

Shantideva's  
**Bodhicaryâvatâra**

བྱང་ཆུབ་སེམས་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ།

Groupe d'Étude guidé par Vénérable Lama Sangyay Tendzin

Chapitre Cinq : Sauvegarder la Vigilance

Session 35 - samedi 30 octobre 2021

Bonjour à tous,

Commençons par la récitation des prières traditionnelles :

REFUGE | MANDALA | DEMANDE D'ENSEIGNEMENTS

Invocation du Lama | Quiescence mentale

Après avoir présenté les 27 sources de conduite erronée, Shantidéva nous a présenté les 9 facteurs productifs de la vertu. Parmi ceux-ci, nous avons parcouru les six premiers points, terminant la semaine dernière à la strophe 55.

Chapitre Cinq - Strophe 56 :

Je ne me laisserai pas des êtres puérils  
Dont les désirs se contredisent :  
Je les aimerai plutôt en me rappelant  
Qu'ils sont tels du fait de leurs émotions négatives.

Comme des enfants, les gens ordinaires se battent entre eux pour leurs goûts et leurs désirs. Ils ne sont pas d'accord. Ce qui peut fasciner l'un, exaspère l'autre. Par conséquent, alors que nous pratiquons la voie des Bodhisattvas, certaines personnes en seront ravies et nous loueront, tandis que d'autres seront mécontents et critiques.

7. Nous ne devons pas nous laisser décourager par de telles choses car cela entraverait notre Bodhichitta de la manière racontée dans l'histoire de l'accession de Shariputra à l'état d'arhat.

Non seulement ne devrions-nous pas être déçus, mais nous devons être conscients que de telles circonstances découlent du désir, de la colère et des autres souillures, qui sont le résultat des divers désirs des êtres puérils.

Accablés par la souillure, le ressentiment qu'ils éprouvent envers l'activité d'un Bodhisattva rend leur pratique incontrôlable. Pour cette raison, les Bodhisattvas devraient traiter ces individus difficiles avec encore plus de tendresse.

Chapitre Cinq - Strophe 57 :

Dans ce que je fais d'irréprochable  
Pour mon bien et celui des autres,  
Je garderai toujours mon esprit sans que le moi  
N'y ait plus de réalité qu'une illusion magique.

Nous devons être irréprochables dans les choses que nous faisons, à la fois pour notre propre bien (comme se nourrir ou écouter les enseignements du Dharma) et pour le bien des autres (enseigner le Dharma ou faire l'aumône, etc.)

8. Lorsque nous faisons ces choses, nous devons penser que tout ce que nous avons fait, tout ce que nous faisons et tout ce que nous ferons, possède la nature d'une apparition

magique. Nous devons donc être sans nous accrocher au « je » et au « mien » et maintenir cette attitude à tout moment.

Chapitre Cinq - Strophe 58 :

Me rappelant sans cesse que j'ai gagné  
Les libertés suprêmes après tant de temps,  
Je maintiendrai ce genre de pensée,  
Aussi inébranlable que le mont Méru.

Shantidéva nous rappelle ici que nous avons attendu si longtemps pour obtenir la précieuse existence humaine, si difficile à atteindre. Maintenant que nous l'avons obtenu, nous devons nous efforcer de lui donner un sens.

9. En réfléchissant encore et encore, en pensant à la difficulté d'obtenir toutes les libertés et tous les avantages d'une telle condition, nos esprits deviendront déterminés et aussi inébranlables que le Mont Meru, le roi des montagnes. Il est essentiel de garder nos esprits fermement ancrés, de ne pas les laisser distraire par l'influence d'une compagnie méprisante et autres.

Je vous ai invité à les mémoriser car cela est très bénéfique et utile. Non seulement nous reconnaitrons nos tendances personnelles menant à des actes répréhensibles potentiels, mais cela neutralisera progressivement ces mauvaises tendances et nous permettra de maintenir la Bodhicitta sans effort. Alors je vous en prie, n'hésitez pas à le faire.

Shantidéva poursuit alors en soulignant la nécessité d'abandonner son attachement au corps, comme étant la cause qui empêche de s'entraîner aux préceptes.

Chapitre Cinq - Strophe 59 :

Quand les vautours, avides de ma chair, la traîneront çà et là,  
Ô mon esprit, tu ne manifesteras pas de mécontentement,  
Alors pourquoi en prends-tu  
Tant de soin aujourd'hui ?

L'esprit chérit le corps. Quand ce dernier a faim, il lui fournit de la nourriture ; quand il a soif, il lui donne à boire. Quand on discute de ses défauts, même ceux de ses yeux et de son nez, l'esprit prend sa défense.

Cette attitude de protection du corps est un état d'esprit qu'il faut abandonner. Il devrait être sérieusement contesté par des pensées contraires qui coupent court à un tel attachement.

S'adressant à son esprit, Shantidéva observe que, lorsque les vautours et les chacals, avec leur amour de la chair, déchiquèteront son corps, lui arrachant les intestins et autres organes pour finir par le dévorer tout entier, son esprit ne sera pas mécontent et n'interviendra même pas.

Pourquoi alors est-il si obsédé par le corps maintenant, lui prodiguant de tels soins, le nourrissant de nourriture et de vêtements, et le protégeant des blessures ? Cela n'a aucun sens.

Chapitre Cinq - Strophe 60 :

Pourquoi, ô mon esprit, protèges-tu  
Ce corps en le tenant pour tien ?  
S'il est différent de toi,  
Qu'en as-tu donc à faire ?

Shantidéva poursuit la réflexion suivante, interrogeant son propre esprit : « Pourquoi, ô esprit, pensez-vous à ce corps comme à vous-même ou le considérez-vous comme votre propriété et le protégez-vous avec de la nourriture, des vêtements et tout ce qui s'ensuit ?

C'est illogique, car il est une entité complètement différente du corps matériel, dont l'essence est le sperme et l'ovule de ses parents. A quoi peut donc vous servir ce corps ? Vous n'en avez nullement besoin.

Chapitre Cinq - Strophe 61 :

Insensé que tu es, pourquoi ne prends-tu pas alors  
Une forme corporelle en bois bien propre ?  
À quoi bon protéger cette chose putride,  
Cette machine composée d'éléments impurs ?

Si vous dites que vous en avez besoin comme lieu d'habitation, alors vous êtes bien idiot et vous ne savez pas ce que vous devez et ne devez pas faire. Si vous avez besoin d'un support où habiter, pourquoi ne pas prendre comme corps une forme humaine propre et sculptée dans le bois ? Car cela serait en effet raisonnable.

En revanche, votre corps actuel est une machine composée d'os reliés entre eux par des tendons qui peuvent s'étirer et se contracter ; c'est essentiellement une masse accumulée de trente-six substances impures comme la viande et le sang. Rien que des substances sales sortent de ses neuf orifices.

Comment peut-il être raisonnable de protéger une telle chose, aussi répugnante qu'elle soit, impure et pourrissante ? On dit que le corps se décompose parce que, alors que le dérivé sain et essentiel de la nourriture que l'on consomme devient chair et graisse, ses résidus putrides restent dans le gros et le petit intestin, où, selon le Nanda Garbhavakranti Sutra, les quatre-vingt mille bactéries habitent et sont responsables de l'odeur nauséabonde des excréments et de l'urine.

Chapitre Cinq - Strophe 62 :

Imagine d'abord que tu décolles  
La peau de la chair,  
Puis celle-ci du squelette,  
Avec le scalpel de l'intelligence.

Et si, ô esprit, vous pensez que, bien que le corps soit un objet de décomposition comme nous venons de le décrire, vous le protégerez néanmoins à cause de son noyau sain, alors vous devriez, avec votre discernement aiguisé comme une lame, séparer le revêtement de la peau de la chair et regarder !

Tout ce que vous trouverez, c'est quelque chose d'effrayant, de sale et de nauséabond. Il n'y a rien d'autre. Encore une fois, avec la lame de l'intelligence, enlevez la chair de sa charpente osseuse et examinez-la.

Chapitre Cinq - Strophe 63 :

Quand tu auras détaché les os,  
Fouille-les jusqu'à la moelle  
En te demandant  
Ce qui s'y trouve d'essentiel.

Et lorsque vous aurez séparé les os, en les séparant au niveau des articulations et ainsi de suite, examinez attentivement jusqu'à la moelle osseuse. Demandez-vous où se trouve l'essence agréable et désirable du corps ? Est-ce à l'intérieur du corps ou à l'extérieur ?

C'est quelque chose que vous devriez vous-même analyser avec votre propre intelligence, en examinant chaque détail.

Chapitre Cinq - Strophe 64 :

Si, malgré ces efforts,  
Tu n'y trouves rien d'essentiel,  
Pourquoi le protéger encore  
Avec autant d'attachement ?

Si, persistant dans cette recherche, vous ne trouvez rien d'agréable ou de désirable, pourquoi, ô esprit, persistez-vous à vous cramponner à ce corps ? Pourquoi protégez-vous cette forme impure, en décomposition et nauséabonde ? Cela n'a aucun sens.

Chapitre Cinq - Strophe 65 :

Si, pour toi, les excréments ne sont pas bons  
À manger, ni le sang à boire,  
Ni les entrailles à sucer,  
À quoi ce corps peut-il te servir ?

Vous pouvez penser que vous avez besoin du corps et que vous devez donc bien sûr le protéger. Mais de quoi avez-vous besoin ? Vous ne pouvez pas consommer ce corps impur ; vous ne pouvez pas boire son sang et son pus. Vous ne pouvez pas sucer son estomac ou ses intestins. Qu'allez-vous donc faire, ô esprit, de ce corps ? Vous n'en avez pas le moindre besoin !

Chapitre Cinq - Strophe 66 :

Protège-le, à la rigueur, pour le donner en pâture  
Aux vautours et aux chacals.  
Le corps de tout être humain  
Ne peut être qu'un instrument.

D'un certain point de vue, vous n'avez aucune raison de protéger ce corps. Mais d'un autre point de vue, il serait tout à fait raisonnable et approprié que vous le conserviez et le gardiez comme nourriture pour les vautours, renards et autres animaux qui n'ont aucun concept de pur et d'impur !

Bien sûr, ce sont les mots d'une ironie méprisante de Shantideva à l'égard de l'attachement que nous portons à notre corps. Il est vrai que lorsque ce corps est examiné à l'extérieur et à l'intérieur, il s'avère qu'il n'a aucun noyau essentiel d'aucune sorte. Et pourtant un bienfait essentiel est tout de même à en extraire. Mais comment donc ?

L'esprit est comme un roi omnipotent. Le corps est son serviteur en bien ou en mal.

Comme il est dit, si l'on est capable d'utiliser son corps comme serviteur dans l'accomplissement de bonnes œuvres, alors parmi toutes les formes physiques que l'on trouve dans les six classes d'êtres, cette forme humaine est la meilleure pour la pratique de la Dharma.

Par conséquent, -et cela s'applique à tout le monde : lamas, monastiques, laïcs hauts ou bas, forts, ou faibles-, le corps humain ne doit être utilisé qu'en accord avec sa vraie nature, en qualité de serviteur dans l'accomplissement d'actes vertueux. A part ça, il n'y a rien d'autre à en tirer.

Chapitre Cinq - Strophe 67 :

Et quand bien même l'aurais-tu protégé,  
Que feras-tu quand l'impitoyable  
Seigneur de la Mort te le prendra  
Pour le jeter aux oiseaux et aux chiens ?

S'adressant à nouveau à son propre esprit, Shantidéva souligne qu'il s'efforce de protéger son corps, tout comme les gens qui sont fortement attachés à leur corps et lui procurent tout ce qu'il

veut, tout ce qui lui plaît : de la nourriture pour la bouche, des vêtements pour le dos, des ornements, etc.

« Mais que ferez-vous, demande-t-il, lorsque le Seigneur de la Mort, qui ne connaît ni amour ni compassion, vous le prendra, impuissant comme vous l'êtes, et le jettera en pâture aux vautours et aux chiens ? Que ferez-vous alors, ô esprit ? Vous serez impuissant à faire quoi que ce soit.

Nous nous arrêtons ici aujourd'hui. Pratiquons un court instant la quiétude mentale avant de consacrer le mérite de cette séance au profit de tous.

