



**L'essence du bouddhisme**  
**Durden SMITH**

ISBN : 978-2-266-16278-4  
N° 12981  
Prix : 6,70 €

---

## SOMMAIRE

### *Introduction*

#### **Première Partie. L'époque du Bouddha**

Chapitre I. Le contexte historique

Chapitre II. La vie du Bouddha : le chemin de l'Éveil

Chapitre III. L'héritage de l'Éveil

Chapitre IV. L'enseignement du Bouddha

#### **Seconde Partie. Le bouddhisme après le Bouddha**

Chapitre V. Les cinq cents premières années

Chapitre VI. Le Mahayana

Chapitre VII. Le Tantra : le troisième tour de la Roue

Chapitre VIII. Le bouddhisme à travers le monde

*Postface* : Le bouddhisme aujourd'hui

## INTRODUCTION

Le bouddhisme n'est pas une religion au sens où on l'entend d'ordinaire en Occident. Les bouddhistes suivent bien l'enseignement du Bouddha, mais pas de la même manière que les chrétiens suivent celui du Christ. Le Bouddha ne s'est jamais considéré comme un Dieu et n'a indiqué à ses disciples aucune voie vers la divinité. Il n'a jamais prétendu détenir une vérité inaltérable et n'a demandé à personne d'accepter sa doctrine comme une marque de confiance ou comme un acte de foi. Au contraire, il a encouragé ceux qui souhaitaient s'engager sur le chemin spirituel qu'il avait lui-même parcouru de faire leurs propres expériences, en gardant ce qui leur serait utile et en abandonnant le reste. Voici ce qu'il déclarait il y a 2 500 ans au peuple des Kalamas, qui vivait dans le nord-est de l'Inde (l'actuel Népal) :

*Ne vous contentez pas des oui-dire, des traditions, des légendes, des enseignements transmis par les écritures, des conjectures, des raisonnements logiques, de l'évaluation des preuves, d'un goût*

*particulier pour telle ou telle idée... ni même de la pensée : « Le moine est notre maître. » Quand vous vous dites en votre for intérieur : « Ces idées ne sont d'aucun profit... Une fois adoptées et mises en pratique, elles ne produisent que confusion et souffrance », alors renoncez-y. Quand vous vous dites en votre for intérieur : « Ces idées sont profitables », alors appliquez-les avec constance.*

En d'autres termes, le but ultime annoncé par le Bouddha est le même pour tous les êtres vivants, à savoir l'expérience et la compréhension des Quatre Nobles Vérités, mais chaque homme, chaque femme et chaque enfant doit trouver son propre chemin pour l'atteindre. Ce qui réunit les bouddhistes au sein d'une communauté, ou *Sangha*, c'est la tolérance mutuelle parfois qualifiée d'amitié spirituelle. Des origines jusqu'à nos jours, la Sangha – le mot désignait initialement une communauté monastique – a été épargnée par les schismes violents, les luttes sectaires, les chasses aux sorcières et la persécution des hérétiques qui caractérisent l'histoire religieuse de l'Occident.

Le second lien entre les bouddhistes, c'est le respect que leur inspirent le Bouddha et son cheminement spirituel vers la vérité. Nous verrons que celui-ci implique un effort conscient, prolongé et maîtrisé. L'enseignement du Bouddha étant le reflet de ce chemin, il traite beaucoup moins de croyances que de comportements : comment mener sa vie ; comment cultiver les vertus et éviter les vices ; et, par-dessus tout, comment libérer, par le biais de la méditation, les trésors de sagesse et de compassion que nous recelons en nous. Ses préceptes et son exemple forment ainsi un véritable guide des itinéraires à emprunter et un manuel pour parvenir à la vérité sans l'aide de la foi ni du dogme. Selon cet enseignement, l'expérience religieuse peut être appréhendée directement, à condition que l'individu – tel le Bouddha – soit prêt à entreprendre une transformation spirituelle et à diriger son regard vers l'intérieur, plutôt que vers le monde matériel et transitoire qui l'entoure.

La troisième chose qui rassemble les bouddhistes est exprimée par le mot *Dharma* (en sanskrit) ou *Dhamma* (en pali). Pour traduire ce terme complexe, il faudrait entremêler le sens des mots « vérité », « enseignement » et « loi ». Ces deux syllabes riches de signification transmettent l'idée fondamentale que l'enseignement du Bouddha montre le chemin vers la vérité et que celle-ci est partie intégrante d'une loi naturelle applicable à tous les êtres humains, quels qu'ils soient. La pratique du Dharma est précisément ce qui rassemble les frères et les sœurs au sein de la Sangha.

Les concepts de Bouddha, Dharma et Sangha, appelés les Trois Joyaux, sont pour chaque bouddhiste les trois fondements de sa croyance et les éléments les plus précieux de son armure spirituelle. Chaque fois qu'un individu décide d'emprunter la Voie du Bouddha, il s'engage formellement à les respecter, selon une formule consignée dans le *Dhammapada* :

*S'abstenir de faire le mal*

*Cultiver le bien*

*Purifier son esprit.*

En dédiant sa vie aux Trois Joyaux, le nouveau bouddhiste renonce aux trois ennemis principaux (parfois appelés les trois poisons) qui se dressent en travers du chemin menant à l'Illumination : l'avidité (le désir) ; la haine (l'aversion) ; et l'ignorance (l'illusion). Il ou elle déclare aussi que le Bouddha, le Dharma et la Sangha constitueront désormais un abri qui lui offrira la sécurité et la possibilité d'un développement personnel : en fait, les Trois Joyaux sont également nommés les Trois Refuges. C'est donc en répétant à trois reprises la formule suivante qu'un homme ou une femme affirme son appartenance au bouddhisme :

*Je prends refuge dans le Bouddha*

*Je prends refuge dans le Dharma*

*Je prends refuge dans la Sangha*

Alors, tel le Bouddha qui quitta le palais familial en quête de sagesse voilà deux millénaires et demi, le bouddhiste peut à son tour se mettre en route sur la Voie menant à la vérité.

## PREMIÈRE PARTIE L'époque du Bouddha

### CHAPITRE I Le contexte historique

Selon la tradition, l'homme qui allait devenir le Bouddha – c'est-à-dire l'« Éveillé » ou l'« Illuminé » – vit le jour vers 560 avant J.-C. dans le parc de Lumbini, sur la frange septentrionale de la plaine du Gange, au pied de l'Himalaya, dans l'actuel Népal. Il reçut le nom de naissance Siddharta, le nom patronymique Gautama, et par la même occasion des privilèges considérables. Son père Suddhodana était le souverain (ou *rajah*) du clan des Sakyas, un des nombreux peuples indépendants qui occupaient cette région du nord-est de l'Inde. Le Bouddha naquit donc dans la caste des *kshatriya*, celle des nobles et des guerriers. Il faut à présent examiner les traditions religieuses et sociales dont il hérita.

Un millénaire environ avant la naissance du Bouddha, un peuple d'éleveurs nomades, qu'on appelle communément les Aryens, avait envahi le nord-ouest de l'Inde en provenance des steppes d'Asie centrale. Il y rencontra les derniers vestiges d'une civilisation qui avait jadis rivalisé avec l'Égypte pharaonique : la civilisation de l'Indus, qui semble avoir été égalitaire, matriarcale, et avoir pratiqué une forme ancienne de l'hindouisme. (Notons à ce propos que le mot *hindou* est un dérivé du vocable persan désignant le grand fleuve.) Le figuier des pagodes (*Ficus religiosa*) était sans doute un objet de vénération ; ascétisme et pureté rituelle jouaient un rôle important ; et l'on a découvert des représentations d'une déesse-mère et d'un dieu masculin entouré d'animaux – peut-être une ébauche du dieu hindou Shiva.

Les Aryens, qui parlaient une forme archaïque du sanskrit, gagnèrent peu à peu tout le subcontinent à partir de la vallée de l'Indus (l'actuel Pakistan). Ils apportèrent dans leurs bagages un système religieux et des structures sociales qui furent imposées, rejetées, modifiées ou adaptées, ce qui explique la multiplicité des croyances et des rites de l'hindouisme et l'organisation ultérieure de la société indienne. Religion et société étaient étroitement imbriquées depuis le début de ce qu'il est convenu d'appeler la période védique (1500-500 avant J.-C.), car les Aryens avaient importé un système hiérarchique très rigide dans lequel les différentes classes (*varna*) étaient séparées en fonction de leur degré de pureté rituelle. Le sacrifice occupait une place centrale dans la vie religieuse de cette époque, et les rites indispensables ne pouvaient être accomplis que par un prêtre appartenant à la classe supérieure, celle des brahmanes, qui se succédaient de père en fils et cachaient jalousement leurs secrets.

#### Le système des castes

Ainsi se développa le système des castes (*jati*), qui survit encore dans l'Inde moderne. À l'origine, elles étaient au nombre de quatre : les *brahmana* (prêtres), les *kshatriya* (nobles et guerriers), les *vaishya* (commerçants et autres corps de métier) et les *shudra* (paysans de souche indigène). Quand une personne naissait dans l'une de ces castes, il lui était (et il lui est toujours) impossible d'en sortir. Toute ascension sociale était exclue : le système reposait entièrement sur le Dharma – un mot qui dans ce contexte signifie loi universelle et soumission à l'ordre religieux et social. Bref, chacun connaissait sa place et l'occupait dans un souci d'harmonie générale. Lorsqu'un individu menait son existence dans un respect pointilleux du Dharma, il pouvait espérer, en guise de récompense, se réincarner dans une caste supérieure. Telle était son unique chance de voir sa situation s'améliorer.

En maintenant ce système, les brahmanes préservaient leurs intérêts, car de cette façon les autres castes dépendaient d'eux pour assurer leur bien-être spirituel. Ce moyen de contrôle était encore renforcé par la langue des Védas : des textes religieux remontant à la nuit des temps et transmis oralement de génération en génération par la caste sacerdotale, avant d'être fixés par écrit dans une forme de sanskrit qui leur était devenue familière.

Les Vedas – le mot signifie « connaissance » – ont donné a posteriori leur nom à la période védique. Sur les quatre Vedas, trois contiennent des formules sacrificielles, des règles relatives aux cérémonies religieuses et des incantations. Le plus ancien, le *Rig Veda*, qui remonterait en partie au XIII<sup>e</sup> siècle avant J.-C., voire encore plus tôt, est une « collection » rassemblant plus de mille hymnes poétiques. Certains s'adressent à des dieux et à des déesses de la nature, d'autres sont de véritables méditations sur l'origine du monde et sur l'essence de l'Être Suprême ou Réalité Ultime : Brahman ou Brahman.

Brahman, un et indivisible, omniprésent et impersonnel, représentait un mystère au cœur même de l'univers : il devait par la suite devenir identique à l'énigme infinie que recèle chaque être humain. En ce sens, Brahman s'identifiait à l'atman, l'âme individuelle. Autrement dit, le divin était perçu comme universel et immanent, il imprégnait l'être et en même temps l'entourait de toute part. Il semble que les rites aryens aient eu souvent recours à la *soma*, une boisson aux effets hallucinogènes qui permettait au prêtre d'expérimenter la continuité de Brahman et de l'atman, grâce à un état de conscience altéré.

Parallèlement au contrôle de la vie spirituelle de la société aryenne par les brahmanes, attesté par les Vedas, on assiste au développement d'une autre tradition religieuse, enracinée à la fois dans la culture indigène pré-aryenne et dans le passé shamanique des Aryens. Il s'agit de l'ascétisme, dont les pratiquants se recrutaient non pas chez les brahmanes, mais dans la caste aristocratique des *kshatriya*. Comme le système des castes leur interdisait toute relation directe et indépendante avec le divin, ces guerriers-ascètes renonçaient au monde matériel et se retiraient, seuls ou en petits groupes, dans des *asramas* (ou ashrams : lieux de quête spirituelle) situés en forêt ou en montagne. Certains étaient probablement les ancêtres des *fakirs* modernes, désireux d'acquérir des pouvoirs surnaturels. Cependant, la plupart s'efforçaient d'emprunter une voie plus personnelle vers le divin en s'écartant du Dharma et de la communauté. Ils mortifiaient leur chair de diverses manières afin de la soumettre à leur esprit. Il semble qu'ils aient déjà pratiqué la méditation, et peut-être même le yoga : certaines représentations d'individus assis en tailleur dans la posture caractéristique des yogis remonte à la période précédant les invasions aryennes.

### Les quatre étapes de la vie

Ces ascètes recherchaient une expérience directe de l'interpénétration Brahman-atman par le biais d'un état de conscience exalté obtenu par leurs propres moyens, et non pas grâce à des substances hallucinogènes. On peut raisonnablement supposer que ceux qui regagnaient leur village après avoir atteint leur but opposaient leur sagesse récemment acquise à la caste sacerdotale qui prétendait régenter l'accès aux expériences religieuses. La réaction des brahmanes, néanmoins, n'avait rien d'agressive. Au contraire, ils commencèrent à incorporer des éléments de cette doctrine ascétique dans leur propre enseignement et à établir de nouvelles règles pour encadrer le chemin de l'ascèse. Ils introduisirent ainsi le concept des quatre étapes de la vie, en vertu duquel tout homme doit d'abord être un étudiant, puis un chef de famille, puis un patriarche, avant de pouvoir enfin briser les entraves qui le retiennent dans le monde matériel. C'est seulement après avoir payé son dû envers le Dharma qu'il est autorisé à suivre la voie du *sanyassin* ou renoncement.

La doctrine et les pratiques ascétiques furent fixées par écrit dans les Upanishad (également appelés le Vedanta), composés entre 800 et 400 avant J.-C. De pair avec les Vedas, elles exposent les deux principales voies indo-aryennes vers le divin : la voie sacerdotale et le chemin personnel et

ascétique. Toutefois, les Upanishad – et en particulier les textes les plus tardifs – marquent un déclin par rapport au mysticisme altier et spéculatif des sages et des poètes antérieurs. Brahman perdit peu à peu son caractère impersonnel et finit par prendre la forme du dieu-créditeur masculin Brahmâ dans le panthéon hindou. Quant à l'atman, à l'origine indicible et infini, il fut lui aussi ravalé au rang de personnalité permanente ou d'âme immortelle (*jivatman*), qui transmigre d'un corps à l'autre en fonction de l'ancienne loi du karma.

Le mot sanskrit karma a pour sens originel l'action : il recouvre les actes volontaires exécutés par le corps, par le langage ou par l'esprit. La loi cosmique du karma décrétait – et décrète toujours dans l'hindouisme contemporain – que les effets des actes passés s'accumulent puis se dispersent au fil de plusieurs existences. Dans les Upanishad, cette loi s'harmonise à l'idée d'atman individuel, de sorte que le statut de l'individu réincarné est déterminé par les actes qu'il a accomplis au cours de ses existences antérieures. Un être peut donc renaître sous la forme d'un animal, d'un homme, voire d'un esprit ou d'une divinité mineure en fonction de ses actes passés. De nos jours, les sectes hindouistes professent des notions différentes sur l'issue de cette interminable succession de renaissances. Dans les Upanishad, c'est la compréhension de l'indivisibilité Brahman-atman qui finit par libérer l'individu de ce cycle de réincarnations et de souffrances, et qui annule une fois pour toutes les effets accumulés du karma.

C'est dans ce contexte religieux et social que vit le jour Siddharta Gautama, le futur Bouddha. À l'époque de sa naissance (vers 560 avant J.-C.), les nomades aryens s'étaient répandus dans tout le sous-continent indien – non sans avoir dû affronter les vives résistances que relatent le *Ramayana* et le *Mahabharata*, ces épopées tant appréciées par les Hindous aujourd'hui –, et étaient devenus des agriculteurs sédentaires. Dans la mesure où le système des castes le leur permettait, ils s'étaient intégrés aux populations indigènes et avaient adopté nombre de leurs dieux. Au VI<sup>e</sup> siècle avant J.-C, le panthéon brahmaniste en comptait trente-trois, tous considérés comme des manifestations de Brahman et comme des voies d'accès à cette divinité abstraite et impersonnelle. Ainsi, le dieu-créditeur Indra s'était sacrifié afin que le cosmos puisse être créé à partir de ses restes, ce qui contraignait les prêtres à pratiquer des rites sacrificiels complexes et incessants pour assurer sa survie.

Nous avons vu que d'importants conflits opposaient les deux grandes traditions religieuses : la voie sacerdotale et la voie plus personnelle de l'ascèse. Il est probable que cette lutte fut exacerbée par le défrichement de la plaine du Gange, qui à l'époque du Bouddha était devenue une région agricole immense et très prospère. La population s'était multipliée, des villes s'étaient développées autour des marchés, et de nouvelles formes d'organisation politique étaient apparues, parmi lesquelles un certain nombre de « républiques » tribales dont les chefs étaient élus au sein de la caste des *kshatriya* – tel le père du Bouddha. Ces petites principautés considéraient sans doute l'orthodoxie brahmanique d'un œil moins favorable que les royaumes édifiés dans d'autres régions à l'âge du fer. D'autres éléments peuvent avoir encouragé de nombreux individus à s'engager sur le chemin de l'ascétisme dans ce nouveau centre vital de la civilisation indienne, à commencer par une certaine indépendance née à la fois de l'accumulation des richesses et de l'insécurité personnelle propre aux périodes de bouleversements, durant lesquelles les liens traditionnels sont rompus.

## **Les sectes ascétiques**

Quels que soient leurs motifs, il est indéniable que les contemporains de Siddharta Gautama étaient de plus en plus nombreux à quitter leur foyer pour devenir des ascètes ou *sramana* (« ceux qui font des efforts »). Un certain nombre de sectes brahmanistes hétérodoxes commençaient à émerger, chacune d'entre elles étant réunie autour d'un maître ou gourou qui professait sa propre

philosophie et sa propre discipline. Selon John Snelling, l'auteur de *The Buddhist Guidebook*, cinq sectes majeures peuvent être identifiées :

1. L'ordre monastique des *Ajivaka* (les « sans-foyer »), fondé par Makkhali Gosala, prêchait une doctrine totalement déterministe : le cosmos est un système clos dans lequel chaque individu, de renaissance en renaissance, se dirige vers la perfection finale – même si le processus exige une durée incommensurable.

2. Les *Lokayata* (ou matérialistes), rassemblés autour d'Ajita Keshakambalin, croyaient que l'être humain était composé des quatre éléments, dans lesquels il se dissolvait lors du trépas. Celui-ci était définitif, aussi bien pour le sage que pour le fou ; les hommes devaient donc consacrer leur existence à la recherche du plaisir.

3. Les sceptiques affirmaient que les différentes doctrines brahmaniques se contredisaient et qu'il était impossible d'atteindre la vérité. « On raconte qu'ils se tortillaient comme des anguilles pour éviter de répondre aux questions, écrit Snelling, mais ils souhaitaient néanmoins pratiquer l'amitié et parvenir à la paix de l'esprit. »

4. Les jainistes, comme les *Lokayata*, étaient des contemporains du Bouddha. En effet, même si leurs racines remontaient au milieu du II<sup>e</sup> millénaire, leur doctrine fut élaborée par Mahavira dans la seconde moitié du VI<sup>e</sup> siècle avant J.-C. Selon Snelling, « ils considéraient la vie comme un calvaire et aspiraient à atteindre la *moksha* ou délivrance du cycle douloureux des éternelles renaissances en se retirant dans un état spirituel élevé et épuré ». Ils prônaient une extrême austérité et une existence fondée sur la morale, l'intégrité, la chasteté et le détachement à l'égard des choses matérielles. Ils se préoccupaient également des conséquences des torts causés aux autres êtres vivants sur le karma. Aussi rejetaient-ils les sacrifices rituels qui sous-tendaient la vision du monde aryano-brahmano-hindoue. Au sein du jainisme, nombreux étaient ceux qui poussaient à l'extrême le principe de l'*ahimsa* (« non-violence » ou « non-nuisance ») et qui s'efforçaient d'épargner jusqu'aux animaux microscopiques. Certains balayaient le sol devant eux en marchant et portaient un masque sur la bouche pour ne pas risquer d'avaler un insecte. Ils s'abstenaient de porter des vêtements, filtraient l'eau qu'ils buvaient, et dans des cas extrêmes refusaient de consommer quelque nourriture que ce soit, ce qui leur valait une mort méritoire. Bien que le jainisme ait encore des adeptes en Inde de nos jours, il faut noter que très rares sont ceux qui pratiquent un ascétisme aussi absolu.

5. La cinquième secte, qui allait se répandre sur l'ensemble du continent asiatique, fut fondée par Siddharta Gautama, que la tradition fait naître dans le quatrième mois du calendrier indien, à 150 kilomètres environ de la ville sainte de Bénarès, au pied des contreforts de l'Himalaya. Le Bouddha fut dans bien des domaines le plus radical et le plus anticlérical de ces novateurs. Bien que le bouddhisme présente de nombreux points communs avec la doctrine jainiste, *Sakyamuni* (« le sage des Sakyas », comme on allait bientôt le surnommer), alla encore plus loin. Il interdit les substances hallucinogènes telles que la *soma*, proclama qu'il n'y avait pas de dieux, et nia non seulement l'existence de l'Atman, mais aussi la possibilité pour cette âme éternelle de se fondre dans le mystère ultime de Brahman. Il condamna l'obéissance aveugle aux gourous, y compris à lui-même, prêcha dans un langage accessible à tous et fonda des communautés égalitaires, rejoignant par là même l'esprit des civilisations pré-aryennes. En ce sens, il fut un révolutionnaire aussi bien social que religieux.