



100 QUESTIONS
SUR LE
BOUDDHISME
THERAVĀDA

DIDIER
TREUTENAERE

SOUKHA
éditions

Sommaire

1 Pourquoi ce livre ?

Le Bouddha

2 Qui était le Bouddha ?

3 Qu'est-ce qu'un Bouddha ?

4 Comment le Bouddha lui-même se définissait-il ?

5 Le Bouddha répond-il à toutes les questions ?

Le bouddhisme

6 Le bouddhisme est-il une religion ?

7 D'où provient la tradition Theravāda ?

8 Quelle est la langue du bouddhisme ?

9 Comment les enseignements ont-ils été transmis ?

10 Le bouddhisme a-t-il des textes sacrés ?

11 Quelles différences entre le Theravāda et les autres traditions ?

12 En quoi bouddhisme et hindouisme sont-ils différents ?

La doctrine

13 Que sont les « trois joyaux » du bouddhisme ?

14 Quel est le but ultime du bouddhisme ?

15 Qu'est-ce que le Dharma ?

16 Existe-t-il une doctrine secrète ?

17 Qu'est-ce que « l'enseignement graduel » ?

18 Que sont « les trois caractéristiques » ?

19 Tout est souffrance ?

Le cycle de l'existence

20 Qu'est-ce qu'un « être » ?

21 Avons-nous une âme ?

22 Quelles sont les relations entre l'esprit et le corps ?

23 Qu'est-ce que le flux de l'esprit ?

24 Le bouddhisme enseigne-t-il la réincarnation ?

25 Qu'est-ce que le saṃsāra ?

26 Qu'est-ce qui renaît ?

- 27 Qu'est-ce que la mort ?
- 28 Comment se déroule la mort ?
- 29 Qu'est-ce que le « signe de renaissance » ?
- 30 Comment accompagner les mourants ?
- 31 Existe-t-il un état entre la mort et la renaissance ?
- 32 Qu'est-ce que la naissance ?
- 33 Pourquoi oublie-t-on ses vies antérieures ?
- 34 Peut-on prouver la réalité des renaissances ?
- 35 Quels textes parlent des vies antérieures ?

Le karma

- 36 Qu'est-ce que « la coproduction conditionnelle » ?
- 37 Quels sont les « liens » de la coproduction conditionnelle ?
- 38 La coproduction conditionnelle est-elle linéaire ?
- 39 Qu'est-ce que le karma ?
- 40 Qu'est-ce que le karma n'est pas ?
- 41 Quelles sont les « trois racines » du karma ?
- 42 Qu'est-ce que le bien ? Qu'est-ce que le mal ?
- 43 Quelle responsabilité individuelle ?
- 44 Le corps subit-il à la naissance l'influence du karma ?
- 45 L'humanité est-elle dirigée par le karma ?

Les plans d'existence

- 46 Que sont les « plans d'existence » ?
- 47 Quels sont les plans d'existence favorables ?
- 48 Quels sont les plans d'existence défavorables ?
- 49 Que sont les « esprits » ?
- 50 Comment échapper à une renaissance défavorable ?
- 51 Que sont les « mérites » ?
- 52 Absence de renaissance ou renaissance paradisiaque ?
- 53 Que signifie le mot « nirvana » ?
- 54 De quoi le nirvana est-il la libération ?
- 55 Le nirvana peut-il être décrit ?

La voie

- 56** Qu'est-ce que « la voie médiane » ?
- 57** Quelle est la voie de l'extinction de la souffrance ?
- 58** Que sont les « préceptes » ?
- 59** Et la sexualité ?
- 60** Les bouddhistes doivent-ils être végétariens ?
- 61** Quelle urgence dans une multiplicité d'existences ?
- 62** Que sont les « dix vertus transcendantes » ?
- 63** Quel renoncement et quelle ascèse ?

La méditation

- 64** Qu'est-ce que la méditation ?
- 65** Que sont les jhānā ?
- 66** Qu'est-ce que la « vacuité » ?
- 67** Quels sont les supports de la méditation de concentration ?
- 68** Quels sont les supports de la méditation de discernement ?
- 69** Comment se préparer à méditer ?
- 70** Comment méditer (samādhi) ?
- 71** Comment méditer (vipassanā) ?
- 72** La méditation a-t-elle des effets sur la santé ?
- 73** Le bouddhisme reconnaît-il des pouvoirs psychiques ?
- 74** Quels sont les pouvoirs psychiques d'un bouddha ?
- 75** Peut-on prouver l'existence des pouvoirs psychiques ?
- 76** Peut-on prédire l'avenir ?
- 77** Y a-t-il une place pour la magie ?

La vie religieuse

- 78** Qu'est-ce-que le Saṅgha ?
- 79** Pourquoi n'y a-t-il pas de nonnes ?
- 80** Pourquoi les moines ne vivent-ils que d'aumônes ?
- 81** Y a-t-il des ascètes bouddhistes ?
- 82** De nos jours, qui sont les moines et les laïques ?
- 83** Quels sont les bâtiments d'un monastère ?
- 84** Comment le Bouddha est-il représenté ?

- 85 Que signifient les postures des statues du Bouddha ?
- 86 Quels sont les principaux symboles bouddhistes ?
- 87 Comment devient-on bouddhiste ?
- 88 Pourquoi et comment se prosterne-t-on ?
- 89 Que récitent les bouddhistes ?
- 90 Quelles sont les fêtes bouddhistes ?
- 91 Existe-t-il des lieux de pèlerinages bouddhistes ?

Bouddhisme et société

- 92 Le bouddhisme Theravāda est-il égoïste ?
- 93 Existe-t-il une politique bouddhiste ?
- 94 Y a-t-il un bouddhisme social ?
- 95 Y a-t-il un « bouddhisme radical » ?
- 96 Y a-t-il un bouddhisme « moderniste » ?

Pour résumer

- 97 Le bouddhisme peut-il être résumé ?
- 98 Quels sont les mots à connaître ?

Pour continuer

- 99 Que lire ?
- 100 Comment mieux connaître le bouddhisme ?

Pourquoi ce livre ?



Wat Pho, Bangkok, Thailande

Pourquoi ce livre ?

Ce livre est construit autour de questions qui toutes ont pour objet de préciser et de développer la première des interrogations : qu'est-ce que le bouddhisme ?

Cette première question est nécessairement suivie d'une seconde, alimentée par la profusion des ouvrages et des maîtres, et la confusion issue de cette profusion : *y a-t-il un bouddhisme ou des bouddhismes ?* L'objet du présent livre n'est pas de répondre directement à cette question, mais de modestement présenter le bouddhisme du point de vue de l'une de ses grandes traditions, incontestablement la plus ancienne, et fort probablement la plus proche de l'enseignement originel du Bouddha.

Cette tradition est celle du *Theravāda*, la *Voie des Anciens*, qui s'épanouit en Asie du Sud, dans son antique refuge de Sri Lanka, et en Asie du Sud-Est, au Cambodge, au Laos, au Myanmar, en Thaïlande et dans le nord du delta du Mékong vietnamien. Le *bouddhisme des Therā* est dans ces contrées la religion dominante, une religion qui imprègne et structure depuis des siècles les sociétés dans tous les domaines, culturels, sociaux, politiques, et leur confère une puissante et séduisante identité.

Si le Theravāda est désormais exporté dans le monde entier, bien au-delà des communautés originaires d'Asie du Sud-Est, son influence en France reste discrète, si on la compare à celle des traditions tibétaines, ou à celle du zen, dans ses versions vietnamiennes, japonaises ou coréennes.

Cette tradition souffre en particulier d'un déficit de publications, malgré l'existence d'excellentes traductions de certains de ses textes fondateurs, de quelques anthologies de qualité et de nombre d'articles érudits.

Le présent ouvrage espère donc combler en partie l'absence de présentation simple, objective et complète du bouddhisme du point de vue de ce courant majeur.

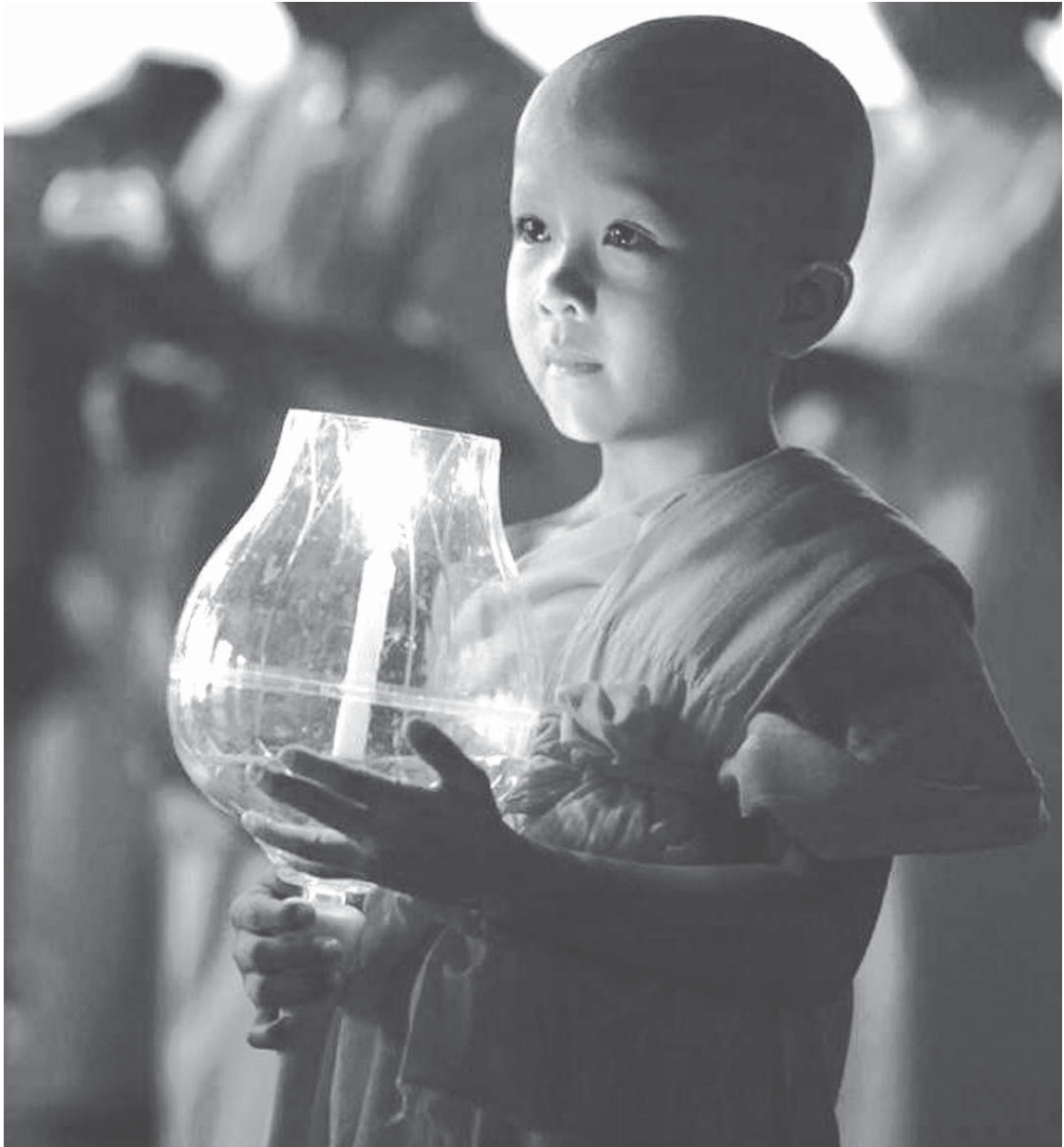
Les 100 questions posées ici concernent tout d'abord le cœur du bouddhisme, c'est à dire le Bouddha et ses enseignements : les caractéristiques du monde et des êtres, le cycle des existences, le

karma, les plans de renaissance, la voie menant à la libération, le *nirvana*.

Ces 100 questions donnent ensuite toute sa place à la pratique du bouddhisme : de manière détaillée à la méditation, mais également à la vie monastique, aux rituels et aux fêtes.

Ces questions, enfin, ne seraient pas complètes si elles n'exploitaient pas la richesse de la culture bouddhique, ses monuments, ses symboles et si elles n'évoquaient pas les implications sociales et politiques du bouddhisme contemporain.

Ce livre n'a pour ambition que de satisfaire la curiosité des lecteurs souhaitant s'initier aux spécificités de la tradition bouddhiste la plus ancienne, comme celle des voyageurs ou des expatriés souhaitant mieux s'intégrer à l'univers imprégné de bouddhisme qui les entoure. Puissent les réponses à ces 100 premières questions en susciter beaucoup d'autres et inciter le lecteur à suivre l'antique conseil du Bouddha : « *Viens et vois par toi-même !* ».



Wat Phra Dhammakāya, *Pathum Thani, Thaïlande*

Le Bouddha

Qui était le Bouddha ?

L'existence du Bouddha est prouvée. Même s'il fut longtemps difficile de distinguer la réalité historique de la légende, les textes anciens et les recherches historiques permettent de connaître l'essentiel de la biographie du Bouddha.

Celui qui devait devenir le Bouddha est né selon la tradition en 623 avant notre ère (selon les chercheurs plutôt aux environs de -560, voire de -480), près du village de Lumbinī, à la frontière de l'Inde et du Népal actuels ; il appartenait à la tribu des Sakyā, ce qui lui valut d'être parfois appelé *Sakya-muni*, « le sage Sakya ». Il appartenait à la lignée des *Gotamā* et tel était son nom ; *Siddhattha*, que certains veulent voir comme le « prénom » du Bouddha, est absent des textes les plus anciens et ne semble donc être qu'une invention tardive. La tribu des Sakyā se gouvernait sous la forme d'une république oligarchique : contrairement aux interprétations ultérieures, le père du Bouddha n'était donc pas un « roi » mais un chef élu et le jeune *Gotamā* n'était pas un « prince ».

Après le décès de sa mère *Māyā*, *Gotamā* fut élevé par sa tante, *Pajāpatī* (qui deviendra la première nonne bouddhiste). Il se maria à l'âge de seize ans avec *Yashodharā* dont il eut, 13 ans plus tard, un fils, *Rāhula* (qui deviendra moine).

La légende a brossé le tableau de ses conditions de vies luxueuses (ce qui, par contraste, était censé donner encore plus de poids à son renoncement) ; celles-ci doivent être relativisées au regard du contexte de l'époque. Il est cependant certain que son niveau social lui permit d'acquérir une éducation et d'avoir un cheminement intellectuel et spirituel, des avantages dont ne bénéficiait pas la grande masse de la population, en situation de simple survie.

Les Sakyā échappaient à l'influence du brahmanisme, ce qui laissa au jeune *Gotamā* une grande liberté intellectuelle et religieuse. Ils échappaient également au système des castes (les *brāhmanā*, les plus purs, chargés des rites religieux ; les *khattiyā*, les guerriers ; les

vessā , marchands ou paysans ; les *suddā*, travailleurs manuels ; les « hors castes », ou « parias »). Lorsque le Bouddha entra en contact avec les brâhmanes si attachés à leur caste, il eut l'intelligence de se définir comme appartenant à la « noblesse » ; sans cette concession (qui jamais ne l'empêcha de vivement revendiquer le dépassement du système des castes), ni sa personne, ni son enseignement n'auraient reçu un tel accueil et un tel appui de la part des élites.

L'Inde connaissait à cette époque un extraordinaire mouvement de rénovation religieuse, de réaction contre la dégénérescence des rites et de promotion d'une spiritualité purifiée, porté notamment par des renonçants itinérants que le jeune Gotamā se plaisait à écouter.

À l'âge de vingt-neuf ans, six jours après la naissance de son fils, Gotamā quittait son foyer pour devenir lui aussi ascète errant. Sa fuite secrète et nocturne hors de son « palais » relève de la légende, les textes décrivant au contraire une décision ancienne et reportée jusqu'à la naissance d'un héritier. Tout aussi légendaires, mais beaucoup plus pédagogiques, sont les fameuses quatre sorties au cours desquelles le jeune Gotamā, jusque là surprotégé, aurait soudainement découvert la maladie, la vieillesse, la mort et la solution du renoncement.

Durant les six premières années de sa vie d'ascète, il étudia avec les meilleurs maîtres, jusqu'à les égaler, et suivit les pratiques les plus rigoureuses ; sans trouver ce qu'il cherchait. Comprenant l'inutilité des mortifications extrêmes, il fit le vœu de méditer jusqu'à atteindre la pleine connaissance de l'origine de la souffrance et de la voie permettant de s'en libérer ; il atteignit ainsi l'Éveil.

Après avoir douté de la possibilité de diffuser sa découverte, le Bouddha débuta son enseignement par le célèbre « Sermon de la mise en mouvement de la roue du Dhamma » ; puis il passa le reste de son existence, soit quarante-cinq années, à parcourir les plaines du Gange pour enseigner et organiser la communauté grandissante des moines.

Il atteignit la paix de l'extinction complète (*pari-nibbāna*) à l'âge de 80 ans, laissant en héritage une congrégation de milliers de religieux, pourvue de règles solides et d'une doctrine sans faille.

Qu'est-ce qu'un Bouddha ?

Bouddha (*buddha*, « celui qui a découvert ») n'est pas un nom propre mais désigne celui qui a atteint le stade le plus élevé de l'évolution spirituelle, l'Éveil (*bodhi*), celui qui connaît la réalité, la vérité.

Cette « vérité » ne fait pas référence à des lois édictées par une autorité divine, mais tout simplement aux lois naturelles, brouillées par l'illusion, qu'un bouddha parvient à dévoiler, à comprendre, à enseigner ; et que les disciples sont appelés à expérimenter par eux-mêmes, non à respecter comme une merveille révélée.

Ce stade de perfection spirituelle a déjà été atteint de nombreuses fois dans un passé lointain (les textes bouddhistes citent les noms de six ou de vingt-quatre bouddhas ayant précédé le bouddha de notre ère) et il le sera encore dans l'avenir (quelques rares textes mentionnent également le nom du prochain bouddha, *Metteyya*).

Cette « bouddhité » peut prendre trois formes différentes : celle des bouddhas parfaits (*sammā-sam-buddhā*) qui parviennent sans aucune aide au plus haut sommet de la compréhension et possèdent la capacité d'enseigner au monde la voie à parcourir ; celle des bouddhas solitaires (*pacceka-buddhā*), nés à une époque où tout enseignement d'un bouddha a disparu, qui parviennent néanmoins à l'Éveil à la suite d'efforts de méditation empiriques, mais qui ne savent pas expliquer au monde la voie qu'ils ont parcourue ; celle, enfin, des disciples d'un bouddha parfait, les *arahā*, parvenus à l'Éveil grâce à l'enseignement reçu.

Le bouddhisme ne confère par conséquent au bouddha de notre ère aucune exclusivité. L'existence de bouddhas du passé, de bouddhas du futur et d'*arahā* du présent était fréquemment utilisée par le Bouddha pour rassurer ses disciples concernant la possibilité d'accéder à l'Éveil, mais également, il faut le souligner, pour freiner toute tentation de culte de la personnalité ; ainsi, lorsque l'un de ses plus grands disciples, Sāriputta, le complimente en affirmant qu'« il n'y a nulle part un autre religieux ayant atteint une plus grande sagesse »,

qu'« il n'y en pas eu et qu'il n'y en aura pas non plus », le Bouddha lui adresse ce reproche :

« Tu n'as pas connaissance des bouddhas parfaits du passé, du futur et du présent ? Pourquoi donc as-tu exprimé une telle idée ? »¹

Puisqu'il n'y a qu'une seule réalité et une seule voie permettant d'atteindre l'état de bouddha parfait, l'existence de multiples bouddhas est de toute façon sans réelle incidence sur le fond des enseignements :

« Tous les bouddhas délivrent un seul et même enseignement, les mêmes discours, le même entraînement, les mêmes exhortations ».²

Ceci explique également l'absence d'un récit historique détaillé des faits et gestes du bouddha Gotamā ; cette discrétion est la plus haute application de l'une de ses affirmations les plus importantes : un bouddha n'existe que par et pour son enseignement, le *Dhamma*.

« Qui voit le Dhamma, me voit ; qui me voit, voit le Dhamma. »³

Pour ces mêmes raisons, jusqu'aux environs du 1^{er} siècle de notre ère, le Bouddha n'était pas représenté : ceux qui suivaient sa voie vénéraient son souvenir soit à travers des symboles suggérant sa présence par défaut, tels un trône vide ou l'empreinte de ses pieds, soit à travers des symboles renvoyant aux événements majeurs de sa vie, tels un plant de lotus pour sa naissance, une roue pour son premier sermon, un arbre pour son Éveil et un monument funéraire pour son extinction. Dans les temples, de nos jours, ces symboles continuent de coexister avec les statues représentant le Bouddha.

Si le Bouddha soulignait la prééminence de l'enseignement sur la personne, il rappelait aussi et surtout que cet enseignement lui-même n'était rien d'autre qu'un outil au service d'un but : la libération. Dans une parabole célèbre, le Bouddha compare son enseignement à un radeau qui est fait pour traverser les flots, et non pour être supporté comme un fardeau ou pieusement conservé :

« J'ai enseigné une doctrine semblable à un radeau ; elle est faite pour s'échapper et non pour que l'on s'y attache. »⁴

Comment le Bouddha lui-même se définissait-il ?

Le Bouddha n'était pas un dieu, ni le fils d'un dieu, ni un prophète délivrant le message d'un dieu, mais un être humain parvenu par lui-même à l'Éveil ; le Bouddha proclamait :

« Je n'ai pas de maître. »⁵

Il n'offrait pas directement le « salut » (*mokkha*) mais enseignait le chemin (*magga*) qu'il appartient à chacun de suivre s'il veut échapper à la souffrance. Suivre le Bouddha, ce n'est donc pas se confier à une déité éternelle, à un intercesseur ou à un surhomme, mais voir en lui une compréhension susceptible d'être obtenue et une expérience susceptible d'être vécue :

« Vous devez travailler à votre propre libération, car je vous montre seulement la voie. »⁶

Le Bouddha se désignait lui-même le plus souvent comme le *Tathāgata*, un terme très ancien auquel la tradition attribua a posteriori l'étymologie *tathā*, « ainsi » et *agata*, « venir », cette interprétation cherchant à souligner l'adéquation entre la réalité, les enseignements du Bouddha et ses actes :

« Tout ce que le Bouddha a dit entre la nuit de l'Éveil suprême et la nuit où il mourut, tout ce qu'il a dit et exposé, c'est ainsi et non autrement, et pour cela il est nommé *Tathāgata* ; ce qu'il dit, il le fait et ce qu'il fait, il le dit. Et il va selon sa parole, et sa parole selon le cours de sa marche ; on le nomme donc *Tathāgata*. »⁷

La tradition utilise à l'égard du Bouddha les épithètes suivants : vénéré (*bhava*), grand sage (*mahesi*), sage en paix (*muni*), enseignant (*satthā*), instructeur (*akkhātā*), protecteur (*nātha*), constamment vigilant (*sāda sata*), indépendant (*sayambhū*), connaisseur de la voie (*vedagū*), grand homme (*mahā-purisa*), grand héros (*mahā-vīra*), ami spirituel (*kalyānamitta*), victorieux (*jina*), conquérant de la voie (*magga-jina*), gouverneur du *Dhamma* (*dhamma-rājā*), Vénérable (*bhante*). On y cherchera en vain une quelconque référence divine : ces épithètes ne

renvoient qu'au rôle du Bouddha, à son enseignement et à son état de réalisation spirituelle.

Il en est de même pour les qualités du Bouddha : parfait par sa connaissance et dans les pratiques y conduisant (*vijjā-carana-sampanna*), « bien allé » (*sugata*), connaisseur du monde (*loka-vidū*), parfait instructeur de ceux qui peuvent être instruits (*annutara-purisa-dhamma-sārathī*), enseignant des hommes et des êtres divins (*satthā deva-manussānam*), éveillé (*buddha*), *Bhagavā* (terme associé aux personnages de haut rang).

La plupart de ces épithètes et de ces qualités sont énumérées dans les récitations du matin et du soir qui ponctuent la vie quotidienne des moines et des laïques pratiquants.

Les trois qualificatifs les plus répandus, récités plusieurs millions de fois par jour dans les pays du Theravāda, sont *bhagavā*, *arahā* (libéré) et *sammā-sam-buddha* (pleinement éveillé par ses propres efforts) :

« Namo tassa (hommage au)
bhagavato, arahato, sammā-sambuddhassa. »

Cette formule, récitée à l'occasion de tout acte religieux individuel ou collectif, est (comme toutes les formules importantes) répétée trois fois, afin, connaissant la tendance de l'esprit humain à la distraction, qu'elle soit au moins une fois prononcée en pleine conscience.



Le Bouddha enseignant, *Wat Phnom, Phnom-Penh, Cambodge*

Le Bouddha répond-il à toutes les questions ?

Les textes bouddhistes soulignent, parmi les acquis de l'Éveil du Bouddha, son omniscience (*sabbaññū*), c'est à dire la connaissance profonde et complète de la réalité cachée sous les voiles de l'ignorance. Pourtant, le Bouddha gardait fréquemment le silence...

Il enseignait en effet que les questions se répartissent en quatre catégories : celles qui nécessitent une réponse catégorique, positive ou négative ; celles qui nécessitent une réponse analytique, définissant et requalifiant les termes de la question ; celles qui nécessitent une contre-question, renvoyant la balle dans la cour de l'interrogateur ; celles qui devraient être mises de côté. Ce qui permet de choisir entre l'une ou l'autre de ces formes de réponse est l'utilité ou l'inutilité du questionnement au regard de l'unique but à atteindre : la libération de la souffrance.

À l'un de ses nouveaux disciples qui exigeait de lui des réponses à ses questions métaphysiques, le Bouddha répondit par cette comparaison :

« C'est exactement comme si un homme était blessé par une flèche fortement imprégnée de poison, que ses amis, ses compagnons et ses proches parents lui procuraient un chirurgien, mais que lui protestait : « je ne veux pas que l'on retire cette flèche tant que je ne saurai pas de quelle caste était l'homme qui l'a tirée ; je ne veux pas que l'on retire cette flèche tant que je ne saurai pas le nom de la famille et le nom du clan de celui qui m'a blessé, tant que je ne saurai pas si le tireur était grand, moyen ou petit, tant que je ne connaîtrai pas la catégorie de l'arme qui l'a tirée, tant que je ne saurai pas si la corde de cet arc était en fibres de coton, en roseau, en tendon, en chanvre ou en écorce, tant que je ne saurai pas si la matière de la pointe était brute ou travaillée, tant que je ne saurai pas si les plumes du trait qui m'a touché étaient celles d'un vautour, d'une cigogne, d'un faucon, d'un paon, ou d'un autre oiseau, tant que j'ignorerai si la pointe qui m'a blessé était liée avec du tendon de vache, de buffle d'eau, de cerf ou de singe, tant que je ne saurai pas s'il s'agissait d'une flèche ordinaire, d'une flèche courbe, d'une flèche barbelée, en dents de veau ou en laurier. »

Cet homme mourrait et ses questions resteraient pour lui sans réponse. »⁸