

# Shantideva's Bodhicaryâvatâra

བྱང་ཆུབ་སེམས་པའི་སློབ་པ་ལ་འཇུག་པ།

Groupe d'Étude avec le Vénérable Lama Sangyay Tendzin

Session 74 – Samedi 14 octobre 2023

## Chapitre huit : Concentration méditative (Stabilité mentale d'une grande portée) : 187 Strophes

### 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

Bonjour. La dernière séance s'est terminée par la présentation de la strophe 54, qui fait partie d'un long exposé de Shantideva sur la nécessité d'abandonner le désir d'un amant :

#### **Strophe 55 :**

**L'esprit que tu désires,**

**Tu ne peux le voir ni le toucher.**

**Ce que tu peux voir et toucher n'est pas l'esprit.**

**À quoi bon, alors, ces étreintes inutiles ?**

Shantideva soutient que, bien que les amoureux puissent prétendre que leur affection est enracinée dans les qualités mentales ou spirituelles de leurs partenaires, les aspects physiques de leur relation contredisent cette notion.

Les amoureux ne peuvent pas interagir physiquement avec les esprits qu'ils prétendent chérir ; au lieu de cela, ils s'engagent dans une intimité physique avec des corps, qui sont séparés des esprits qu'ils professent aimer. Cette incohérence suggère une confusion fondamentale dans leur compréhension de l'amour et du désir.

De cette manière, Shantideva remet en question la croyance communément répandue selon laquelle l'amour est principalement une connexion mentale ou spirituelle, en mettant en lumière l'incongruence entre ce que les amoureux disent désirer et ce que leurs actions révèlent.

#### **Strophe 56 :**

**Il n'est guère surprenant de ne pas concevoir**

**Que le corps d'autrui est naturellement impur,**

**Mais il est inouï de ne pas reconnaître**

**Combien, soi-même, on est impur !**

Ne pas reconnaître les aspects impurs du corps d'un amoureux, qui peuvent être temporairement cachés, est peut-être compréhensible. Cependant, l'incapacité à reconnaître l'évidente impureté de son propre corps est à la fois déconcertante et absurde. Cela reflète un manque de sagesse et est, en fait, tout à fait incroyable.

#### **Strophe 57 :**

**Pourquoi, si attaché à l'impur, l'esprit**

**Préfère-t-il un sac de choses malpropres**

**Au jeune lotus qui s'ouvre**

**Sous les rayons d'un soleil sans nuage ?**

Alors que certains peuvent déclarer leur affection en fonction de l'attrait de la peau de leur partenaire, on pourrait se demander pourquoi ils ne s'émerveillent pas plutôt devant les teintes vibrantes et l'élégance d'un

lotus nouvellement fleuri sous un ciel clair. Être captivé par une simple forme corporelle, fondamentalement impure, semble vraiment déraisonnable.

**Strophe 58 :**

**Si tu refuses de toucher**

**La terre souillée d'excréments,**

**Pourquoi veux-tu toucher le corps**

**D'où ces excréments proviennent ?**

Shantideva démontre de manière méthodique que le corps d'un partenaire désiré sert intrinsèquement à la fois de cause et d'effet des impuretés.

Dans des cas où des objets comme des vêtements ou des surfaces sont contaminés par des substances impures comme des excréments ou de l'urine, il y a une aversion naturelle au contact. Pourtant, c'est le corps de l'être aimé qui produit de telles impuretés. Ainsi, la question se pose : pourquoi devrait-on encore désirer le toucher ?

Cette déclaration aborde une interaction complexe entre les réalités physiques et émotionnelles, examinant la contradiction entre l'aversion naturelle aux impuretés et le désir d'être proche d'un être cher.

D'un point de vue psychologique, l'aversion naturelle à des substances comme les excréments ou l'urine est souvent ancrée dans un instinct évolutif pour l'hygiène et l'évitement des maladies. D'autre part, le désir de toucher ou d'être près d'un être cher est motivé par des liens émotionnels, qui surpassent souvent de telles aversions instinctuelles.

D'un point de vue bouddhiste, cela peut être une occasion d'explorer le concept d'attachement par rapport au non-attachement. L'attachement à la forme physique peut conduire à la souffrance, en raison de sa nature impermanente et en constante évolution.

**Strophe 59 :**

**Si tu n'es pas attaché à ce qui est sale,**

**Pourquoi serres-tu contre toi un autre corps**

**Issu lui-même d'un corps impur**

**Et engendré par sa semence ?**

Le corps du partenaire chéri est également un produit d'impuretés. Même si les amoureux peuvent croire qu'ils n'ont aucune affection pour des substances considérées comme nauséabondes, comme les excréments et l'urine, et qu'ils ne souhaitent pas s'y engager, ils doivent se confronter à la réalité selon laquelle le corps de leur partenaire provient d'une source impure, à savoir le ventre de leur mère.

Les contemplations présentées ici s'alignent sur des enquêtes philosophiques et spirituelles qui approfondissent la nature de l'attachement, du désir et de la perception. Elles nous invitent à examiner de manière critique les incohérences dans notre façon de percevoir et d'interagir avec le monde et avec nos proches.

Il est important de noter que le but n'est pas nécessairement d'inspirer de l'aversion ou du dédain mais plutôt d'encourager une compréhension nuancée du désir et de l'attachement. Cela peut être une étape cruciale vers la culture de la pleine conscience et du discernement, aspects clés du développement spirituel.

**Strophe 60 :**

**Tu n'éprouves pas de désir**

**Pour les asticots nés de l'ordure,**

**Mais tu désires un corps impur**

**Issu lui-même d'impuretés.**

Inhérents par essence, ils sont à la fois l'origine et la conséquence de la contamination. Comme l'a observé Shantideva, les individus ne manifestent aucun désir envers les organismes minuscules et malodorants trouvés dans les déchets. Qu'est-ce qui les pousse alors à aspirer à un corps humain, qui est lui-même le résultat de nombreux éléments impurs tels que tissus, sang et déchets corporels ?

**Strophe 61 :**

**Non seulement tu ne méprises pas**

**Ta propre saleté**

**Mais toi, sac d'immondices**

**Assoiffé d'immondices, tu en désires d'autres !**

Un tel attachement est erroné. Non seulement les amoureux manquent de répulsion envers leurs propres impuretés physiques, mais ils convoitent la même chose chez les autres. Leurs corps, essentiellement des vaisseaux de substances impures, réclament encore plus de ces éléments provenant du corps de leurs partenaires. C'est extrêmement honteux.

**Strophe 62 :**

**Les matières plaisantes comme le camphre,**

**Le riz cuit et les légumes,**

**Portés à la bouche puis recrachés,**

**Vont jusqu'à souiller la terre.**

Une entité qui contamine ce qui est pur est, par cette logique, elle-même impure. Lorsque des substances considérées comme propres et agréables, telles que le camphre, le safran, la canne à sucre, le riz et les herbes parfumées, sont introduites dans la bouche puis expulsées, elles ternissent une surface autrement propre. Combien plus alors le corps humain, qui transforme ces éléments purs en impuretés ?

Cette déclaration met en lumière le concept d'impureté à travers l'acte de souillure, attirant l'attention sur la nature transformative du corps humain en convertissant des substances pures en formes impures. Elle utilise l'exemple de substances universellement acceptées comme pures, telles que le camphre et le safran, pour souligner que si même celles-ci peuvent devenir impures par l'interaction humaine, l'impureté inhérente du corps humain devrait être indiscutable.

Cette observation sert de réflexion sur la nature de l'existence, la pureté et le rôle que le corps humain joue dans le cycle de la vie et de la mort. Elle encourage un examen plus approfondi de ses attachements au monde physique et peut servir de rappel à rechercher la pureté spirituelle, en accord avec les enseignements sur l'élimination des attachements et la réalisation de la vraie nature des choses.

**Strophe 63 :**

**Si, contre toute évidence, tu doutes**

**Que ces choses soient impures,**

**Regarde la saleté des autres corps**

**Abandonnés dans les charniers.**

Shantideva nous dit que si nous doutons encore de la saleté du corps, dans ses deux aspects de cause et d'effet, bien que cela soit très évident aux yeux de tous, nous devrions aller au charnier et observer les cadavres abandonnés là, pourrissant, dévorés par les vers ; un spectacle fétide et dégoûtant.

**Strophe 64 :**

**Une fois leur peau enlevée,**

**Ils t'inspirent grand-peur,**

**Et tu le sais : alors pourquoi**

**T'entiches-tu toujours des corps ?**

Si nous devions enlever la peau des cadavres abandonnés là-bas, en voyant le sang répugnant et nauséabond, les intestins, les écoulements excrémenteux, et ainsi de suite, nous ressentirions une grande horreur et répulsion. Nous en sommes parfaitement conscients. Pourtant, comment se fait-il que nous ne soyons toujours pas méfiants envers ce corps ? Comment pouvons-nous toujours le désirer et le convoiter sans jamais être satisfaits ?

En examinant de près la contradiction entre les réalités peu attrayantes du corps et l'attachement ou le désir qui survient souvent encore, l'écart entre la compréhension intellectuelle et la réaction émotionnelle ou instinctive peut être attribué à des kleshas profondément enracinés.

Les kleshas ou émotions conflictuelles sont des états mentaux qui obscurcissent l'esprit et entraînent des actions néfastes. Spécifiquement, les kleshas de 'raga' (attachement) et 'avidya' (ignorance) nous empêchent d'intérioriser les conclusions logiques tirées de telles réflexions.

La méditation sur la nature peu attrayante du corps peut être un outil essentiel pour combler l'écart entre la compréhension intellectuelle et l'expérience réelle.

Une pratique constante aide à progressivement abandonner la tendance illusoire à voir le corps comme désirable ou permanent. Cela aidera à desserrer les liens de l'attachement et à progresser vers l'éveil.

#### **Strophe 65 :**

**Le parfum de ce corps**

**Est celui du santal et rien d'autre :**

**Alors pourquoi t'attaches-tu**

**À ce qui n'est pas le corps ?**

Un individu peut prétendre être séduit par le parfum séduisant émanant du corps de sa partenaire. Cependant, en y regardant de plus près, l'arôme enivrant qu'il trouve si convaincant n'est pas une qualité naturelle de son corps.

C'est plutôt le résultat d'agents extérieurs comme le bois de santal ou le musc dont elle s'est parée. Par conséquent, attribuer son affection à l'odeur innée de son corps serait une fausse déclaration, car l'odeur qui la captive est étrangère à son moi physique.

Ce commentaire met en évidence l'idée selon laquelle nos attirances et nos désirs sont souvent influencés par des facteurs ou des conditions externes et peuvent donc ne pas être aussi authentiques ou innés que nous le croyons initialement. Cela nous rappelle d'examiner la véritable source de nos attachements.

#### **Strophe 66 :**

**S'il est par nature fétide,**

**Ne vaut-il pas mieux ne pas s'y attacher ?**

**Mais les hommes, assoiffés**

**De futilités, le couvrent de parfums.**

Si l'on s'attache uniquement à un parfum, il serait sûrement plus logique de s'abstenir de désirer le corps de l'amant, qui, livré à lui-même, dégage des odeurs désagréables. Pourtant, les gens du monde convoitent ce qui n'est pas utile. A quoi sert d'appliquer le doux parfum du bois de santal sur un corps impur ?

#### **Strophe 67 :**

**Le parfum est celui du santal :**

**Comment émanerait-il du corps ?**

**Pourquoi s'attacher à un être pour son odeur**

**Si cette odeur n'est pas la sienne ?**

Car étant donné que le doux parfum provient de la sandale dont le corps est oint, quel parfum peut bien provenir du corps d'un partenaire, qui en lui-même est impur et malodorant ? Comment se fait-il que l'odeur de quelque chose d'étranger suscite le désir de quelque chose d'impur et de nauséabond : le corps d'un amoureux ?

**Strophe 68 :**

**Si, hirsute et griffu,  
Les dents jaunâtres, souillées de fange,  
Le corps est naturellement  
Redoutable dans sa nudité,**

Car si un corps n'est pas du tout lavé et maintenu propre ; s'il est laissé sans soins, avec des cheveux dégingandés ; des ongles longs et mal curés; des dents sales et tachées qui puent les sédiments en décomposition – quelle horreur dégoûtante ! Ce corps nu est aussi effrayant qu'un fantôme !

**Strophe 69 :**

**Pourquoi lui prodiguer tant de soins  
Comme à une arme pour se frapper ?  
La terre entière est agitée par des fous  
Qui se démènent en croyant faussement à l'existence du moi.**

De plus, pourquoi prendre tant de peine à nettoyer et soigner ce corps, objet de notre attachement ? C'est comme nettoyer et polir l'arme même avec laquelle nous allons être blessés. Se cramponnant dans l'ignorance à leurs corps — identifiant quelque chose qui est sans soi comme étant "Je" et "mien", et prenant pour pur ce qui est impur — les gens se prodiguent des soins, se baignent et se toilettent.

Alors qu'ils avalent les eaux enivrantes du désir, leurs esprits sont rendus fous. La surface entière de la terre est submergée de folie. Les êtres sont en effet pitoyables. La terre est remplie de ceux qui œuvrent exclusivement pour leurs propres fins, prenant soin de ceux qu'ils aiment, combattant ceux qu'ils haïssent, faisant le maximum pour acquérir richesse et renommée.

Lorsque les Bodhisattvas les voient, puissants ou simples mortels, agissant comme s'ils étaient complètement insensés, leurs cœurs sont remplis de tristesse, et ils pleurent de compassion.

**Strophe 70 :**

**Si le dégoût t'envahit en ne voyant  
Dans les charniers que des squelettes,  
Te plairas-tu dans le charnier des villes  
Peuplées de squelettes ambulants ?**

Nous hésitons à visiter et à contempler le charnier où il n'y a que des cadavres et des squelettes humains. Nous ressentons de la peur et du dégoût. Pourquoi alors prenons-nous tant de plaisir dans les cités des morts-vivants, habitées par des squelettes qui bougent, animés par l'esprit et le souffle ?

Nous nous arrêterons ici aujourd'hui. Le prochain sujet présenté par Shantideva consiste en une réflexion sur les nombreuses blessures qui résultent de l'attachement.

Je vous invite à pratiquer la quiescence mentale pendant quelques instants, avant de dédier notre mérite pour le bien de tous.

