

Shantideva's

Bodhicaryâvatâra

བྱང་ཆུབ་སེམས་པའི་རྫོད་པ་ལ་འཇུག་པ།

Groupe d'Étude avec le Vénérable Lama Sangyay Tendzin

Session 66 – Samedi, 25 février 2023

Chapitre SEPT : L'effort Joyeux - Le Support de la Pratique

REFUGE | MANDALA | REQUETE des ENSEIGNEMENTS

Invocation par le Lama de l'assemblée des Bouddhas et des détenteurs de Lignée.

Courte pratique de Quiétude Mentale – Développement de la Bodhicitta

Parmi les quatre forces que nous devons mobiliser pour mettre en place les conditions favorables à la diligence, nous étudions actuellement la seconde, **la force de ténacité**.

Après nous avoir fourni une explication générale de cette force dans les strophes 47 à 49, Shantideva s'est engagé dans une explication détaillée de trois points spécifiques.

La semaine dernière, nous en avons parcouru le premier :

1. Cultiver un sentiment de confiance en soi par rapport à la tâche (versets 50-51).

Les huit strophes suivantes nous fournissent une explication détaillée du deuxième point :

2. Cultiver un sentiment de confiance en soi vis-à-vis de ses capacités

La strophe 52 nous rappelle que nos bonnes actions produiront leurs effets où que nous soyons. Dans l'histoire de Punyabala, s'installant dans la demeure d'un pauvre, son mérite lui fit découvrir un grand et inépuisable trésor qui avait été caché dans cet endroit abandonné.

Strophe 52 :

Au vu d'un serpent mort,

Le corbeau se conduit comme un aigle.

Si je manque de force,

La moindre chute me sera néfaste.

Lorsqu'ils découvrent un serpent mort, les corbeaux se comportent comme des aigles planant dans le ciel, et c'est sans peur et avec dédain qu'ils le dévorent.

Si notre amour propre est très faible, c'est-à-dire si notre capacité à remédier à une situation est défailante, nous devons comme le corbeau, considérer que le serpent mort est vulnérable aux blessures mineures causées par la moindre inconduite.

Ainsi nous saurons qu'une infraction mineure peut nous nuire au point de nous entraîner dans les royaumes inférieurs, au même titre que des méconduites beaucoup plus graves telles l'attaque de l'aigle.

Strophe 53 :

Celui qui renonce à l'effort par découragement

Pourra-t-il se libérer de sa misère ?

Celui qui a la fierté de faire effort,

Ne sera pas vaincu, même par de lourds méfaits.

A cause de leur faible détermination, certains d'entre nous sombrent dans le manque d'estime de soi et doutent de leur capacité à pratiquer la vertu et à contourner la malveillance.

Se sentant désespérés, ils abandonnent tous les efforts pour surmonter leurs faiblesses. En conséquence, ils ne peuvent pas surmonter leur condition misérable, que ce soit dans cette vie ou dans les vies futures.

Mais ceux qui tiennent bon, fièrement résolus, avec détermination et persévérance - confessant ce qui doit l'être avec une ferme promesse d'amendement - ceux-là même ne peuvent être abattus même par de fautes graves. Celles-ci n'auront pas la force de les entrainer dans les mondes inférieurs.

Comme il est dit dans le *Mahaguhyaupaya-kaushalya-sutra* :

« Les bodhisattvas qui sont sages dans la vacuité et habiles dans les méthodes de la compassion ne seront pas vaincus même par de graves chutes, tout comme les détenteurs des vidya-mantras, qui sont capables de se délivrer à souhait des chaînes des cinq enchantements ».

Strophe 54 :

**C'est donc avec fermeté
Que je triompherai des chutes,
Parce que, si elles l'emportent sur moi,
Ridicule sera mon désir de vaincre les trois mondes.**

Par conséquent, Shantideva conclut, avec un cœur inébranlable confiant dans ses capacités, qu'il surmontera les moindres défauts qui doivent être écartés.

Il voit en effet que s'il se laisse submerger par ses propres faiblesses, son désir d'atteindre la bouddhité, de remporter la victoire sur toutes les souillures dans les trois mondes, est en effet des plus pathétiques.

Strophe 55 :

**« Je vaincrai tout
Et rien ne me vaincra ! »
Dans cet orgueil je m'établirai,
Moi, l'enfant de ces lions, les Vainqueurs.**

En agissant de la sorte, Shantideva déclare qu'il triomphera de toutes les souillures des trois mondes et qu'aucune affliction ne prévaudra en lui.

Car il est le fils du Vainqueur, le Lion parmi les hommes, qui a vaincu les quatre démons et a acquis le pouvoir des quatre intrépidités.

Il conservera donc une confiance digne en ses capacités, grâce à laquelle aucune émotion conflictuelle ne pourra dicter sa conduite.

Strophe 56 :

**Les êtres vaincus par l'orgueil
N'éprouvent pas d'orgueil, mais une émotion négative.
Les vrais orgueilleux ne se rendent pas à l'ennemi,
Alors que les autres se soumettent à lui.**

Ici, Shantideva nous enseigne à faire la différence entre la « fausse fierté » qui est l'arrogance des êtres samsariques émotionnels et la « véritable fierté » qui est la dignité et la confiance des bodhisattvas.

En effet, les êtres des trois mondes qui sont ruinés par leur arrogance sont des créatures souillées et misérables. Ils sont en fait complètement dépourvus du type de confiance en soi.

S'ils possédaient ce genre de confiance en soi et de dignité, qui est un antidote, ils ne tomberaient pas sous le pouvoir de leur ennemi : le genre d'orgueil qui est la souillure de l'arrogance.

Strophe 57 :

**L'orgueil vulgaire qui gonfle l'esprit
Conduit aux destinées inférieures ;
Il ruine le festin de l'existence humaine
Et produit des esclaves qui mangent le pain des autres**

De quelle faute s'agit-il lorsqu'on tombe au pouvoir de l'orgueil ? Lorsque l'esprit est gonflé d'arrogance, il entraîne les êtres dans des états de misère ou, à défaut, détruit tout bonheur et toute joie de la condition humaine si celle-ci est acquise.

Car on renaîtra en tant qu'esclave ou serviteur, entièrement dépendant des dons des autres pour sa subsistance.

Strophe 58 :

**Des idiots, laids et faibles,
Que tous méprisent : si ces ascètes bouffis d'orgueil
Font, eux aussi, partie des bons orgueilleux,
Dites-moi quels sont ceux qu'il faut appeler vils ?**

Alternativement, on naîtra aussi stupide qu'un cochon, ne sachant pas quoi adopter et quoi rejeter. Ou bien, on aura une apparence laide, aussi affreuse qu'un crapaud.

Et même si l'on n'est pas réellement blessé, on sera méprisé comme un vieux chien, la risée et la risée de tout le monde.

Ceux dont l'esprit est gonflé de vanité -ceux qu'on appelle les "ascètes" qui sont capables de vivre sans goûter la nourriture du sublime Dharma-, ce sont eux qui sont les véritables objets de mépris.

Bien qu'ils soient incapables de cultiver la véritable fierté de bodhisattva, s'ils sont comptés parmi les stables, c'est-à-dire ceux qui ont confiance en leurs capacités, alors, s'exclame Shantideva, qui appellerons-nous sans valeur ?

Strophe 59 :

**Celui qui met son orgueil à vaincre l'orgueil ennemi
Est un bon orgueilleux, un héros invincible.
Il écrase le mauvais orgueil envahissant
Et accomplit le fruit de la bouddhité en comblant le désir des êtres.**

Les descendants du Conquérant, qui maintiennent une confiance en soi stable, l'antidote qui renverse l'ennemi de l'orgueil afflictif, sont ceux qui ont cultivé la dignité ou la vraie fierté au sens positif et sont dignes d'éloges. Car ce sont des héros qui ont vaincu leur ennemi, l'orgueil qui est une souillure.

Ceux qui ont une véritable confiance en eux-mêmes submergent complètement la force puissante qui détient les trois mondes en leur pouvoir - la pensée du "je". Et ainsi, selon leur souhait, ils sont capables d'offrir aux êtres le fruit parfait de la bouddhité.

C'est ainsi que Shantideva vante les qualités d'un sens sain de l'estime de soi qui est l'antidote à l'orgueil.

Ceci conclut l'explication sur le deuxième point spécifique, celui de Cultiver un sentiment de confiance en soi vis-à-vis de ses capacités.

A côté de cela, Shantideva commente le troisième point, « Cultiver un sentiment de confiance en soi vis-à-vis des émotions afflictives ».

Strophe 60 :

**Cerné par les émotions négatives,
Je leur résisterai mille fois plus.
Tel un lion parmi les renards,
Je ne laisserai pas leur foule me nuire !**

Quand on garde la compagnie de personnes attirantes, le désir grandit ; quand on est avec des gens haineux, la colère se développe. Quand donc nous nous trouvons dans des situations dangereuses où il y a des stimulants abondants pour les afflictions, nous devons en cultiver les antidotes avec une intensité proportionnée et nous devons leur résister de mille manières.

Par exemple, tout comme un lion ne peut pas être blessé par un renard, nous devons nous assurer que nos esprits sont à l'épreuve des assauts des afflictions. On dit que les meilleurs pratiquants utilisent comme chemin l'objet même qui provoque les afflictions.

Les pratiquants moyens appliquent les antidotes et tiennent bon. En revanche, les pratiquants d'une capacité plus basique doivent abandonner ces objets et battre en retraite.

Strophe 61 :

**Lorsqu'un grand péril menace,
L'homme se protège les yeux.
Même exposé aux dangers,
Je ne céderai pas aux émotions négatives !**

Aussi difficiles que soient les circonstances dans lesquelles ils se trouvent, même lorsque leur vie est menacée, les gens protégeront instinctivement leurs yeux, leur bien le plus cher.

De la même manière, et quels que soient les dangers, nous devons nous protéger de tomber au pouvoir des afflictions du désir et de la colère.

Strophe 62 :

**Plutôt mourir dans les flammes ou la tête coupée
Que jamais m'incliner devant les émotions négatives, mes ennemies!
De même, en toutes circonstances,
Je ne ferai que ce qui est juste.**

Par conséquent, nous pouvons être brûlés à mort ou décapités avec une épée (ceci est d'une importance relativement mineure), mais à aucun moment nous ne devons permettre de nous incliner et d'étaler nos souillures devant nos ennemis.

Dès le début, nous devons prendre l'engagement sérieux et déterminé de ne jamais nous laisser contaminer par une émotion conflictuelle. Dans toutes les circonstances de temps et de lieu, nous n'agissons que correctement, et jamais d'une manière inappropriée.

Cette strophe conclut l'explication détaillée sur la deuxième force, **la force de constance**.

La semaine prochaine, nous poursuivrons avec la présentation de la troisième force, **la force de Joie** évoquée par Shantideva dans les quatre strophes suivantes (63 à 66), suivie de **la force d'abandon** (Strophe 67).

Pratiquons la quiétude mentale pendant un court moment, avant de consacrer notre mérite au profit de tous.

