

# *Entrer dans le courant*

UN GUIDE  
SUR LE PREMIER STADE  
DE L'ÉVEIL

*Thānissaro Bhikkhu*  
(*Geoffrey DeGraff*)

*Copyright 2015 Ṭhānissaro Bhikkhu*

L'œuvre est mise à disposition selon les termes de la licence publique Creative Commons Attribution – pas d'utilisation commerciale. Vous n'êtes pas autorisé à faire un usage commercial de cette œuvre, de tout ou partie du matériel la composant.

*Questions*

Pour toute question concernant ce livre, écrire à : The Abbot, Metta Forest Monastery, PO Box 1409, Valley Center, CA 92082, Etats-Unis.

*Ressources complémentaires*

D'autres enseignements et traductions de Ṭhānissaro Bhikkhu, écrits et oraux, peuvent être téléchargés sur les sites [dhammatalks.org](http://dhammatalks.org) et [accesstoinsight.org](http://accesstoinsight.org) selon différents formats.

Traduit de l'anglais par Claude Le Ninan,

en collaboration avec Ṭhānissaro Bhikkhu, Chantal Gariépy, Robert Gravenor,  
Chandhana Le Ninan et Lionel Neykov

*La domination exclusive sur la Terre,  
aller au paradis,  
la seigneurie sur tous les mondes :  
le fruit de l'entrée-dans-le-courant  
les surpasse tous. Dhp 178*

## *Sommaire*

### I : LA VOIE VERS L'ENTREE-DANS-LE-COURANT

Introduction

S'associer à des personnes intègres

Ecouter le *Dhamma* véritable

L'attention appropriée

Pratiquer en accord avec le *Dhamma*

### II : L'ENTREE-DANS-LE-COURANT ET SES RESULTATS

Introduction

L'apparition de l'Œil du *Dhamma*

Les trois entraves

Le caractère d'un-de-ceux-qui-sont-entrés-dans-le-courant

Les récompenses

Conseils

Glossaire

Abréviations

## PARTIE I

*La voie vers l'entrée-dans-le-courant*

*Le Canon pali reconnaît quatre niveaux d'Eveil, dont le premier est appelé l'entrée-dans-le-courant. Celui-ci tire son nom du fait qu'une personne qui a atteint ce niveau est entrée dans le « courant » qui s'écoule de façon inévitable vers le nibbāna. Elle est assurée de réaliser le plein Eveil en sept vies au maximum, et de ne pas renaître entretemps sur un des plans d'existence inférieurs.*

*Ce guide d'études sur l'entrée-dans-le-courant comporte deux parties. La première traite des pratiques qui conduisent à l'entrée-dans-le courant, la seconde de l'expérience de l'entrée-dans-le-courant et de ses résultats.*

*Les pratiques qui conduisent à l'entrée-dans-le-courant sont contenues dans quatre facteurs :*

s'associer à des personnes intègres est un facteur de l'entrée-dans-le-courant ;  
 écouter le *Dhamma* véritable est un facteur de l'entrée-dans-le-courant ;  
 l'attention appropriée est un facteur de l'entrée-dans-le-courant ;  
 pratiquer en accord avec le *Dhamma* est un facteur de l'entrée-dans-le-courant.  
 SN 55:5

*Ces facteurs forment le cadre de la première partie de ce guide d'études.*

*Le traitement de ces facteurs par le Canon touche des questions qui intéressent potentiellement tous les méditants, que leur pratique ait ou non pour but d'aller jusqu'à l'Eveil : comment peut-on reconnaître un enseignant/maître digne de confiance ? Comment peut-on distinguer le *Dhamma* véritable d'une contrefaçon du *Dhamma* ? Quelles sont les récompenses qui proviennent de l'écoute du *Dhamma* ? Quelles questions doit-on se poser au cours de la pratique ? Quel type de pratique peut-il être considéré comme étant en accord avec le *Dhamma* ? Quel type de qualités faut-il développer pour retirer le maximum de bénéfice de sa pratique ?*

*Pour que la pratique conduise à l'Éveil, il est nécessaire de développer des critères fiables qui permettent de répondre à ces questions. Le Bouddha offre un guidage préliminaire pour développer ces critères dans ses instructions au brahmane adolescent Kāpadika Bhāradvāja.*

Kāpadika Bhāradvāja : « Dans quelle mesure y a-t-il un éveil à la vérité ? Dans quelle mesure s'éveille-t-on à la vérité ? Nous interrogeons Maître Gotama à propos de la vérité. »

Le Bouddha : « Il y a le cas, Bhāradvāja, où un moine vit en dépendance d'un certain village ou bourg. Alors, un maître de foyer ou le fils d'un maître de foyer va vers lui et l'observe au regard de trois qualités mentales – les qualités qui reposent sur l'avidité, les qualités qui reposent sur l'aversion, les qualités qui reposent sur l'ignorance : 'Y a-t-il dans ce Vénérable l'une de ces qualités qui repose sur l'avidité, telle que, avec son esprit submergé par ces qualités, il pourrait dire : « Je sais, » alors qu'il ne sait pas, ou dire : « Je vois, » alors qu'il ne voit pas ; ou telle qu'il pourrait inciter une autre personne à agir d'une manière qui aboutirait à son mal et à sa douleur à long terme ?' Lorsqu'il observe ainsi, il en vient à savoir que : 'Il n'y a dans ce Vénérable aucune de ces qualités qui reposent sur l'avidité... Son comportement corporel et son comportement verbal sont ceux de quelqu'un qui n'est pas avide. Et le *Dhamma* qu'il enseigne est profond, difficile à voir, difficile à réaliser, tranquille, raffiné, au-delà de la portée de la conjecture, subtil, dont les sages font l'expérience. Ce *Dhamma* ne peut pas être facilement enseigné par une personne qui est avide.

« Quand, en observant que le moine est purifié en ce qui concerne les qualités qui reposent sur l'avidité, il l'observe ensuite en ce qui concerne les qualités qui reposent sur l'aversion... qui reposent sur l'illusion : 'Y a-t-il dans ce Vénérable l'une de ces qualités qui reposent sur l'illusion, telle que, avec son esprit submergé par ces qualités, il pourrait dire : « Je sais, » alors qu'il ne sait pas, ou dire : « Je vois, » alors qu'il ne voit pas ; ou telle qu'il pourrait inciter une autre personne à agir d'une manière qui aboutirait à son mal et à sa douleur à long terme ?' Lorsqu'il observe ainsi, il en vient à savoir que : 'Il n'y a dans ce Vénérable aucune de ces qualités qui reposent sur l'illusion... Son comportement corporel et son comportement verbal sont ceux de quelqu'un qui n'est pas dans l'illusion. Et le *Dhamma* qu'il enseigne est profond, difficile à voir, difficile à réaliser, tranquille, raffiné, au-delà de la portée de la

conjecture, subtil, dont les sages font l'expérience. Ce *Dhamma* ne peut pas être facilement enseigné par une personne qui est dans l'illusion.

« Quand il observe que le moine est purifié en ce qui concerne les qualités qui reposent sur l'illusion, il place sa conviction en lui. Avec l'apparition de la conviction, il lui rend visite et devient proche de lui. Devenant proche de lui, il prête l'oreille. Prêtant l'oreille, il entend le *Dhamma*. Entendant le *Dhamma*, il s'en souvient. S'en souvenant, il pénètre la signification de ces *dhamma*. Pénétrant la signification, il en vient à un accord en réfléchissant à ces *dhamma*. Un accord existant en réfléchissant à ces *dhamma*, le désir apparaît. Avec l'apparition du désir, il devient disposé. Etant disposé, il contemple [littéral : « pèse », « compare »]. Contemplant, il fait une exertion. S'exerçant, il réalise à la fois la signification ultime de la vérité avec son corps et voit en la pénétrant avec le discernement.

« Dans cette mesure, Bhāradvāja, il y a un éveil à la vérité. Dans cette mesure, on s'éveille à la vérité. Je décris ceci comme un éveil à la vérité. Mais ce n'est pas encore l'atteinte finale de la vérité. »

Kāpadika Bhāradvāja : « Oui, Maître Gotama, dans cette mesure il y a un éveil à la vérité. Dans cette mesure on s'éveille à la vérité. Nous considérons ceci comme un éveil à la vérité. Mais dans quelle mesure y a-t-il l'atteinte finale de la vérité ? Dans quelle mesure atteint-on finalement la vérité ? Nous interrogeons Maître Gotama au sujet de l'atteinte finale de la vérité. »

Le Bouddha : « La culture, le développement et la poursuite de ces mêmes qualités : dans cette mesure, Bhāradvāja, il y a l'atteinte finale de la vérité. Dans cette mesure, on atteint finalement la vérité. Je décris ceci comme l'atteinte finale de la vérité. » MN 95

## S'ASSOCIER A DES PERSONNES INTEGRES

« En ce qui concerne les facteurs extérieurs, je ne vois aucun autre facteur tel que l'amitié avec des personnes admirables qui fasse autant pour un moine qui s'entraîne, qui n'a pas atteint le but mais qui demeure résolu en ce qui concerne la sécurité insurpassée vis-à-vis de la servitude. Un moine qui est l'ami de personnes admirables abandonne ce qui est malhabile et développe ce qui est habile. »

Un moine qui est l'ami  
de personnes admirables

– qui est révérencieux, respectueux,  
 qui fait ce que ses amis conseillent –  
 avec *sati*, en attitude d’alerte,  
 atteint étape par étape  
 le terme de toutes les entraves. *Iti 17*

Alors qu’il était assis là, le Vénérable Ānanda dit au Béni : « C’est la moitié de la vie sainte, seigneur : avoir des personnes admirables comme amis, compagnons, et collègues. »

« Ne dis pas cela, Ānanda. Ne dis pas cela. Avoir des personnes admirables comme amis, compagnons, et collègues constitue en réalité la totalité de la vie sainte. Quand un moine a des personnes admirables comme amis, compagnons, et collègues, on peut s’attendre à ce qu’il développe et poursuive la Noble Octuple Voie.

« Et comment un moine qui a des personnes admirables comme amis, compagnons, et collègues développe-t-il et poursuit-il la Noble Octuple Voie ? Il y a le cas où un moine développe la Vue Juste, en dépendance de l’isolement, en dépendance de la dépassion, en dépendance de la cessation, résultant dans le lâcher prise. Il développe la Résolution Juste... la Parole Juste... l’Action Juste... les Moyens d’existence Justes... l’Effort Juste... *Sati* Juste... la Concentration Juste en dépendance de l’isolement... de la dépassion, de la cessation, résultant dans le lâcher prise. Voilà comment un moine qui a des personnes admirables comme amis, compagnons, et collègues développe et poursuit la Noble Octuple Voie.

« Et à travers cette ligne de raisonnement, on peut savoir comment avoir des personnes admirables comme amis, compagnons, et collègues constitue en réalité la totalité de la vie sainte : c’est en dépendance de moi en tant qu’ami admirable que des êtres sujets à la naissance se sont affranchis de la naissance, que des êtres sujets au vieillissement se sont affranchis du vieillissement, que des êtres sujets à la mort se sont affranchis de la mort, que des êtres sujets à la peine, à la lamentation, à la douleur, à la détresse, et au désespoir se sont affranchis de la peine, de la lamentation, de la douleur, de la détresse, et du désespoir. » *SN 45:2*

« Et que cela signifie-t-il, avoir des personnes admirables comme amis ? Il y a le cas où un laïc, quel que soit le bourg ou le village où il demeure, passe du temps avec des maîtres de foyer ou des fils de maîtres de foyer, jeunes ou vieux, qui sont avancés



en matière de vertu. Il parle avec eux, s'engage avec eux dans des discussions. Il émule la conviction consommée de ceux qui sont consommés en conviction, la vertu consommée de ceux qui sont consommés en vertu, la générosité consommée de ceux qui sont consommés en générosité, et le discernement consommé de ceux qui sont consommés en discernement. C'est ce qu'on appelle avoir des personnes admirables comme amis...

« Et que cela signifie-t-il, être consommé en conviction ? Il y a le cas où un Noble disciple a la conviction, est convaincu de l'Eveil du *Tathāgata* : 'En vérité, le Béni est digne et justement éveillé par lui-même, consommé en connaissance et en conduite, bien-allé, un expert en ce qui concerne le monde, inégalé en tant qu'entraîneur de ceux qui peuvent être domptés, le Maître des *deva* et des êtres humains, éveillé, béni.' C'est ce qu'on appelle être consommé en conviction.

« Et que cela signifie-t-il, être consommé en vertu ? Il y a le cas où un Noble disciple s'abstient d'ôter la vie, s'abstient de voler, s'abstient d'une conduite sexuelle illicite, s'abstient de mentir, s'abstient de prendre des produits intoxicants qui provoquent la négligence. C'est ce qu'on appelle être consommé en vertu.

« Et que cela signifie-t-il, être consommé en générosité ? Il y a le cas où un Noble disciple, sa conscience purifiée de la tache de l'avarice, vit au foyer, librement généreux, la main ouverte, se délectant d'être magnanime, réceptif aux requêtes, se délectant dans la distribution d'aumônes. C'est ce qu'on appelle être consommé en générosité.

« Et que cela signifie-t-il, être consommé en discernement ? Il y a le cas où un Noble disciple a le discernement, est doté du discernement de l'apparition et de la disparition – noble, pénétrant, qui conduit au terme juste du stress. C'est ce qu'on appelle être consommé en discernement. » *AN 8:54*

*On peut reconnaître les amis admirables à la fois à ce qu'ils disent et à ce qu'ils font.*

« Pour la personne qui transgresse une certaine chose, je vous le dis, il n'y a pas de mauvaise action qu'elle ne commettra pas. Quelle est cette certaine chose ? Ceci : dire un mensonge délibéré. »

La personne qui ment,  
 qui transgresse cette certaine chose,  
 transcendant sa préoccupation pour le monde au-delà :  
 il n'y a pas de mal  
 qu'elle ne puisse commettre. » *Iti 25*

« Un ami doté de ces trois qualités vaut la peine que l'on s'associe à lui. Quelles sont ces trois ? Il donne ce qui est difficile à donner, fait ce qui est difficile à faire, supporte ce qui est difficile à supporter. Un ami doté de ces trois qualités vaut la peine que l'on s'associe à lui. » *AN 3:133*

« Ces trois choses ont été proclamées par les personnes sages, par les personnes qui sont véritablement bonnes. Quelles sont ces trois ? La générosité... quitter la vie de foyer pour la vie sans foyer... et le service envers son père et sa mère. Ces trois choses ont été proclamées par les personnes sages, par les personnes qui sont véritablement bonnes. » *AN 3:45*

« Maintenant, quel est le niveau d'une personne non intègre ? Une personne non intègre est non reconnaissante, ne reconnaît pas l'aide qu'on lui a apportée. Cette ingratitude, ce manque de reconnaissance est une seconde nature chez les personnes grossières. C'est entièrement au niveau des personnes non intègres. Une personne intègre est reconnaissante et reconnaît l'aide qu'on lui a apportée. Cette gratitude, cette reconnaissance est une seconde nature chez les personnes admirables. C'est entièrement au niveau des personnes intègres. » *AN 2:31*

« Une personne dotée de ces quatre qualités peut être connue comme 'une personne intègre'. Quelles sont ces quatre ?

« Il y a le cas où une personne intègre, quand on le lui demande, ne révèle pas les points négatifs d'une autre personne, pour ne rien dire de quand on ne le lui demande pas. De plus, quand on le lui demande, quand on la presse de questions, elle est quelqu'un qui parle des points négatifs d'une autre personne pas complètement, pas en détail, avec des omissions, en se retenant...

« Et encore une fois, une personne intègre, quand on ne le lui demande pas, révèle les points positifs d'une autre personne, pour ne rien dire de quand on le lui demande. De plus, quand on le lui demande, quand on la presse de questions, elle est quelqu'un qui parle des points positifs d'une autre personne complètement et en détail, sans omissions, sans se retenir...

« Et encore une fois, une personne intègre, quand on ne le lui demande pas, révèle ses propres points négatifs, pour ne rien dire de quand on le lui demande. De plus, quand on le lui demande, quand on la presse de questions, elle est quelqu'un qui parle de ses propres points négatifs complètement et en détail, sans omissions, sans se retenir...

« Et encore une fois, une personne intègre, quand on le lui demande, ne révèle pas ses propres points positifs, pour ne rien dire de quand on ne le lui demande pas. De plus, quand on le lui demande, quand on la presse de questions, elle est quelqu'un qui parle de ses propres points positifs pas complètement, pas en détail, avec des omissions, en se retenant...

« Moines, une personne dotée de ces quatre qualités peut être connue comme 'une personne intègre.' » AN 4:73

[1] « 'C'est en vivant ensemble que la vertu d'une personne peut être connue, et puis seulement après une longue période, pas une courte période ; par quelqu'un qui est attentif, pas par quelqu'un qui est inattentif ; par quelqu'un qui a le discernement, pas par quelqu'un qui n'a pas le discernement' : ainsi il a été dit. Et en référence à quoi cela a-t-il été dit ?

« Il y a le cas où un individu, en vivant avec une autre personne, connaît ceci : 'Cela fait longtemps que cette personne est déchirée, brisée, tachée, éclaboussée dans ses actions. Elle n'est pas constante dans ses actions. Elle ne pratique pas avec constance en ce qui concerne les préceptes. C'est une personne sans principes, pas une personne vertueuse, avec des principes.' Et puis il y a le cas où un individu, en vivant avec une autre personne, connaît ceci : 'Cela fait longtemps que cette personne est non déchirée, non brisée, non tachée, non éclaboussée dans ses actions. Elle est constante dans ses actions. Elle pratique avec constance en ce qui concerne les préceptes. C'est une personne vertueuse, avec des principes, pas une personne sans principes.'

« 'C'est en vivant ensemble que la vertu d'une personne peut être connue, et puis seulement après une longue période, pas une courte période ; par quelqu'un qui est

attentif, pas par quelqu'un qui est inattentif ; par quelqu'un qui a le discernement, pas par quelqu'un qui n'a pas le discernement' : ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

[2] « C'est en traitant avec une personne que sa pureté peut être connue, et puis seulement après une longue période, pas une courte période ; par quelqu'un qui est attentif, pas par quelqu'un qui est inattentif ; par quelqu'un qui a le discernement, pas par quelqu'un qui n'a pas le discernement' : ainsi il a été dit. Et en référence à quoi cela a-t-il été dit ?

« Il y a le cas où un individu, en traitant avec une autre personne, connaît ceci : 'Cette personne traite d'une manière quand elle est en tête à tête, d'une autre manière quand elle est avec deux personnes, d'une autre manière quand elle est avec trois personnes, d'une autre manière quand elle est avec de nombreuses personnes. Ses actions antérieures ne sont pas en accord avec ses actions ultérieures. Elle est impure dans ses actions, pas pure.' Et puis il y a le cas où un individu, en traitant avec une autre personne, connaît ceci : 'La manière dont cette personne traite quand elle est en tête à tête est la même manière que celle dont elle traite quand elle est avec deux personnes, quand elle est avec trois personnes, quand elle est avec de nombreuses personnes. Ses actions antérieures sont en accord avec ses actions ultérieures. Elle est pure dans ses actions, pas impure.'

« C'est en traitant avec une personne que sa pureté peut être connue, et puis seulement après une longue période, pas une courte période ; par quelqu'un qui est attentif, pas par quelqu'un qui est inattentif ; par quelqu'un qui a le discernement, pas par quelqu'un qui n'a pas le discernement' : ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

[3] « C'est à travers l'adversité que l'endurance d'une personne peut être connue, et puis seulement après une longue période, pas une courte période ; par quelqu'un qui est attentif, pas par quelqu'un qui est inattentif ; par quelqu'un qui a le discernement, pas par quelqu'un qui n'a pas le discernement' : ainsi il a été dit. Et en référence à quoi cela a-t-il été dit ?

« Il y a le cas où une personne, souffrant de la perte de membres de sa famille, de la perte de la richesse, ou de la perte à travers la maladie, ne réfléchit pas que : 'C'est ainsi que sont les choses quand on vit ensemble dans le monde. C'est ainsi que sont les choses quand on acquiert une identité personnelle [*atta-bhava*, littéralement « état de soi »]. Quand il y a la vie dans le monde, quand il y a l'obtention d'une identité

personnelle, ces huit conditions mondaines tournoient autour du monde, et le monde tournoie autour de ces huit conditions mondaines : le gain, la perte, le statut, la disgrâce, la censure, la louange, le plaisir, et la douleur.' Souffrant de la perte de membres de sa famille, de la perte de la richesse, ou de la perte à travers la maladie, elle est en peine, se chagrine, et se lamente, se frappe la poitrine, devient désemparée. Et puis il y a le cas où une personne, souffrant de la perte de membres de sa famille, de la perte de la richesse, ou de la perte à travers la maladie, réfléchit que : 'C'est ainsi que sont les choses quand on vit ensemble dans le monde. C'est ainsi que sont les choses quand on acquiert une identité personnelle. Quand il y a la vie dans le monde, quand il y a l'obtention d'une identité personnelle, ces huit conditions mondaines tournoient autour du monde, et le monde tournoie autour de ces huit conditions mondaines : le gain, la perte, le statut, la disgrâce, la censure, la louange, le plaisir, et la douleur.' Souffrant de la perte de membres de sa famille, de la perte de la richesse, ou de la perte à travers la maladie, elle n'est pas en peine, ne se chagrine pas, ou ne se lamente pas, ne se frappe pas la poitrine, ne devient pas désemparée.

« 'C'est à travers l'adversité que l'endurance d'une personne peut être connue, et puis seulement après une longue période, pas une courte période ; par quelqu'un qui est attentif, pas par quelqu'un qui est inattentif ; par quelqu'un qui a le discernement, pas par quelqu'un qui n'a pas le discernement' : ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

[4] « 'C'est à travers la discussion que le discernement d'une personne peut être connu, et puis seulement après une longue période, pas une courte période ; par quelqu'un qui est attentif, pas par quelqu'un qui est inattentif ; par quelqu'un qui a le discernement, pas par quelqu'un qui n'a pas le discernement' : ainsi il a été dit. Et en référence à quoi cela a-t-il été dit ?

« Il y a le cas où un individu, à travers la discussion avec une autre personne, connaît ceci : 'D'après la manière dont cette personne fait face à un problème, d'après la manière dont elle applique [son raisonnement], d'après la manière dont elle traite une question, elle est sotte, elle n'a pas le discernement. Pourquoi cela ? Elle ne fait pas de déclarations qui sont profondes, tranquilles, raffinées, au-delà de la portée de la conjoncture, subtiles, dont les sages font l'expérience. Elle ne peut pas déclarer la signification, l'enseigner, la décrire, la présenter, la révéler, l'expliquer, ou la rendre claire. Elle est sotte, elle n'a pas le discernement.' Tout comme si un homme avec une bonne vue se tenant debout au bord d'une étendue d'eau voyait un petit poisson

monter à la surface. La pensée lui viendrait que : 'D'après l'apparition de ce poisson, d'après la brisure des rides de l'eau, d'après sa vitesse, c'est un petit poisson, pas un gros.' De la même manière, un individu, en discussion avec une autre personne, connaît ceci : 'D'après la manière dont cette personne fait face à un problème, d'après la manière dont elle applique [son raisonnement], d'après la manière dont elle traite une question... elle est sotte, elle n'a pas le discernement.'

« Et puis il y a le cas où un individu, à travers la discussion avec une autre personne, connaît ceci : 'D'après la manière dont cette personne fait face à un problème, d'après la manière dont elle applique [son raisonnement], d'après la manière dont elle traite une question, elle a le discernement, elle n'est pas sotte. Pourquoi cela ? Elle fait des déclarations qui sont profondes, tranquilles, raffinées, au-delà de la portée de la conjoncture, subtiles, dont les sages font l'expérience. Elle peut déclarer la signification, l'enseigner, la décrire, la présenter, la révéler, l'expliquer, et la rendre claire. Elle a le discernement, elle n'est pas sotte. Tout comme si un homme avec une bonne vue se tenant debout au bord d'une étendue d'eau voyait un gros poisson apparaître. La pensée lui viendrait : 'D'après l'apparition de ce poisson, d'après la brisure des rides de l'eau, d'après sa vitesse, c'est un gros poisson, pas un petit.' De la même manière, un individu, en discussion avec une autre personne, connaît ceci : 'D'après la manière dont cette personne fait face à un problème, d'après la manière dont elle applique [son raisonnement], d'après la manière dont elle traite une question... elle a le discernement, elle n'est pas sotte.'

« 'C'est à travers la discussion que le discernement d'une personne peut être connu, et puis seulement après une longue période, pas une courte période ; par quelqu'un qui est attentif, pas par quelqu'un qui est inattentif ; par quelqu'un qui a le discernement, pas par quelqu'un qui n'a pas le discernement' : ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit. AN 4:192

*En plus de demander du temps et des facultés d'observation claires, la capacité à reconnaître une personne intègre requiert également d'être soi-même une personne intègre.*

« Moines, une personne non intègre pourrait-elle savoir d'une personne non intègre que : 'C'est une personne non intègre' ? »

« Non, seigneur. »

« Bien, moines. Il est impossible, il n'y a aucun moyen qu'une personne non intègre puisse savoir d'une personne non intègre que : 'C'est une personne non intègre.' »

« Une personne non intègre pourrait-elle savoir d'une personne intègre que : 'C'est une personne intègre' ? »

« Non, seigneur. »

« Bien, moines. Il est impossible, il n'y a aucun moyen qu'une personne non intègre puisse savoir d'une personne intègre que : 'C'est une personne intègre.' »...

« Maintenant, moines, une personne intègre pourrait-elle savoir d'une personne non intègre que : 'C'est une personne non intègre' ? »

« Oui, seigneur. »

« Bien, moines. Il est possible qu'une personne intègre puisse savoir d'une personne non intègre que : 'C'est une personne non intègre.' »

« Une personne intègre pourrait-elle savoir d'une personne intègre que : 'C'est une personne intègre' ? »

« Oui, seigneur. »

« Bien, moines. Il est possible qu'une personne intègre puisse savoir d'une personne intègre que : 'C'est une personne intègre.' »

« Une personne intègre est dotée des qualités de l'intégrité ; elle est une personne intègre dans son amitié, dans la manière dont elle exprime sa volonté, dans la manière dont elle donne des conseils, dans la manière dont elle parle, dans la manière dont elle agit, dans les vues qu'elle a, et dans la manière dont elle fait un don. »

« Et comment une personne intègre est-elle dotée des qualités de l'intégrité ? Il y a le cas où une personne intègre est dotée de la conviction, de la honte, du sens moral ; elle est instruite, avec une persistance stimulée, un *sati* non confus, et un bon discernement. Voilà comment une personne intègre est dotée des qualités de l'intégrité. »

« Et comment une personne intègre est-elle une personne intègre dans son amitié ? Il y a le cas où une personne intègre a, comme amis et compagnons, ces contemplatifs et ces brahmanes qui sont dotés de la conviction, de la honte, du sens moral ; qui sont instruits, avec une persistance stimulée, un *sati* non confus, et un bon discernement. Voilà comment une personne intègre est une personne intègre dans son amitié. »

« Et comment une personne intègre est-elle une personne intègre dans la manière dont elle exprime sa volonté ? Il y a le cas où une personne intègre n'exprime sa volonté ni pour sa propre affliction, ni pour l'affliction des autres, ni pour l'affliction des deux. Voilà comment une personne intègre est une personne intègre dans la manière dont elle exprime sa volonté.

« Et comment une personne intègre est-elle une personne intègre dans la manière dont elle donne des conseils ? Il y a le cas où une personne intègre ne donne un conseil ni pour sa propre affliction, ni pour l'affliction des autres, ni pour l'affliction des deux. Voilà comment une personne intègre est une personne intègre dans la manière dont elle donne des conseils.

« Et comment une personne intègre est-elle une personne intègre dans la manière dont elle parle ? Il y a le cas où une personne intègre est quelqu'un qui se retient de dire des mensonges, qui se retient de colporter des propos qui divisent, qui se retient de paroles dures, qui se retient de bavardage inutile. Voilà comment une personne intègre est une personne intègre dans la manière dont elle parle.

« Et comment une personne intègre est-elle une personne intègre dans la manière dont elle agit ? Il y a le cas où une personne intègre est quelqu'un qui se retient d'ôter la vie, qui se retient de voler, qui se retient d'avoir des relations sexuelles illicites. Voilà comment une personne intègre est une personne intègre dans la manière dont elle agit.

« Et comment une personne intègre est-elle une personne intègre dans les vues qu'elle a ? Il y a le cas où une personne intègre est quelqu'un qui a une vue telle que celle-ci : 'Il y a ce qui est donné, ce qui est offert, ce qui est sacrifié. Il y a les fruits et les résultats des bonnes et des mauvaises actions. Il y a ce monde et le monde prochain. Il y a mère et père. Il y a des êtres qui renaissent spontanément ; il y a des contemplatifs et des brahmanes qui, se comportant justement et pratiquant justement, proclament ce monde et le prochain après l'avoir directement connu et réalisé pour eux-mêmes. Voilà comment une personne intègre est une personne intègre dans les vues qu'elle a.

« Et comment une personne intègre est-elle une personne intègre dans la manière dont elle fait un don ? Il y a le cas où une personne intègre fait un don avec attention, de sa propre main, respectueusement, pas comme si elle le lançait, dans la perspective que quelque chose en résultera. Voilà comment une personne intègre est une personne intègre dans la manière dont elle fait un don.



« Cette personne intègre – ainsi dotée des qualités de l'intégrité ; une personne intègre dans son amitié, dans la manière dont elle exprime sa volonté, dans la manière dont elle donne des conseils, dans la manière dont elle parle, dans les vues qu'elle a, et dans la manière dont elle fait un don – à la brisure du corps, après la mort, réapparaît dans la destination des personnes intègres. Et quelle est la destination des personnes intègres ? La grandeur parmi les *deva* ou parmi les êtres humains. » *MN 110*

Considérez-le comme quelqu'un qui  
montre  
un trésor,  
le sage qui  
voyant vos fautes  
vous réprimande.

Demeurez avec ce type de sage.  
Pour celui qui demeure  
avec ce type de sage,  
les choses s'améliorent, n'empirent pas. *Dhp 76*

## ECOUTER LE *DHAMMA* VÉRITABLE

*L'occasion d'écouter le Dhamma est considérée comme une chose qui a de la valeur, à la fois parce que cela est rare, et parce que cela procure de grands bénéfices.*

Difficile, l'occasion d'écouter le *Dhamma* véritable. *Dhp 182*

« Il y a ces cinq récompenses à écouter le *Dhamma*. Quelles sont ces cinq ?

« [1] On entend ce que l'on n'a pas entendu avant. [2] On clarifie ce que l'on a entendu avant. [3] On se débarrasse du doute. [4] Nos vues sont rectifiées. [5] Notre esprit devient serein.

« Ce sont là les cinq récompenses qu'il y a à écouter le *Dhamma*. » *AN 5:202*



Se délectant dans le *Dhamma*,  
 savourant le *Dhamma*,  
 établi dans le *Dhamma*,  
 avec un sens de la façon  
 d'investiguer le *Dhamma*,  
 on ne devrait pas parler d'une manière  
 qui détruit le *Dhamma*,<sup>3</sup>  
 devrait se guider soi-même  
 avec des paroles véridiques, bien prononcées.

Abandonnant  
 l'hilarité, le bavardage,  
 la lamentation, la haine,  
 la tromperie, la malhonnêteté,  
 l'avidité, l'orgueil,  
 la confrontation, la dureté,  
 l'aigreur, l'infatuation,  
 on devrait aller libre  
     de l'intoxication,  
     ferme à l'intérieur.

Comprenant le bois de cœur  
     de paroles bien dites ;  
 la concentration, le bois de cœur  
     du savoir et de la compréhension.

Quand quelqu'un est pressé et négligent,  
 son discernement et son savoir  
     ne croissent pas.  
 Alors que ceux qui se délectent  
 dans les doctrines enseignées par les Etres nobles  
     sont inégalés  
 en parole, en action, et en esprit.  
 Eux, établis dans

le calme,  
 la maîtrise de soi, et  
 la concentration,  
 ont atteint  
 ce que le discernement et le savoir  
 ont comme bois de cœur. »<sup>4</sup>

## NOTES

1. Selon le Commentaire, nos supérieurs incluent ceux qui sont plus sages que nous, plus habiles en matière de concentration et des autres aspects de la Voie que nous, et ceux avec plus d'ancienneté que nous.

2. Le Commentaire dit que le bon moment pour voir un maître est le moment où on est submergé par la passion, l'aversion, et l'ignorance, et que l'on ne peut pas trouver une issue par soi-même. Ceci fait écho à un passage d'AN 6:26, dans lequel le Vénérable Mahā Kaccana dit que le bon moment pour rendre visite à un « moine digne d'estime » est le moment où on a besoin d'aide pour surmonter l'un quelconque des cinq empêchements ou quand on n'a pas encore un thème approprié sur lequel se focaliser pour mettre un terme aux effluents de l'esprit.

3. Le Commentaire assimile les « paroles qui détruisent le *Dhamma* » aux « paroles animales ». Voir la présentation dans Pacittiya 85 dans le *Buddhist Monastic Code*.

4. Le bois de cœur du savoir et du discernement est l'affranchissement. *Sn* 2:9

*Le Vénérable Yasadatta :*

Décidé à discuter,

le sot entend l'enseignement du Conquérant.

Il est aussi loin du véritable *Dhamma*  
 que le sol l'est du ciel.

Décidé à discuter,

le sot entend l'enseignement du Conquérant.

le *Dhamma* véritable décroît en lui  
 comme la lune au cours de la moitié sombre du mois.

Décidé à discuter,

le sot entend l'enseignement du Conquérant.

Il s'assèche dans le *Dhamma* véritable  
 comme un poisson dans très peu d'eau.

Décidé à discutailler,

le sot entend l'enseignement du Conquérant.

Il ne croît pas dans le *Dhamma* véritable,  
comme une graine pourrie dans un champ.

Mais quiconque entend l'enseignement du Conquérant

prudent dans ses intentions,  
se débarrassant des effluents

– de tous –

réalisant l'inébranlable,

atteignant la paix suprême,

est – libre des effluents –

totalemment délié. *Thag 5:10*

*Il est également important de comprendre clairement les critères qui permettent de distinguer le Dhamma véritable du faux Dhamma. Ces critères se résument à un test simple : comment se comporte-t-on, et quels résultats proviennent de notre comportement, quand on met le Dhamma en pratique ?*

Alors qu'ils étaient assis sur un côté, les Kālāma de Kesaputta dirent au Béni : « Vénérable sire, il y a des contemplatifs et des brahmanes qui viennent à Kesaputta. Ils exposent et glorifient leur propre doctrine, mais en ce qui concerne les doctrines des autres, ils les raillent, ils les injurient, ils les traitent avec mépris, et ils les dénigrent. Et ensuite d'autres contemplatifs et d'autres brahmanes viennent à Kesaputta. Ils exposent et glorifient leur propre doctrine, mais en ce qui concerne les doctrines des autres, ils le raillent, ils les injurient, ils les traitent avec mépris, et ils les dénigrent. Ils nous laissent simplement incertains et dans le doute : lesquels de ces Vénérables contemplatifs et brahmanes disent la vérité, et lesquels mentent ? »

« Bien sûr, vous êtes incertains, Kālāma. Bien sûr, vous êtes dans le doute. Quand il y a des raisons de douter, l'incertitude naît. Donc, dans ce cas, Kālāma, ne suivez pas ce qu'on dit, pas les légendes, pas les traditions, pas les Textes, pas la logique, pas les inférences, pas les analogies, pas l'accord en pesant les vues, pas ce qui paraît probable, ou pas la pensée : 'Ce contemplatif est notre maître.' Quand vous savez par vous-même que : 'Ces qualités mentales sont malhabiles, ces qualités mentales sont blâmables ; ces qualités mentales sont critiquées par les sages ; ces

qualités mentales, quand on les adopte et qu'on les applique, conduisent au mal et à la souffrance' – alors vous devriez les abandonner.

« Que pensez-vous, Kālāma : quand l'avidité apparaît dans une personne, apparaît-t-elle pour le bien-être ou pour le mal ? »

« Pour le mal, seigneur. »

« Et cette personne avide, submergée par l'avidité, son esprit possédé par l'avidité : ne tue-t-elle pas des êtres vivants, ne prend-elle pas ce qui n'est pas donné, ne va-t-elle pas après la femme d'un autre, ne dit-elle pas des mensonges, et n'incite-t-elle pas les autres à faire de même, tout ceci étant pour le mal et la souffrance à long terme ? »

« Si, seigneur. »

[De façon similaire pour ce qui est de l'aversion et de l'illusion.]

« Donc, que pensez-vous, Kālāma : ces qualités sont-elles habiles ou malhabiles ? »

« Malhabiles, seigneur. »

« Blâmables ou sans blâme ? »

« Blâmables, seigneur. »

« Critiquées par les sages ou louées par les sages ? »

« Critiquées par les sages, seigneur. »

« Quand on les adopte et qu'on les applique, conduisent-elles au mal et à la souffrance, ou non ? »

« Quand on les adopte et qu'on les applique, elles conduisent au mal et à la souffrance... »

« ...Maintenant, Kālāma, ne suivez pas ce qu'on dit, pas les légendes, pas les traditions, pas les Textes, pas la logique, pas les inférences, pas les analogies, pas l'accord en pesant les vues, pas ce qui paraît probable, ou pas la pensée : 'Ce contemplatif est notre maître.' Quand vous savez pour vous-même que : 'Ces qualités mentales sont habiles ; ces qualités mentales sont sans blâme ; ces qualités mentales sont louées par les sages ; ces qualités mentales, quand on les adopte et qu'on les applique, conduisent au bien-être et au bonheur' – alors vous devriez les pénétrer et demeurer en elles.

« Que pensez-vous, Kālāma : Quand l'absence d'avidité apparaît dans une personne, apparaît-t-elle pour le bien-être ou pour le mal ? »

« Pour le bien-être, seigneur. »

« Et cette personne non avide, non submergée par l'avidité, son esprit non possédé par l'avidité : elle ne tue pas des êtres vivants, ne prend pas ce qui n'est pas donné, ne va pas après la femme d'un autre, ne dit pas des mensonges, ou n'incite pas les autres à faire de même, tout ceci étant pour le bien-être et le bonheur à long terme ? »

« Oui, seigneur. »

[De façon similaire pour ce qui est de l'absence d'aversion et de l'absence d'illusion.]

« Donc, que pensez-vous, Kālāma : Ces qualités sont-elles habiles ou malhabiles ? »

« Habiles, seigneur. »

« Blâmables ou sans blâme ? »

« Sans blâme, seigneur. »

« Critiquées par les sages ou louées par les sages ? »

« Louées par les sages, seigneur. »

« Quand on les adopte et qu'on les applique, conduisent-elles au bien-être et au bonheur, ou non ? »

« Quand on les adopte et qu'on les applique, elles conduisent au bien-être et au bonheur... » AN 3:65

« ...Gotamī, les qualités à propos desquelles tu peux savoir que : 'Ces qualités conduisent

à la passion, pas à la dépassion ;

à être entravé, pas à être non entravé ;

à accumuler, pas à abandonner ;

à l'auto-glorification, pas à la modestie ;

au non-contentement, pas au contentement ;

à l'emmêlement, pas à l'isolement ;

à la paresse, pas à la persistance stimulée ;

à être un fardeau, pas à ne pas être un fardeau' :

tu peux considérer catégoriquement que : 'Ce n'est pas le *Dhamma*, ce n'est pas le *Vinaya*, ce n'est pas l'instruction du Maître.'

« Quant aux qualités à propos desquelles tu peux savoir que : 'Ces qualités conduisent à la dépassion, pas à la passion ;

à être libéré des entraves, et pas à être entravé ;

à abandonner, pas à accumuler ;

à la modestie, pas à l'auto-glorification ;

au contentement, pas au non-contentement ;

à l'isolement, pas à l'emmêlement ;

à la persistance stimulée, pas à la paresse ;

à ne pas être un fardeau, pas à être un fardeau :

tu peux considérer catégoriquement que : 'C'est le *Dhamma*, c'est le *Vinaya*, c'est l'instruction du Maître.' » AN 8:53

« Upāli, les qualités à propos desquelles tu peux savoir que : 'Ces qualités ne conduisent pas au désenchantement total, à la dépassion, à la cessation, au calme, à la connaissance directe, à l'Eveil par soi-même, au Délitement' : tu peux considérer catégoriquement que : 'Ce n'est pas le *Dhamma*, ce n'est pas le *Vinaya*, ce n'est pas l'instruction du Maître.

« Quant aux qualités à propos desquelles tu peux savoir que : 'Ces qualités conduisent au désenchantement total, à la dépassion, à la cessation, au calme, à la connaissance directe, à l'Eveil par soi-même, au Délitement', tu peux considérer catégoriquement que : 'C'est le *Dhamma*, c'est le *Vinaya*, c'est l'instruction du Maître.' » AN 7:80

*Le test du Dhamma véritable étant pragmatique, cela signifie que même quand on est convaincu d'avoir entendu le Dhamma véritable, on doit avoir la prudence de se rendre compte que le fait de simplement écouter la vérité ne suffit pas à la connaître de façon sûre.*

Le Bouddha : « Il y a cinq choses qui peuvent évoluer de deux façons différentes dans l'ici-et-maintenant. Quelles sont ces cinq ? La conviction, les goûts, la tradition ininterrompue, le raisonnement par analogie, et un accord en pesant les vues. Ce sont là les cinq choses qui peuvent évoluer de deux façons différentes dans l'ici-et-maintenant. Maintenant, il y a certaines choses dont on est fermement convaincu, et cependant elles sont vaines, vides, et fausses. Il y a certaines choses dont on n'est pas fermement convaincu, et cependant elles sont authentiques, factuelles, et non erronées. Certaines choses sont appréciées... véritablement une tradition



ininterrompue... bien raisonnées... Certaines choses sont bien pesées, et cependant elles sont vaines, vides, et fausses. Certaines choses ne sont pas bien pesées, et cependant elles sont authentiques, factuelles, et non erronées. Dans ces cas, n'est-il pas correct pour une personne d'expérience qui sauvegarde la vérité d'en venir à une conclusion définitive : 'Seulement ceci est vrai, tout le reste est sans valeur. »

Kāpadika Bhāradvāja : « Mais dans quelle mesure, Maître Gotama, y a-t-il la sauvegarde de la vérité ? Dans quelle mesure, Maître Gotama, sauvegarde-t-on la vérité ? Nous interrogeons Maître Gotama à propos de la sauvegarde de la vérité. »

Le Bouddha : « Si une personne a la conviction, sa déclaration : 'C'est ma conviction,' sauvegarde la vérité. Mais elle n'en vient toutefois à la conclusion définitive que : 'Seulement, ceci est vrai, tout le reste est sans valeur.' Dans cette mesure, Bhāradvāja, il y a la sauvegarde de la vérité. Dans cette mesure, on sauvegarde la vérité. Je décris ceci comme la sauvegarde de la vérité. Mais ce n'est toutefois pas encore un éveil à la vérité. » MN 95

## L'ATTENTION APPROPRIÉE

*Ayant entendu le Dhamma, il est important d'avoir l'attention appropriée – voir les choses en termes de cause et d'effet – vis-à-vis à la fois de ce que l'on a entendu et de ses expériences en général, car il s'agit là d'un facteur qui peut faire toute la différence en matière de succès ou d'échec de la pratique.*

« En ce qui concerne les facteurs internes, je ne vois pas d'autre facteur unique tel que l'attention appropriée qui fasse autant pour un moine en entraînement, qui n'a pas atteint le but, mais qui demeure résolu en ce qui concerne la sécurité insurpassée vis-à-vis du joug. Un moine qui s'occupe de façon appropriée abandonne ce qui est malhabile et développe ce qui est habile.

L'attention appropriée  
 en tant que qualité  
 d'un moine qui s'entraîne :  
 rien d'autre  
 ne fait autant  
 pour atteindre le but superlatif.

Un moine, s'efforçant de façon appropriée,  
atteint le terme du stress. *Iti 16*

J'ai entendu qu'en une occasion, un certain moine demeurait parmi les Kosalan dans le fourré d'une forêt. Or, à ce moment-là, il passait la journée en pensant à des pensées mauvaises, malhabiles : c'est-à-dire des pensées de sensualité, des pensées de malveillance, des pensées de nocivité.

Alors le *devatā* qui habitait le fourré d'une forêt, ressentant de la sympathie pour le moine, désirant son bien, désirant lui faire reprendre ses esprits, s'approcha de lui et s'adressa à lui avec cette strophe :

« En raison de l'attention non appropriée,  
vous êtes mâché par vos pensées.  
Abandonnant ce qui est non approprié,  
contemplez  
de façon appropriée.  
Maintenant votre esprit sur le Maître,  
le *Dhamma*, le *Saṅgha*, vos vertus,  
vous arriverez  
à la joie,  
au ravissement,  
au plaisir  
sans doute aucun.  
Puis, saturé  
de joie,  
vous mettrez un terme  
à la souffrance et au stress. »

Le moine, admonesté par le *devatā*, reprit ses esprits. *SN 9:11*

*L'attention appropriée est fondamentalement la capacité à voir sa compréhension de l'expérience en termes corrects. Dans nombre de cas, cela signifie formuler les questions correctes pour obtenir une vision pénétrante dans la souffrance et son terme.*

« Ceci est la voie qui conduit au discernement : quand on rend visite à un contemplatif ou à un brahmane, demander : 'Qu'est-ce qui est habile, Vénérable sire ? Qu'est-ce qui est malhabile ? Qu'est-ce qui est blâmable ? Qu'est-ce qui est sans blâme ? Qu'est-ce qui devrait être cultivé ? Qu'est-ce qui ne devrait pas être cultivé ? Qu'est-ce qui, ayant été fait par moi, me conduira au mal et à la souffrance à long terme ? Ou qu'est-ce qui, ayant été fait par moi, me conduira au bien-être et au bonheur à long terme ?' » MN 135

« Il y a le cas où une personne ordinaire, non instruite, qui n'a pas de respect pour les Êtres nobles... ne discerne pas quelles idées sont dignes d'attention, ou quelles idées ne sont pas dignes d'attention. Les choses étant ainsi, elle ne s'occupe pas des idées dignes d'attention et s'occupe [à la place] des idées indignes d'attention... Et quelles sont les idées indignes d'attention dont elle s'occupe ? Toute idée, telle que, quand elle s'en occupe, l'effluent non apparu de la sensualité apparaît, et l'effluent apparu de la sensualité augmente ; l'effluent non apparu du devenir... l'effluent non apparu de l'ignorance apparaît, et l'effluent apparu de l'ignorance augmente... Voici comment elle s'occupe de façon non appropriée : 'Ai-je existé dans le passé ? N'ai-je pas existé dans le passé ? Qu'étais-je dans le passé ? Comment étais-je dans le passé ? Ayant été quoi, qu'ai-je été dans le passé ? Existerai-je dans l'avenir ? N'existerai-je pas dans l'avenir ? Que serai-je dans l'avenir ? Comment serai-je dans l'avenir ? Ayant été quoi, que serai-je dans le futur ?' Ou bien, elle est intérieurement perplexe à propos du présent immédiat : 'Suis-je ? Ne suis-je pas ? Que suis-je ? Comment suis-je ? D'où vient cet être ? Où va-t-il ?'

« Lorsqu'elle s'occupe ainsi de façon non appropriée, l'une des six sortes de vues suivantes apparaît en elle : la vue *Je possède un soi* apparaît en elle comme vraie et établie, ou la vue *Je ne possède pas de soi...* ou la vue *C'est précisément au moyen du soi que je perçois le soi...* ou la vue *C'est précisément au moyen du soi que je perçois le pas-soi...* ou la vue *C'est précisément au moyen du pas-soi que je perçois le soi* apparaît en elle comme vraie et établie, ou bien elle a une vue de ce type : *Ce soi même qui est mien – le connaisseur qui est sensible ici-et-là au murissement des bonnes et des mauvaises actions – est ce soi qui est mien et qui est constant, perpétuel, éternel, non sujet au changement, et qui durera aussi longtemps que l'éternité.* On appelle ceci un maquis de vues, un foisonnement de vues, une contorsion de vues, un grouillement de

vues, des chaînes de vues. Liée par des chaînes de vues, la personne ordinaire non instruite n'est pas libérée de la naissance, du vieillissement, et de la mort, de la peine, de la lamentation, de la douleur, de la détresse, et du désespoir. Elle n'est pas libérée, je vous le dis, du stress.

« Le disciple bien instruit des Etres nobles... discerne quelles idées sont dignes d'attention et quelles idées ne sont pas dignes d'attention. Les choses étant ainsi, il ne s'occupe pas des idées indignes d'attention et s'occupe [à la place] des idées dignes d'attention. Et quelles sont les idées dignes d'attention dont il s'occupe ? Toute idée telle que quand il s'en occupe, l'effluent non apparu de la sensualité n'apparaît pas, et l'effluent apparu de la sensualité est abandonné ; l'effluent non apparu du devenir... l'effluent non apparu de l'ignorance n'apparaît pas, et l'effluent apparu de l'ignorance est abandonné... Il s'occupe de façon appropriée : *Ceci, c'est le stress... Ceci, c'est l'origine du stress... Ceci, c'est la cessation du stress... Ceci, c'est la voie qui conduit à la cessation du stress...* Lorsqu'il s'occupe de manière appropriée de cette façon, trois entraves sont abandonnées en lui : la vue d'une identité, le doute, et la saisie vis-à-vis des habitudes et des pratiques. Ce sont là les effluents qui doivent être abandonnés en les voyant. » – MN 2

*L'attention appropriée peut aussi signifier voir la manière dont on comprend les événements lorsqu'ils se produisent.*

Le Vénérable Mahā Koṭṭhita : « Sāriputta mon ami, de quelles choses un moine vertueux devrait-il s'occuper de manière appropriée ? »

Le Vénérable Sāriputta : « Un moine vertueux, Koṭṭhita mon ami, devrait s'occuper de manière appropriée de ces cinq agrégats de l'agrippement comme étant inconstants, stressants, une maladie, un cancer, une flèche, douloureux, une affliction, étrangers, une dissolution, un vide, pas-soi. Quels sont ces cinq ? L'agrégat de l'agrippement de la forme, ... de la sensation, ... de la perception, ... l'agrégat de l'agrippement de la conscience. Un moine vertueux devrait s'occuper de manière appropriée de ces cinq agrégats de l'agrippement comme étant inconstants, stressants, une maladie, un cancer, une flèche, douloureux, une affliction, étrangers, une dissolution, un vide, pas-soi. Car il est possible qu'un moine vertueux, s'occupant de manière appropriée de ces cinq agrégats de l'agrippement comme inconstants... pas-soi, réalise le fruit de l'entrée-dans-le-courant. »

Le Vénérable Mahā Koṭṭhita : « Alors, de quelles choses un moine qui a atteint l'entrée-dans-le-courant devrait-il s'occuper de manière appropriée ? »

Le Vénérable Sāriputta : « Un moine qui a atteint l'entrée-dans-le-courant devrait s'occuper de manière appropriée de ces cinq agrégats de l'agrippement comme étant inconstants, stressants, une maladie, un cancer, une flèche, douloureux, une affliction, étrangers, une dissolution, un vide, pas-soi. Car il est possible qu'un moine vertueux qui a atteint l'entrée-dans-le-courant, s'occupant de manière appropriée de ces cinq agrégats de l'agrippement comme étant inconstants... pas-soi, réalise le fruit du retour-unique. »

Le Vénérable Mahā Koṭṭhita : « Alors, de quelles choses un moine qui a atteint le retour-unique devrait-il s'occuper de manière appropriée ? »

Le Vénérable Sāriputta : « Un moine qui a atteint le retour-unique devrait s'occuper de manière appropriée de ces cinq agrégats de l'agrippement comme étant inconstants, stressants, une maladie, un cancer, une flèche, douloureux, une affliction, étrangers, une dissolution, un vide, pas-soi. Car il est possible qu'un moine vertueux qui a atteint le retour-unique, s'occupant de manière appropriée de ces cinq agrégats de l'agrippement comme étant inconstants... pas-soi, réalise le fruit du non-retour. »

Le Vénérable Mahā Koṭṭhita : « Alors, de quelles choses un moine qui a atteint le non-retour devrait-il s'occuper de manière appropriée ? »

Le Vénérable Sāriputta : « Un moine qui a atteint le non-retour devrait s'occuper de manière appropriée de ces cinq agrégats de l'agrippement comme inconstants, stressants, une maladie, un cancer, une flèche, douloureux, une affliction, étrangers, une dissolution, un vide, pas-soi. Car il est possible qu'un moine vertueux qui a atteint le non-retour, s'occupant de manière appropriée de ces cinq agrégats de l'agrippement comme étant inconstants... pas-soi, réalise le fruit de l'état d'*arahant*. »

Le Vénérable Mahā Koṭṭhita : « Alors, de quelles choses un *arahant* devrait-il s'occuper de manière appropriée ? »

Le Vénérable Sāriputta : « Un *arahant* devrait s'occuper de manière appropriée de ces cinq agrégats de l'agrippement comme étant inconstants, stressants, une maladie, un cancer, une flèche, douloureux, une affliction, étrangers, une dissolution, un vide, pas-soi. Bien que pour un *arahant*, il n'y ait plus rien à faire, et rien à ajouter à ce qui a été fait, cependant, ces choses – quand elles sont développées et poursuivies – conduisent à la fois à demeurer dans un lieu de plaisance dans l'ici-et-maintenant et à *sati* et à l'attitude d'alerte. » SN 22:122

PRATIQUER EN ACCORD AVEC LE *DHAMMA*

*En développant la dépassion pour les cinq agrégats de l'agrippement, l'attention appropriée constitue une première étape importante dans la pratique du Dhamma en accord avec le Dhamma.*

« Pour un moine qui pratique le *Dhamma* en accord avec le *Dhamma*, voilà ce qui est en accord avec le *Dhamma* : cultiver continuellement le désenchantement en ce qui concerne la forme, cultiver continuellement le désenchantement en ce qui concerne la sensation, cultiver continuellement le désenchantement en ce qui concerne la sensation, cultiver continuellement le désenchantement en ce qui concerne les fabrications, cultiver continuellement le désenchantement en ce qui concerne la conscience. Lorsqu'il cultive continuellement le désenchantement en ce qui concerne la forme... la sensation... la perception... les fabrications... la conscience, il comprend la forme... la sensation... la perception... les fabrications... la conscience. Lorsqu'il comprend la forme... la sensation... la perception... les fabrications... la conscience, il est totalement affranchi des peines, des lamentations, des détresses, et des désespoirs. Il est totalement affranchi, je vous le dis, de la souffrance et du stress. »

« Pour un moine qui pratique du *Dhamma* en accord avec le *Dhamma*, voilà ce qui est en accord avec le *Dhamma* : rester focalisé sur l'inconstance... le stress... le pas-soi en ce qui concerne la forme, rester focalisé sur l'inconstance... le stress... le pas-soi en ce qui concerne la sensation... la perception... les fabrications... la conscience. Lorsqu'il se focalise continuellement sur l'inconstance... le stress... le pas-soi en ce qui concerne la sensation... la perception... les fabrications... la conscience, il comprend la sensation... la perception... les fabrications... la conscience. Lorsqu'il comprend la forme... la sensation... la perception... les fabrications... la conscience, il est totalement affranchi de la forme... de la sensation... de la perception... des fabrications... de la conscience. Il est totalement affranchi des peines, des lamentations, des détresses, et des désespoirs. Il est totalement affranchi, je vous le dis, de la souffrance et du stress. » *SN 22:39-42*

« Si un moine enseigne le *Dhamma* pour le désenchantement, la dépassion, et la cessation en ce qui concerne le vieillissement et la mort... la naissance... le devenir... l'agrippement/la sustentation... le désir ardent, la sensation... le contact... les six média sensoriels... le nom-et-forme... la conscience... les fabrications... l'ignorance, il mérite d'être appelé un moine qui est un orateur du *Dhamma*. S'il pratique pour le désenchantement, la dépassion, et la cessation en ce qui concerne le vieillissement et la mort... l'ignorance, il mérite d'être appelé un moine qui pratique le *Dhamma* en accord avec le *Dhamma*. Si – à travers le désenchantement, la dépassion, la cessation, et l'absence d'agrippement/de sustentation en ce qui concerne le vieillissement et la mort... l'ignorance – il est affranchi, alors il mérite d'être appelé un moine qui a atteint le Délitement dans l'ici-et-maintenant. » *SN 22:67*

*La pratique qui conduit au désenchantement, à la dépassion, et à l'affranchissement suit une voie progressive de cause et d'effet.*

« Maintenant, je vous le dis, la connaissance claire et l'affranchissement ont leur nutriment. Ils ne sont pas sans nutriment. Et quel est leur nutriment ? Les sept facteurs de l'Eveil... Et quel est le nutriment des sept facteurs de l'Eveil ? Les quatre établissements de *sati*... Et quel est le nutriment des quatre établissements de *sati* ? Les trois formes de Conduite Juste... Et quel est le nutriment des trois formes de Conduite Juste ? La retenue des sens... Et quel est le nutriment de la retenue des sens ? *Sati* et l'attitude d'alerte... Et quel est le nutriment de *sati* et de l'attitude d'alerte ? L'attention appropriée... Et quel est le nutriment de l'attention appropriée ? La conviction... Et quel est le nutriment de la conviction ? Entendre le *Dhamma* véritable... Et quel est le nutriment d'entendre le *Dhamma* véritable ? S'associer à des gens qui sont véritablement bons...

« Tout comme lorsque les dieux déversent la pluie en grosses gouttes et font tomber la foudre sur les montagnes élevées : l'eau, dévalant les pentes, remplit les crevasses et les fissures et les ravines... les petits étangs... les grands lacs... les petites rivières... les grandes rivières. Quand les grandes rivières sont pleines, elles remplissent le grand océan, et ainsi le grand océan est nourri, ainsi il est rempli. De la même manière, quand s'associer à des personnes véritablement bonnes est amené à son accomplissement, cela remplit [les conditions pour] entendre le *Dhamma* véritable... la conviction... l'attention appropriée... *sati* et l'attitude d'alerte, la retenue

des sens... les trois formes de Conduite Juste ... les quatre établissements de *sati*... les sept facteurs de l'Eveil. Quand les sept facteurs de l'Eveil sont amenés à leur accomplissement, ils remplissent [les conditions pour] la connaissance claire et l'affranchissement. Ainsi sont nourris la connaissance claire et l'affranchissement, ainsi sont-ils amenés à l'accomplissement. » *AN 10:61*

### *Sati et l'attitude d'alerte*

« Demeurez avec *sati*, moines, et en attitude d'alerte. C'est l'instruction que nous vous donnons, à vous tous. Et comment un moine a-t-il *sati* ? Il y a le cas où un moine demeure focalisé sur le corps en tant que tel – plein d'ardeur, en attitude d'alerte, et avec *sati* – laissant de côté l'avidité et la détresse par rapport au monde. Il demeure focalisé sur les sensations... l'esprit... les qualités mentales en tant que telles – plein d'ardeur, en attitude d'alerte et avec *sati* – laissant de côté l'avidité et la détresse par rapport au monde. Voilà comment un moine a *sati*.

« Et comment un moine est-il en attitude d'alerte ? Il y a le cas où les sensations sont connues du moine lorsqu'elles apparaissent, connues lorsqu'elles persistent, connues lorsqu'elles se calment. Les pensées sont connues de lui lorsqu'elles apparaissent, connues lorsqu'elles persistent, connues lorsqu'elles se calment. Le discernement [autre lecture : la perception] est connu[e] de lui lorsqu'il [elle] apparaît, connu[e] lorsqu'il [elle] persiste, connu[e] lorsqu'il [elle] se calme. Voilà comment un moine est en attitude d'alerte.

« En conséquence, demeurez avec *sati*, moines, et en attitude d'alerte. C'est l'instruction que nous vous donnons, à vous tous. » *SN 47:35*

### *La retenue des sens*

« Et comment un moine garde-t-il les portes de ses sens ? Voyant une forme avec l'œil, il ne saisit aucun thème ou détail par lequel – s'il devait demeurer sans retenue sur la faculté de l'œil – des qualités mauvaises, malhabiles telles que l'avidité ou la détresse pourraient l'assaillir. Entendant un son avec l'oreille... Sentant une odeur avec le nez... Goûtant une saveur avec la langue... Touchant une sensation tactile avec le corps... Prenant connaissance d'une idée avec l'intellect, il ne saisit aucun thème ou détail par lequel – s'il devait demeurer sans retenue sur la faculté de



l'intellect – des qualités mauvaises, malhabiles telles que l'avidité ou la détresse pourraient l'assaillir. Doté de cette noble retenue sur les facultés des sens, il est intérieurement sensible au plaisir d'être sans blâme. Voilà comment un moine garde les portes de ses sens. » *DN 2*

### *Les trois formes de Conduite Juste*

« Maintenant, Cunda, il y a trois manières dont on est rendu pur par l'action corporelle, quatre manières dont on est rendu pur par l'action verbale, et trois manières dont on est rendu pur par l'action mentale.

« Et comment est-on rendu pur de trois manières par l'action corporelle ? Il y a le cas où une certaine personne, abandonnant l'action d'ôter la vie, s'abstient d'ôter la vie. Elle demeure avec son bâton baissé, son couteau baissé, scrupuleuse, miséricordieuse, compatissante pour le bien-être de tous les êtres vivants. Abandonnant l'action de prendre ce qui n'est pas donné, elle s'abstient de prendre ce qui n'est pas donné. Elle ne prend pas, à la manière d'un voleur, des choses dans un village ou une étendue sauvage qui appartiennent à d'autres personnes et qui ne lui ont pas été données. Abandonnant l'inconduite sensuelle, elle s'abstient d'inconduite sensuelle. Elle ne s'implique pas sexuellement avec celles qui sont protégées par leur mère, leur père, leurs frères, leurs sœurs, leur famille, ou leur *Dhamma* ; celles qui ont un mari, celles qui encourent des punitions, ou même celles qui sont couronnées de fleurs par un autre homme. Voilà comment on est rendu pur de trois manières par l'action corporelle.

« Et comment est-on rendu pur de quatre manières par l'action verbale ? Il y a le cas où une certaine personne, abandonnant les paroles fausses, s'abstient de paroles fausses. Lorsqu'elle a été appelée à une assemblée du bourg ou à une réunion d'un groupe, à une réunion de famille, de sa guilde, ou de la royauté, si on l'interroge comme témoin : 'Venez et dites-nous, mon brave, ce que vous savez' : si elle ne sait pas, elle dit : 'Je ne sais pas.' Si elle sait, elle dit : 'Je sais.' Si elle n'a pas vu, elle dit : 'Je n'ai pas vu.' Si elle a vu, elle dit : 'J'ai vu.' Ainsi, elle ne dit pas consciemment un mensonge pour son propre bénéfice, pour le bénéfice d'une autre personne, ou pour obtenir une quelconque récompense. Abandonnant les paroles fausses, elle s'abstient de paroles fausses. Elle dit la vérité, s'attache à la vérité, est ferme, fiable, ne trompant pas le monde. Abandonnant les paroles qui divisent, elle s'abstient de paroles qui

divisent. Ce qu'elle a entendu ici, elle ne le dit pas là afin de séparer ces personnes-là de ces personnes-ci. Ce qu'elle a entendu là, elle ne le dit pas ici pour séparer ces personnes-ci de ces personnes-là. Réconciliant ainsi ceux qui se sont séparés ou cimentant les relations de ceux qui sont unis, elle aime la concorde, se délecte dans la concorde, jouit de la concorde, dit des choses qui créent la concorde. Abandonnant les paroles injurieuses, elle s'abstient de paroles injurieuses. Elle prononce des paroles qui sont apaisantes à l'oreille, qui sont affectueuses, qui vont droit au cœur, qui sont polies, attirantes et agréables pour les gens en général. Abandonnant le bavardage inutile, elle s'abstient de bavardage inutile. Elle parle au moment opportun, parle de ce qui est factuel, de ce qui est en accord avec le but, le *Dhamma*, et le *Vinaya*. Elle prononce des paroles qui valent la peine qu'on les garde précieusement, opportunes, raisonnables, dites avec retenue, liées au but. Voilà comment on est rendu pur de quatre manières par l'action verbale.

« Et comment est-on rendu pur de trois manières par l'action mentale ? Il y a le cas où une certaine personne n'agit pas avec convoitise. Elle ne convoite pas les possessions des autres, pensant : 'Oh, si seulement ce qui appartient aux autres pouvait être mien !' Elle n'est pas malveillante et n'est pas corrompue dans les résolutions de son cœur. [Elle pense :] 'Puissent ces êtres être libres de l'animosité, libres de l'oppression, libres de problèmes, et puissent-ils prendre soin d'eux-mêmes avec aise !' Elle a la Vue Juste et n'est pas tordue dans sa manière de voir les choses : 'Il y a ce qui est donné, ce qui est offert, ce qui est sacrifié. Il y a les fruits et les résultats des bonnes et des mauvaises actions. Il y a ce monde et le monde prochain. Il y a mère et père. Il y a des êtres qui renaissent spontanément ; il y a des contemplatifs et des brahmanes qui, vivant justement et pratiquant justement, proclament ce monde et le prochain après l'avoir directement connu et réalisé pour eux-mêmes.' Voilà comment on est rendu pur de trois manières par l'action mentale.

« Ce sont là, Cunda, les dix lignes de conduite de l'action habile. » *AN 10.176*

*Les quatre établissements de sati.*

« [1] Maintenant, quelle que soit l'occasion où un moine, inspirant de façon longue, discerne qu'il inspire de façon longue ; ou expirant de façon longue, discerne qu'il expire de façon longue ; ou inspirant de façon courte, discerne qu'il inspire de façon courte ; ou expirant de façon courte, discerne qu'il expire de façon courte ;

s'entraîne à inspirer... et à expirer... sensible au corps tout entier ; s'entraîne à inspirer... et à expirer ... calmant la fabrication corporelle : en cette occasion, le moine demeure focalisé sur le *corps* en tant que tel – plein d'ardeur, en attitude d'alerte, et avec *sati* – maîtrisant l'avidité et la détresse par rapport au monde. Je vous dis, moines, que ceci – l'inspiration et l'expiration – est classé comme un corps parmi les corps, ce qui est la raison pour laquelle le moine en cette occasion demeure focalisé sur le corps en tant que tel – plein d'ardeur, en attitude d'alerte, et avec *sati* – laissant de côté l'avidité et la détresse par rapport au monde.

« [2] Quelle que soit l'occasion où un moine s'entraîne à inspirer... et à expirer..., sensible au ravissement ; s'entraîne à inspirer... et à expirer... sensible au plaisir ; s'entraîne à inspirer... et à expirer... sensible à la fabrication mentale ; s'entraîne à inspirer... et à expirer... calmant la fabrication mentale : en cette occasion, le moine demeure focalisé sur les *sensations* en tant que telles – plein d'ardeur, en attitude d'alerte, et avec *sati* – maîtrisant l'avidité et la détresse par rapport au monde. Je vous dis, moines, que ceci – l'attention soutenue aux inspirations et aux expirations – est classé comme une sensation parmi les sensations, ce qui est la raison pour laquelle le moine en cette occasion demeure focalisé sur les sensations en tant que telles – plein d'ardeur, en attitude d'alerte, et avec *sati* – laissant de côté l'avidité et la détresse par rapport au monde.

« [3] Quelle que soit l'occasion où un moine s'entraîne à inspirer... et à expirer... sensible à l'esprit ; s'entraîne à inspirer... et à expirer... satisfaisant l'esprit ; s'entraîne à inspirer... et à expirer... stabilisant l'esprit ; s'entraîne à inspirer... et à expirer... affranchissant l'esprit : en cette occasion, le moine demeure focalisé sur *l'esprit* en tant que tel – plein d'ardeur, en attitude d'alerte, et avec *sati* – maîtrisant l'avidité et la détresse par rapport au monde. Je ne dis pas qu'il y a *sati* de l'inspiration et de l'expiration dans celui dont le *sati* est confus et sans attitude d'alerte, ce qui est la raison pour laquelle le moine en cette occasion demeure focalisé sur l'esprit en tant que tel – plein d'ardeur, en attitude d'alerte, et avec *sati* – laissant de côté l'avidité et la détresse par rapport au monde.

« [4] Quelle que soit l'occasion où un moine s'entraîne à inspirer... et à expirer... se focalisant sur l'inconstance ; s'entraîne à inspirer... et à expirer... se focalisant sur la dépassion ; s'entraîne à inspirer... et à expirer... se focalisant sur la cessation ; s'entraîne à inspirer... et à expirer... se focalisant sur le renoncement : en cette occasion, le moine demeure focalisé sur *les qualités mentales* en tant que telles

– plein d'ardeur, en attitude d'alerte, et avec *sati* – maîtrisant l'avidité et la détresse par rapport au monde. Celui qui voit clairement avec le discernement l'abandon de l'avidité et de la détresse est quelqu'un qui surveille avec l'équanimité, ce qui est la raison pour laquelle le moine en cette occasion, demeure focalisé sur *les qualités mentales* en tant que telles – plein d'ardeur, en attitude d'alerte, et avec *sati* – laissant de côté l'avidité et la détresse par rapport au monde.

« Voilà comment *sati* de l'inspiration et de l'expiration est développé et poursuivi afin d'amener les quatre établissements de *sati* à leur culmination.

### *Les sept facteurs de l'Eveil*

« Et comment les quatre établissements de *sati* sont-ils développés et poursuivis afin d'amener les sept facteurs de l'Eveil à leur culmination ?

« [1] Quelle que soit l'occasion où le moine demeure focalisé sur *le corps* en tant que tel – plein d'ardeur, en attitude d'alerte, et avec *sati* – laissant de côté l'avidité et la détresse par rapport au monde, en cette occasion, son *sati* est stable et sans brèche. Quand son *sati* est stable et sans brèche, alors *sati* en tant que facteur de l'Eveil devient stimulé. Il le développe, et pour lui il va jusqu'à la culmination de son développement.

« [2] Demeurant avec *sati* de cette manière, il examine, analyse, et en vient à une compréhension de cette qualité avec le discernement. Quand il demeure avec *sati* de cette manière, examinant, analysant, et en venant à une compréhension de cette qualité avec le discernement, alors *l'analyse des qualités* en tant que facteur de l'Eveil devient stimulée. Il la développe, et pour lui elle va jusqu'à la culmination de son développement.

« [3] En quelqu'un qui examine, analyse, et en vient à une compréhension de cette qualité avec le discernement, une persistance inlassable est stimulée. Quand une persistance inlassable est stimulée en quelqu'un qui examine, analyse, et en vient à une compréhension de cette qualité avec le discernement, alors *la persistance* en tant que facteur de l'Eveil devient stimulée. Il la développe, et pour lui elle va jusqu'à la culmination de son développement.

« [4] En quelqu'un dont la persistance est stimulée, un ravissement non charnel apparaît. Quand un ravissement non charnel apparaît en quelqu'un dont la persistance

est stimulée, alors *le ravissement* en tant que facteur de l'Eveil devient stimulé. Il le développe, et pour lui il va jusqu'à la culmination de son développement.

« [5] Pour quelqu'un qui est dans le ravissement, le corps devient calme et l'esprit devient calme. Quand le corps et l'esprit d'un moine dans le ravissement deviennent calmes, alors *la sérénité* en tant que facteur de l'Eveil devient stimulée. Il la développe, et pour lui elle va jusqu'à la culmination de son développement.

« [6] Pour quelqu'un qui est à l'aise – son corps calmé – l'esprit devient concentré. Quand l'esprit de quelqu'un qui est à l'aise – son corps calmé – devient concentré, alors *la concentration* en tant que facteur de l'Eveil devient stimulée. Il la développe, et pour lui elle va jusqu'à la culmination de son développement.

« [7] Il surveille l'esprit ainsi concentré avec équanimité. Quand il surveille l'esprit ainsi concentré avec équanimité, alors *l'équanimité* en tant que facteur de l'Eveil devient stimulée. Il la développe, et pour lui elle va jusqu'à la culmination de son développement.

[De façon similaire pour ce qui est des trois autres établissements de *sati* : les sensations, l'esprit, et les qualités mentales.]

« Voilà comment les quatre établissements de *sati* sont développés et poursuivis afin d'amener les sept facteurs de l'Eveil à leur culmination.

### *La connaissance claire et l'affranchissement*

« Et comment les sept facteurs de l'Eveil sont-ils développés et poursuivis afin d'amener la connaissance claire et l'affranchissement à leur culmination ? Il y a le cas où un moine développe *sati* en tant que facteur de l'Eveil en dépendance de l'isolement... de la dépassion... de la cessation, résultant dans le renoncement. Il développe *l'analyse des qualités* en tant que facteur de l'Eveil... *la persistance* en tant que facteur de l'Eveil... *le ravissement* en tant que facteur de l'Eveil... *la sérénité* en tant que facteur de l'Eveil... *la concentration* en tant que facteur de l'Eveil... *l'équanimité* en tant que facteur de l'Eveil en dépendance de l'isolement... de la dépassion... de la cessation, résultant dans le renoncement.

« Voilà comment les sept facteurs de l'Eveil, quand ils sont développés et poursuivis, amènent la connaissance claire et l'affranchissement à leur culmination. »

*La capacité à suivre cette voie jusqu'à son terme ne se résume pas à la maîtrise d'une technique. Elle dépend aussi de la capacité à développer de forts traits de caractère.*

« Maintenant, quelles sont les huit pensées d'un grand homme ? Ce *Dhamma* est pour quelqu'un qui est modeste, pas pour quelqu'un qui s'auto-glorifie. Ce *Dhamma* est pour quelqu'un qui se contente, pas pour quelqu'un qui ne se contente pas. Ce *Dhamma* est pour quelqu'un qui vit dans le retirement, pas pour quelqu'un qui est empêtré. Ce *Dhamma* est pour quelqu'un dont la persistance est stimulée, pas pour quelqu'un qui est paresseux. Ce *Dhamma* est pour quelqu'un dont le *sati* est établi, pas pour quelqu'un dont le *sati* est confus. Ce *Dhamma* est pour quelqu'un dont l'esprit est concentré, pas pour quelqu'un dont l'esprit n'est pas concentré. Ce *Dhamma* est pour quelqu'un qui est doté du discernement, pas pour quelqu'un dont le discernement est faible. Ce *Dhamma* est pour quelqu'un qui prend plaisir dans la non-objectification, qui se délecte dans la non-objectification, pas pour quelqu'un qui prend plaisir et qui se délecte dans l'objectification.

« Ce *Dhamma* est pour quelqu'un qui est modeste, pas pour quelqu'un qui s'auto-glorifie. Ainsi il a été dit. En référence à quoi cela a-t-il été dit ? Il y a le cas où un moine, étant modeste, ne veut pas que l'on sache que : 'Il est modeste.' Se contentant, il ne veut pas que l'on sache que : 'Il se contente.' Vivant dans le retirement, il ne veut pas que l'on sache que : 'Il vit dans le retirement.' Sa persistance étant stimulée, il ne veut pas que l'on sache que : 'Sa persistance est stimulée.' Son *sati* étant établi, il ne veut pas que l'on sache que : 'Son *sati* est établi.' Son esprit étant concentré, il ne veut pas que l'on sache que : 'Son esprit est concentré.' Etant doté du discernement, il ne veut pas que l'on sache que : 'Il est doté du discernement.' Prenant plaisir dans la non-objectification, il ne veut pas que l'on sache que : 'Il prend plaisir dans la non-objectification.' 'Ce *Dhamma* est pour quelqu'un qui est modeste, pas pour quelqu'un qui s'auto-glorifie.' Ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

« 'Ce *Dhamma* est pour quelqu'un qui se contente, pas pour quelqu'un qui ne se contente pas.' Ainsi il a été dit. En référence à quoi cela a-t-il été dit ? Il y a le cas où un moine se contente de n'importe quel vieux tissu pour robes, n'importe quelle vieille nourriture d'aumônes, n'importe quel vieux logement, n'importe quelle vieille nécessité médicinale pour guérir la maladie. 'Ce *Dhamma* est pour quelqu'un qui se

contente, pas pour quelqu'un qui ne se contente pas.' Ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

« 'Ce *Dhamma* est pour quelqu'un qui vit dans le retirement, pas pour quelqu'un qui est empêtré.' Ainsi il a été dit. En référence à quoi cela a-t-il été dit ? Il y a le cas où un moine, quand il vit dans l'isolement, reçoit la visite de moines, de nonnes, de laïcs hommes, de laïcs femmes, de rois, de ministres royaux, de sectateurs et de leurs disciples. Avec son esprit qui penche vers l'isolement, qui tend vers l'isolement, qui incline vers l'isolement, qui vise l'isolement, qui se délecte dans la renonciation, il converse avec eux seulement autant qu'il est nécessaire pour qu'ils prennent congé. 'Ce *Dhamma* est pour quelqu'un qui vit dans le retirement, pas pour quelqu'un qui est empêtré.' Ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

« 'Ce *Dhamma* est pour quelqu'un dont la persistance est stimulée, pas pour quelqu'un qui est paresseux.' Ainsi il a été dit. En référence à quoi cela a-t-il été dit ? Il y a le cas où un moine maintient sa persistance stimulée pour l'abandon des qualités mentales malhabiles et pour l'adoption des qualités mentales habiles. Il est résolu, ferme dans son effort, ne fuyant pas ses devoirs en ce qui concerne les qualités mentales habiles. 'Ce *Dhamma* est pour quelqu'un dont la persistance est stimulée, pas pour quelqu'un qui est paresseux.' Ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

« 'Ce *Dhamma* est pour quelqu'un dont le *sati* est établi, pas pour quelqu'un dont le *sati* est confus.' Ainsi il a été dit. En référence à quoi cela a-t-il été dit ? Il y a le cas où un moine a *sati*, est hautement méticuleux, se souvenant et étant capable de se rappeler à l'esprit même des choses qui ont été faites et dites il y a longtemps. 'Ce *Dhamma* est pour quelqu'un dont le *sati* est établi, pas pour quelqu'un dont le *sati* est confus.' Ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

« 'Ce *Dhamma* est pour quelqu'un dont l'esprit est concentré, pas pour quelqu'un dont l'esprit n'est pas concentré.' Ainsi il a été dit. En référence à quoi cela a-t-il été dit ? Il y a le cas où un moine – tout à fait isolé de la sensualité, isolé des qualités mentales malhabiles – entre et demeure dans le premier *jhāna* : le ravissement et le plaisir nés de l'isolement, accompagnés par la pensée dirigée et l'évaluation. Avec l'apaisement des pensées dirigées et des évaluations, il entre et demeure dans le deuxième *jhāna* : le ravissement et le plaisir nés de la concentration, l'unification de la conscience libres de la pensée dirigée et de l'évaluation – l'assurance intérieure. Avec la disparition du ravissement, il demeure dans l'équanimité, avec *sati* et en attitude

d'alerte, et il ressent le plaisir avec le corps. Il entre et demeure dans le troisième *jhāna*, à propos duquel les Êtres nobles déclarent : 'Equanime et avec *sati*, il demeure dans un lieu de plaisance.' Avec l'abandon du plaisir et de la douleur – comme avec la disparition précédente de l'allégresse et de la détresse – il entre et demeure dans le quatrième *jhāna* : la pureté de l'équanimité et de *sati*, ni plaisir ni douleur. 'Ce *Dhamma* est pour quelqu'un dont *l'esprit* est concentré, pas pour quelqu'un dont *l'esprit* est non concentré.' Ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

« 'Ce *Dhamma* est pour quelqu'un qui est doté du discernement, pas pour quelqu'un dont le discernement est faible.' Ainsi il a été dit. En référence à quoi cela a-t-il été dit ? Il y a le cas où un moine a le discernement, est doté du discernement, de l'apparition et de la disparition – noble, pénétrant, qui conduit au terme juste du stress. 'Ce *Dhamma* est pour quelqu'un qui est doté du discernement, pas pour quelqu'un dont le discernement est faible.' Ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

« 'Ce *Dhamma* est pour quelqu'un qui prend plaisir dans la non-objectification, qui se délecte dans la non-objectification, pas pour quelqu'un qui prend plaisir dans l'objectification et qui se délecte dans l'objectification.' Ainsi il a été dit. Et en référence à quoi cela a-t-il été dit ? Il y a le cas où *l'esprit* d'un moine bondit, devient confiant, résolu et ferme dans la cessation de l'objectification.

« 'Ce *Dhamma* est pour quelqu'un qui prend plaisir dans la non-objectification, qui se délecte dans la non-objectification, pas pour quelqu'un qui prend plaisir dans l'objectification et qui se délecte dans l'objectification.' Ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit. » AN 8:30

« Un moine doté de ces sept qualités est digne de dons, digne d'hospitalité, digne d'offrandes, digne de respect, un champ inégalé de mérite pour le monde. Quelles sont ces sept ? Il y a le cas où un moine est quelqu'un avec un sens du *Dhamma*, un sens de la signification, un sens de lui-même, un sens de la modération, un sens du temps, un sens des rassemblements sociaux, et un sens des distinctions entre les individus.

« Et comment un moine est-il quelqu'un avec un sens du *Dhamma* ? Il y a le cas où un moine connaît le *Dhamma* : les dialogues, les récits en prose et en vers mélangés, les explications, les vers, les exclamations spontanées, les citations, les histoires des naissances, les événements étonnants, les séances de questions et de réponses [il s'agit d'une liste des premiers classements des enseignements du



Bouddha]. S'il ne connaissait pas le *Dhamma* – les dialogues, les récits en prose et en vers mélangés, les explications, les vers, les exclamations spontanées, les citations, les histoires des naissances, les événements étonnants, et les séances de questions et de réponses – on ne dirait pas de lui qu'il est quelqu'un avec un sens du *Dhamma*. En conséquence, c'est parce qu'il connaît vraiment le *Dhamma* – les dialogues... les séances de questions et de réponses – qu'on dit de lui qu'il est quelqu'un avec un sens du *Dhamma*. C'est quelqu'un avec un sens du *Dhamma*.

« Et comment un moine est-il quelqu'un avec un sens de la signification ? Il y a le cas où un moine connaît la signification de cette déclaration-ci et de cette déclaration-là – 'C'est la signification de cette déclaration-là ; c'est la signification de ceci.' S'il ne connaissait pas la signification de cette déclaration-ci et de cette déclaration-là – 'C'est la signification de cette déclaration-là ; c'est la signification de ceci' – on ne dirait pas de lui qu'il est quelqu'un avec un sens de la signification. En conséquence, c'est parce qu'il connaît la signification de cette déclaration-ci, et de cette déclaration-là – 'C'est la signification de cette déclaration-là ; c'est la signification de ceci' – qu'on dit de lui qu'il est quelqu'un avec un sens de la signification. C'est quelqu'un avec un sens du *Dhamma*, et un sens de la signification.

« Et comment un moine est-il quelqu'un avec un sens de lui-même ? Il y a le cas où un moine se connaît lui-même : 'Voilà jusqu'où je suis arrivé en matière de conviction, de vertu, de savoir, de générosité, de discernement, de vivacité d'esprit.' S'il ne se connaissait pas lui-même – 'Voilà jusqu'où je suis arrivé en matière de conviction, de vertu, de savoir, de générosité, de discernement, de vivacité d'esprit' – on ne dirait pas de lui qu'il est quelqu'un avec un sens de lui-même. En conséquence, c'est parce qu'il se connaît lui-même – 'Voilà jusqu'où je suis arrivé en matière de conviction, de vertu, de savoir, de générosité, de discernement, de vivacité d'esprit' – qu'on dit de lui qu'il est quelqu'un avec un sens de lui-même. C'est quelqu'un avec un sens du *Dhamma*, un sens de la signification, et un sens de lui-même.

« Et comment un moine est-il quelqu'un avec un sens de la modération ? Il y a le cas où un moine connaît la modération en acceptant des robes, de la nourriture d'aumônes, un logement, et des nécessités médicinales pour guérir les malades. S'il ne connaissait pas la modération en acceptant des robes, de la nourriture d'aumônes, un logement, et des nécessités médicinales pour guérir les malades, on ne dirait pas de lui qu'il est quelqu'un avec un sens de la modération. En conséquence, c'est parce qu'il connaît la modération en acceptant des robes, de la nourriture d'aumônes, un

logement, et des nécessités médicinales pour guérir les malades, qu'on dit de lui qu'il est quelqu'un avec un sens de la modération. C'est quelqu'un avec un sens du *Dhamma*, un sens de la signification, un sens de lui-même, et un sens de la modération.

« Et comment un moine est-il quelqu'un avec un sens du temps ? Il y a le cas où un moine connaît le temps : 'Ceci, c'est le temps pour la récitation ; ceci, le temps pour questionner ; ceci, le temps pour faire un effort [dans la méditation] ; ceci, le temps pour l'isolement.' S'il ne connaissait pas le temps – 'Ceci, c'est le temps pour la récitation ; ceci, le temps pour questionner ; ceci, le temps pour faire un effort ; ceci, le temps pour l'isolement' – on ne dirait pas de lui qu'il est quelqu'un avec un sens du temps. En conséquence, c'est parce qu'il connaît vraiment le temps – 'Ceci, c'est le temps pour la récitation ; ceci, le temps pour questionner ; ceci, le temps pour faire un effort ; ceci, le temps pour l'isolement' – qu'on dit de lui qu'il est quelqu'un avec un sens du temps. C'est quelqu'un avec un sens du *Dhamma*, un sens de la signification, un sens de lui-même, un sens de la modération, et un sens du temps.

« Et comment un moine est-il quelqu'un qui a un sens des rassemblements sociaux ? Il y a le cas où un moine connaît son rassemblement social : 'Ceci, c'est un rassemblement social de nobles guerriers ; ceci, un rassemblement social de brahmanes ; ceci, un rassemblement social de maîtres de foyer ; ceci, un rassemblement social de contemplatifs ; ici on devrait les aborder de cette manière, se tenir debout de cette manière, agir de cette manière, s'asseoir de cette manière, parler de cette manière, demeurer silencieux de cette manière.' S'il ne connaissait pas son rassemblement social – 'Ceci, c'est un rassemblement social de nobles guerriers ; ceci, un rassemblement social de brahmanes ; ceci, un rassemblement social de maîtres de foyer ; ceci, un rassemblement social de contemplatifs ; ici on devrait les aborder de cette manière, se tenir debout de cette manière, agir de cette manière, s'asseoir de cette manière, parler de cette manière, demeurer silencieux de cette manière' – on ne dirait pas de lui qu'il est quelqu'un avec un sens des rassemblements sociaux. En conséquence, c'est parce qu'il connaît son rassemblement social – 'Ceci, c'est un rassemblement social de nobles guerriers ; ceci, un rassemblement social de brahmanes ; ceci, un rassemblement social de maîtres de foyer ; ceci, un rassemblement social de contemplatifs ; ici on devrait les aborder de cette manière, se tenir debout de cette manière, agir de cette manière, s'asseoir de cette manière, parler de cette manière, demeurer silencieux de cette manière' – qu'on dit de lui qu'il est

quelqu'un avec un sens des rassemblements sociaux. C'est quelqu'un avec un sens du *Dhamma*, un sens de la signification, un sens de lui-même, un sens de la modération, un sens du temps, et un sens des rassemblements sociaux.

« Et comment un moine est-il quelqu'un avec un sens des distinctions entre les individus ? Il y a le cas où des personnes sont connues d'un moine en termes de deux catégories.

« Entre deux personnes – une qui veut voir des Êtres nobles et une qui ne veut pas – celle qui ne veut pas voir des Êtres nobles doit être critiquée pour cette raison-là, celle qui veut voir des Êtres nobles doit, pour cette raison-là, être louée.

« Entre deux personnes qui veulent voir des Êtres nobles – une qui veut entendre le *Dhamma* véritable et une qui ne veut pas – celle qui ne veut pas entendre le *Dhamma* véritable doit être critiquée pour cette raison-là, celle qui veut entendre le *Dhamma* véritable doit, pour cette raison-là, être louée.

« Entre deux personnes qui veulent entendre le *Dhamma* véritable – une qui écoute avec une oreille attentive et une qui écoute sans une oreille attentive – celle qui écoute sans une oreille attentive doit être critiquée pour cette raison-là, celle qui écoute avec une oreille attentive doit, pour cette raison-là, être louée.

« Entre deux personnes qui écoutent avec une oreille attentive – une qui, ayant écouté le *Dhamma*, s'en souvient et une qui ne s'en souvient pas – celle qui, ayant écouté le *Dhamma*, ne s'en souvient pas, doit être critiquée pour cette raison-là, celle qui, ayant écouté le *Dhamma*, se souvient du *Dhamma* doit, pour cette raison-là, être louée.

« Entre deux personnes qui ayant écouté le *Dhamma*, s'en souviennent – une qui explore la signification du *Dhamma* dont elle se souvient et une qui ne le fait pas – celle qui n'explore pas la signification du *Dhamma* dont elle se souvient doit être critiquée pour cette raison-là, celle qui explore la signification du *Dhamma* dont elle se souvient doit, pour cette raison-là, être louée.

« Entre deux personnes qui explorent la signification du *Dhamma* dont elles se souviennent – une qui pratique le *Dhamma* en accord avec le *Dhamma*, ayant un sens du *Dhamma*, ayant un sens de la signification, et une qui ne le fait pas – celle qui ne pratique pas le *Dhamma* en accord avec le *Dhamma*, ayant un sens du *Dhamma*, ayant un sens de la signification doit être critiquée pour cette raison-là, celle qui pratique le *Dhamma* en accord avec le *Dhamma*, ayant un sens du *Dhamma*, ayant un sens de la signification doit, pour cette raison-là, être louée.

« Entre deux personnes qui pratiquent le *Dhamma* en accord avec le *Dhamma*, ayant un sens du *Dhamma*, ayant un sens de la signification – une qui pratique à la fois pour son propre bénéfice et pour celui des autres, et une qui pratique pour son propre bénéfice mais pas pour celui des autres – celle qui pratique pour son propre bénéfice mais pas pour celui des autres doit être critiquée pour cette raison-là, celle qui pratique à la fois pour son propre bénéfice et pour celui des autres doit, pour cette raison-là, être louée.

« Voilà comment les personnes sont connues d'un moine en termes de deux catégories. Et voilà comment un moine est quelqu'un avec un sens des distinctions entre les individus.

« Un moine doté de ces sept qualités est digne de dons, digne d'hospitalité, digne d'offrandes, digne de respect, un champ inégalé de mérite pour le monde. » AN 7:64

*Pratiquer le Dhamma en accord avec le Dhamma ne rend pas seulement digne de respect, c'est aussi une manière de montrer son respect et sa gratitude envers le Bouddha pour son amitié admirable en créant l'occasion d'entendre le Dhamma véritable.*

Alors le Béni, [sur son lit de mort] dit au Vénérable Ānanda : « Ānanda, les arbres *sāla* jumeaux sont en fleurs, et bien que ce ne soit pas la période de la floraison, leurs pétales tombent, parsèment, et recouvrent le corps du *Tathāgata* en son hommage. Des fleurs de l'arbre corail céleste tombent du ciel... De la poudre de bois de santal céleste tombe du ciel... De la musique céleste est jouée dans le ciel... Des chants célestes sont chantés dans le ciel, en hommage au *Tathāgata*. Mais ce n'est pas dans cette mesure qu'un *Tathāgata* est l'objet de la dévotion, est honoré, respecté, vénéré, ou qu'on lui rend hommage. Plutôt, le moine, la nonne, le disciple laïc homme ou la disciple laïc femme qui pratique continuellement le *Dhamma* en accord avec le *Dhamma*, qui pratique continuellement de façon magistrale, qui vit en accord avec le *Dhamma* : c'est là la personne qui fait preuve de dévotion, honore, respecte, vénère, et rend hommage au *Tathāgata* avec l'hommage le plus élevé. En conséquence, vous devriez vous entraîner : 'Nous pratiquerons continuellement le *Dhamma* en accord avec le *Dhamma*, nous pratiquerons continuellement de façon magistrale, nous vivrons en accord avec le *Dhamma*.' Voilà comment vous devriez vous entraîner. » DN 16

## SECONDE PARTIE

*L'entrée-dans-le-courant et ses résultats*

Quand il traite de l'expérience de l'entrée-dans-le-courant, le Canon utilise l'ensemble de ses trois modes typiques de discours : le mode narratif – les récits à propos de personnes qui ont atteint l'entrée-dans-le-courant ; le mode cosmologique – les descriptions des destinations après la mort qui attendent ceux qui ont atteint l'entrée-dans-le-courant ; et ce que l'on pourrait appeler le mode « vide », qui décrit les états mentaux en tant que tels lorsqu'on en fait directement l'expérience en tant qu'absents ou présents, à la fois pendant et après l'entrée-dans-le-courant.

Le contenu de cette partie du guide d'études est divisé en cinq parties. La première partie : **L'apparition de l'Œil du Dhamma**, présente l'expérience de l'entrée-dans-le-courant, et elle se termine avec un passage qui indique pourquoi l'expérience est décrite en termes de la faculté de la vision. La deuxième partie : **Les trois entraves**, présente les trois entraves de l'existence renouvelée qui sont tranchées avec l'apparition de l'Œil du Dhamma : les vues de l'identité d'un soi, l'incertitude, et l'attachement aux habitudes et aux pratiques. La troisième partie : **Le caractère de celui-qui-est-entré-dans-le-courant**, présente les caractéristiques personnelles de celui-qui-est-entré-dans-le-courant qui découlent directement du fait d'avoir tranché les trois premières entraves. Cette section se focalise sur trois listes des quatre facteurs de l'entrée-dans-le-courant, qu'il ne faut pas confondre avec les quatre facteurs de l'entrée-dans-le-courant présentés dans la première partie de ce guide d'études. La quatrième partie : **Les récompenses**, présente les récompenses de l'entrée-dans-le-courant qui surviennent à la fois dans cette vie et dans des vies futures. La dernière partie : **Conseils**, fait écho aux dernières paroles du Bouddha à ses disciples avant qu'il n'entre dans le nibbāna total. Le discours qui rapporte ces paroles – DN 16 – indique aussi que les plus arriérés des moines présents lors de la disparition du Bouddha faisaient partie de ceux-qui-sont-entrés-dans-le-courant. Le fait que les dernières paroles qu'il leur adressa insistaient sur la nécessité d'être vigilant montre que même ceux-qui-sont-entrés-dans-le-courant doivent faire attention à

*ne pas être négligents. Cela est particulièrement vrai à l'heure actuelle, quand de nombreuses écoles de méditation différentes définissent l'atteinte de l'entrée-dans-le-courant en des termes tellement différents, soulevant ainsi la question de savoir quelles sont les certifications qui sont valables et quelles sont celles qui ne le sont pas. Pour tous les méditants, la façon d'agir la plus sûre – qu'ils soient certifiés comme faisant partie de ceux-qui-sont-entrés-dans-le-courant, ou non, et que la certification soit valide ou non – consiste à maintenir une attitude de vigilance vis-à-vis de l'ensemble des qualités mentales.*

\* \* \*

*Dans « entrée-dans-le-courant », le terme « courant » fait référence au stade où l'ensemble des huit facteurs de la Noble Octuple Voie convergent.*

« Sāriputta : 'Le courant, le courant' : ainsi il a été dit. Et, Sāriputta, qu'est-ce que le courant ? »

« Cette Noble Octuple Voie, seigneur, est le courant : la Vue Juste, la Résolution Juste, la Parole Juste, l'Action Juste, les Moyens d'existence Justes, l'Effort Juste, *Sati* Juste, la Concentration Juste. »

« Très bien, Sāriputta ! Très bien ! Cette Noble Octuple Voie – la Vue Juste, la Résolution Juste, la Parole Juste, l'Action Juste, les Moyens d'existence Justes, l'Effort Juste, *Sati* Juste, la Concentration Juste – est le courant. » SN 55:5

« Et qu'est ce que la Vue Juste ? La connaissance en termes de stress, la connaissance en termes de l'origine du stress, la connaissance en termes de la cessation du stress, la connaissance en termes de la voie de la pratique qui conduit à la cessation du stress : c'est ce qu'on appelle la Vue Juste.

« Et qu'est-ce que la Résolution Juste ? Etre résolu en ce qui concerne le renoncement, en ce qui concerne la non malveillance, en ce qui concerne l'innocuité : c'est ce qu'on appelle la Résolution Juste.

« Et qu'est-ce que la Parole Juste ? S'abstenir de mentir, de paroles qui divisent, de paroles injurieuses, et de bavardage inutile : c'est ce qu'on appelle la Parole Juste.

« Et qu'est ce que l'Action Juste ? S'abstenir d'ôter la vie, s'abstenir de voler, et de rapports sexuels : c'est ce qu'on appelle l'Action Juste.

« Et qu'est ce que les Moyens d'existence Justes ? Il y a le cas où un disciple des Etres nobles, ayant abandonné les moyens d'existence malhonnêtes, se maintient en vie à l'aide de Moyens d'existence Justes : c'est ce qu'on appelle les Moyens d'existence Justes.

« Et qu'est ce que l'Effort Juste ? Il y a le cas où un moine génère le désir, s'efforce, stimule la persistance, soutient et exerce son intention pour la non-apparition des qualités mauvaises, malhabiles qui ne sont pas encore apparues... pour l'abandon des qualités mauvaises, malhabiles qui sont apparues... pour l'apparition des qualités habiles qui ne sont pas encore apparues... (et) pour le maintien, la non-confusion, l'accroissement, la plénitude, le développement, et la culmination des qualités habiles qui sont apparues : c'est ce qu'on appelle l'Effort Juste.

« Et qu'est ce que *Sati* Juste ? Il y a le cas où un moine demeure focalisé sur le corps en tant que tel – plein d'ardeur, en attitude d'alerte et avec *sati* – laissant de côté l'avidité et la détresse par rapport au monde. Il demeure focalisé sur les sensations en tant que telles... l'esprit en tant que tel... les qualités mentales en tant que telles – plein d'ardeur, en attitude d'alerte et avec *sati* – laissant de côté l'avidité et la détresse par rapport au monde : c'est ce qu'on appelle *Sati* Juste.

« Et qu'est ce que la Concentration Juste ? Il y a le cas où un moine – tout à fait isolé de la sensualité, isolé des qualités malhabiles – entre et demeure dans le premier *jhāna* : le ravissement et le plaisir nés de l'isolement, accompagnés par la pensée dirigée et l'évaluation. Avec l'apaisement des pensées dirigées et des évaluations, il entre et demeure dans le deuxième *jhāna* : le ravissement et le plaisir nés de la concentration, l'unification de la conscience libres de la pensée dirigée et de l'évaluation – l'assurance intérieure. Avec la disparition du ravissement, il demeure équanime, avec *sati* et en attitude d'alerte, et il ressent le plaisir avec le corps. Il entre et demeure dans le troisième *jhāna*, à propos duquel les Etres nobles déclarent : 'Equanime et avec *sati*, il demeure dans un lieu de plaisance.' Avec l'abandon du plaisir et de la douleur – comme avec la disparition précédente de l'allégresse et de la détresse – il entre et demeure dans le quatrième *jhāna* : la pureté de l'équanimité et de *sati*, ni plaisir ni douleur. C'est ce qu'on appelle la Concentration Juste. » SN 45.8

*La convergence de ces facteurs est appelée le courant parce qu'elle conduit inévitablement à deux choses, tout comme le courant d'un affluent conduit inévitablement à une rivière plus importante et ensuite à la mer. Dans le présent*

*immédiat, le courant conduit directement à l'apparition de l'Œil du Dhamma, la vision qui constitue ce premier Eveil. Avec le temps, le courant garantit que – dans sept vies au maximum – on sera totalement délié.*

## L'APPARITION DE L'ŒIL DU DHAMMA

*Que voit l'Œil du Dhamma quand il apparaît ?*

Alors le Vénérable Assaji donna son exposition du *Dhamma* à Sāriputta l'errant :

« Quels que soient les phénomènes  
qui apparaissent en raison d'une cause,  
leur cause  
et leur cessation :

Tel est l'enseignement du *Tathāgata*,  
le Grand contemplatif. »

Alors, en Sāriputta l'errant, lorsqu'il entendit cette exposition du *Dhamma*, apparut là l'Œil immaculé, sans tache du *Dhamma* : *Tout ce qui est sujet à l'origine est sujet à la cessation. Mv I.23.5*

*Cette formule standard peut sembler ne pas constituer une vision pénétrante remarquable. Cependant, le texte dit clairement que cette vision pénétrante n'est pas une question de croyance ou de contemplation, mais de vision directe. Ainsi que les passages suivants le montrent, la croyance et la contemplation peuvent favoriser la vision – et un niveau indéfini de croyance et de discernement peut garantir qu'un jour au cours de cette vie la vision surviendra – mais c'est seulement avec la vision réelle que se produit effectivement un changement majeur dans le cours de la vie et de la relation avec le Dhamma.*

« Moines, l'œil est inconstant, changeant, altérable. L'oreille... Le nez... La langue... Le corps... L'esprit est inconstant, changeant, altérable.

Les formes... Les sons... Les arômes... Les saveurs... Les sensations tactiles... Les idées sont inconstantes, changeantes, altérables.



« La conscience à l'œil... La conscience à l'oreille... La conscience au nez... La conscience à la langue... La conscience au corps... La conscience à l'intellect est inconstante, changeante, altérable.

« Le contact à l'œil... Le contact à l'oreille... Le contact au nez... Le contact à la langue... Le contact au corps... Le contact à l'intellect est inconstant, changeant, altérable.

« La sensation née du contact à l'œil... La sensation née du contact à l'oreille... La sensation née du contact au nez... La sensation née du contact à la langue... La sensation née du contact au corps... La sensation née du contact à l'intellect est inconstante, changeante, altérable.

« La perception des formes... La perception des sons... La perception des odeurs... La perception des goûts... La perception des sensations tactiles... La perception des idées est inconstante, changeante, altérable.

« L'intention pour les formes... L'intention pour les sons... L'intention pour les odeurs... L'intention pour les goûts... L'intention pour les sensations tactiles... L'intention pour les idées est inconstante, changeante, altérable.

« Le désir ardent pour les formes... Le désir ardent pour les sons... Le désir ardent pour les odeurs... Le désir ardent pour les goûts... Le désir ardent pour les sensations tactiles... Le désir ardent pour les idées est inconstant, changeant, altérable.

« La propriété de la terre... La propriété du liquide... La propriété du feu... La propriété du vent... La propriété de l'espace... La propriété de la conscience est inconstante, changeante, altérable.

« La forme... La sensation... La perception... Les fabrications... La conscience est inconstante, changeante, altérable.

« Quelqu'un qui a la conviction et la croyance que ces phénomènes sont ainsi est appelé un disciple-de-la-foi : quelqu'un qui a pénétré le bien-fondé de la justesse, qui est entré sur le plan d'existence des personnes intègres, qui a transcendé le plan d'existence des personnes ordinaires. Il est incapable de commettre la moindre action par laquelle il pourrait renaître en enfer, dans la matrice animale, ou sur le plan d'existence des esprits affamés. Il est incapable de disparaître avant d'avoir réalisé le fruit de l'entrée-dans-le-courant.

« Quelqu'un qui, après les avoir pesés avec un minimum de discernement, a accepté que ces phénomènes sont ainsi est appelé un disciple du *Dhamma* : quelqu'un

qui a pénétré le bien-fondé de la justesse, qui est entré sur le plan d'existence des personnes intègres, qui a transcendé le plan d'existence des personnes ordinaires. Il est incapable de commettre aucune action par laquelle il pourrait renaître en enfer, dans la matrice animale, ou sur le plan d'existence des esprits affamés. Il est incapable de disparaître avant d'avoir réalisé le fruit de l'entrée-dans-le-courant.

« Quelqu'un qui connaît et voit que ces phénomènes sont ainsi est appelé un-deux-qui-sont-entrés-dans-le-courant, ferme, jamais plus destiné aux états de malheur, en route pour l'Eveil par soi-même. » *SN 25:1-10*

Chez Upāli, le maître de foyer, alors qu'il était assis ici-même, apparut l'Œil sans poussière, sans tache du *Dhamma* : *Tout ce qui est sujet à l'origine est sujet à la cessation*. Puis – ayant vu le *Dhamma*, ayant atteint le *Dhamma*, connu le *Dhamma*, pris pied dans le *Dhamma*, ayant traversé et étant au-delà du doute, n'ayant plus de questions – Upāli, le maître de foyer devint libre de la peur et fut indépendant des autres en ce qui concerne le message du Maître. *MN 56*

*Une partie de ce qui fait que l'apparition de l'Œil du Dhamma est une expérience aussi puissante est que l'on se rend compte que « Tout ce qui est sujet à l'origine est sujet à la cessation » doit s'accompagner d'un aperçu de ce qui s'oppose à « Tout ce qui est sujet à l'origine, » c'est-à-dire un aperçu de l'Inconditionné – le Sans-mort.*

[Immédiatement après avoir atteint l'entrée-dans-le-courant] Sāriputta l'errant alla près de Moggallāna l'errant. Moggallāna l'errant le vit venir de loin et, en le voyant, dit : « Tes facultés sont lumineuses, mon ami ; ton teint pur et clair. Se pourrait-il que tu aies atteint le Sans-mort ? »

« Oui, mon ami, je l'ai atteint... » *Mv I.23.5*

*Le lien entre les vers d'Assaji ci-dessus, la présentation de la causation, et l'apparition de l'Œil du Dhamma chez Sāriputta suggèrent que cette réalisation véhiculée par l'Œil du Dhamma n'est pas simplement une vision pénétrante dans la nature fugace, impermanente de l'existence ordinaire. Elle s'étend aussi au fait de réaliser la nature conditionnée, dépendante de cette expérience. D'autres passages qui décrivent plus en détail la connaissance d'un-deux-qui-sont-*

*entrés-dans-le-courant – montrent que c'est en fait le cas. L'Œil du Dhamma voit que les choses apparaissent et disparaissent en accord avec un type particulier de causalité, dans lequel les effets des causes sont ressentis immédiatement, ou au cours du temps.*

« Et quelle est la noble méthode vue qu'il a vue justement et dénichée justement par le discernement ?

Il y a le cas où un disciple des Etres nobles observe :

« Quand ceci est, cela est.

« De l'apparition de ceci vient l'apparition de cela.

« Quand ceci n'est pas, cela n'est pas.

« De la cessation de ceci vient la cessation de cela.

« En d'autres termes :

« de l'ignorance comme condition requise viennent les fabrications.

« Des fabrications comme condition requise vient la conscience.

« De la conscience comme condition requise vient le nom-et-forme.

« Du nom-et-forme comme condition requise viennent les six média sensoriels.

« Des six média sensoriels comme condition requise vient le contact.

« Du contact comme condition requise vient la sensation.

« De la sensation comme condition requise vient le désir ardent.

« Du désir ardent comme condition requise vient l'agrippement/la sustentation.

« De l'agrippement/la sustentation comme condition requise vient le devenir.

« Du devenir comme condition requise vient la naissance.

« De la naissance comme condition requise, ensuite le vieillissement et la mort, la peine, la lamentation, la douleur, la détresse, et le désespoir entrent en jeu. Telle est l'origine de toute cette masse de stress et de souffrance.

« Maintenant, de la disparition et de la cessation sans reste de cette même ignorance vient la cessation des fabrications. De la cessation des fabrications vient la cessation de la conscience. De la cessation de la conscience vient la cessation du nom-et-forme. De la cessation du nom-et-forme vient la cessation des six média sensoriels. De la cessation des six média sensoriels vient la cessation du contact. De la cessation du contact vient la cessation de la sensation. De la cessation de la sensation vient la cessation du désir ardent. De la cessation du désir ardent vient la cessation de l'agrippement/la sustentation. De la cessation de l'agrippement/la sustentation vient

la cessation du devenir. De la cessation du devenir vient la cessation de la naissance. De la cessation de la naissance, ensuite le vieillissement et la mort, la peine, la lamentation, la douleur, la détresse, et le désespoir cessent tous. Telle est la cessation de toute cette masse de souffrance.

« Ceci est la noble méthode vue qu'il a vue justement et dénichée justement par le discernement. » AN 10.92

« Quand un disciple des Etres nobles a bien vu avec le Discernement Juste cette co-apparition en dépendance et ces phénomènes co-apparus en dépendance tels qu'ils sont réellement présents, il n'est pas possible qu'il courre après le passé, pensant : 'Ai-je existé dans le passé ? N'ai-je pas existé dans le passé ? Qu'étais-je dans le passé ? Comment étais-je dans le passé ? Ayant été quoi, qu'ai-je été dans le passé ?' ou qu'il courre après l'avenir, pensant : 'Existerai-je dans l'avenir ? N'existerai-je pas dans l'avenir ? Que serai-je dans l'avenir ? Comment serai-je dans l'avenir ? Ayant été quoi, que serai-je dans l'avenir ?' ou qu'il soit intérieurement perplexe à propos du présent immédiat, pensant : 'Suis-je ? Ne suis-je pas ? Que suis-je ? Comment suis-je ? D'où vient cet être ? Où va-t-il ?' Une telle chose est impossible. Pourquoi cela ? Parce que le disciple des Etres nobles a bien vu avec le Discernement Juste cette co-apparition en dépendance et ces phénomènes co-apparus en dépendance tels qu'ils sont réellement présents. » SN 12:20

*La vision pénétrante de celui-qui-est-entré-dans-le-courant, d'une part dans la vérité de la causalité, et d'autre part dans celle du Sans-mort est exacte jusqu'à un certain point, mais elle n'est pas égale à l'intensité de la vision pénétrante d'un arahant – quelqu'un qui a atteint le niveau final de l'Eveil. La différence entre les deux est suggérée dans la comparaison qui suit.*

[Le Vénérable Nārada :] « Mon ami, bien que j'aie vu de façon correcte avec le Discernement Juste, tel qu'il est réellement présent, que : 'La cessation du devenir est le Délitement,' je ne suis pas cependant pas encore un arahant dont les effluents sont arrivés à leur terme. C'est comme s'il y avait un puits au bord d'une route dans un désert, sans corde ni seau. Un homme passerait par là, accablé par la chaleur, oppressé par la chaleur, épuisé, déshydraté, et assoiffé. Il regarderait à l'intérieur du puits et aurait la connaissance de 'l'eau,' mais il ne demeurerait pas la touchant avec son corps.

De la même manière, bien que j'aie vu de façon correcte avec le Discernement Juste, tel qu'il est réellement présent, que : 'La cessation du devenir est le Délitement,' je ne suis toutefois pas encore un *arahant* dont les effluents sont arrivés à leur terme.  
SN 12:68

## LES TROIS ENTRAVES

*Les quatre niveaux de l'Eveil sont définis par la mesure dans laquelle ils tranchent les dix entraves par lesquelles l'esprit se lie lui-même à l'expérience conditionnée.*

« Et quelles sont les cinq entraves inférieures ? Les vues de l'identité d'un soi, l'incertitude, l'attachement aux habitudes et aux pratiques, le désir sensuel, et la malveillance. Ce sont là les cinq entraves inférieures. Et quelles sont les cinq entraves supérieures ? La passion pour la forme, la passion pour ce qui est sans forme, l'orgueil, l'agitation, et l'ignorance. Ce sont là les cinq entraves supérieures. » AN 10:13

« Dans cette communauté de moines, il y a des moines qui sont des *arahant*, dont les effluents sont arrivés à leur terme, qui sont parvenus à l'accomplissement, qui ont effectué la tâche, déposé le fardeau, atteint le but véritable, totalement détruit l'entrave du devenir, et qui sont affranchis à travers la gnose juste...

« Dans cette communauté de moines, il y a des moines qui, avec le terme total des cinq entraves inférieures, vont inmanquablement réapparaître [dans les Pures Demeures], et là y être totalement déliés, destinés à ne jamais revenir de ce monde...

« Dans cette communauté de moines, il y a des moines qui, avec le terme total des trois [premières] entraves inférieures, et avec l'atténuation de la passion, de l'aversion, et de l'illusion, sont de ceux-qui ne reviennent-qu'une-fois, qui – en revenant seulement une fois de plus dans ce monde – mettront un terme au stress...

« Dans cette communauté de moines, il y a des moines qui, avec le terme total des trois [premières] entraves, sont de ceux-qui-sont-entrés-dans-le-courant, fermes, jamais plus destinés aux états de malheur, en route pour l'Eveil par soi-même. » MN 118

*Pour celui-qui-est-entré-dans-le-courant, l'apparition de l'CEil du Dhamma – avec sa vision pénétrante dans les principes causaux qui sous-tendent l'origine et la cessation du stress – est ce qui tranche les trois premières entraves.*

« Il s'occupe de façon appropriée : Ceci, c'est le stress... Ceci, c'est l'origine du stress... Ceci, c'est la cessation du stress... Ceci, c'est la voie de la pratique qui conduit à la cessation du stress... Lorsqu'il s'occupe ainsi de façon appropriée, trois entraves sont abandonnées en lui : la vue de l'identité d'un soi, le doute, et l'attachement aux habitudes et aux pratiques. » MN 2

*Le Canon contient des passages qui amplifient ce que signifie trancher les trois premières entraves. D'abord, **les vues de l'identité d'un soi.***

[Visākha :] « Mais, dame, comment l'identité d'un soi survient-elle ?

[Sœur Dhammadinnā :] « Il y a le cas, ami Visākha, où une personne ordinaire, non instruite, qui n'a pas de respect pour les Etres nobles, qui n'est ni bien versée ni disciplinée dans leur *Dhamma* ; qui n'a pas de respect pour les hommes intègres, qui n'est ni bien versée ni disciplinée dans leur *Dhamma* – suppose que la forme (le corps) est le soi, ou que le soi possède une forme, ou que la forme est dans le soi, ou le soi dans la forme.

« Elle suppose que la sensation est le soi...

« Elle suppose que la perception est le soi...

« Elle suppose que les fabrications sont le soi...

« Elle suppose que la conscience est le soi, ou que le soi possède une conscience, ou que la conscience est dans le soi, ou le soi dans la conscience. Voilà comment l'identité d'un soi survient. »

[Visākha :] « Mais dame, comment l'identité d'un soi ne survient-elle pas ?

[Sœur Dhammadinnā :] « Il y a le cas, ami Visākha, où un disciple bien instruit des Etres nobles qui respecte les Etres nobles, qui est bien versé et discipliné dans leur *Dhamma* ; qui respecte les hommes intègres, qui est bien versé et discipliné dans leur *Dhamma* – ne suppose pas que la forme est le soi, ou que le soi possède une forme, ou que la forme est dans le soi, ou le soi dans la forme.

« Il ne suppose pas que la sensation est le soi...

« Il ne suppose pas que la perception est le soi...

« Il ne suppose pas que les fabrications sont le soi...

« Il ne suppose pas que la conscience est le soi, ou que le soi possède une conscience, ou que la conscience est dans le soi, ou le soi dans la conscience. Voilà comment l'identité d'un soi ne survient pas. » MN 44

[Visākha :] « L'origine de l'identité d'un soi, l'origine de l'identité d'un soi, dame, il est dit. Quelle origine de l'identité d'un soi est-elle décrite par le Béni ? »

[Sœur Dhammadinnā :] « Le désir ardent responsable de plus de devenir – accompagné par la passion et le délice, se délectant parfois ici et parfois là – c'est-à-dire le désir ardent pour la sensualité, le désir ardent pour le devenir, le désir ardent pour le non-devenir : ceci, ami Visākha, est l'origine de l'identité d'un soi décrite par le Béni. »

[Visākha :] « La cessation de l'identité du soi, la cessation de l'identité d'un soi, dame, il est dit. Quelle cessation de l'identité d'un soi est-elle décrite par le Béni ? »

[Sœur Dhammadinnā :] « La disparition et la cessation sans reste, la renonciation, l'abandon, l'affranchissement et le lâcher prise de ce désir ardent même : ceci, ami Visākha, est la cessation de l'identité d'un soi décrite par le Béni. »

[Visākha :] « La voie de la pratique qui conduit à la cessation de l'identité d'un soi, la voie de la pratique qui conduit à la cessation de l'identité d'un soi, dame, il est dit. Quelle voie de la pratique qui conduit à la cessation de l'identité d'un soi est-elle décrite par le Béni ? »

[Sœur Dhammadinnā :] « Précisément cette Noble Octuple Voie – la Vue Juste, la Résolution Juste, la Parole Juste, l'Action juste, les Moyens d'existence Justes, l'Effort Juste, Sati Juste, la Concentration Juste : ceci, ami Visākha, est la voie de la pratique qui conduit à la cessation de l'identité d'un soi décrite par le Béni. » MN 44

[Le Vénérable Ānanda :] « Qu'est-ce que la Noble libération ? »

[Le Bouddha :] « Il y a le cas, Ānanda, où un disciple des Êtres nobles considère ceci : 'La sensualité ici-et-maintenant ; la sensualité dans les vies à venir ; les perceptions sensuelles ici-et-maintenant ; les perceptions sensuelles dans les vies à venir ; les formes ici-et-maintenant ; les formes dans les vies à venir ; les perceptions de formes ici-et-maintenant ; les perceptions des formes dans les vies à venir ; les perceptions de l'imperturbable ; les perceptions de la dimension du néant ; les perceptions de la dimension ni perception ni non-perception ; cela, c'est une identité,

dans la mesure où il y a une identité. Ceci, c'est le Sans-mort : la libération de l'esprit à travers l'absence d'agrippement/de sustentation.' » MN 106

« Māgandiya, c'est comme s'il y avait un homme aveugle qui ne pourrait pas voir les objets noirs... blancs... bleus... jaunes...rouges... le soleil ou la lune. Maintenant, suppose qu'un certain homme prenne un chiffon crasseux, taché d'huile, et qu'il lui dise : 'Voici, mon brave, un tissu blanc – beau, immaculé, et propre.' L'homme aveugle le prendrait et le porterait.

« Puis, suppose que ses amis, compagnons, et parents l'emmènent chez un médecin, et que le médecin le traite avec des remèdes : des purges depuis le haut et des purges depuis le bas, des onguents et des contre-onguents, et des traitements par le nez. Et grâce aux remèdes, sa vue apparaîtrait et deviendrait claire. Puis, avec l'apparition de sa vue, il abandonnerait toute passion et délice qu'il ressentait pour ce chiffon crasseux, taché d'huile. Et il considérerait cet homme comme un ennemi et pas du tout comme un ami, et il penserait qu'il mériterait d'être tué. 'Ça alors, combien de temps ai-je été abusé, trompé, et dupé par cet homme et son chiffon crasseux, taché d'huile ! – « Voici, mon brave, un tissu blanc – beau, immaculé, et propre.' »

« De la même manière, Māgandiya, si je t'enseignais le *Dhamma* – cette liberté vis-à-vis de la maladie, ce Déliement – et que toi de ta part, tu comprenais cette liberté vis-à-vis de la maladie, et voyais ce Déliement, alors avec l'apparition de ta vue, tu abandonnerais toute passion et délice que tu ressentais en ce qui concerne les cinq agrégats de la sustentation. Et il te viendrait l'idée que : 'Ça alors, combien de temps ai-je été abusé, trompé, et dupé par cet esprit ! Car en m'agrippant, c'était juste à la forme que je m'agrippais... c'était juste à la sensation... juste à la perception... juste aux fabrications... juste à la conscience que je m'agrippais. Avec mon agrippement comme condition, il y a le devenir... la naissance... le vieillissement et la mort... la peine, la lamentation, les douleurs, les détresses, et les désespoirs entrent tous en jeu. Et telle est l'origine de cette entière masse de stress.' » MN 75

*Dans le passage suivant, le Vénérable Khemaka – un moine qui a atteint le niveau d'un-de ceux-qui-ne-reviennent-pas et qui a ainsi tranché les cinq premières entraves – indique comment les vues de l'identité d'un soi peuvent être tranchées bien que l'esprit ait encore à trancher l'orgueil « Je suis, » qui prend fin seulement au niveau du plein Eveil.*



[Le Vénérable Khemaka :] « Amis, ce n'est pas que je dise : 'Je suis la forme,' et je ne dis pas non plus : 'Je suis quelque chose d'autre que la forme.' Ce n'est pas que je dise : 'Je suis la sensation... la perception... les fabrications... la conscience,' et je ne dis pas non plus : 'Je suis quelque chose d'autre que la conscience.' En ce qui concerne ces cinq agrégats de l'agrippement, 'Je suis' n'a pas été vaincu, bien que je ne suppose pas que : 'Je suis ceci.'

« C'est juste comme le parfum d'un lotus bleu, rouge ou blanc : si quelqu'un devait l'appeler le parfum d'un pétale ou le parfum de la couleur ou le parfum d'un filament, cela serait-il une manière correcte de parler ? »

« Non, ami. »

« Alors, comment le décrirait-il s'il le décrirait correctement ? »

« Comme le parfum de la fleur : c'est ainsi qu'il le décrirait s'il devait le décrire correctement. »

« De la même manière, amis, ce n'est pas que je dise : 'Je suis la forme,' et je ne dis pas non plus : 'Je suis quelque chose d'autre que la forme.' Ce n'est pas que je dise : 'Je suis la sensation... la perception... les fabrications... la conscience,' et je ne dis pas non plus : 'Je suis quelque chose d'autre que la conscience.' En ce qui concerne ces cinq agrégats de l'agrippement, 'Je suis' n'a pas été vaincu, bien que je ne suppose pas que : 'Je suis ceci.' » SN 22:89

*L'entrave de l'incertitude est définie comme le doute dans l'Eveil du Bouddha, la véracité de son Dhamma, et la pratique de ses Nobles disciples. Cette incertitude revient à douter qu'il existe une dimension du Sans-mort, et qu'il est possible de la réaliser à travers nos propres efforts. L'expérience du Sans-mort – qui suit la pratique du Dhamma jusqu'à ce que l'on entre dans le courant – tranche cette entrave en confirmant la possibilité de l'Eveil d'un être humain au Sans-mort, l'exactitude de l'enseignement du Bouddha en tant que guide pour entrer dans le courant, et l'honorabilité de ceux qui ont atteint le courant.*

« Il y a le cas où le disciple des Etres nobles est doté d'une confiance inébranlable dans l'Eveillé : 'En vérité, le Béni est digne et justement éveillé par lui-même, consommé en connaissance et en conduite, bien-allé, un expert en ce qui concerne le

monde, inégalé en tant qu'entraîneur de ceux qui peuvent être domptés, le Maître des *deva* et des êtres humains, éveillé, béni.'

« Il est doté d'une confiance inébranlable dans le *Dhamma* : 'Le *Dhamma* est bien exposé par le Béni, à voir ici-et-maintenant, intemporel, invitant à la vérification, pertinent, à réaliser par les sages pour eux-mêmes.'

« Il est doté d'une confiance inébranlable dans le *Saṅgha* : 'Le *Saṅgha* des disciples du Béni qui ont bien pratiqué... qui ont pratiqué de façon droite... qui ont pratiqué méthodiquement... qui ont pratiqué magistralement – en d'autres termes, les quatre types de Nobles disciples quand ils sont pris par paires, les huit quand ils sont pris en tant que types individuels [1] – ils sont le *Saṅgha* des disciples du Béni : dignes de dons, dignes d'hospitalité, dignes d'offrandes, dignes de respect, le champ de mérite incomparable pour le monde.' »

NOTE 1 : les quatre paires sont : (1) la personne sur la voie vers l'entrée-dans-le-courant, la personne qui fait l'expérience du fruit de l'entrée-dans-le-courant ; (2) la personne sur la voie du retour-unique, la personne qui fait l'expérience du fruit du retour-unique ; (3) la personne sur la voie du non-retour, la personne qui fait l'expérience du fruit du non-retour ; (4) la personne sur la voie de l'état d'*arahant*, la personne qui fait l'expérience de l'état d'*arahant*. Les huit individus sont les huit types qui forment ces quatre paires. AN 10:92

*L'entrave qui consiste à s'attacher aux habitudes et aux pratiques est souvent décrite dans le Canon en faisant référence à la vue selon laquelle on devient pur simplement à travers l'accomplissement de rituels, ou des schémas de comportement. Cette vue est à son tour liée à la notion que notre être se définit par nos actions : si on agit en accord avec des habitudes et des pratiques clairement définies, on est ipso facto pur. Bien que le Canon reconnaisse l'importance des habitudes et des pratiques dans l'atteinte du courant, l'expérience du Sans-mort montre à la personne qui a atteint le courant que l'on ne peut pas se définir selon les termes de ces habitudes et de ces pratiques. On continue ainsi à suivre des pratiques vertueuses, mais sans se définir selon leurs termes.*

« Maintenant, où les habitudes habiles cessent-elles sans trace ? Leur cessation a, elle aussi, été déclarée. Il y a le cas où un moine est vertueux, mais non façonné (ou défini) par sa vertu. Il discerne, tel qu'il est réellement présent l'affranchissement par la

conscience et l'affranchissement par le discernement où ses habitudes habiles cessent sans trace. » *MN 78*

[La personne illuminée] ne parle pas de la pureté  
en termes de vue,

de savoir,

de connaissance,

d'habitude ou de pratique.

Elle n'est pas non plus trouvée par une personne  
à travers l'absence de vue,

de savoir,

de connaissance,

d'habitude ou de pratique.

Abandonnant ces choses, sans s'attacher,

on est indépendant,

en paix. *Sn 4:9*

## LE CARACTERE DE CELUI-QUI-EST-ENTRE-DANS-LE-COURANT

*Une formule standard du Canon décrit celui-qui-est-entré-dans-le-courant en termes de quatre facteurs. Les trois premiers de ces quatre facteurs de l'entrée-dans-le-courant sont directement liés au fait de trancher l'entrave de l'incertitude. Le quatrième est lié au fait de trancher l'entrave de l'attachement aux habitudes et aux pratiques.*

« Il y a le cas où le disciple des Etres nobles est doté d'une confiance inébranlable dans l'Eveillé... une confiance inébranlable dans le *Dhamma*, une confiance inébranlable dans le *Saṅgha*... Il est doté des vertus qui sont attirantes pour les Etres nobles : non déchirées, non brisées, non tachées, non éclaboussées, libératrices, louées par les sages, non ternies, qui conduisent à la concentration. » *AN 10:92*

*Bien que cette liste constitue la liste standard des quatre facteurs de l'entrée-dans-le-courant, il existe d'autres listes qui remplacent le quatrième facteur par d'autres facteurs.*

*SN 55:32 définit le quatrième facteur de la manière suivante : « De plus, le disciple des Etres nobles vit au foyer avec une conscience purifiée de la tache de l'avarice, librement généreux, la main ouverte, se délectant d'être magnanime, réceptif aux requêtes, se délectant dans la distribution d'aumônes.*

*SN 55:33 définit le quatrième facteur de la manière suivante : « De plus, le disciple des Etres nobles a le discernement, est doté du discernement de l'apparition et de la disparition – noble, pénétrant, qui conduit au terme juste du stress. »*

*Quand ces listes sont réunies, on aboutit à quatre qualités qui décrivent celui-qui-est-entré-dans-le-courant : la conviction, la vertu, la générosité, et le discernement. AN 8:54 les décrit comme « quatre qualités qui conduisent au bonheur et au bien-être d'un laïc dans les vies à venir ». D'autres passages du Canon explorent les implications de chacune de ces quatre qualités, telles qu'elles sont incarnées dans le comportement de celui-qui-est-entré-dans-le-courant.*

***La conviction** dans le Triple Joyau du Bouddha, du Dhamma, et du Saṅgha n'est pas simplement une question de croyance ou de dévotion. Elle nous force à placer notre confiance dans le principe du kamma – le principe de l'action et du résultat en accord avec lequel on a d'abord pu entrer dans le courant.*

*« Doté de ces cinq qualités, un disciple laïc est un joyau de disciple laïc, un lotus de disciple laïc, une belle fleur de disciple laïc. Quelles sont ces cinq ? Il a la conviction ; est vertueux ; ne recherche pas les charmes et cérémonies protecteurs ; fait confiance au kamma, pas aux charmes et cérémonies protecteurs ; ne recherche pas des bénéficiaires de ses offrandes en dehors [du Saṅgha], et fait d'abord là ses offrandes. » AN 5:175*

***La vertu**, telle qu'elle est pratiquée par celui-qui-est-entré-dans-le-courant, procède également d'une confiance profonde dans le principe du kamma et de la sympathie pour les autres qui naît de cette confiance. Bien que ceux-qui-sont-entrés-dans-le-courant puissent encore enfreindre les règles mineures*

*d'entraînement, la profondeur de la vision pénétrante qui sous-tend leur vertu garantit que leur adhésion aux principes fondamentaux de la moralité est inébranlable.*

« Il y a le cas où un disciple des Etres nobles réfléchit ainsi : 'J'aime la vie et je n'aime pas la mort. J'aime le bonheur et j'abhorre la douleur. Maintenant, si moi – qui aime la vie et qui n'aime pas la mort, qui aime le bonheur et qui abhorre la douleur – étais tué, cela me serait déplaisant et désagréable. Et si je tuais un autre qui aime la vie et qui n'aime pas la mort, qui aime le bonheur et qui abhorre la douleur, cela serait déplaisant et désagréable pour l'autre. Ce qui m'est déplaisant et désagréable est déplaisant et désagréable aux autres. Comment puis-je infliger aux autres ce qui m'est déplaisant et désagréable ? Réfléchissant de cette manière, il se retient d'ôter la vie, persuade les autres de se retenir d'ôter la vie, et parle en louant le fait de se retenir d'ôter la vie. De cette manière, son comportement corporel est pur de trois manières.

« De plus, il réfléchit ainsi : 'Si quelqu'un, par le vol, me prenait ce que je n'ai pas donné, cela me serait déplaisant et désagréable... Si quelqu'un commettait l'adultère avec mes femmes, cela me serait déplaisant et désagréable... Si quelqu'un portait atteinte à mon bien-être avec un mensonge, cela me serait déplaisant et désagréable... Si quelqu'un me séparait de mes amis avec des paroles qui séparent, cela me serait déplaisant et désagréable... Si quelqu'un s'adressait à moi avec des paroles dures, cela me serait déplaisant et désagréable... Si quelqu'un s'adressait à moi avec du bavardage inutile, cela me serait déplaisant et désagréable... Et si je m'adressais à un autre avec du bavardage inutile, cela serait déplaisant et désagréable à l'autre. Ce qui m'est déplaisant et désagréable est déplaisant et désagréable aux autres. Comment puis-je infliger aux autres ce qui m'est déplaisant et désagréable ? Réfléchissant de cette manière, il se retient de bavardage inutile, persuade les autres de se retenir de bavardage inutile et parle en louant le fait de se retenir de bavardage inutile. De cette manière, son comportement verbal est pur de trois manières. » SN 55:7

« Moines, cette récitation de plus de cent-cinquante règles d'entraînement revient tous les quinze jours, en référence à laquelle des fils de bonne famille désirant le but s'entraînent. Il y a ces trois entraînements dans lesquels tout cela est rassemblé. Quels sont ces trois ? L'entraînement dans la vertu élevée, l'entraînement dans l'esprit

élevé, l'entraînement dans le discernement élevé. Ce sont là les trois entraînements dans lesquels tout cela est rassemblé.

« Il y a le cas où un moine est complètement accompli en vertu, modérément accompli en concentration, et modérément accompli en discernement. Par rapport aux règles d'entraînement de moindre importance et mineures, il commet des infractions et se réhabilite. Pourquoi cela ? Parce que je n'ai pas déclaré que cela était une disqualification dans ces circonstances. Mais en ce qui concerne les règles d'entraînement qui sont fondamentales à la vie sainte et appropriées à la vie sainte, il est quelqu'un dont la vertu est permanente, quelqu'un dont la vertu est ferme. Les ayant adoptées, il s'entraîne par rapport aux règles d'entraînement. Avec la disparition des trois [premières] entraves, il est un-de-ceux-qui-sont-entrés-dans-le-courant, jamais plus destiné aux états de malheur, certain, en route pour l'Éveil par soi-même. » AN 3:87

*La générosité est en réalité une caractéristique qui doit précéder l'entrée-dans-le-courant. L'atteinte de l'entrée-dans-le-courant lui donne toutefois une intégrité particulière.*

« Moines, il y a ces cinq formes d'avarice. Quelles sont ces cinq ? L'avarice en ce qui concerne son monastère [le logement], l'avarice en ce qui concerne sa famille [de soutiens], l'avarice en ce qui concerne ses gains, l'avarice en ce qui concerne son statut, et l'avarice en ce qui concerne le *Dhamma*. Ce sont là les cinq formes d'avarice. Et la plus mesquine de ces cinq formes d'avarice est celle-ci : l'avarice en ce qui concerne le *Dhamma*...

« Sans abandonner ces cinq choses, on est incapable de réaliser le fruit de l'entrée-dans-le-courant. » AN 5:254, 257

« Sans abandonner ces cinq choses, on est incapable de réaliser le fruit de l'entrée-dans-le-courant. Quelles sont ces cinq ? L'avarice en ce qui concerne son monastère [le logement], l'avarice en ce qui concerne sa famille [de soutiens], l'avarice en ce qui concerne ses gains, l'avarice en ce qui concerne son statut, et l'ingratitude. » AN 5:259

« Ces cinq-là sont les dons d'une personne intègre. Quels sont ces cinq ? Une personne intègre fait un don avec un sens de conviction. Une personne intègre fait un don attentivement. Une personne intègre fait un don à la bonne période. Une personne intègre fait un don avec un cœur empathique. Une personne intègre fait un don sans s'affecter ou affecter les autres défavorablement. » AN 5:148

*Le discernement est le trait de caractère de celui-qui-est-entré-dans-le-courant lié le plus directement au fait de trancher l'entrave des vues de l'identité d'un soi. Ses implications s'étendent cependant également à d'autres aspects de la Vue Juste. En fait, « consommé en vue » est l'une des épithètes pour désigner celui-qui-est-entré-dans-le-courant. L'impact d'être consommé en vue s'étend non seulement à la vie intellectuelle, mais également à la vie émotionnelle.*

« Il y a le cas où un moine, étant allé dans un lieu sauvage, au pied d'un arbre, ou dans une demeure vide, tient le raisonnement suivant : 'Y a-t-il en moi une fascination interne quelconque non-abandonnée telle que, fasciné par elle, mon esprit fasciné ne connaîtrait ou ne verrait pas les choses telles qu'elles sont réellement ?' Si un moine est fasciné par la passion sensuelle, alors son esprit est fasciné. S'il est fasciné par la malveillance, alors son esprit est fasciné. S'il est fasciné par la paresse et la torpeur, alors son esprit est fasciné. S'il est fasciné par l'agitation et l'anxiété, alors son esprit est fasciné. S'il est fasciné par l'incertitude, alors son esprit est fasciné. Si un moine est absorbé dans la spéculation à propos de ce monde, alors son esprit est fasciné. Si un moine est absorbé dans la spéculation à propos de l'autre monde, alors son esprit est fasciné. Si un moine s'adonne aux arguties et aux querelles, poignardant les autres avec les armes de la bouche, alors son esprit est fasciné.

« Il discerne que : 'Il n'y a pas en moi une fascination non-abandonnée telle que, fasciné par elle, mon esprit fasciné ne connaîtrait ou ne verrait pas les choses telles qu'elles sont réellement.' Mon esprit est bien orienté pour l'éveil aux vérités.' Ceci, c'est la première connaissance atteinte par lui, qui est noble, transcendante, non partagée avec les gens ordinaires.

« De plus, le disciple des Etres nobles tient le raisonnement suivant : 'Quand je cultive, développe, et poursuis cette vue, est-ce que j'obtiens personnellement la sérénité, est-ce que j'obtiens personnellement le Délitement ?'

« Il discerne que : 'Quand je cultive, développe, et poursuis cette vue, j'obtiens personnellement la sérénité, j'obtiens personnellement le Déliement.' Ceci, c'est la deuxième connaissance atteinte par lui, qui est noble, transcendante, non partagée avec les gens ordinaires.

« De plus, le disciple des Etres tient le raisonnement suivant : 'Y a-t-il en dehors de ce [*Dhamma* et *Vinaya*], un quelconque autre contemplatif ou brahmane qui soit doté de la sorte de vue dont je suis doté ?'

« Il discerne que : 'Il n'y a pas d'autre contemplatif ou brahmane en dehors [de ce *Dhamma* et *Vinaya*] qui soit doté de la sorte de vue dont je suis doté.' Ceci, c'est la troisième connaissance atteinte par lui, qui est noble, transcendante, non partagée avec les gens ordinaires.

« De plus, le disciple des Etres nobles tient le raisonnement suivant : 'Est-ce que je suis doté du caractère d'une personne consommée en vue ? Quel est le caractère d'une personne consommée en vue ? Ceci, c'est le caractère d'une personne consommée en vue : bien qu'elle ait commis un certain type d'infraction pour lequel un moyen de réhabilitation a été établi, toutefois elle le confesse, le révèle, et le divulgue immédiatement au Maître ou à des compagnons sages dans la vie sainte ; ayant fait cela, elle entreprend la retenue pour le futur. Tout comme un jeune et tendre bébé allongé sur le dos, quand il a touché une braise brûlante avec sa main ou son pied, la ou le retire immédiatement ; de la même manière, ceci, c'est le caractère d'une personne consommée en vue : bien qu'elle puisse commettre un certain type d'infraction pour lequel un moyen de réhabilitation a été établi, toutefois elle le confesse, le révèle, et le divulgue immédiatement au Maître ou à des compagnons sages dans la vie sainte ; ayant fait cela, elle entreprend la retenue pour le futur.

« Il discerne que : 'Je suis doté du caractère d'une personne consommée en vue.' Ceci, c'est la quatrième connaissance atteinte par lui, qui est noble, transcendante, non partagée avec les gens ordinaires.

« De plus, le disciple des Etres nobles tient le raisonnement suivant : 'Est-ce que je suis doté du caractère d'une personne consommée en vue ? Quel est le caractère d'une personne consommée en vue ? Ceci, c'est le caractère d'une personne consommée en vue : bien qu'elle puisse être active dans les différentes affaires de ses compagnons dans la vie sainte, toutefois, elle a une grande considération pour l'entraînement dans la vertu élevée, l'entraînement dans l'esprit élevé, et l'entraînement dans le discernement élevé. Tout comme une vache avec un jeune veau



surveille son veau pendant qu'elle broute de l'herbe, de la même manière, ceci, c'est le caractère d'une personne consommée en vue : bien qu'elle puisse être active dans les différentes affaires de ses compagnons dans la vie sainte, toutefois elle a une grande estime pour l'entraînement dans la vertu élevée, l'entraînement dans l'esprit élevé, et l'entraînement dans le discernement élevé.

« Il discerne que : 'Je suis doté du caractère d'une personne consommée en vue.' Ceci, c'est la cinquième connaissance atteinte par lui, qui est noble, transcendante, non partagée avec les gens ordinaires.

« De plus, le disciple des Etres nobles tient le raisonnement suivant : 'Est-ce que je suis doté de la force d'une personne consommée en vue ?' Quelle est la force d'une personne consommée en vue ?' Ceci, c'est la force d'une personne consommée en vue : quand le *Dhamma* et *Vinaya* proclamé par le *Tathāgata* est enseigné, elle y prête l'oreille, y prête attention, s'y engage avec tout son esprit, entend le *Dhamma* avec des oreilles attentives.

« Il discerne que : 'Je suis doté de la force d'une personne consommée en vue.' Ceci, c'est la sixième connaissance atteinte par lui, qui est noble, transcendante, non partagée avec les gens ordinaires.

« De plus, le disciple des Etres tient le raisonnement suivant : 'Est-ce que je suis doté de la force d'une personne consommée en vue ?' Quelle est la force d'une personne consommée en vue ? Ceci, c'est la force d'une personne consommée en vue : quand le *Dhamma* et *Vinaya* proclamé par le *Tathāgata* est enseigné, elle obtient une compréhension de la signification, obtient une compréhension du *Dhamma*, obtient la joie liée au *Dhamma*.

« Il discerne que : 'Je suis doté de la force d'une personne consommée en vue.' Ceci, c'est la septième connaissance atteinte par lui, qui est noble, transcendante, non partagée avec les gens ordinaires.

« Un disciple des Etres nobles qui possède ainsi sept facteurs a bien examiné le caractère pour la réalisation du fruit de l'entrée-dans-le-courant. Un disciple des Etres nobles qui possède ainsi sept facteurs est doté du fruit de l'entrée-dans-le-courant. »  
MN 48

« Il y a une manière d'évaluer par laquelle un moine qui est un apprenti, qui se trouve au niveau d'un apprenti, peut discerner que : 'Je suis un apprenti,' et par

laquelle un moine qui est une personne avertie [c'est-à-dire un *arahant*], qui se trouve au niveau d'une personne avertie, peut discerner que : 'Je suis personne avertie.'

« Et quelle est la manière d'évaluer par laquelle un moine qui est un apprenti, qui se trouve au niveau d'un apprenti, peut discerner que : 'Je suis un apprenti' ? Il y a le cas où un moine est un apprenti. Il discerne, tel que cela est réellement présent que : 'Ceci, c'est le stress... Ceci, c'est l'origine du stress... Ceci, c'est la cessation du stress. Ceci, c'est la voie de la pratique qui conduit à la cessation du stress.' Ceci c'est une manière d'évaluer par laquelle un moine qui est un apprenti, qui se trouve au niveau d'un apprenti, peut discerner que : 'Je suis un apprenti.'

« De plus, le moine qui est un apprenti réfléchit : 'Y a-t-il en dehors de ce [*Dhamma* et *Vinaya*] un contemplatif ou un brahmane quelconque qui enseigne le *Dhamma* véritable, authentique, et exact comme le Béni ?' Et il discerne que : 'Non, il n'y a pas de contemplatif ou de brahmane en dehors de ce *Dhamma* et *Vinaya* qui enseigne le *Dhamma* véritable, authentique, et exact comme le Béni.' Ceci aussi, c'est une manière d'évaluer par laquelle un moine qui est un apprenti, qui se trouve au niveau d'un apprenti, peut discerner que : 'Je suis un apprenti.'

« De plus, le moine qui est un apprenti discerne les cinq facultés : la faculté de la conviction... de la persistance... de *sati*... de la concentration... du discernement. Il voit clairement avec le discernement leur destinée, leur excellence, leurs récompenses, et leur perfection, mais il ne les touche pas avec son corps. Ceci aussi, c'est une manière d'évaluer par laquelle un moine qui est un apprenti, qui se trouve au niveau d'un apprenti, peut discerner que : 'Je suis un apprenti.'

« Et quelle est la manière d'évaluer par laquelle un moine qui est une personne avertie, qui se trouve au niveau d'une personne avertie, peut discerner que : 'Je suis une personne avertie ?' Il y a le cas où un moine qui est une personne avertie discerne les cinq facultés : la faculté de la conviction... de la persistance... de *sati*... de la concentration... du discernement. Il touche avec son corps et voit clairement avec le discernement ce que sont leur destinée, leur excellence, leurs récompenses, et leur perfection. Ceci, c'est une manière d'évaluer par laquelle un moine qui est une personne avertie, qui se trouve au niveau d'une personne avertie, peut discerner que : 'Je suis une personne avertie.'

« De plus, le moine qui est une personne avertie discerne les six facultés sensorielles : la faculté de l'œil... de l'oreille... du nez... de la langue... du corps... de l'intellect. Il discerne que : 'Ces six facultés sensorielles se dissoudront entièrement,

partout, et de toutes les manières sans reste, et aucun autre ensemble de six facultés sensorielles n'apparaîtra où que ce soit ou de quelque manière que ce soit.' Ceci aussi, c'est une manière d'évaluer par laquelle un moine qui est une personne avertie, qui se trouve au niveau d'une personne avertie, peut discerner que : 'Je suis une personne avertie.' » *SN 48:53*

Alors Anāthapiṇḍika le maître de foyer se rendit là où les errants d'autres confessions demeuraient. Etant arrivé, il les salua courtoisement. Après un échange de salutations amicales et de courtoisies, il s'assit sur un côté. Alors qu'il était assis là, les errants lui dirent : « Dites-nous, maître de foyer, quelles vues a le contemplatif Gotama. »

« Vénérables sires, je ne sais pas entièrement quelles vues a le Béni. »

« Bien, bien. Donc, vous ne savez pas entièrement quelles vues a le contemplatif Gotama. Alors, dites-nous quelles vues ont les moines. »

« Je ne sais même pas entièrement quelles vues ont les moines. »

« Donc, vous ne savez pas entièrement quelles vues a le contemplatif Gotama, ou même celles qu'ont les moines. Alors, dites-nous quelles vues vous avez. »

« Cela ne me serait pas difficile d'exposer les vues que j'ai. Mais s'il vous plaît, que les Vénérables exposent, chacun en accord avec sa position, et alors cela ne me sera pas difficile de vous exposer les vues que j'ai. »

Quand cela eut été dit, un des errants dit à Anāthapiṇḍika le maître de foyer : « *Le cosmos est éternel*. Seulement cela est vrai ; toute autre chose est sans valeur. C'est la sorte de vue que j'ai. »

Un autre errant dit à Anāthapiṇḍika : « *Le cosmos n'est pas éternel*. Seulement cela est vrai ; toute autre chose est sans valeur. C'est la sorte de vue que j'ai. »

Un autre errant dit : « *Le cosmos est fini...* » ... « *Le cosmos est infini...* » ... « *L'âme et le corps sont la même chose...* » .... « *L'âme est une chose et le corps une autre chose...* » .... « *Après la mort, un Tathāgata existe...* » ... « *Après la mort, un Tathāgata n'existe pas...* » .... « *Après la mort, un Tathāgata à la fois existe et n'existe pas...* » .... « *Après la mort, un Tathāgata ni n'existe ni n'existe pas*. Seulement cela est vrai ; toute autre chose est sans valeur. C'est la sorte de vue que j'ai. »

Quand cela eut été dit, Anāthapiṇḍika le maître de foyer dit aux errants : « Quant au Vénérable qui dit : '*Le cosmos est éternel*. Seulement cela est vrai ; toute autre chose est sans valeur. C'est la sorte de vue que j'ai,' sa vue apparaît à cause de sa

propre attention inappropriée ou en dépendance des paroles d'un autre. Maintenant, cette vue a été amenée à être, est fabriquée, voulue, d'origine en dépendance. Tout ce qui a été amené à être, est fabriqué, voulu, d'origine en dépendance, cela est inconstant. Tout ce qui est inconstant est stressant. Ce Vénérable adhère ainsi à ce stress même, se soumet lui-même à ce stress même. » [De façon similaire pour ce qui est des autres positions.]

Quand ceci eut été dit, les errants dirent à Anāthapiṇḍika le maître de foyer : « Nous vous avons chacun exposé, en accord avec sa propre position. Maintenant, dites-nous quelles vues vous avez. »

« Tout ce qui a été amené à être, est fabriqué, voulu, d'origine en dépendance, cela est inconstant. Tout ce qui est inconstant est stressant. Tout ce qui est stressant n'est pas moi, n'est pas ce que je suis, n'est pas mon soi. C'est la sorte de vue que j'ai. »

« Donc, maître de foyer, tout ce qui a été amené à être, est fabriqué, voulu, d'origine en dépendance, cela est inconstant. Tout ce qui est inconstant est stressant. Vous adhérez ainsi à ce stress même, vous vous soumettez à ce stress même. »

« Vénérables sires, Tout ce qui a été amené à être, est fabriqué, voulu, d'origine en dépendance, cela est inconstant. Tout ce qui est inconstant est stressant. Tout ce qui est stressant n'est pas moi, n'est pas ce que je suis, n'est pas mon soi. Ayant bien vu ceci avec le Discernement Juste tel que cela est réellement présent, je discerne aussi le moyen supérieur d'y échapper tel qu'il est réellement présent. »

Quand ceci eut été dit, les errants furent silencieux, honteux, assis les épaules tombantes, la tête baissée, maussades, en mal de mots. Anāthapiṇḍika le maître de foyer, percevant que les errants étaient silencieux, honteux... en mal de mots, se leva et alla vers le Béni. Etant arrivé, s'étant prosterné devant le Béni, il s'assit sur un côté. Alors qu'il était assis là, il rapporta au Béni la totalité de sa conversation avec les errants.

[Le Béni dit :] « Bien joué, maître de foyer, bien joué. C'est ainsi que tu devrais périodiquement et exemplairement réfuter ces hommes idiots. » Puis il instruisit, incita, stimula, et encouragea Anāthapiṇḍika le maître de foyer avec un enseignement sur le *Dhamma*. Quand Anāthapiṇḍika le maître de foyer eut été incité, stimulé et encouragé par le Béni avec un enseignement sur le *Dhamma*, il se leva de son siège et, s'étant prosterné devant le Béni, partit, gardant le Béni sur sa droite. Peu de temps après, le Béni s'adressa aux moines : « Moines, même un moine qui a depuis longtemps pénétré le *Dhamma* dans ce *Dhamma* et *Vinaya* ferait bien,

périodiquement et exemplairement de réfuter les errants d'autres confessions de la même manière qu'Anāthapiṇḍika le maître de foyer l'a fait. » AN 10:93

## LES RECOMPENSES

*De nombreux passages qui décrivent les récompenses de l'entrée-dans-le-courant se focalisent sur le destin de celui-qui-est-entré-dans-le-courant après la mort : il ne renaîtra jamais sur un plan d'existence inférieur au plan d'existence humain, et il aura tendance à faire l'expérience d'un bonheur exceptionnel, où qu'il renaisse. Quant au nombre de renaissances restantes pour celui-qui-est-entré-dans-le-courant avant le Déliement total, les textes distinguent trois niveaux d'atteinte.*

« [Certains,] avec la disparition des trois entraves, sont des 'graines-unicques' (*ekabijin*) : après avoir pris naissance seulement une fois de plus sur le plan d'existence humain, ils mettront un terme au stress.

« Ou, ne réalisant pas la percée vers cela, ne pénétrant pas cela, avec la disparition des trois entraves, ils sont des 'de-famille-en-famille' (*kolaṅkola*) : après avoir transmigré et erré à travers deux ou trois familles de plus [selon le Commentaire, cette expression devrait être interprétée comme à travers deux à six états de devenir de plus'], ils mettront un terme au stress.

« Ou, ne réalisant pas la percée vers cela, ne pénétrant pas cela, avec la disparition des trois entraves, ils sont des 'au-plus-sept-fois' (*sattakkhattuparama*) : après avoir transmigré et erré parmi les *deva* et les êtres humains, ils mettront un terme au stress. » AN 3:89

[Le Bouddha parle à Nandaka, le ministre en chef des Licchavi des facteurs de l'entrée-dans-le-courant :] « Un disciple des Etres nobles doté de ces quatre qualités est un-de-ceux-qui-sont-entrés-dans-le-courant, ferme, jamais plus destiné aux états de malheur, en route pour l'Eveil par soi-même.

« De plus, un disciple des Etres nobles qui est doté de ces quatre qualités est lié à une longue vie, humaine ou divine ; est lié à la beauté, humaine ou divine ; est lié au

bonheur, humain ou divin ; est lié au statut, humain ou divin ; est lié à l'influence, humaine ou divine.

« Je te dis cela, Nandaka, ne l'ayant pas entendu d'un quelconque autre contemplatif ou brahmane. Au lieu de cela, je te le dis, l'ayant connu, vu, et réalisé pour moi-même. »

Quand ceci fut dit, un certain homme dit à Nandaka, le ministre en chef des Licchavi : « C'est maintenant l'heure de votre bain, sire. »

[Nandaka répondit :] « Assez, je le dis, de ce bain externe. Je suis satisfait de ce bain interne : la confiance dans le Béni. » SN 55:30

*Le Canon accorde souvent une grande importance au pouvoir du dernier état mental avant la mort dans la détermination du futur plan d'existence. Le pouvoir de l'entrée-dans-le-courant est cependant si grand qu'il peut surmonter même un état d'esprit confus lors de la mort, garantissant que la renaissance suivante sera bonne.*

Alors qu'il était assis, là, Mahānāma le Sakyan dit au Béni : « Seigneur, ce Kapilavatthu est riche et prospère, peuplé et bondé, ses allées sont congestionnées. Parfois, quand j'entre dans Kapilavatthu le soir, après avoir rendu visite au Béni ou aux moines qui inspirent mon esprit, je me retrouve face à un éléphant effréné, un cheval effréné, un chariot effréné, une charrette effrénée, ou une personne effrénée. Dans ces moments, mon *sati* en ce qui concerne le Béni devient confus, mon *sati* en ce qui concerne le *Dhamma*... le *saṅgha* devient confus. La pensée me vient : 'Si je mourrais en ce moment, quelle serait ma destination ? Quel serait mon futur cours ?' »

« Sois sans crainte, Mahānāma. Sois sans crainte. Ta mort ne sera pas une mauvaise mort, ta disparation ne sera pas mauvaise. Si notre esprit a été nourri pendant longtemps avec la conviction, nourri avec la vertu, nourri avec le savoir, nourri avec la générosité, nourri avec le discernement, alors quand le corps – doté de la forme, composé des quatre éléments fondamentaux, né d'une mère et d'un père, nourri avec du riz et de la bouillie d'orge, sujet à l'inconstance, au frottement, à la pression, à la dissolution, et à la dispersion – est mangé par les corbeaux, les vautours, les faucons, les chiens, les hyènes, ou toutes sortes de créatures, néanmoins l'esprit – nourri pendant longtemps avec la conviction, nourri avec la vertu, le savoir, la générosité, et le discernement – s'élève et se sépare.

« Suppose qu'un homme jette une jarre de ghee ou une jarre d'huile dans un lac profond, où elle se casserait. Là, les tessons et les fragments de jarre couleraient, alors que le ghee ou l'huile remonterait et se séparerait. De la même manière, si notre esprit a été nourri pendant longtemps avec la conviction, nourri avec la vertu, le savoir, la générosité, nourri avec le discernement, alors quand le corps... est mangé par les corbeaux, les vautours, les faucons, les chiens, les hyènes, ou toutes sortes de créatures, néanmoins l'esprit... s'élève et se sépare. » *SN 55:21*

[Le Vénérable Ānanda parle à Anāthapiṇḍika :] « Un disciple bien instruit des Etres nobles, quand il est doté de ces quatre qualités [les facteurs de l'entrée-dans-le-courant] n'a ni terreur, ni trépidation, ni peur lors de la mort en ce qui concerne la vie prochaine. » *SN 55:27*

« Et puis il y a le cas de la personne qui n'a ni doute ni perplexité, qui est arrivée à la certitude en ce qui concerne le *Dhamma* véritable. Ensuite, elle est frappée par une maladie grave. Lorsqu'elle est frappée par une maladie grave, la pensée lui vient : 'Je n'ai ni doute ni perplexité. Je suis arrivé à la certitude en ce qui concerne le *Dhamma* véritable.' Elle ne se chagrine pas, n'est pas tourmentée, ne pleure pas, ne frappe pas sa poitrine, ou ne sombre pas dans le délire. Ceci aussi, est une personne qui, sujette à la mort, n'a pas peur ou n'est pas en terreur de la mort. » *AN 4:184*

« Tout comme il n'est pas facile de mesurer l'eau dans les grands océans comme 'seulement tant de seaux d'eau ou de centaines de seaux d'eau ou de milliers de seaux d'eau ou de centaines de milliers de seaux d'eau,' elle est considérée simplement comme une grande masse d'eau qui ne peut pas être mesurée, incommensurable. De la même manière, quand un disciple des Etres nobles est doté de ces quatre trésors du mérite, trésors de l'habileté [les facteurs de l'entrée-dans-le-courant], il n'est pas facile de mesurer le mérite comme : 'tant de trésors du mérite, de trésors de l'habileté, aliment de la félicité, céleste, mûrissant en félicité qui conduit au paradis, qui conduit à ce qui est agréable, plaisant, charmant, heureux, et bénéfique.' Il est considéré simplement comme une grande masse de mérite que l'on ne peut pas mesurer, qui est incommensurable. » *SN 55:41*

« Moines, bien qu'un empereur-qui-fait-tourner-la-roue, ayant exercé la seigneurie souveraine sur les quatre continents, à la brisure du corps, après la mort, réapparaisse dans la bonne destination, le monde céleste, en compagnie des *Deva* des Trente-trois, et prenne son plaisir là dans le bois de Nandana, entouré par une suite de nymphes, pourvu et doté des cinq cordes du plaisir sensuel céleste, toutefois – parce qu'il n'est pas doté de ces quatre qualités – il n'est pas libéré de [la possibilité d'aller en] enfer, pas libéré de la matrice animale, pas libéré du plan d'existence des esprits affamés, pas libéré du plan d'existence de la privation, des mauvaises destinations, des plans d'existence inférieurs.

« Et bien qu'un disciple des Etres nobles vive de morceaux de nourriture d'aumône et porte des robes faites de haillons, toutefois – parce qu'il est doté de ces quatre qualités – il est libéré de l'enfer, libéré de la matrice animale, libéré du plan d'existence des esprits affamés, libéré du plan d'existence de la privation, des mauvaises destinations, des plans d'existence inférieurs.

« Et quelles sont les quatre ? Il y a le cas où le disciple des Etres nobles est doté d'une confiance inébranlable dans l'Eveillée... d'une confiance inébranlable dans le *Dhamma*... d'une confiance inébranlable dans le *Saṅgha*... Il est doté des vertus qui sont attirantes pour les Etres nobles... Il est doté de ces quatre qualités.

« Et entre l'obtention des quatre continents, et l'obtention de ces quatre qualités, l'obtention des quatre continents n'est pas égale à un seizième de l'obtention de ces quatre qualités. » *SN 55:1*

La domination exclusive sur la Terre,  
 aller au paradis,  
 la seigneurie sur tous les mondes :  
 le fruit de l'entrée-dans-le-courant  
 les surpasse tous. *Dhp 178*

Puis, le Béni, ramassant un petit peu de poussière avec la pointe de l'ongle de son doigt, dit aux moines : « Que pensez-vous, moines ? Qu'est ce qui est plus grand : le petit peu de poussière que j'ai ramassé avec la pointe de l'ongle de mon doigt, ou la grande Terre ? »

« La grande Terre est bien plus grande, seigneur. Le petit peu de poussière que le Béni a ramassé avec la pointe de l'ongle de son doigt n'est presque rien. Ce n'est pas un



centième, un millième, un cent millième, ce petit peu de poussière que le Béni a ramassé avec la pointe de l'ongle de son doigt, quand on le compare à la grande Terre. »

« De la même manière, moines, pour un disciple des Etres nobles qui est consommé en vue, un individu qui a percé [jusqu'à l'entrée-dans-le-courant], la souffrance et le stress totalement terminés et éteints sont bien plus grands. Ce qui reste dans l'état d'avoir au plus sept vies restantes n'est presque rien : ce n'est pas un centième, un millième, un cent millième, quand on le compare avec la masse précédente de souffrance. Voilà comment est grand le bénéfice de percer jusqu'au *Dhamma*, moines. Voilà comment est grand le bénéfice d'obtenir l'Œil du *Dhamma*. »  
*SN 13:1*

« Supposez, moines, qu'il y ait un étang large de cinquante lieues, long de cinquante lieues, et profond de cinquante lieues, rempli d'eau au point de déborder, de sorte qu'un corbeau pourrait boire dedans, et qu'un homme retire de l'eau avec la pointe d'un brin d'herbe. Que pensez-vous ? Qu'est-ce qui serait le plus grand : l'eau retirée avec la pointe du brin d'herbe ou l'eau dans l'étang ? »

« L'eau dans l'étang serait bien plus grande, seigneur. L'eau retirée avec la pointe du brin d'herbe ne serait presque rien. Elle ne serait pas un centième, un millième, un cent millième, l'eau retirée avec la pointe du brin d'herbe, comparée à l'eau dans l'étang. » *SN 13:2*

« Supposez, moines, que le grand océan disparaisse, aille à son terme total, à l'exception de deux ou de trois gouttes d'eau. Que pensez-vous ? Qu'est-ce qui serait le plus grand : l'eau dans le grand océan qui aurait disparu, qui serait allé à son terme total, ou les deux ou trois gouttes d'eau restantes ? »

« Seigneur, l'eau dans le grand océan qui aurait disparu, qui serait allé à son terme total, serait bien plus grande. Les deux ou trois gouttes d'eau restantes ne seraient presque rien. Elles ne seraient pas un centième, un millième, un cent millième – les deux ou trois gouttes d'eau restantes – comparées à l'eau dans le grand océan qui aurait disparu, qui serait allé à son terme total. »

« De la même manière, moines, pour un disciple des Etres nobles qui est consommé en vue, un individu qui a percé [jusqu'à l'entrée-dans-le-courant], la souffrance et le stress qui sont totalement terminés et qui ont totalement disparu sont

bien plus grands. Ce qui reste dans l'état d'avoir au plus sept vies restantes n'est presque rien : ce n'est pas un centième, un millième, un cent millième, quand on le compare avec la masse précédente de souffrance. Voilà comment est grand le bénéfice de percer jusqu'au *Dhamma*, moines. Voilà comment est grand le bénéfice d'obtenir l'Œil du *Dhamma*. » *SN 13:8*

*Toutes les récompenses de l'entrée-dans-le-courant ne concernent pas uniquement notre destin lors de la mort. Nombre d'entre elles concernent aussi l'ici-et-maintenant.*

Puis Anāthapiṇḍika le maître de foyer alla vers le Béni, et étant arrivé, s'étant prosterné devant le Béni, s'assit sur un côté. Alors qu'il était assis là, le Béni lui dit : « Quand, pour un disciple des Etres nobles, cinq formes de peur et d'animosité sont apaisées ; quand il est doté des quatre facteurs de l'entrée-dans-le-courant ; et quand, à travers le discernement, il a vu justement et déniché justement la noble méthode, alors, s'il le veut, il peut déclarer à propos de lui-même : 'L'enfer est terminé, les matrices animales sont terminées ; l'état des esprits affamés est terminé ; les états de privation, de destitution, les mauvaises destinations sont terminées ! Je suis un-deux-qui-sont-entrés-dans-le-courant, ferme, jamais plus destiné aux états de malheur, en route pour l'Eveil par soi-même !'

« Maintenant, quelle sont les cinq formes de danger et d'animosité qui sont apaisées ?

« Quand une personne ôte la vie, alors avec le fait d'ôter la vie comme condition requise, elle produit la peur et l'animosité dans l'ici-et-maintenant, produit la peur et l'animosité dans les vies futures, fait l'expérience des concomitants mentaux de la douleur et du désespoir ; mais quand elle se retient d'ôter la vie, elle ne produit ni la peur ni l'animosité dans l'ici-et-maintenant, et elle ne produit pas non plus la peur et l'animosité dans les vies futures, et elle ne fait pas non plus l'expérience des concomitants mentaux de la douleur et du désespoir : pour quelqu'un qui se retient d'ôter la vie, cette peur et cette animosité sont ainsi apaisées.

« Quand une personne vole... s'engage dans des relations sexuelles illicites... dit des mensonges...

« Quand une personne boit des boissons distillées et fermentées qui provoquent la négligence, alors en buvant des boissons distillées et fermentées qui provoquent la

négligence comme condition requise, elle produit la peur et l'animosité dans l'ici-et-maintenant, produit la peur et l'animosité dans les vies futures, fait l'expérience des concomitants mentaux de la douleur et du désespoir ; mais quand elle se retient de boire des boissons distillées et fermentées qui provoquent la négligence, elle ne produit ni la peur ni l'animosité dans l'ici-et-maintenant, et elle ne produit pas non plus la peur et l'animosité dans les vies futures, et elle ne fait pas non plus l'expérience des concomitants mentaux de la douleur et du désespoir : pour quelqu'un qui se retient de boire des boissons distillées et fermentées qui provoquent la négligence, cette peur et cette animosité sont ainsi apaisées.

« Ce sont là les cinq formes de peur et d'animosité qui sont apaisées. » AN 10:92

« Ce sont là les cinq récompenses de la conviction chez un laïc. Quelles sont ces cinq ?

« Quand les personnes véritablement bonnes dans le monde font preuve de compassion, elles font d'abord preuve de compassion envers les personnes de conviction, et pas envers les personnes sans conviction. Quand elles rendent une visite, elles rendent d'abord visite aux personnes de conviction, et pas aux personnes sans conviction. Quand elles acceptent des dons, elles acceptent d'abord ceux des personnes de conviction, et pas ceux des personnes sans conviction. Quand elles enseignent le *Dhamma*, elles enseignent d'abord à celles de conviction, et pas celles sans conviction. Une personne de conviction, à la brisure du corps, après la mort, apparaîtra dans une bonne destination, le monde céleste. Ce sont là les cinq récompenses de la conviction chez un laïc.

« Tout comme un grand banyan, sur un terrain plat où quatre routes se rencontrent, est un havre pour les oiseaux tout autour, de la même manière un laïc de conviction est un havre pour de nombreuses personnes : les moines, les nonnes, les disciples laïcs hommes, et les disciples laïcs femmes. »

Un arbre massif

dont les branches portent des fruits et des feuilles,

avec des troncs et des racines

et une abondance de fruits :

là les oiseaux trouvent le repos.

Dans cette sphère délicieuse,  
ils font leur demeure.  
Ceux qui cherchent de l'ombre  
viennent à l'ombre,  
ceux qui cherchent du fruit  
trouvent du fruit à manger.

Ainsi en est-il avec la personne consommée  
en vertu et en conviction,  
humble, sensible, gentille,  
délicieuse, et douce :  
vers elle viennent ceux sans effluent  
– libres de la passion ;  
libres de l'aversion,  
libres de l'ignorance –  
le champ de mérite pour le monde.

Ils lui enseignent le *Dhamma*  
qui disperse tout stress.  
Et quand elle comprend,  
elle est libérée des effluents,

totalelement déliée. AN 5:38

## CONSEILS

*Même s'il serait agréable de conclure ce guide d'études avec les passages d'encouragement ci-dessus, il est probablement préférable de suivre l'exemple du Bouddha, qui dans ses dernières paroles à ses disciples qui étaient entrés-dans-le-courant, les a encouragés à ne pas se reposer en se contentant des récompenses qui les attendaient, mais à maintenir au lieu de cela une attitude vigilante.*

Puis le Béni s'adressa aux moines : « Maintenant, moines, je vous exhorte : toutes les fabrications sont sujettes au déclin. Accomplissez la complétude en étant vigilants. » Ce furent là les dernières paroles du *Tathāgata*. DN 16

« Et qu'est-ce que la vigilance ? Il y a le cas où un moine garde son esprit en ce qui concerne les effluents et les qualités accompagnées par les effluents. Quand son esprit est gardé en ce qui concerne les effluents et les qualités accompagnées par les effluents, la faculté de la conviction va jusqu'à la culmination de son développement. La faculté de la persistance... *sati*... la concentration... le discernement va jusqu'à la culmination de son développement. SN 58:56

« Et comment, Nandiya, un disciple des Etres nobles vit-il de façon négligente ? Il y a le cas où un disciple des Etres nobles est doté d'une confiance inébranlable dans l'Eveillé... Se contentant de cette confiance inébranlable dans l'Eveillé, il ne s'exerce pas plus avant dans la solitude le jour ou dans l'isolement la nuit. Pour lui, qui vit ainsi de façon négligente, il n'y a pas de joie. La joie n'étant pas là, il n'y a pas de ravissement. Le ravissement n'étant pas là, il n'y a pas de sérénité. La sérénité n'étant pas là, il demeure dans la douleur. Quand il est dans la douleur, l'esprit ne devient pas concentré. Quand l'esprit est non concentré, les phénomènes ne deviennent pas manifestes. Quand les phénomènes ne sont pas manifestes, il est considéré comme quelqu'un qui demeure de façon négligente.

« De plus, le disciple des Etres nobles est doté d'une confiance inébranlable dans le *Dhamma*... d'une confiance inébranlable dans le *Saṅgha* ... des vertus qui sont attirantes pour les Etres nobles : non déchirées, non brisées, non tachées, non éclaboussées, libératrices, louées par les sages, non ternies, qui conduisent à la concentration. Se contentant de ces vertus agréables aux Etres nobles, il ne s'exerce pas plus avant dans la solitude le jour ou dans l'isolement la nuit. Pour lui, qui vit ainsi de façon négligente, il n'y a pas de joie. La joie n'étant pas là, il n'y a pas de ravissement. Le ravissement n'étant pas là, il n'y a pas de sérénité. La sérénité n'étant pas là, il demeure dans la douleur. Quand il est dans la douleur, l'esprit ne devient pas concentré. Quand l'esprit est non concentré, les phénomènes ne deviennent pas manifestes. Quand les phénomènes ne sont pas manifestes, il est considéré comme quelqu'un qui demeure de façon négligente...

« Et comment, Nandiya, un disciple des Etres nobles vit-il de façon vigilante ? Il y a le cas où un disciple des Etres nobles est doté d'une confiance inébranlable dans l'Eveillé... Ne se contentant pas de cette confiance inébranlable dans l'Eveillé, il s'exerce plus avant dans la solitude le jour ou dans l'isolement la nuit. Pour lui, qui vit ainsi de façon vigilante, la joie apparaît. En quelqu'un qui a la joie, le ravissement apparaît. En quelqu'un qui a le ravissement, le corps devient serein. Quand le corps est serein, on ressent le plaisir. Ressentant le plaisir, l'esprit devient concentré. Quand l'esprit est concentré, les phénomènes deviennent manifestes. Quand les phénomènes sont manifestes, il est considéré comme quelqu'un qui demeure de façon vigilante.

« De plus, le disciple des Etres nobles est doté d'une confiance inébranlable dans le *Dhamma*... d'une confiance inébranlable dans le *Saṅgha* ... des vertus qui sont attirantes pour les Etres nobles : non déchirées, non brisées, non tachées, non éclaboussées, libératrices, louées par les sages, non ternies, qui conduisent à la concentration. Ne se contentant pas de ces vertus agréables aux Etres nobles, il s'exerce plus avant dans la solitude le jour ou dans l'isolement la nuit. Pour lui, qui vit ainsi de façon vigilante, la joie apparaît. En quelqu'un qui a la joie, le ravissement apparaît. En quelqu'un qui a le ravissement, le corps devient serein. Quand le corps est serein, on ressent le plaisir. Ressentant le plaisir, l'esprit devient concentré. Quand l'esprit est concentré, les phénomènes deviennent manifestes. Quand les phénomènes sont manifestes, il est considéré comme quelqu'un qui demeure de façon vigilante. »  
*SN 55:40*

« Et qu'est-ce que l'individu qui a acquis la vue ? Il y a le cas où un certain individu ne demeure pas en touchant avec son corps ces libérations paisibles qui transcendent la forme, qui sont sans forme, mais – ayant vu avec le discernement – certaines de ses fermentations sont arrivées à leur terme, et il a analysé et examiné avec le discernement les qualités [ou : les enseignements] proclamées par le *Tathāgata*. On appelle cela un individu qui a acquis la vue. En ce qui concerne ce moine, je dis qu'il a une tâche à faire avec vigilance. Pourquoi cela ? [Je pense :] 'Peut-être ce Vénérable, quand il fera usage d'endroits de repos appropriés, quand il s'associera à des amis admirables, quand il équilibrera ses facultés [mentales], atteindra-t-il et demeurera-t-il dans le but suprême de la vie sainte pour lequel les membres d'un clan quittent justement le foyer pour la vie sans foyer, le connaissant et

le réalisant pour eux-mêmes dans l'ici-et-maintenant.' Voyant ce fruit de la vigilance pour ce moine, je dis qu'il a une tâche à faire avec vigilance. » MN 70

« Mahānāma, un disciple laïc noble qui a le discernement, qui est malade, dans la douleur, sévèrement malade devrait être rassuré par un autre disciple laïc qui a le discernement avec quatre assurances : 'Sois rassuré, ami, tu es doté d'une confiance vérifiée dans l'Eveillé... une confiance vérifiée dans le *Dhamma*... une confiance vérifiée dans le *Saṅgha*... des vertus qui sont attirantes pour les Etres nobles : non déchirées, non brisées, non tachées, non éclaboussées, libératrices, louées par les sages, non ternies, qui conduisent à la concentration.'

« Mahānāma, quand un disciple laïc qui a le discernement, qui est malade, dans la douleur, sévèrement malade, a été rassuré par un autre disciple laïc qui a le discernement avec ces quatre assurances, il faut lui demander : 'Ami, es-tu préoccupé par ta mère et ton père ?'

S'il dit : 'Je le suis...,' il faut lui dire : 'Toi, mon cher ami, tu es sujet à la mort. Même si tu es préoccupé par ta mère et ton père, tu vas malgré tout mourir. Même si tu n'es pas préoccupé par ta mère et ton père, tu vas malgré tout mourir. Ce serait bien si tu abandonnais ta préoccupation pour ta mère et ton père.'

« S'il dit : 'Ma préoccupation pour ma mère et mon père a été abandonnée,' il faut lui demander : 'Ami, es-tu préoccupé par ta femme et tes enfants ?'

S'il dit : 'Je le suis...,' il faut lui dire : 'Toi, mon cher ami, tu es sujet à la mort. Même si tu es préoccupé par ta femme et tes enfants, tu vas malgré tout mourir. Même si tu n'es pas préoccupé par ta femme et tes enfants, tu vas malgré tout mourir. Ce serait bien si tu abandonnais ta préoccupation pour ta femme et tes enfants.'

« S'il dit : 'Ma préoccupation pour ma femme et mes enfants a été abandonnée,' il faut lui demander : 'Ami, es-tu préoccupé par les cinq cordes de la sensualité humaine ?'

S'il dit : 'Je le suis...,' il faut lui dire : 'Ami, les plaisirs sensuels divins sont plus splendides et plus raffinés que les plaisirs sensuels humains. Ce serait bien si, ayant élevé ton esprit au-dessus des plaisirs sensuels humains, tu le fixais sur les *Deva* des Quatre Grands Rois.'

« S'il dit : 'Mon esprit est élevé au-dessus des plaisirs sensuels humains et est fixé sur les *Deva* des Quatre Grands Rois,' il faut lui dire : 'Ami, les *Deva* des Trente-trois sont plus splendides et raffinés que les *Deva* des Quatre Grands Rois. Ce serait

bien si, ayant élevé ton esprit au-dessus des *Deva* des Quatre Grands Rois, tu le fixais sur les *Deva* des Trente-trois.'

« S'il dit : 'Mon esprit est élevé au-dessus des *Deva* des Quatre Grands Rois et est fixé sur les *Deva* des Trente-trois,' il faut lui dire : 'Ami, les *Deva* des Heures sont plus splendides et plus raffinés que les *Deva* des Trente-trois... les *Deva* Satisfaits sont plus splendides et plus raffinés que les *Deva* des Heures... les *Deva* qui se Délectent dans la Création sont plus splendides et plus raffinés que les *Deva* Satisfaits ... les *Deva* qui Exercent le Pouvoir sur les Créations des Autres sont plus splendides et plus raffinés que les *Deva* qui se Délectent dans la Création... le monde des *Brahmā* est plus splendide et plus raffiné que les *Deva* qui Exercent le Pouvoir sur les Créations des Autres. Ce serait bien si, ayant élevé ton esprit au-dessus des *Deva* qui Exercent le pouvoir sur les Créations des Autres, tu le fixais sur le monde des *Brahmā*.'

« S'il dit : 'Mon esprit est élevé au-dessus des *Deva* qui Exercent le Pouvoir sur les Créations des Autres et est fixé sur le monde des *Brahmā*,' il faut lui dire : 'Ami, même le monde des *Brahmā* est inconstant, impermanent, inclus dans l'identité d'un soi. Ce serait bien si, ayant élevé ton esprit au-dessus du monde des *Brahmā*, tu l'amenais à la cessation de l'identité.'

« S'il dit : 'Mon esprit est élevé au-dessus des mondes des *Brahmā* et amené à la cessation de l'identité,' alors, je te le dis, Mahānāma, il n'y a pas de différence – en termes d'affranchissement – entre l'affranchissement de ce disciple laïc dont l'esprit est affranchi et l'affranchissement d'un moine dont l'esprit est affranchi. » SN 55:54

« En conséquence, Dīghavu, quand tu es établi dans ces quatre facteurs de l'entrée-dans-le-courant, tu devrais développer plus avant six qualités favorables à la connaissance claire. Demeure focalisé sur l'inconstance dans toutes les fabrications, te concentrant sur le stress dans ce qui est inconstant, te concentrant sur le pas-soi dans ce qui est stressant, te concentrant sur l'abandon, te concentrant sur la dépassion, te concentrant sur la cessation. Voilà comment tu devrais t'entraîner. » SN 55:3



## Glossaire

**Arahant** : « un-de-ceux-qui-sont-dignes » ou « un-de-ceux-qui-sont-purs » ; une personne dont l'esprit est libre de la souillure et qui ainsi n'est plus destinée à une nouvelle renaissance. Un titre pour le Bouddha et le plus haut niveau de ses Nobles disciples.

**Āsava** : effluent, fermentation. Quatre qualités – la sensualité, les vues, le devenir, et l'ignorance – qui « s'écoulent hors » de l'esprit et créent le flot de la ronde de la mort et de la renaissance.

**Deva (devatā)** : littéralement, « celui-qui-brille ». Un habitant des plans d'existence célestes.

**Dhamma** : (1) événement, action ; (2) phénomène en tant que tel ; (3) qualité mentale ; (4) doctrine, enseignement ; (5) *nibbāna* (bien qu'il y ait des passages qui décrivent le *nibbāna* comme l'abandon de tous les *dhamma*). Forme sanscrite : *dharma*.

**Jhāna** : absorption mentale. Etat de forte concentration focalisée sur une seule sensation ou notion mentale. Ce terme dérive du verbe *jhāyati*, qui signifie brûler avec une flamme immobile, stable.

**Kamma** : acte intentionnel. Forme sanscrite : *karma*.

**Nibbāna** : littéralement, le « Déliement » de l'esprit de la passion, de l'aversion et de l'illusion, ainsi que de la ronde toute entière de la mort et de la renaissance. Ce terme désignant aussi l'extinction d'un feu, il véhicule des connotations de calme, de fraîcheur et de paix. Le « *nibbāna* total » désigne dans certains contextes l'expérience de l'Eveil ; dans d'autres la disparition finale d'un *arahant*. Forme sanscrite : *nirvāna*.

**Saṅgha** : communauté. Au niveau conventionnel (*sammati*), ce terme désigne les communautés des moines et nonnes bouddhistes. Au niveau idéal (*ariya*), il désigne les disciples du Bouddha, laïcs ou ordonnés, qui ont atteint au moins l'entrée-dans-le-courant.

**Tathāgata** : littéralement, « un-de-ceux-qui-sont-devenus-authentiques (*tathāgata*) » ou « un-de-ceux-qui-sont-allés-véritablement (*tathā-gata*) ». Une épithète utilisée dans l'Inde ancienne pour désigner une personne qui a atteint le plus haut but

religieux. Dans le bouddhisme, le terme désigne habituellement le Bouddha, bien qu'il puisse occasionnellement aussi désigner l'un des ses disciples *arahant*.

**Vinaya** : discipline monastique. Le terme employé par le Bouddha lui-même pour la religion qu'il a fondée était « Ce *Dhamma-Vinaya*. »

## *Abréviations*

*AN*    *Aṅguttara Nikāya*

*Dhp*   *Dhammapada*

*DN*    *Dīgha Nikāya*

*Iti*    *Itivuttaka*

*MN*    *Majjhima Nikāya*

*Mv*    *Mahāvagga*

*SN*    *Saṃyutta Nikāya*

*Sn*    *Sutta Nipāta*

*Thag*   *Theragāthā*