Terre Pure, le Vinaya et la Tradition Tantrique, sur la pratique. Il est vrai que les théories de

Huayuen, de la Conscience unique, de la Vacuité ne figurent pas au nombre des courants principaux de la culture chinoise, par contre l'école Chan en est devenue un des plus beaux fleurons.

Depuis toujours, le bouddhisme offre un caractère de respect et de tolérance. Il parle de « ne pas négliger un seul dharma » car, comme le disait Bouddha : « un dharma est aussi tous les dharmas ». Le bouddhisme n'a aucune volonté d'exclusive : Les disciples peuvent très bien lire les études de Laozi, comprendre que « le Tao qui se dit n'est pas le vrai Tao » et ainsi élargir leur propre pensée, ce qui est particulièrement bénéfique. Et que dire de l'insouciance et de l'amour de la nature de Zhuangzi ? Particulièrement présents dans « le rêve du papillon de Zhuangzhou » et les conversations entre Zhuangzi et Huishi : « Tu n'es pas le poisson, comment connais-tu la joie du poisson ? », « tu n'es pas moi, comment sais-tu que je ne connais pas la joie du poisson ? », ils sont la marque de cette pensée si libérée qui ressemble beaucoup à celle de Chan. C'est pourquoi les bouddhistes n'ont jamais rejeté les pensées de Laozi et de Zhuangzi.

En outre, le bouddhisme humaniste regroupe « la bonté naturelle » de Mencius, « la malveillance naturelle » de Xunzi, « l'amour universel » de Mozi, ce qui lui donne davantage de couleurs. Sous les dynasties Wei et Jin, le bouddhisme a emprunté à Lao-Zhuang la notion de « néant » pour expliquer « la vacuité » du Prajna, c'est pourquoi on a pu parler de « *bouddhisme empruntant la pensée des autres pour expliquer la sienne* ». Par la suite, la culture chinoise a intégré les points forts du bouddhisme et a ainsi développé « le rationalisme » de la dynastie Sung. Tout ceci pour montrer que, depuis toujours, bouddhisme et confucianisme coexistent en parfaite harmonie au sein de la culture chinoise.

Outre la pensée philosophique, la littérature chinoise met également l'accent sur la beauté des lettres. Les écrivains utilisent poèmes et textes en prose pour décrire les douze sections du bouddhisme. Ainsi, les « *Sutras* » sont en prose, les « *Geya* » sont des poèmes, permettant au bouddhisme de se mettre en harmonie avec les cent Ecoles de la Chine florissante. Ainsi s'est développé le bouddhisme, le Chan a fait son entrée dans les pagodes, la Terre Pure a pénétré le peuple, la Conscience Unique et les Trois Traités se sont imposés au monde des lettrés.

Les quatre-vingt quatre mille dharmas permettent tous d'atteindre la voie. Le Dharma peut être divisé en *Paramartha-Satya* et *Samviti-Satya* ; le *Paramartha-Satya* est un dharma transcendant, le *Samviti-Satya* est un dharma mondain. Tout l'enseignement de Bouddha est contenu dans ces deux *Satya*. Dans l'application, le Dharma et l'enseignement mondain doivent être utilisés selon un dosage harmonieux : Si le Dharma est trop « mondanisé », il ne sera pas précieux ; s'il est trop transcendant, il ne sera pas facilement compréhensible, c'est pourquoi il faut trouver l'harmonie. Il est dit : « le Dharma est dans le monde. Ne pas chercher l'illumination en dehors du monde ». Ainsi, face à notre société technologique, le bouddhisme humaniste sait qu'il doit proposer un dharma moderne et vivant, en adéquation avec les problèmes actuels et porteur de solutions. Le Dharma est l'Essence, l'enseignement mondain est la Pratique. L'essence du dharma est l'élimination de la souffrance et l'apport de la joie, la pratique du dharma est harmonie et subtilité. Dans sa jeunesse, Bouddha a consciencieusement étudié les cinq matières fondamentales. Par la suite, il a demandé conseil aux différents maîtres ésotériques, c'est pour cette raison qu'il connaissait tous les dharmas tant transcendants que mondains. C'est pour cette

raison qu'il a pu aider ses différents patients à se libérer de leurs soucis.

Dans ma jeunesse, j'ai étudié à l'école du Vinaya Qixia. La bibliothèque de Qixia détenait des livres venus de l'Ecole Normale du district, je pouvais donc lire énormément : depuis les romans populaires chinois jusqu'aux œuvres occidentales, des petits textes en prose jusqu'aux romans célèbres : *Le Comte de Monte-Cristo*, *Guerre et Paix*, *Le Vieil homme et la Mer*, *Foster*, *Souffrances du jeune Werther*, *La Dame aux Camélias*, l'œuvre de Tolstoï, les études philosophiques de Dewey etc. Comme j'aimais bien lire, durant mes années en Chine, que ce soit les œuvres de Hushi, Linyutang, Bajin, Luxun, Laoshe, Maodun ou celles de Bingxin, Guomoruo, Shencongwen, Xudishan, je les ai presque toutes lues. Plus tard, quand je suis arrivé à Taiwan, j'ai également parcouru les textes ou les romans de Xiebingying, Qiongyao, Gaoyang, Xuyu ... qu'ils soient classiques ou contemporains.

Depuis que je suis entré dans les Ordres, je n'ai pas pu approfondir ma connaissance des trois Canons, je le regrette comme je regrette de ne pas posséder une meilleure connaissance des ouvrages d'érudition mondains. Cependant, je sais appliquer la méthode de « lecture rapide » pour lire les journaux et les magazines, ce qui me permet de continuer à lire durant mes voyages. Souvent, je compare ce que je lis maintenant avec mes expériences du passé, et j'essaie aussi de confronter mes lectures avec les phénomènes sociaux et ceux de la vie quotidienne. Il m'est ainsi possible d'intégrer ces petits aperçus dans ma vie et de les utiliser dans mes cours ultérieurs. Je n'ai pas connu de succès exceptionnels mais je pense que j'ai quand même souvent réussi à donner des explications claires et simples, sans égarer mes élèves.

J'ai aussi mainte fois présidé les groupes bouddhistes lors de mes visites et pèlerinages à l'étranger. J'encourage souvent mes disciples ou élèves à participer aux différentes cérémonies. Comme il est dit : « Etudier dix-mille livres, marcher dix-mille Li ». Je voudrais que chacun puisse imiter *Sudhana et ses cinquante-trois demandes de conseil*. En admirant les vestiges sacrés, on peut retrouver la foi en la Voie et essayer de comprendre les raisons de l'ascension et de la décadence. En parcourant le monde, on peut élargir sa vision, enrichir son expérience et donc élargir le champ de sa vie.

Surtout, face à la société actuelle où les problèmes surgissent sans cesse, j'estime que les disciples bouddhistes ne doivent pas se contenter de se retirer dans les bois ou les montagnes, sans se soucier des souffrances des êtres vivants. Il faut en outre, grâce à la sagesse du Dharma, proposer des solutions adaptées pour aider à résoudre les problèmes économiques, les situations politiques internationales, les droits de l'homme, la réforme de l'éducation, la lutte contre le racisme, l'amélioration de l'hygiène, la protection de l'environnement, la violence familiale, les bébés-éprouvette, les dons d'organes, le Fen-shui, la voyance et tant d'autres !

De plus, face aux problèmes comme ceux du suicide, de la peine de mort, des armes nucléaires, de la guerre, de l'euthanasie ou du clonage, il faut utiliser les connaissances en matière de médecine, psychologie, éducation, biologie, sciences et les compléter par le rationalisme du bouddhisme, afin d'éclairer les pensées confuses de l'homme moderne. Par exemple, réunir la notion de la coproduction conditionnelle du bouddhisme et la psychanalyse pour aider l'homme à respecter la vie, à apprécier son humanité. Avec la causalité, organiser des séances d'initiation et de développement, pour aider les hommes à apprécier le bonheur, créer de bonnes

conditions d'existence, nourrir l'humilité et la gratitude. Avec la notion de samsara, organiser des séminaires pour que tout le monde comprenne l'immortalité de la vie et que la vie et la mort sont en fait indivisibles. Et encore, en se servant de la Vérité de la Voie Médiane en temps qu'essence, de la Subtilité des quatre Samgrahas et des six Paramitas en temps qu'application, regrouper tous les dharmas du monde tel Sudhana visitant les cinquante-trois maîtres, étudier toute connaissance telle l'astronomie, la géographie, la médecine, les mathématiques, la navigation, le commerce ... car c'est après avoir tout appris qu'on peut entrer dans le monde de *Kusumata-garbha*.

De toute façon, si nous vivons dans ce monde, nous ne pouvons pas en ignorer les connaissances et plus on en possède, plus aisément on peut en résoudre les problèmes. Du temps de Bouddha, vivait un bhikshu qui était musicien avant d'entrer dans les Ordres. Comme il était pressé de trouver l'Eveil, il pratiquait jour et nuit avec persévérance, mais il ne faisait que s'épuiser sans résultat. Bouddha en l'apprenant lui dit : « Regarde les cordes de la cithare : si on les pince trop, elles risquent de se casser, et si on ne les serre pas assez, elles ne donneront pas de notes justes ; seul le juste milieu peut produire une merveilleuse musique ». Le bhikshu, après avoir entendu les conseils de Bouddha, corrigea sa manière de pratiquer et devint finalement un *Arhat*.

La propagation du dharma demande une bonne adaptation de ses conditions d'enseignement : Non seulement il faut qu'il soit adapté au niveau des hommes mais il doit de plus, suivre le cours du temps. Ainsi de cette question qui intrigue tous les astronomes et nombre de leurs collègues scientifiques : « Dans l'univers, existe-t-il d'autres planètes que la terre, abritant la vie ? Y a-t-il des extra-terrestres ? ». Le 5 juillet 1997, la NASA a réussi à envoyer une

navette « Discovery » vers Mars, redonnant ainsi confiance aux scientifiques. Espérons qu'un jour, l'homme pourra voyager vers Mars ou même y émigrer, alors il y aura des Martiens sur Mars.

En fait, il y a plus de deux mille ans, il était déjà écrit dans « l'*Amitabha Sutra* » : « A dix mille millions de Bouddha-mondes, il en est un, appelé *Joie Suprême*. Sur cette terre vit un bouddha nommé Amitabha ». Durant les lectures de Bouddha, de nombreux bodhisattvas étaient présentés comme venant d'ailleurs et, dans les sutras, plusieurs bodhisattvas portent des noms évoquant d'autres mondes : *Suryaprabha Bodhisattva* (*Rayonnement solaire*), *Candraprabha Bodhisattva* (*Rayonnement lunaire*), *Akasagarbha Bodhisattva* (*Néant*) ... On peut voir par là que la pensée astronomique des sutras dépasse encore et de loin, les recherches de l'astronomie actuelle, et ce, depuis plus de deux mille ans.

Il y a aussi des gens curieux qui veulent savoir si le ciel a des limites. Le bouddhisme pense que, savoir si l'univers est ou non limité, ne nous aide pas à résoudre les problèmes de la vie ou de la mort : seule la sagesse peut nous libérer, seule la sagesse est du Dharma. De plus, l'univers est immense : Où est le ciel ? Où est la terre ? Tout est relatif. Le bouddhisme parle de Monde Dharma, de Néant, d'immensité, par exemple, le *Kusuma-tala-garbha-vyuhalamkara* décrit dans le *Sutra de l'Ornement Fleuri* est infini. Ainsi, l'astronomie bouddhiste développe-t-elle, non seulement les domaines de la pensée humaine, elle aide encore nombre de chercheurs à acquérir une ouverture d'esprit et à l'élargir.

Surtout, les théories de Coproduction Conditionnelle, Karma, Causalité, Nature de Bouddha du bouddhisme, de même que l'adage : « Bouddha contemple un bol d'eau, il voit quatre-vingt quatre mille bêtes » ou l'allusion aux «trois mille Monde de Bouddha » indiquant la découverte d'autres mondes, prouvent que

le bouddhisme est aussi recherche scientifique et en aucun cas, une simple superstition.

Dans le bouddhisme, *l'impermanence, les quatre éléments, les cinq skandhas* sont des analyses relevant de la physique et de la psychologie ; *l'infiniment bref, l'éclair*, sont des mesures du temps. Le bouddhisme utilise « rêve, illusion, bulle, ombre » pour décrire les éclairs, le néant ; de même, pour montrer que les cinq skandhas ne sont qu'illusion, Bouddha a utilisé cinq comparaisons : la forme ressemble à une mousse, la sensation, à des bulles de savon; la formation mentale, à des bananiers ; la conscience, à une illusion ; la perception à un mirage, c'est à dire à un reflet de soleil sur une vibration de l'air, faisant apparaître des nappes d'eau inexistantes. Bouddha utilise ces comparaisons pour décrire les perceptions illusoire.

Le bouddhisme parle de « trois mille Mondes de Bouddha » et la science a prouvé qu'il existait une infinité de planètes rien que dans la Voie Lactée. Le bouddhisme dit « Bouddha contemple un bol d'eau, il voit quatre-vingt quatre mille bêtes », si nous regardons dans un microscope, nous constatons que la réalité est ainsi. Il est dit dans l'*Amitabha sutra* que le *monde de la joie suprême* est situé à dix mille millions de Mondes-Bouddhas du nôtre mais une si grande distance peut être franchie le temps d'une simple pensée. Cette manière, propre au bouddhisme, de contempler le temps et l'espace, peut aider la science à dépasser les limites extrêmes de la physique. Enfin, n'oublions pas que « la non exclusivité du Dharma » bouddhiste est une irremplaçable source d'inspiration offerte aux scientifiques.

Les théories bouddhistes permettent de suivre les développements de la science, d'en expliquer les phénomènes. Là où la technologie est muette, le bouddhisme possède les réponses

et offre une issue au développement futur de cette science. L'enseignement bouddhiste permet enfin, d'aider les hommes à réfléchir sérieusement à certains problèmes. Ainsi :

1. L'homme a pu aller sur la lune grâce à la technologie, mais la technologie peut-elle nous aider à aller sur « le monde de la joie extrême » ?

La lune est un monde matériel, le monde de la joie extrême est spirituel, son accès est imminent mais seul, notre esprit en possède la clé.

2. La médecine d'aujourd'hui permet la greffe de certains organes, mais peut-on déplacer le cerveau ? Peut-on déplacer les pensées ?

Le bouddhisme pense que le corps humain est formé par les quatre éléments et les cinq skandhas. Il en résulte « le faux moi » formé d'un enchaînement de causes et conditions et qui subit donc la vieillesse, les maladies et la mort. Mais la vraie vie, elle, est éternelle ; c'est pourquoi, certains organes peuvent être greffés, mais la vie n'est pas substituable.

3. La médecine peut modifier la durée de vie de quelqu'un, mais peut-elle changer sa destinée ?

Pour le bouddhisme, la vie dépend de la force du Karma ; la destinée d'un homme dépend de ses bons ou mauvais karmas, il suffit de poser de bons actes pour changer sa destinée.

Le bouddhisme humaniste pense que le Dharma doit pouvoir harmoniser le passé et le présent et surtout que les enseignements bouddhiste et mondain doivent agir ensemble. Le bouddhisme, en plus d'aider les scientifiques à découvrir les domaines spirituels, a aussi éclairé les recherches de la psychologie contemporaine.

De nos jours, la psychologie étudie la vie spirituelle de l'homme, elle prend source dans la médecine, la philosophie, les sciences, la religion, l'éducation, la sociologie ... pour être ensuite appliquée à d'autres études et d'autres entreprises. Dans la société d'aujourd'hui, dans quelque domaine que ce soit : éducatif, industriel, commercial, médical, militaire, judiciaire, politique, social, scientifique, artistique, sportif ..., on retrouve toujours une liaison avec la psychologie, c'est pourquoi son importance s'accroît de jour en jour.

La psychologie étudie les modes de comportement et l'aspect psychologique de la conscience. Les psychologues occidentaux peuvent faire des recherches sur les différentes étapes du développement du caractère de l'être humain et les causes cachées de ses actes, mais ils ne peuvent les changer. Par contre, le bouddhisme, a non seulement une compréhension suffisante de la psychologie de l'homme, mais propose de plus, les moyens de sa guérison. Comme il est dit dans le *sutra de l'ornement fleuri* : « il faut comprendre que les trois mondes n'existent qu'avec le cœur, de même que les douze chaînons de la coproduction conditionnelle, la vie et la mort viennent de notre cœur. Si le cœur est éteint, il n'y a plus de vie ni de mort ». Le bouddhisme analyse « le cœur » à plusieurs niveaux, utilisant de nombreux exemples pour l'expliquer, puis il nous apprend à le retrouver, le positionner, le purifier. On peut voir ainsi que la psychologie du bouddhisme dépasse largement celle de l'Occident.

Le bouddhisme est la science, enrichie des raisonnements philosophiques. Il attache une grande importance à l'éducation, assortie de raison et de sagesse. Il pense que les connaissances mondaines peuvent élargir la vision de l'homme, mais que, sans la compréhension juste, l'homme peut voir son intelligence se

pervertir. Non seulement, cette perversion peut lui nuire, mais, plus grave encore, elle peut être désastreuse pour l'humanité. C'est pourquoi, pour le bouddhisme, la Vérité et elle seule, doit être le guide suprême en ce monde.

L'apprentissage du bouddhisme commence par l'écoute, car on peut obtenir la sagesse de la Vérité en écoutant le juste dharma. Ci-dessous, sont cités divers procédés concernant « l'écoute » afin d'aider les pratiquants débutants à obtenir une écoute juste :

1. **Ecouter les sutras et le Dharma** : Ecouter le Dharma est le premier pas pour entrer dans la Voie. Pratiquement toutes les vertus sont obtenues par l'écoute du Dharma.
2. **Beaucoup lire** : En dehors de lire les ouvrages des sages et étudier les trois Canons du bouddhisme, il faut encore s'intéresser aux œuvres des grands maîtres de tous les temps.
3. **Beaucoup écouter** : Pour apprendre le bouddhisme, il faut beaucoup écouter et apprendre, il faut pouvoir dire « les Dharmas sont innombrables, j'émetts le vœu de les étudier tous ».
4. **Ne pas avoir peur de la Vacuité** : La nature originelle de tous les phénomènes est « Vacuité », c'est grâce à la Vacuité qu'on peut établir l'Avoir. En acquérant une connaissance exacte de la vérité de la coproduction conditionnelle, on n'aura plus peur de la Vacuité, et c'est là, la grande sagesse.
5. **Savoir distinguer les bonnes paroles** : ne pas savoir distinguer les bonnes paroles n'est pas l'Homme, il ne peut alors, comprendre le Dharma.
6. **Bien réfléchir après avoir compris** : Il faut écouter avec le cœur, et ne jamais cesser de réfléchir.
7. **Etre attentif aux raisonnements justes** : Il faut avoir une écoute attentive, intelligente, exhaustive, bénéfique.

8. **Ecouter juste et penser juste** : Dans le bouddhisme, on peut atteindre le Samadhi par « l'écoute, la réflexion, la pratique » ; il faut donc écouter le juste dharma et y penser sans cesse.
9. **Etre optimiste et rationnel** : Le bouddhiste qui a compris les notions de la causalité et de la coproduction conditionnelle, a un caractère optimiste et une intelligence rationnelle.
10. **Acquérir simultanément la vertu et la sagesse** : « Acquérir la vertu et non la sagesse, c'est comme un éléphant caparaçonné d'ornements ; acquérir la sagesse et non la vertu, c'est comme un Arhat dont le bol d'aumône resterait vide ». D'où, dans les sutras, l'expression « Faire refuge auprès de Bouddha, l'Etre suprême doublement parfait », puisque seul, Bouddha, possède à la fois Vertu et Sagesse totales.
11. **Savoir parler et débattre** : Apprendre à dire souvent les bonnes paroles.
12. **Propager le dharma** : La propagation du dharma peut être bénéfique pour soi-même et pour les autres.
13. **Faire tourner la Roue du Dharma** : Organiser souvent des exposés de lectures bouddhistes, aider à imprimer des livres bouddhistes.
14. **Fréquenter les lieux de culte** : Choisir le lieu de culte approprié et fréquenter les personnes susceptibles de te faire progresser dans ton apprentissage du Dharma.
15. **Bien distinguer le bon du mauvais** : Ne pas s'attacher à l'« Avoir/Ne pas avoir », mais bien distinguer le bien du mal.

Il est dit dans les sutras : « J'ai les joies-dharma, je ne veux pas des joies mondaines ». Et « Dharma » est en fait « Vérité ». La joie qu'apporte la Vérité est vraiment éternelle. Quelles sont donc les joies du dharma ? *Les cinq préceptes, les dix bons actes*

sont des joies-dharma, *les six Paramitas, les quatre Samgrahas* sont des joies-dharma, *les quatre Apramanas* sont des joies-dharma, *la Causalité* est une joie-dharma, *l'Avoir, la Vacuité, la Voie médiane* sont des joies-dharma. Si le cœur est rempli de joies-dharma, il restera indifférent aux cinq désirs, aux six gunas, et à tous les phénomènes mondains. En tout lieu, on se sentira libre et insouciant, partout on trouvera la terre pure. C'est uniquement en embarquant sur la barque des joies-dharma que nous pourrons traverser la mer houleuse de la vie et la mort pour atteindre l'autre rive, là où tout est « permanent, heureux, personnel et pur ».

3. L'application de la Sagesse :

*Le comportement dans la vie quotidienne,
l'application de la Sagesse humaniste*

Il est dit dans *le traité de l'éveil de la foi du Mahayana* que le cœur de l'homme détient l'ouverture de deux portes : « la porte de la Vérité inconditionnée » et « la porte de la naissance et de la disparition », et aussi que l'essence, l'image et l'utilité du cœur sont immenses, d'où les expressions « grande essence, grande image, grande utilité ». « L'essence, l'image, l'utilité » sont inséparables, l'esprit et la signification de l'essence doivent être subtilement utilisés en fonction des circonstances, des conditions et des convenances pour bien faire ressortir leur valeur.

La sagesse Prajna est notre « porte de la Vérité inconditionnée ». Le Prajna, ce n'est pas conter monts et merveilles : il doit être appliqué dans le comportement quotidien pour devenir utilisation de la Sagesse humaine. Sur le Mont des vautours, Bouddha montra la fleur et Mahakashyapa sourit. Cette communion entre le maître et le disciple a permis au Chan de devenir une lumière illuminant

le monde. Les cinq bhiksus s'étaient mis d'accord pour ignorer Bouddha après son Eveil mais, quand ils l'ont vu, ils ont été impressionnés par sa prestance et n'ont pu s'empêcher de lui faire allégeance et de le suivre à nouveau. C'est ainsi que le premier Sangha a été formé. Le comportement de Bouddha est *l'application de la sagesse humaine*.

Un jour, Maître Tanxu, de la pagode Zhanshan dans la province de Shandong, présentait l'encens devant la statue de Bouddha. Survenu à cet instant, un disciple fut profondément ému par la dignité du maître et offrit une somme très importante pour construire la pagode Zhanshan. Dans l'école Chan, tous les travaux quotidiens des maîtres, que se soit l'abattage des arbres, le bêchage des rizières, le broyage du riz ou le balayage du sol, sont du Chan. De même, boire, manger, s'habiller, travailler, faire l'Alm procession, regarder, parler, rester silencieux... chaque mouvement, chaque silence, comporte le merveilleux esprit Chan et toutes les conditions d'illumination. Là encore est présente, *l'application de la sagesse humaniste*.

A l'intérieur des pagodes, il est dit : « marcher comme le vent, se tenir debout comme le pin, être assis comme la cloche, couché comme l'arc », il faut veiller à son attitude dans chaque mouvement, de même qu'il faut se mettre en rang pour entrer dans le hall ou dans le réfectoire. Partout, il faut suivre les règles, partout il faut apprendre. La plupart des gens peut penser : « Nous sommes adultes, ne savons-nous pas marcher ? Ne sait-on pas comment manger ? » C'est parce qu'ils ne comprennent pas la raison du règlement des pagodes. Les pagodes sont hors du monde. Dans les pagodes, chaque acte, chaque mouvement représente la pratique, il y incorpore un merveilleux état libérateur. C'est pourquoi, quand on entre dans une pagode, on remarque que, en vérité, on ne sait

pas marcher, on ne sait pas manger. Le corps et le cœur subissent toute sorte d'attaches, les habitudes accumulées depuis des années, ont vraiment besoin d'être éliminées. En mangeant, le bol doit être tenu tel « le dragon tenant la perle », les baguettes prenant les mets, telles le phœnix baissant la tête. En marchant, il faut rester en ligne telles les cigognes en vol, le corps doit être immobile comme si on portait un pot d'huile sur la tête et la marche demeurer stable. Dans les pagodes, tous les événements sont de la pratique, tous les phénomènes sont des dharmas ! Il y a une stance qui peut exprimer tous ces règlements :

*Les sons qui dictent le nom de Bouddha ressemblent
au ruissellement de l'eau,
La récitation des sutras en marchant est telle les
cigognes en vol ;
Les mains se joignent devant la poitrine comme
pour porter un bol d'eau,
Le corps se tient comme avec un bol d'huile posé
sur la tête ;
Regarder devant et faire attention à l'arrière, se
déplacer à pas légers,
Promener le regard de gauche à droite avec les
yeux demi ouverts ;
Si l'harmonie des mouvements est toujours ainsi,
Pourquoi avoir peur de ne pouvoir faire refuge aux
trois Joyaux ?*

Le bouddhisme parle de « trois mille attitudes et quatre-vingts mille actes précis ». L'idée directrice est de cultiver l'extraordinaire dignité humaine. Jadis, le bhikshu Asvajit a converti Sariputra grâce à sa prestance, et c'est devenu une « histoire qui finit bien » pour très longtemps. C'est pourquoi, se composer une bonne image est non seulement une condition nécessaire au savoir-vivre, mais peut,

également être une méthode subtile pour éveiller les autres. C'est pourquoi les pagodes traditionnelles du Chan mettent l'accent sur le règlement. Non seulement, il existe des certificats de profession de foi solennelle, personnels à chaque moine bouddhiste mais le Sangha possède aussi ses règles propres, « pures ». Ces règles comportent des articles sur l'organisation des pagodes Chan et d'autres régulant la vie quotidienne des ordonnés. C'est le règlement que les pagodes Chan imposent pour codifier la marche, les stations debout, assise et couchée et que les moines doivent respecter. C'est un peu semblable aux « règlements de copropriété » d'aujourd'hui. Ce sont des modèles guidant la pratique quotidienne des ordonnés et définissant la marche à suivre pour l'organisation et l'exercice du Sangha. C'est pourquoi « les règles pures (qing-gui) » sont le standard du Sangha parfait.

A l'époque, le Maître-Chan Baizhang a instauré pour l'Ecole Chan, « les règles pures Baizhang », permettant au Sangha chinois d'aller vers une vie réglementée et justifiée. C'est ainsi que l'édifice des quarante-huit postes, avec chacun son responsable, permet un fonctionnement organisé et classifié. Le maître a également défini les différents comportements du pratiquant, les modèles à suivre pour les actes de la vie quotidienne, poussant ainsi les ordonnés à garder une certaine dignité, un cœur discipliné, un comportement bienséant. Il définit aussi le statut du Supérieur de la pagode, celui qui a la charge de diriger les autres dans leur pratique et d'organiser la répartition des tâches dans la pagode. C'est ainsi que fut créée la réglementation des pagodes Chan.

Les règles pures des pagodes instaurent une courtoisie mesurée, la vie dans les pagodes est harmonie ordonnée. Les pagodes Chan font apparaître l'esquisse idéale de la société parfaite dont rêvent les confucianistes chinois. C'est pourquoi, chaque fois que l'on

admire le prestige du Sangha, on ne peut s'empêcher de penser que « la courtoisie se perd dans le reste du monde ! ».

Pour bien implanter les règlements de la pagode et appliquer le dharma humaniste, j'ai fait construire spécialement à Foguangshan, le large, clair et propre réfectoire Yunzulow, pour permettre à tous les disciples ordonnés, laïcs et visiteurs de prendre les repas ensemble. Chaque jour à l'heure des repas, des milliers de personnes, étudiants, ordonnés, laïcs, se présentent en rangs. Les visiteurs en sont souvent impressionnés et émus, on voit bien par là que la dignité peut aussi « éveiller » les gens.

A l'intérieur de l'école bouddhiste, les paroles, le silence, les mouvements, les temps de repos sont sereins, tout est conforme et approprié. Les comportements sociaux - les actes, les paroles, les pensées - sont des règles de courtoisie de la vie. Des règles de courtoisie adéquates peuvent aussi devenir des enseignements sans paroles. Durant la dynastie Tang, le grand écrivain Hanyu rendit visite au Maître-Chan Dadian qui était en cours de méditation assise. L'apprenti, voyant que Hanyu s'impatientait, s'approcha du maître et lui dit à l'oreille : « éveiller d'abord l'attention avec la concentration, puis enseigner avec la sagesse », c'est-à-dire : « Maître, votre méditation a touché le cœur de Hanyu, maintenant vous devez lui parler dharma avec sagesse ». En entendant ces deux phrases, Hanyu fut très content et dit : « Heureusement que j'ai pu avoir des nouvelles par la bouche de l'apprenti ».

« Eveiller d'abord l'attention avec la concentration, puis ensuite, enseigner avec la sagesse » est une application de la sagesse humaniste. De même « éduquer le jeune fugueur nocturne en lui offrant son épaule » de Maître Xianya ou « l'orchidée n'a pas été cultivée à cause de la colère » de Maître JinDai, « tuer un pour en

sauver cent » de Bouddha, l'infraction aux préceptes de Madame Mallika, « être le beau-fils de quelqu'un » de Maître Yixiu, « brûler les statues de Bouddha » de Maître Danxia, « apprendre aux gens à voler le cœur » de Maître Shiwu etc., tous ces adages sont des applications de la sagesse humaniste.

En outre, sous plusieurs dynasties, de nombreux moines ont réussi à influencer les empereurs par leur prestige et sont ainsi devenus des protecteurs du bouddhisme. Par exemple, le Maître-Chan Weizheng du Mont Zhongnan, a expliqué l'histoire de « Avalokitesvara Bodhisattva apparu à l'intérieur de la coquille » à l'empereur Tangzenzhong et lui a ainsi ouvert la voie du bouddhisme. Le grand Maître Buddhasimha a civilisé les deux frères tyrans Shihu et Shilei, sauvant ainsi d'innombrables vies. Shihu et Shilei l'ont accepté comme leur maître et lui ont souvent demandé conseil. Le disciple du Buddhasimha, Maître Daoan, a persuadé Fujian de mettre fin à la guerre. Le grand Maître Xuanzang de la dynastie Tang, tout en travaillant à ses traductions, accompagnait souvent l'empereur pour le conseiller. A sa mort, l'empereur ordonna trois jours de deuil en disant : « j'ai perdu un des trésors de ce Pays ! » ; on peut ainsi réaliser le respect qu'éprouvait la cour impériale envers Maître Xuanzang.

Le premier patriarche Chan, Bodhidharma, quand il est arrivé en Chine, a eu une conversation avec l'empereur Liangwudi : « Qui est devant moi? », « sans mérites », leur rencontre fut difficile et Bodhidharma dut se réfugier au temple Shaolin mais cette conversation a, par la suite, confirmé que « le champ de vertu du dharma mondain n'est pas parfait, seule la nature du bonheur virtuel du dharma transcendant l'est », idée force du bouddhisme chinois. On peut voir par là que, s'agissant de tous les dharmas, il suffit qu'ils soient subtils, appropriés, conformes

à la raison et appliqués au bon moment, pour être tous des fondements de la sagesse du bouddhisme humaniste.

En ce qui me concerne, je ne possède pas la sagesse de nos grands maîtres mais, ayant eu la chance de suivre les enseignements complets du Chan et du Vinaya dans les pagodes de Zhaoshan, Jixia, Baohuashan et aussi dans la pagode Tianning de Changzhou, j'ai pu acquérir la dignité nécessaire pour un ordonné. Le vieux Maître Ruoshun, qui était le Karma-dana à Baohuashan, le vénérable Zhuochen de la pagode Chan Jinshan, ont été mes maîtres directeurs. En outre, les vénérables Renshan, Rongzhai, Zhifong, m'ont tous donné de nombreux conseils sur le dharma, de même que bon nombre de lettrés, issus des collègues bouddhistes de Minnan ou Lingdong. Sous leur férule, j'ai appris et assimilé bien des comportements requis par le bouddhisme. C'est pourquoi, jusqu'à maintenant, j'ai gardé l'habitude de marcher bien droit, le regard bien fixé devant moi et de m'asseoir sur le bord du siège. « Les quatre élégances » du bouddhisme ont ainsi pénétré d'une manière naturelle dans ma vie et il m'a été permis de les appliquer dans tous mes mouvements et actes en société.

Dans ma conception et dans mon esprit, je n'ai jamais cessé de réfléchir à la manière d'utiliser les méthodes d'enseignement modernes pour faciliter la propagation du bouddhisme, sans pour autant enfreindre les principes d'enseignement du bouddhisme traditionnel. C'est ainsi que j'ai organisé des chorales de chant bouddhiste et enregistré des disques de chansons bouddhistes accompagnées de jeux de lumière. J'ai ouvert des écoles pour enfants, créé des associations d'étudiants et des groupes de propagation du dharma, produit des émissions de télévision bouddhistes, organisé des parades durant les fêtes de Bouddha ... J'ai aussi utilisé toute sorte de manières différentes telles « les classes de chant », « les

lectures chantées », « les chœurs d'hymnes », « la voix du genre humain », pour propager le dharma et aussi pour attirer des disciples issus des différents niveaux sociaux . J'ai même organisé des cérémonies d'offrande et de présentation durant les lectures en espérant obtenir « étude et pratique simultanées ».

J'ai également fait construire « les grottes de la Terre Pure », pour présenter les merveilleuses scènes du « monde de la joie suprême » décrit dans l'*Amitabha sutra*, pour pouvoir unir le bouddhisme et les arts. Partant d'une salle d'exposition des œuvres bouddhistes, j'ai étendu mon action à des dizaines de musées d'art Foguangyuen, d'une part pour exhiber la beauté de l'art bouddhiste, et d'autre part, pour encourager nos amis du monde des arts à se rapprocher du bouddhisme.

Je sais qu'en raison de la propagation de notre foi, le bouddhisme d'aujourd'hui ne se limite plus aux seuls lieux de culte. Néanmoins, les pagodes restent toujours le sanctuaire spirituel de la foi. La pagode est le lieu de rassemblement du Sangha, l'endroit où propager le Dharma, l'écrin où déposer les statues des bouddhas. C'est en ayant les pagodes qu'on a les trois joyaux : Bouddha, Dharma, Sangha et que le bouddhisme est ce qu'il est. C'est depuis les pagodes qu'on peut enseigner et propager le juste dharma.

On peut dire que la pagode est le sanctuaire du bouddhisme, le centre de la foi, le lieu où les disciples reposent leur cœur. La construction de la pagode assure la propagation du dharma pour les besoins de tous. En dehors de la propagation du Dharma, la majesté des bâtiments, la sérénité de l'ambiance, la douceur des hymnes, la compassion dans les enseignements, permettent aux composants du tissu social extérieur de pouvoir, dans les moments d'occupation intense, dans les moments difficiles et de désarroi,

trouver la force de redémarrer. Ceci, grâce à la méditation à la pagode, à la participation aux diverses activités ou tout simplement en contemplant les statues de bouddhas, en réfléchissant devant elles. C'est pourquoi je compare les pagodes à des stations d'essence, à des supermarchés de l'âme, des écoles de sagesse et de lumière. Elles sont aussi le lieu de rassemblement des amis bienveillants, et plus encore, l'endroit idéal pour oublier ses soucis.

Pour que les structures des bâtiments puissent répondre à la nécessité de la propagation du dharma d'aujourd'hui, j'ai élargi les uniques halls de cérémonies d'antan, en leur adjoignant auditoriums, salles de séminaires, salles de classe, salles de repentance, salles de conversation, bibliothèques, salles de projection, salles d'expositions, musées, cafétérias, boutiques de souvenirs, parkings, et même des laboratoires de recherche et des salles de classe informatisées ...

Pour nous adapter aux turbulences de la vie moderne, j'ai commencé à créer des écoles bouddhistes urbaines, puis l'école bouddhiste télévisée à travers l'émission « le satellite du monde », ainsi que l'école bouddhiste en ligne et les cours à distance. J'ai apporté des améliorations aux règlements des pagodes, comme de retarder l'heure du service du matin, modifier le contenu des services, chanter la chanson « hommage aux trois Joyaux » avant le début des réunions, réciter les quatre stances avant les repas et aussi, réduire la durée de pratique des trois refuges et des cinq préceptes, grouper tous les services du « hall intérieur du service Eau et Terre » durant la journée etc.

Pour exploiter au mieux les capacités de notre équipement informatique et aussi pour améliorer les méthodes de propagation du Dharma, je m'efforce d'utiliser un langage que les hommes actuels puissent comprendre afin de rendre le dharma accessible à

tous et combler ainsi le fossé subsistant entre le bouddhisme et la vie quotidienne :

C'est ainsi que je transpose comme suit, les six harmonies de révérence :

1. **l'harmonie en vision permet la même compréhension devient** : « Dans le domaine spirituel, établir la compréhension réciproque ».
2. **l'harmonie en discipline permet la pratique d'ensemble** : « Dans le domaine légal, tous sont égaux ».
3. **l'harmonie en intérêt permet le partage égal** : « Dans le domaine économique, partager équitablement ».
4. **l'harmonie en pensée apporte la joie commune** : « Dans le domaine mental, les pensées concordent (sont en concordance) ».
5. **l'harmonie en paroles permet la non dispute** : « Dans le domaine du langage, vivre harmonieusement et sans dispute ».
6. **l'harmonie en comportement permet la cohabitation** : « Dans le domaine comportemental, ne pas envahir l'espace d'autrui ».

Pour « les dix grands vœux de Samantabhadra Bodhisattva », la transposition s'établit ainsi :

1. **Respecter tous les bouddhas** : respecter toute personnalité.
2. **Complimenter Bouddha** : savoir pratiquer l'éloge en paroles.
3. **Pratiquer le Dana d'une manière étendue** : donner avec le cœur.
4. **Se repentir des mauvais karmas** : améliorer tout son comportement.

5. **Cultiver les mérites avec plaisir** : aider matériellement les bonnes actions.
6. **Faire tourner la roue du Dharma** : œuvrer à la propagation du Dharma.
7. **Demander aux bouddhas de rester** : protéger les sages.
8. **Suivre continuellement les enseignements de Bouddha** : suivre les chemins de la vérité.
9. **Se rallier à la volonté de tous les êtres vivants** : respecter l'opinion du peuple.
10. **léguer les mérites reçus** : tendre vers le mérite parfait.

Pour « se réfugier auprès des trois joyaux » et « se soumettre aux cinq préceptes », j'ai utilisé les formulations suivantes :

Se réfugier auprès des trois joyaux :

1. **Bouddha est comme la lumière** ; se réfugier auprès de Bouddha, c'est allumer la lumière en son cœur, créer pour soi-même une centrale d'énergie.
2. **Dharma est comme l'eau** ; se réfugier auprès du Dharma, c'est capter, sans l'épuiser, l'eau du dharma, créer pour soi-même une fontaine.
3. **Sangha est comme une rizière** ; se réfugier auprès du Sangha, c'est cultiver les fruits de Bodhi, créer pour soi-même une terre fertile.

Se soumettre aux cinq préceptes :

1. **Ne pas tuer**, c'est-à-dire ne pas envahir la vie des autres. Ne pas tuer et de plus, protéger la vie, pour obtenir naturellement la longévité.
2. **Ne pas voler**, c'est ne pas s'approprier les biens des autres ; ne pas voler, et en plus savoir donner, alors naturellement, on obtient la richesse.

3. **Ne pas se mal conduire sexuellement**, c'est ne pas s'attaquer à l'honneur et l'intégrité d'autrui ; ne pas se mal conduire et en plus respecter autrui, naturellement on obtient alors l'harmonie.
4. **Ne pas mentir**, c'est ne pas trahir la confiance des autres ; ne pas mentir, et en plus respecter sa parole, on obtient ainsi naturellement la bonne réputation.
5. **Ne pas s'adonner à la drogue**, c'est ne pas attenter à sa raison. Mener, de plus une vie normale et, naturellement, on obtient la bonne santé.

La plupart des gens pense que le bouddhisme parle souvent du *Dana* (charité). Comme si, pratiquer le bouddhisme signifierait qu'il faut tout donner aux autres ; en ce cas, quel est l'intérêt pour soi-même ? C'est pour corriger cette idée que, dans les « Commentaires sur l'intérêt des six Paramitas pour soi-même et pour autrui », j'ai souligné les points suivants :

1. *Dana* (charité) permet de récolter dix fois ce que l'on sème et de corriger toute tendance à l'avarice.
2. *Sila* (pratique des préceptes) permet de purifier les trois karmas et de corriger un éventuel penchant vers la malveillance.
3. *Ksanti* (patience) permet d'apporter tout bénéfice à l'autre et à soi-même et de corriger nos pulsions haineuses.
4. *Virya* (persévérance) permet de réussir toute entreprise et de corriger nos habitudes de paresse.
5. *Dhyâna* (méditation et concentration) permet de réguler notre corps et notre esprit et de discipliner nos pensées vagabondes.
6. *Prajna* (sagesse) permet de prendre conscience de la vacuité, d'acquérir l'insouciance et de corriger nos croyances fausses.

Et aussi :

1. Le Dana est-il pour les autres ou pour soi-même ? En apparence c'est pour les autres, en réalité, c'est pour soi-même. Le Dana peut guérir « l'avidité et l'avarice », ce qui est un moyen de s'enrichir.
2. Le Sila, est-ce l'emprisonnement ou la liberté ? En apparence, c'est l'emprisonnement, en réalité, c'est une garantie de liberté. Le Sila peut nous éviter « l'infraction », c'est donc un chemin de sécurité.
3. Le Ksanti, est-ce une perte ou un gain ? En apparence, c'est une perte, en réalité, c'est un gain. Le Ksanti peut adoucir « les pulsions coléreuses », c'est une leçon du savoir-vivre.
4. Le Virya est-il joie ou peine ? En apparence c'est pénible, en réalité, c'est une joie. Le Virya peut guérir la paresse, c'est une voie vers la réussite.
5. Le Dhyâna est-il passif ou actif ? En apparence, il est passif, en réalité, il est actif. Le Dhyâna aide à contrôler « le vagabondage des idées », c'est la voie de l'insouciance.
6. Le Prajna s'obtient-il par l'extérieur ou par l'intérieur ? En apparence, il vient de l'extérieur, en réalité, on l'obtient de l'intérieur. Le Prajna peut guérir « l'ignorance », c'est la voie de la raison.

Les sutras bouddhistes ont souvent été retranscrits en vers : les grands maîtres utilisaient fréquemment des tercets ou des quatrains pour exprimer le contenu des sutras. Ces petits poèmes sont simples et faciles à retenir, ils ressemblent aux Si-Ge (chants poétiques) chinois, faciles à réciter. C'est pourquoi, j'ai imité les vieux maîtres et utilisé des bouts rimés pour décrire le dharma. Ainsi, les dix disciples de Bouddha avaient chacun un pouvoir particulier et je les ai décrits ainsi:

*La sagesse de Sariputra, le pouvoir surnaturel de
Maudgalyayana, la parole facile de Purna.
L'assimilation de la vacuité de Subhuti, les prin-
cipes fondamentaux de Mahakatyayana, la
discipline de Mahakasyapa.
L'œil divin d'Aniruddha, le maintien des précep-
tes d'Upali
L'immense connaissance d'Ananda, l'ésotérisme
de Rahula.*

J'ai également écrit ce quatrain pour définir les caractéristiques
des huit écoles bouddhistes :

*Esotérique : riche, Chan : pauvre, Jintu : commode ;
Conscience Unique : compliqué, Les trois Traités :
vide ;
Huayan : classique, Vinaya : la bonne conduite ;
Tiantai : les doctrines structurées.*

Jadis, les maîtres utilisaient la division en trois catégories
pour expliquer les sutras. Pour ma part, j'ai utilisé les quatre
phrases suivantes pour expliquer sommairement le *Sutra de
Diamant* :

*Cultiver le cœur par le non attachement,
Eduquer les hommes avec l'impersonnalité,
Pratiquer le Dana sans l'attachement (sans image
du donateur, du receveur, de l'objet donné),
Atteindre l'Illumination sans rien obtenir.*

J'ai aussi composé des tableaux pour expliquer le *traité de
l'éveil de la foi du Mahayana*, ou le *Sutra du cœur*, pour aider les
lecteurs à saisir du premier coup d'œil les points importants.

Nombreux sont ceux qui étudient le bouddhisme depuis plusieurs années, sans parvenir à comprendre clairement comment le bouddhisme chinois s'est développé durant plus deux mille ans. J'ai donc classifié ces deux mille ans d'histoire, depuis l'arrivée du bouddhisme en Chine, jusqu'à la dynastie Qing-Han. Je l'ai divisé en six périodes, avec, pour conclusion, la venue du bouddhisme humaniste. Ces six périodes sont :

1. Le période de traduction des sutras (les dynasties Qin, Han, Wei, Jin)
2. Le période de la création des huit écoles (les dynasties Shui, Chen, Li, Tang)
3. Le période des querelles entre Chan et Jintu (les Cinq Dynasties, Zhao, Song)
4. Le période de l'arrivée de l'Esotérique à la Cour (les dynasties Yuan, Ming)
5. Le période de la pratique des cultes (la dynastie Qing, la Démocratie)
6. Le période du bouddhisme humaniste (seconde moitié du vingtième siècle).

Le bouddhisme est une éducation destinée à ouvrir l'esprit et parfois il suffit d'entendre une phrase qui correspond à notre pensée, pour susciter un immense intérêt. Durant mes voyages à travers le monde, souvent les gens me demandent une phrase ou un mot, espérant par là, recevoir un peu d'aide dans leur vie. Bien que parfois les programmes soient chargés, je fais toujours mon possible pour les satisfaire. Ainsi, depuis des années, de nombreux aphorismes que j'ai énoncés selon les circonstances, continuent à circuler entre les disciples :

- Je suis Bouddha
- Etre bon envers les gens
- On a besoin de moi
- Etre d'entière bonne volonté
- Ne jamais se dérober
- Il y a trois cents ans dans une vie
- Changer mutuellement nos positions
- Cultiver sa marque
- Le travail est nourriture
- Si on veut solliciter l'aumône, il faut solliciter le cœur
- Le refus doit ménager une autre solution
- Une dispute ne doit durer qu'un temps
- Un muscle doit être vivant
- Il y a le moment de l'éternel repos
- Il faut se battre, sans se mettre en colère
- Mieux vaut créer l'affinité que la haine
- La colère ne peut résoudre les problèmes
- Seul l'argent utilisé est sien
- Dire plus souvent « oui » que « non »
- Couvrir le monde de joie
- Si dharma il y a, solution il y aura
- La patience est la force
- L'émotion est le cœur de Bouddha
- Les maladies sont de bons remèdes
- Le handicap est aussi une beauté
- La pauvreté (la sécheresse du cœur) est aussi un crime
- Il faut être le bienfaiteur des bienfaiteurs
- C'est en servant les autres qu'on montre sa valeur
- On est toujours son propre Bon Samaritain
- Le lieu de culte est la station service de la vie

- Mieux vaut être inutile qu'ignorant
- Il faut toujours penser : que puis-je faire pour les autres ?
- Il faut toujours avoir la gratitude, il faut toujours penser que c'est ainsi
- Il faut savoir vivre en contemplant tout, sans rien omettre
- Les paroles doivent ressembler aux rayons de soleil, aux fleurs, à l'eau pure
- Etre riche est avoir bon karma, savoir utiliser l'argent est sagesse
- Aider les autres, ne pas sombrer ensemble
- Il ne faut pas compter sur Amitabha pour nous aider à payer nos dettes
- On peut ne pas croire au bouddhisme, mais on ne peut pas ne pas croire à la causalité
- On peut tout perdre, mais pas la compassion
- Si on croit au Bouddha, on peut remplacer l'acte de prosternation par « pratiquer la voie du Bouddha »
- Il faut orner avec la sagesse, et ne pas construire avec l'or et l'argent
- Tout est à moi et rien n'est à moi
- La réussite est à la mesure de notre cœur
- L'homme ne meurt pas : la vie et la mort ne sont que des changements périodiques
- Même si le monde est rempli de boue, il suffit que je reste un pur nénuphar
- Ne fais pas l'otarie : tous ses efforts ne servent qu'à obtenir un petit poisson
- Il faut être raisonnable sans toujours parler raison ; c'est en étant raisonnable qu'on peut s'adapter à toute circonstance

- C'est toi qui es juste, moi je suis dans l'erreur, c'est toi le grand et moi le petit, c'est toi qui possèdes et non moi, c'est toi l'heureux et moi le malheureux
- Apporter aux autres la confiance, apporter aux autres la joie, apporter aux autres l'espérance, apporter aux autres l'aisance
- Il est facile de gérer les finances, les projets, les gens, le plus difficile est de gérer son cœur
- Apprendre le bouddhisme ne veut pas dire savoir souffrir, la souffrance n'est pas le but, elle n'est que la condition de l'amélioration
- Etre réprimandé, ce n'est pas la fin du monde, mais le début de l'espérance
- Les critiques, les diffamations ne veulent pas dire que nous ne sommes pas bons, ce ne sont peut-être que des encouragements des autres

Le Dharma ressemble à un phare, il nous montre la direction de la vie afin que nous ne nous perdions pas au milieu de la mer immense. Car avec le Dharma, nous pouvons ouvrir les sages visions du Prajna. Le Prajna est comme la lumière dans une salle obscure qui peut dissiper l'ignorance de notre cœur, éliminer la notion de différence entre les autres et moi, rendre notre cœur indifférent face aux joies et souffrances du monde extérieur, et de là, nous permettre de changer nos sentiments mondains en compassion pour tous les êtres vivants. Comme il est dit dans le *Sutra des huit réalisations des grands Bodhisattvas* : « Il faut souvent savoir se contenter, être satisfait dans la pauvreté, ne pas perdre la voie, et considérer la sagesse comme primordiale. » L'usage du Prajna peut purifier notre pensée et transcender notre vertu. Avec la vacuité de la sagesse Prajna, la souffrance et la joie sont une, la propreté et la saleté sont une, on

peut vivre également insouciant, dans la pauvreté comme dans la richesse, avoir ou ne pas avoir est égal. Surtout, on peut utiliser la sagesse Prajna pour en bénéficier soi-même et en outre, l'étendre à la compassion pour autrui : « *quelles que soient les formes d'êtres concevables et qui sont conçus, je dois tous les mener au Nirvana, à ce Royaume du Nirvana qui ne laisse rien derrière lui.* » C'est là, la meilleure manière de développer l'application du Prajna.

4. **La perfection de la Sagesse :**

*L'unité et la coexistence,
la perfection de la Sagesse humaniste*

L'homme est un animal grégaire. Personne ne peut vivre seul, à l'écart des autres et, comme il est dit : « à la maison, on a besoin de ses parents, dehors, on a besoin de ses amis ». En dehors de nos amis et connaissances, bon nombre de gens dans la société nous sont plus ou moins rattachés, car notre existence a besoin de leur aide. C'est ainsi qu'on a besoin des tisserands pour avoir du linge, des paysans pour cultiver le riz, des chauffeurs pour conduire les voitures. De même pour les routes sur lesquelles nous marchons : en existe-t-il une qui n'aurait pas été construite par des ouvriers ? Laquelle des tuiles de la maison où nous vivons n'a pas été posée par les couvreurs ? Dans les pays que nous visitons, quel site d'accueil touristique n'a pas été aménagé par d'autres ? Et ainsi de suite ... Nous avons tous besoin des autres pour vivre : si nous nous retirons de la société, nous ne pourrions pas survivre.

Les hommes doivent s'entraider, l'homme a besoin que toutes les conditions soient remplies pour exister. L'affinité est la chose la plus merveilleuse du monde : A l'époque, la vérité que Bouddha a découverte sous l'arbre Bodhi, est la loi de la coproduction conditionnelle. Le monde existe grâce à la réunion des conditions ;

du néant peuvent se former des objets et, avec l'arrivée de bonnes conditions, la malchance peut tourner en bien. Dans l'univers, tous les phénomènes sont interdépendants ; entre les hommes, existe aussi la relation de « l'unité et la coexistence ». C'est pourquoi, nous devons comprendre l'importance de « l'unité et la coexistence ». Nous devons vivre ensemble harmonieusement pour avoir la paix dans le monde et la joie en chacun de nous. Celui qui comprend l'unité et la coexistence possède la sagesse ; « l'unité et la coexistence » est en fait « la perfection de la sagesse humaniste ».

« L'unité » inclut l'égalité et la tolérance. Par exemple, le corps humain possède des yeux, des oreilles, un nez, une langue, des bras, des jambes ... Ils sont tous différents mais ils sont tous une partie du corps. Il y a différents pays, peuples et régions sur terre, mais ils dépendent tous de la terre pour pouvoir exister. Nous pouvons faire la différence entre homme/femme, âgé/jeune, fort/faible, intelligent/retardé, mais tous sont des corps formés par la coproduction conditionnelle. Bien que les apparences soient toutes différentes, la pure nature de Bouddha est partout et pour tous, la même.

« La coexistence » inclut la compassion et l'harmonie. Tous les êtres vivants sont interdépendants. Il existe une fable dans un des sutras, qui raconte comment un aveugle, un boiteux et un muet se sont entraînés pour s'échapper de la maison en flammes. Pour être une réussite, une pièce de théâtre à besoin, non seulement de premiers rôles, mais encore d'un parfait accord entre eux et les acteurs de second plan. La société au sein de laquelle nous vivons, a également besoin de la participation des hommes de toutes les professions pour créer un ensemble harmonieux où coexister en paix.

« L'unité » est une vision d'égalité, « la coexistence » est une vision de compassion. C'est grâce à la compassion qu'on peut accepter l'autre, c'est grâce à l'harmonie qu'on peut cohabiter. La caractéristique principale du bouddhisme est cet esprit d'égalité. Bouddha créa le Sangha pour détruire l'inégalité des quatre classes de la société indienne de l'époque, en énonçant cette vision d'égalité : « les cent cours d'eau prennent le même goût salé en arrivant à la mer ; les quatre classes prennent le même nom de famille en entrant dans les Ordres ». Bouddha à son éveil, a dit « tous les êtres vivants possèdent la nature de sagesse et de vertu de Tathagata ». Pour montrer l'esprit d'unité et d'égalité entre le cœur, les bouddhas et les êtres vivants, il proposait : « l'égalité entre les bouddhas et les hommes », « l'égalité entre les sages et les mondains », « l'égalité entre le signifiant et le signifié », « l'égalité entre les autres et moi ». Il est le vrai chantre de « l'unité et la coexistence » et de « la compassion et l'égalité ».

L'importance de « l'unité et la coexistence » se démontre par de nombreux exemples puisés dans la vie : Dans le corps, les yeux, les oreilles, le nez, la langue, le cœur ont chacun leur fonction propre, mais ils doivent collaborer et c'est en utilisant correctement les six sens qu'on acquiert une santé parfaite.

La terre où nous vivons est un grand univers dans l'espace ; notre corps lui, est un petit univers mais le grand et le petit univers sont étroitement reliés. Une phrase que nous prononçons peut être envoyée dans le monde entier par la voie des ondes ; un souffle peut devenir une tempête. On peut penser que, n'étant qu'une fragile personne, nous n'avons aucune influence sur ce monde : « La terre, l'espace sont si vastes ! Pourquoi m'y intéresser ? » Et pourtant l'épidémie de grippe aviaire qui a effrayé le monde entier, n'a commencé que par un petit animal qui s'est enrhumé et c'est

parce que le corps humain n'est pas suffisamment protégé, qu'il a subi l'épidémie. Ainsi, on peut comprendre que le monde n'est pas limité par les frontières, nous formons tous un grand corps, vivant dans « l'unité et la coexistence ».

Les arbres poussent naturellement pour former les forêts. Sur les sommets des montagnes, à plusieurs milliers de mètres d'altitude, tous les arbres s'élancent vers le ciel, ils ne se rejettent pas l'un l'autre, ils grandissent ensemble, ils s'épanouissent ensemble. Tous les cours d'eau, rivières et fleuves se jettent dans la mer qui les accueille tous, c'est pour cela qu'elle est immense. C'est encore comme les lumières : une lampe s'allume, puis une deuxième, une troisième, et puis une quatrième, une cinquième, et ainsi de suite, elles s'éclairent l'une l'autre, sans se jalouser. Tels tous les dharmas qui nous dirigent tous vers la voie; tel le raisonnement de « l'unité et la coexistence ».

Dans le monde animal, les poissons (les soles), les oiseaux (les inséparables) vivent toujours en couples harmonieux que les hommes envient. De même, un lion et un chien peuvent cohabiter, un chat et un chien peuvent aussi vivre en paix. Dans le monde, il n'y a pas d'ennemis héréditaires mais, en raison d'habitudes différentes, certains préfèrent habiter sur les montagnes, d'autres dans les plaines ; certains préfèrent les grottes, d'autres, le fond de l'océan et, bien que les cactus poussent dans les déserts, ils peuvent aussi donner de magnifiques fleurs multicolores. Tous coexistent ensemble au sein de la nature. Dieu aime la vie et son mérite est de nourrir la vie.

Depuis toujours, les hommes préfèrent vivre au bord de l'eau, mais les grandes plaines ne les rebutent pas. Auparavant, au bord de la mer ou au bord des fleuves, les terres étaient fertiles, les peuples qui y vivaient étaient privilégiés. Mais la récente découverte du

pétrole dans les déserts a permis à ses habitants de s'enrichir à leur tour.

Jadis, certains étaient d'esprit étroit : A cause d'un quelconque différend historique, les membres de deux familles ennemies ne se mariaient pas. Par exemple, durant la dynastie Song, le chancelier Qinhui a volontairement causé la mort du général Yuefei. Depuis, les deux familles Qin et Yue sont devenues ennemies. Dans la ville de Lugang, de la province Zhanghua à Taiwan, les familles Shi et Zheng ne s'unissaient pas, à cause des rancunes entre Zhengchenggong et Shilang. Le fait que les personnes se haïssent à cause de leur nom de famille est artificiel, mais l'inverse l'est aussi. En réalité, nous devons comprendre que le sentiment n'est pas quelque chose qui peut être détruit, ou engendré, par un simple nom de famille.

Dans l'histoire, le mariage entre deux souverains de Pays différents était un événement important. C'est ainsi que Wangzhaojun a épousé le chef Mongol, renforçant ainsi les relations entre la Chine et la Mongolie. La princesse Wencheng est allée se marier au Tibet ... Ces événements sont sources de belles histoires pour les peuples, la politique et les religions. De même que, de nos jours, les mariages mixtes entre orientaux et occidentaux sont courants. C'est d'ailleurs la raison pour laquelle les habitants des deux parties de la Chine finiront par former un seul peuple.

La Chine est un pays multi ethnique : les Hans, les Manchous, les Mongols, les Huis, les Tibétains ... y cohabitent et « l'harmonie des cinq races » est en fait « l'unité et la coexistence ». Aux Etats-Unis, les immigrants sont nombreux, on y trouve toutes les races : elles y vivent en bonne entente. L'ONU réunit les représentants de tous les peuples autour des tables de conférence, apaisant ainsi

nombre de conflits internationaux, n'est-ce pas là, la preuve de la valeur de « l'unité et la coexistence » ?

Cependant, il faut aussi permettre aux différents peuples de mener leur propre existence ; c'est ce qu'on nomme « la diversité dans l'unité ». Il ne faut pas vouloir absolument les fusionner pour imposer « l'unité et la coexistence ». Chacun a sa manière de vivre. Ainsi, les scientifiques, les laboratoires, utilisent des sources différentes et pourtant travaillent ensemble. Un grand immeuble a besoin de différents matériaux pour être bâti. Le vent souffle et rafraîchit tout le monde, le soleil éclaire et réchauffe chacun de nous, nous voyageons à travers les montagnes et les fleuves. Il est dit : « l'harmonie entraîne la vie ; la discorde, la mort ». C'est pourquoi, dans le monde actuel, chacun propose « la cohabitation et la copropriété » pour atteindre « le partage des mérites et la coexistence ».

Dans le bouddhisme, Sakyamuni Bouddha a commencé à briser les différences entre classes sociales indiennes, en donnant aux ordonnés le même nom de famille. Pour les Sangha, Bouddha proposa « des Sangha aux six harmonies » et les disciples suivaient les règles et cohabitaient harmonieusement. En plus, il s'occupait spécialement des jeunes ordonnés, il s'intéressait aux groupes minoritaires. Au début, au Sravasti, il n'existait pas d'endroits dévolus à l'hygiène des Bhikshuni. Bouddha a donc construit des salles de bain, avec l'aide des disciples. Pour faciliter les Alm-processions, il organisait de grandes conférences pour expliquer au peuple les relations entre « le Dana matériel et le Dana du dharma ».

Bouddha l'a dit à maintes reprises : Tout ce qui appartient à ce monde, est formé par « les quatre éléments » et « les cinq skandhas », c'est pourquoi nous disons de nos jours « il y a de moi

dans toi, et de toi dans moi », c'est effectivement sur cet esprit d'harmonie que le bouddhisme humaniste insiste le plus. Quel que soit le pays ou la région, le bouddhisme ne pense qu'aux services, au respect, aux aides, à l'équanimité, le but étant d'apprendre à tout le monde à se respecter et à coexister.

Considérons les magnifiques vestiges subsistant en Chine, au Japon et en Corée : Lequel n'a pas été bâti par les disciples bouddhistes ? Aujourd'hui, nous développons le bouddhisme humaniste, nous encourageons les relations amicales, grâce au même langage, nous arrivons à trouver la même foi et même si nous ne nous comprenons pas toujours, nous nous efforçons de nous respecter les uns les autres. Nous nous entraïdons, nous déployons notre amitié ; nous apprenons des langues étrangères pour communiquer. Nous organisons différents séminaires et échangeons nos cultures, permettant ainsi la compréhension et la tolérance réciproques. Nous organisons diverses activités accessibles à tous, tel le creuset de la fonderie qui fusionne tout en une seule matière.

La terre est notre demeure commune. A travers les réunions, les œuvres de charité, nous nous entraïdons. Ainsi, depuis des années, Foguangshan a aménagé des terrains sur la côte d'or australienne, dans les Iles Hawaï, dans le Deer Park de New-York ... dans le but de créer des lieux de retraite et des orphelinats. Dans plusieurs régions touristiques du monde, nous proposons aussi des hébergements pour nos disciples. Pour les soins aux personnes âgées en difficulté, nous avons l'hôpital Yunshui. Pour les jeunes gens qui ont des problèmes financiers pour poursuivre leurs études, nous offrons des bourses d'études universitaires, secondaires et primaires. Nous aidons à inscrire les jeunes enfants en maternelle et organisons des formations pour les jeunes scouts.

Nous avons aussi créé de nombreuses entreprises sociales dans lesquelles les disciples peuvent travailler, afin que tout le monde puisse œuvrer ensemble, vivre ensemble.

Surtout, depuis plusieurs années, la BLIA n'a cessé de développer des activités de charité régulières, pour des pays ou régions pauvres ou économiquement sous développés. Nous mettons principalement l'accent sur la construction des logements, la distribution de produits alimentaires, les soins médicaux et l'éducation, nous les aidons à améliorer leur niveau de vie. Pour les pays ayant un meilleur développement social, nous organisons des ventes publiques de charité, des visites médicales gratuites, des dons de sang ... et aussi des visites dans les maisons de retraite, les orphelinats, les centres d'éducatons et les centres d'enseignement spécialisés ... Par exemple :

Après la révolution culturelle, l'économie de la Chine avait sombré dans le sous-développement. La BLIA venait justement d'être créée à cette époque. Grâce à l'intermédiaire du vice-président de la BLIA, Monsieur Yenkuangu, nous avons créé plus d'une cinquantaine d'écoles primaires dans les provinces de Guangdong, Jiangxi, Sichuan ... pour permettre aux jeunes enfants de poursuivre leurs études, et en même temps « l'hôpital Foguang » pour résoudre les problèmes de santé dans certaines régions rurales.

Nous avons encore créé le « Centre de réconfort Amitabha » au Malawi, en Afrique, tout spécialement pour accueillir des enfants en bas âge qui ont perdu leurs parents et nous occuper de leur éducation et de leur santé. C'est ainsi que nous essayons de résoudre une partie des problèmes sociaux de ce Pays.

Au Brésil, nous avons le « Projet d'aide des enfants de Tathagata » pour aider les enfants des quartiers pauvres à suivre l'école

et aussi à apprendre un métier, afin qu'ils ne deviennent pas dealers à cause de leurs besoins financiers ou mères célibataires.

Au Paraguay, nous avons construit le « Pont Foguang » pour améliorer les conditions de communication, l'hôpital « Foguang Kangning », sino-paraguayen, pour soigner gratuitement les personnes pauvres de la cité. Le « Projet d'assistance aux enfants prématurés » fourni des couveuses, le projet « Non à la famine » fournit des machines pour extraire le lait de soja destiné aux régions pauvres. Nous organisons également des campagnes de dons de produits alimentaires, de fauteuils roulants, d'aide aux personnes handicapées etc.

Depuis une dizaine d'années, la BLIA s'efforce de mener toutes sortes d'actions charitables pour aider les gens et la société à suivre la voie de Bouddha, par le Dana. Face aux catastrophes naturelles, les membres de Foguang sont toujours, sans exception, en première ligne. Ainsi, suite au grand tremblement de terre survenu à Taiwan le 21 septembre 1999, Foguangshan et la BLIA, en dehors des aides immédiates tels les besoins en matériels funéraires, ont établi quatorze centres de « Jardin Foguang – station de service spirituel » pour aider les sinistrés à retrouver courage et à sortir des ténèbres du désastre, grâce au Dharma. En même temps, Foguang a offert des maisons préfabriquées, construit le « Village Foguang » à Yongping et aidé à reconstruire une dizaine d'écoles, le tout pour un montant de vingt millions de dollars.

En 2001, après l'attentat terroriste 911 aux Etats-Unis, nous avons établi le Quartier général de l'aide à New-York. Tous les membres de la BLIA du monde entier, ont participé à cette action, tous les lieux de culte Foguang ont organisé des services religieux pour les victimes. Durant cette époque, je suis allé moi-même

aux Etats-Unis, j'ai organisé plusieurs séminaires avec les autres chefs religieux, des lectures bouddhistes, des concerts d'hymnes bouddhistes, des cérémonies de trois refuges et cinq préceptes, des conférences de presse, des séminaires de formation au leadership pour les dirigeants de Foguang, et j'ai participé moi-même à la cérémonie religieuse devant les ruines des tours jumelles, dans le but d'aider les gens traumatisés et inquiets pour leur sécurité, en leur prodiguant des encouragements et un soutien spirituel.

De même, lors de la grande sécheresse en Papouasie-Nouvelle Guinée en 1997, par l'intermédiaire du sénateur Shenzhihui et du représentant guinéen des Affaires économiques à Taiwan, M. Caiminglung, le centre d'aide d'urgence de la BLIA en Australie, a tout de suite envoyé l'équivalent de trente mille dollars de produits alimentaires pour aider les sinistrés dans leurs premiers besoins.

Le 28 février 2000, l'éruption du volcan Mayon, aux Philippines, a causé un des désastres les plus graves du siècle. La BLIA philippine a tout de suite organisé « le Centre d'aide aux victimes du volcan Mayon » pour porter secours et apporter des aides matérielles. Les trois mille familles de sinistrés ont reçu chacune, une aide équivalant à quatre cents dollars philippins.

Le 26 décembre 2004, le tremblement de terre le plus violent jamais enregistré dans le monde, a eu lieu au large de l'île indonésienne de Sumatra et a provoqué un tsunami, causant ainsi un bilan catastrophique en termes de pertes humaines et dégâts matériels. Foguangshan et la BLIA se sont immédiatement mobilisés et ont organisé différentes campagnes dans toutes les BLIA du monde, rejoignant ainsi les équipes de l'ONU et des Affaires étrangères des autres pays.

Le 29 août 2005, l'ouragan Katrina a frappé les côtes de la Nouvelle-Orléans aux Etats-Unis et a plongé la Louisiane et la

Nouvelle-Orléans dans la désolation. Foguangshan et la BLIA ont lancé la campagne « l'Ouragan apporte des dégâts, Foguang apporte l'amour ». La BLIA a envoyé immédiatement cent mille dollars et demandé à tous les membres Foguang des Etats-Unis d'apporter leur aide aux administrations locales.

Ce ne sont là que quelques exemples. En fait, depuis plus de quinze ans, la BLIA s'efforce de suivre l'idée : « le monde n'est qu'une famille », espérant que chacun pourra avoir un cœur aussi large que le monde du dharma, que tous s'entraideront, qu'ils comprendront l'importance de la notion « l'unité et la coexistence » et qu'ils émettront le vœu d'être « un habitant de la terre ».

Dans le bouddhisme, beaucoup de théories sont imprégnées de la pensée de « l'unité et la coexistence ». Ainsi, dans « les dix idées philosophiques et les six apparences » de l'école Huayuan, la vision du monde de Dharma est un monde parfait où « les autres et moi ne sont qu'un, et le monde de Dharma est parfait ». Parmi les pensées du *Sutra de Lotus : une pensée contient trois mille mondes, les mille qualités des cent royaumes, les trois royaumes - matériel, existentiel, spirituel - , la théorie des natures, la perfection des deux doctrines ...* permettent de comprendre les théories de base du Sutra et de savoir alors que tous les êtres vivants des dix royaumes possèdent le même Cœur qui contient tous les dharmas : tous les dharmas se trouvent en fait dans notre cœur.

Le bouddhisme propose l'égalité et le sens exact de l'égalité est « un ne diffère pas de beaucoup ». La plupart des gens veulent avoir *beaucoup* et détestent posséder *peu*. De ce fait, ils comparent, se mesurent, créent des karmas, et le monde en est alors sans cesse perturbé. En réalité, du point de vue bouddhiste, un est beaucoup, beaucoup est un, la nature et l'apparence fusionnent, car tous les phénomènes sont interdépendants, ils sont uniques et

coexistent ; chaque phénomène est relié à tous les autres. Ainsi, le monde d'aujourd'hui propose la paix, mais pour avoir la paix, il faut d'abord exercer l'égalité, le grand doit respecter le petit, le plus doit respecter le moins, le puissant doit respecter le faible, le riche doit respecter le pauvre, le supérieur doit respecter le subalterne, alors seulement on pourra obtenir la paix.

Les bodhisattvas bouddhistes ont compris que « le Prajna » est la mère de tous les bouddhas. La « coproduction conditionnelle » est l'image réelle de tous les dharmas ; « les trois dharma-sceaux » sont les vérités de la vie dans l'univers ; « les quatre éléments ne sont pas réels », « les cinq skandhas sont vides », sont des caractéristiques fondamentales de la vie ; « l'unité et la coexistence » sont les règles de l'univers. C'est parce qu'on comprend la règle juste et véritable de « la voie médiane » qu'on assimile « la non-dualité entre la vacuité et l'avoir », ce qui rend possible l'application des pensées transcendantes, aux affaires mondaines.

La plupart des gens veulent savoir si le destin existe. En réalité, le destin est « causes et conditions ». Telle cause, assortie de telles conditions, entraîne tel effet. Le bon ou le mauvais de l'effet constituent, en fait, la trame du destin. C'est pourquoi nous devons cultiver de bonnes conditions et, si les autres nous en donnent des bonnes, nous devons, nous aussi, leur en rendre des bonnes. L'interdépendance des conditions est « l'unité et la coexistence ».

L'esprit de « l'unité et la coexistence » est vaste, il représente l'harmonie du royaume de dharma, l'unité entre l'autre et moi. Le bouddhisme humaniste met l'accent sur « l'unité et la coexistence » et « l'accomplissement de toutes les conditions », car tous les phénomènes sont produits après que toutes les conditions ont été remplies : aucun phénomène de ce monde ne peut exister seul. Non seulement, tout ce dont nous avons besoin dans la vie

quotidienne vient du travail des autres et sans eux, l'individu ne peut survivre, mais encore l'homme et la nature sont également étroitement liés. De nos jours, se produisent souvent des tremblements de terre, des tsunamis, des tempêtes ... A première vue, ce sont des désastres naturels mais en réalité, c'est parce que les hommes détruisent leur environnement que la nature se venge. Par exemple, les forêts tropicales brésiliennes de l'Amérique du Sud sont très importantes pour la survie de l'homme car elles peuvent assainir l'air et régulariser la température de la terre entière. Pourtant, en dépit de l'intervention financière de l'ONU pour empêcher l'abattage des arbres, ces forêts diminuent de jour en jour. La Nouvelle-Orléans a perdu des dizaines de milliers de vies, suite à l'ouragan Katrina : Une des raisons indirectes de cette tempête, réside dans l'exploitation exagérée et l'assèchement des régions marécageuses.

Le plus grand danger que court le monde d'aujourd'hui est du au fait que l'homme s'est habitué à considérer la nature comme sa propriété privée. Il se l'approprie ou la détruit au gré de ses caprices. Ce faisant, il limite son avenir et prépare sa propre destruction. Tous les objets de l'univers sont interdépendants et coexistent, c'est pourquoi le bouddhisme parle de « l'unité et la coexistence », du « Dana ». En vérité, c'est la grande vision de l'unité et la coexistence entre l'objet et moi. Mon avoir, je peux le partager avec les autres, ma sagesse, je ne dois pas la garder pour moi seul ; tout ce que je possède, je ne dois pas en jouir seul, je dois le partager avec ceux qui en ont besoin.

Si le bouddhisme dit qu'il faut savoir « apprécier son bonheur », c'est justement à cause de la compréhension de « l'unité et la coexistence », car c'est uniquement en appréciant les ressources que la nature nous a offertes, que nous pourrions vivre en paix

sur la terre. Le bouddhisme parle de « causes et conditions », il pense que tous les êtres vivants sont œuvres de la coproduction conditionnelle, et il utilise les notions de compassion, de l'unité et de la coexistence pour encourager des entreprises d'intérêt général. Le pays et la société sont formés grâce à toutes sortes de conditions, ils sont réalisés grâce aux efforts communs des citoyens. En comprenant cette théorie, l'homme doit rejeter les notions de « sélection naturelle », de « raison du plus fort » qui appartiennent au passé et utiliser la vision d'égalité pour considérer tous les êtres vivants. Quels que soient les projets d'intérêt général, du plus grand tel celui de la paix dans le monde ou des programmes éducatifs, au plus petit tel celui de la construction d'une route ou d'un pont, ou même celui d'offrir des lumières, des boissons, des félicitations et des encouragements, il faut que tout le monde y coopère, selon sa force et ses capacités.

On peut dire que, dans le monde actuel, seule la Vérité du bouddhisme peut protéger l'environnement naturel. Seule, la merveilleuse sagesse du bouddhisme peut sauver le monde des dangers qu'il court. Seule, la notion d'Égalité du bouddhisme, peut supprimer l'attachement de l'homme. Seule, la pensée de « l'unité et la coexistence » du bouddhisme peut donner vie à l'univers. Seule, la compassion bouddhiste peut diminuer le karma engendré par la sauvagerie des hommes. Seul, l'enseignement de la complémentarité entre l'acte et la raison, peut ouvrir les esprits bornés. Comme il est dit dans le *Sutra du Diamant* : « Le dharma est égal, il n'y a pas de différence entre le fort et le faible ». Il faut une intelligence parfaite comprenant l'égalité entre l'avoir et la vacuité, entre le signifiant et la signifié, entre l'homme et Bouddha, pour pouvoir englober l'univers. Comme il est dit dans le *Lankavatara Sutra* : « Tous les êtres vivants nous ressemblent ».

Il faut se munir de la compréhension de « l'unité et la coexistence » pour exercer la grande compassion.

L'homme est un animal grégaire : que ce soit la nourriture, l'habillement, le logement ou le déplacement, tout ce qui nous est nécessaire, est produit simultanément par tous les autres et, surtout à l'époque actuelle, tellement marquée par l'informatisation, personne ne peut quitter les autres pour vivre seul. Il y a plus de deux mille ans, Bouddha a déjà enseigné à ses disciples, la politesse du savoir vivre : être modeste et respectueux ; savoir l'ordre ; ne pas dire de commérages ; être attentif ; suivre les enseignements du maître ... De longues années ont passé, pourtant ces paroles restent touchantes et bénéfiques encore de nos jours.

Il est regrettable qu'à l'heure actuelle, le monde soit encore rempli de guerres. La guerre tue toujours et si un jour, tous les autres sont morts, celui qui restera ne pourra quand même pas vivre seul. Il est dit : « Nuire aux autres, c'est se nuire à soi-même. Faire du bien aux autres, c'est s'en faire à soi-même ». Tout est lié par la loi de la causalité.

Un jour, dans le tribunal de l'enfer, le Yama dit au défunt qui se présentait : « Quand tu étais en vie, tu n'as cessé de tuer et de piller. Je te condamne à cent ans d'emprisonnement, après quoi, tu pourras retourner sur la terre ».

Puis, au mort suivant il dit : « Toi, tu ne savais que t'amuser et profiter des autres. Non seulement tu n'as pas respecté l'amour filial, mais tu as même été inutile à la société. Je te condamne à cinquante ans d'emprisonnement, ensuite, tu te réincarneras en homme ».

Enfin, vint le tour d'un ancien journaliste auquel il dit : « Toi, tu iras en enfer et jamais tu n'en sortiras ». Le journaliste protesta : « Les deux de tout à l'heure ont commis toutes sortes de crimes et ils

ne sont condamnés qu'à cinquante ou cent ans d'emprisonnement. Je ne suis qu'un journaliste, je n'ai pas volé, je n'ai pas tué, pourquoi dois-je aller en enfer pour l'éternité ? »

Le Yama répondit : « Parce que les reportages que tu as faits, ont porté atteinte aux gens, et ils continuent à nuire au monde. Par contre, les crimes de ces deux-là n'ont duré qu'une vie. Peut-être, un jour, l'influence des tes œuvres aura-t-elle disparu, tu pourras alors, avoir la chance de te réincarner ! »

Il ne faut pas croire que nous ne sommes pas responsables de ce que nous faisons. Chaque chose, si petite soit-elle, obéit à la loi de la causalité, seule la coexistence est bénéfique. Je pense que toutes les vies de ce monde, qu'elles soient dans l'eau, en l'air ou sur terre, quelles que soient leur forme ou leur origine, ont la même destinée, la même existence. Comme il est dit dans le *Sutra du Diamant* : « Quel que soit le nombre d'êtres dans l'univers des êtres - en incluant dans le terme "êtres", ceux qui sont nés d'un œuf, ceux qui sont nés d'une matrice, ceux qui sont nés de la moisissure ou ceux qui sont nés miraculeusement, avec forme ou sans forme, avec perception ou sans perception, avec ni perception ni non-perception - quelles que soient les formes d'êtres concevables qui sont conçues, je dois mener tous ces êtres au Nirvana, à ce Royaume du Nirvana qui ne laisse rien derrière. » Nous devons considérer tous les êtres vivants comme nos six sens qui ne peuvent se passer d'un seul d'entre eux. C'est ainsi que nous serons compatissants, uniques et coexistants.

Quand j'ai créé l'Association Internationale Foguang (BLIA), je l'ai définie comme une association à but social, prônant l'égalité de tous. Au sein de la BLIA, tous les membres, sans distinction de pays d'origine, de race, de genre, de position sociale, unissent leurs mains pour œuvrer ensemble à la propagation du Dharma, car pour

nous, chaque membre est un citoyen de la terre. Depuis quinze ans, se sont succédés cinq Présidents généraux, sept mille cinq cents conseillers, sept mille cinq cent présidents, vice-présidents et secrétaires. Parmi eux, dans certaines sous-associations, la fille est présidente, la mère est vice-présidente, le père est secrétaire. Avec un tel esprit d'égalité, nous approfondissons notre foi et harmonisons nos relations.

Le but de notre adhésion à une religion, est de chasser l'égoïsme et de nourrir l'esprit d'assistance. L'égoïsme ne peut que rendre notre cœur plus étroit, notre vision plus courte. Nous devons ouvrir notre cœur et élargir notre vision. Le monde où nous vivons est un monde unique et de coexistence, chacun de nous y vit en dépendant des autres. Comme dans l'espace, le soleil, la lune et les étoiles, qu'ils soient très ou peu lumineux, s'éclairent l'un l'autre ; les montagnes, qu'elles soient hautes ou basses, s'enchaînent à l'infini ; les animaux, qu'ils soient ou non de même race, vivent en communautés. En fait, l'univers est un exemple parfait de « l'unité et la coexistence ». Chacun, en ce monde, doit porter assistance à tous, user de compassion pour protéger cette grande famille et considérer tous les êtres vivants sur un pied d'égalité. Si chacun de nous est conscient que nous sommes un même être, vivant sur une même terre, si chacun de nous peut abandonner son égoïsme, s'entraider l'un l'autre, respecter le droit à l'existence de l'autre, créer l'esprit d'égalité grâce à la notion d'« unité », propager l'esprit de bienveillance, de compassion, de joie et d'équanimité grâce à la notion de « coexistence », alors et alors seulement, la terre où nous vivons deviendra un terre pure, remplie de joie et de paix. Et l'accomplissement de ce but idéal demande que tout le monde possède la sagesse de Prajna.

Les lectures de ces trois jours montrent que les trois Etudes -

Discipline, Concentration, Sagesse – sont des ressources que les apprentis bouddhistes ne peuvent négliger. Dans presque tous les Sutras et Sâstras, on insiste sur l'importance de ces trois Etudes. Tous les patriarches et grands maîtres encouragent, eux aussi ce dharma :

Dans le *Samyuktagama Sutra*, il est dit : « Parfaire les trois Etudes est le juste agissement des bhikshus » ; dans le *Sutra de la Grande Assemblée* : « Discipline ! Concentration et Sagesse sont de suprêmes Dharanis, ils peuvent purifier les trois karmas, ils sont aimés par tous les pratiquants » ; dans le *Sutra du Jingyin Dharma - sentences énoncées par le Bodhisattva Haihui* : « Les dharmas que les bouddhas protègent, les trois karmas, sont tous purs, de même que les trois pures études. Ils purifient la bonté et apportent la sagesse de libération ».

Le Vénérable Daoan disait : « Les enseignements de Bouddha comportent trois parties, la Discipline, le Dhyâna, la Sagesse. Ces trois matières sont les étapes sur le chemin, les points de passage de la frontière. La discipline est l'épée qui anéantit les trois poisons, la concentration est l'arme qui vient à bout du vagabondage des pensées, la sagesse est le médecin qui prescrit les remèdes salvateurs ». Le Vénérable Kumarajiva disait aussi : « La discipline peut vaincre les soucis, les affaiblir ; le Dhyâna peut retenir les soucis, comme ces rochers qui ralentissent le courant ; la sagesse peut éliminer les soucis, totalement et sans laisser de trace ».

Enfin, je voudrais résumer ainsi l'importance des trois études :

1. **Elles sont adaptées aux caractéristiques de l'homme** : Il est dit dans le sutra que l'homme possède trois caractéristiques que les autres êtres ne peuvent égaler : rechercher le bon comportement, être patient et courageux, posséder l'intelligence. Les trois études concordent avec ces trois caractéristiques, elles

sont donc le meilleur guide pour nous conduire vers la voie du Bouddha.

2. **Elles peuvent éteindre l'avidité, la colère et l'ignorance :**
L'avidité, la colère et l'ignorance sont les soucis de base des êtres vivants. A cause d'elles, se créent des illusions, se commettent des actes mauvais qui entraînent des réincarnations sans fin. C'est pour cette raison qu'on les nomme « les trois poisons ». Si nous respectons les préceptes, nous pourrions nourrir les habitudes de travail, d'économie, d'équanimité, de compassion et de Dana et ainsi, guérir la maladie de l'avarice. Quand la colère se lève, il faut l'apaiser par la concentration ; le dhyâna peut purifier notre pensée, nous pouvons alors, sans colère, faire face aux échecs. En se regardant soi-même avec la sagesse Prajna, nous pourrions changer les soucis en Bodhi. Pratiquer les trois Etudes est donc le meilleur remède pour extirper les trois poisons.
3. **Elles sont formulées dans le Tripitaka (les trois Canons) :**
Dans le Tripitaka, le Sutra-pitaka enseigne la Concentration ; le Vinaya-pitaka, la Discipline, l'Abhidharma-pitaka, la Sagesse. Pratiquer les trois Etudes, permet de réaliser les enseignements de Bouddha dans la pensée et de les appliquer dans la vie quotidienne.
4. **Elles recouvrent le Noble Sentier Octuple :** Le Noble Sentier Octuple est le recueil principal des Quatre Nobles Vérités : la Parole juste, l'Action juste, les Moyens d'existence justes, appartiennent à l'Etude de la Discipline. La Compréhension juste, la Pensée juste appartiennent à l'Etude de la Sagesse. L'attention juste, la concentration juste, appartiennent à l'Etude de la Concentration. L'Effort juste appartient aux trois

Etudes. Ainsi, suivre les trois Etudes c'est s'engager dans la voie de la libération.

5. **Elles correspondent aux six Paramitas** : Les six Paramitas regroupent les principales pratiques des bodhisattvas de la Mahayana : le Dana, le Sila, le Ksanti, le Virya sont des chapitres importants de l'étude de la Discipline ; le Dhyâna appartient à l'étude de la Concentration ; le Prajna appartient à l'étude de la Sagesse. Ainsi les trois Etudes sont des guides bénéfiques pour nous-mêmes et les autres, des barques qui nous emmènent tous vers l'autre rive du Nirvana.

En somme, les trois Etudes sont les matières de base pour pratiquer simultanément la vertu et la sagesse, la théorie et la pratique. C'est seulement en pratiquant assidûment les trois études que nous pourrions éliminer les trois poisons et obtenir ainsi une vie heureuse et parfaite. Aussi, en ce jour qui voit se célébrer la vingtième année de lectures bouddhistes au Coliseum de Hongkong, je vous souhaite à tous, que chacun puisse « faire des progrès avec les trois Etudes », et avec elles, parfaire la vertu et la sagesse.

Fo Guang Shan
International Translation Center

A propos de l'Auteur

Fondateur du Monastère bouddhiste Foguangshan (Buddha's Light Mountain) et de l'Association internationale Buddha's Light (B.L.I.A.), le Vénérable Maître Hsing-Yun a consacré sa vie à enseigner le Bouddhisme Humaniste dans le but d'apporter une nourriture spirituelle à notre vie quotidienne.

Maître Hsing-Yun est le 48ème Patriarche du Linji Chan School. Né en 1927 dans la Province de Jiangsu en Chine, il reçut la tonsure des mains du Vénérable Maître Zhikai, alors qu'il avait douze ans et devint moine novice au Qixia Vinaya Collège. Il prononça ses vœux définitifs en 1941, après plusieurs années de strict entraînement bouddhiste. Quand il a quitté Jiaoshan Buddhist Collège à l'âge de vingt ans, il comptait déjà presque dix années de vie monastique.

A cause de la guerre civile en Chine, Maître Hsing-Yun est arrivé à Taiwan en 1949 où il a pris conscience de la renaissance du Bouddhisme Mahayana chinois. C'est alors qu'il commença à réaliser son vœu de promouvoir le Dharma, en créant des chorales, des associations d'étudiants et de jeunes, et d'autres organisations à but civique, depuis le Leiyin Temple de Ilan, son lieu de base. Depuis la création du Monastère Fo-Guang-Shan à Kaohsiung en 1967, plus de deux cents temples ont été créés à travers le monde. Hsi Lai Temple, la torche symbolique de la propagation du Dharma vers l'Ouest, a été construit en 1988, dans les environs de Los Angeles.

Maître Hsing-Yun a conduit le Bouddhisme sur la voie de la modernisation en intégrant les valeurs bouddhistes dans les domaines de l'éducation, de la culture, des œuvres caritatives et de la pratique religieuse. Pour accomplir ce programme, il voyage à travers le monde en donnant des séminaires et en s'engageant activement dans le dialogue œcuménique. Il a, en outre, fondé à travers le monde, seize collèges bouddhistes et quatre universités, l'une d'elles étant l'« University of the West » à Rosemead, en Californie.

A propos de l'Édition Buddha's Light

Depuis qu'il est moine bouddhiste, le Vénérable maître Hsing Yun a toujours eu la ferme conviction que les livres et autres écrits traitant de l'enseignement du bouddhisme, contribuaient à nous unir émotionnellement, nous aidaient à élever notre niveau de pratique du bouddhisme et à changer, de façon durable, la conception que nous avons de notre propre vie.

En 1996, le Fo-Guang-Shan International Translation Center a été créé dans ce but. Ceci marqua le commencement d'une série de publications traduites en différentes langues à partir des œuvres du Maître, écrites à l'origine, en Chinois. Actuellement, plusieurs centres de traduction ont été installés à travers le monde. Les centres qui coordonnent des projets de traduction ou de publication sont localisés à Los Angeles et San Diego, (USA); à Sydney, (Australie); à Berlin, (Allemagne); en Argentine; en Afrique du Sud et au Japon.

En 2001, Buddha's Light Publishing a été créé pour publier des livres Bouddhistes traduits par le Fo-Guang-Shan International Translation Center, de même que d'autres ouvrages bouddhistes de premier plan. Buddha's Light Publishing est engagé à bâtir les ponts qui relient les communautés et cultures bouddhistes de l'Est à celles de l'Ouest. Toutes les recettes provenant de la vente de nos livres, servent à supporter les efforts de propagation de bouddhisme.

Fo Guang Shan
International Translation Center