

# VOIE MYSTIQUE

## DANS LE BOUDDHISME ÉSOTÉRIQUE

### DU VAJRAYÂNA HIMALAYEN

*Fabrice MIDAL*

Initialement publié dans *Connaissance des Religions*, 61-64, Janvier-Décembre 2000

Une des meilleures manières d'entrer au cœur d'une tradition spirituelle est d'examiner la manière dont elle permet à ses membres de vivre ce qui la constitue (par exemple : Qu'est-ce qui permet à un bouddhiste d'être bouddhiste ?).

Au-delà de la liturgie et des règlements qu'elle observe, des dogmes qu'elle prône, des cérémoniaux qu'elle suit, une tradition se vit dans un ensemble de pratiques : que celles-ci soient des rituels, des prières, des méditations ou des contemplations.

Pour qu'une pratique soit Traditionnelle, elle ne peut avoir été inventée par un individu particulier. Elle doit reposer sur une lignée qui en a sondé l'authenticité spirituelle. Tel est le sens même de la transmission, qui n'est pas seulement l'enseignement d'une technique, mais le don d'une influence spirituelle sans laquelle aucune pratique ne peut être fertile. Nous voilà ainsi libérés de toutes ces voies de développement personnel qui pullulent aujourd'hui et réduisent tant de gens à n'être plus que des consommateurs de spiritualité.

Nous étudierons ici la portée de la transmission qui fait du Bouddhisme indo-tibétain une voie ésotérique traditionnelle d'autant plus importante que des maîtres vivants incarnent toujours aujourd'hui la vérité de son enseignement.

En effet, la transmission n'a de sens que pour autant qu'il existe des maîtres réalisés qui manifestent et exercent la vérité de la pratique. A quelqu'un qui lui demandait pourquoi il était devenu bouddhiste et non pas chrétien, Matthieu Ricard répondit que, s'il avait rencontré des saints François d'Assise, il serait devenu chrétien. Ayant rencontré des saints tibétains, il a décidé de suivre cette tradition.

Un saint, de ce point de vue, n'est pas un qualificatif accordé par les hommes d'une religion sur la base de vertus qu'ils ont reconnues, mais est la caractéristique d'un accomplissement humain mené

à sa plus haute plénitude. Y a-t-il plus profond signe de la vérité d'une voie que la présence de saints qui en assurent la pérennité ?

## **Transmission**

Dans la perspective du Bouddhisme indo-tibétain, le cœur du cheminement spirituel se donne dans la réception des enseignements d'un saint, c'est-à-dire d'un maître qualifié par sa sainteté.

Le grand Tsongkhapa écrit ainsi :

"Suivre un maître bienveillant, fondation de toutes les perfections,  
Est la racine et le fondement de la voie.  
Accordez-moi votre grâce afin que je voie cela clairement  
Et fasse tous les efforts pour bien le suivre."<sup>1</sup>

La relation au *guru* constitue la structure fondatrice de tout accomplissement spirituel. Il ouvre la possibilité d'une expérience dont les dimensions sont plus vastes que soi-même. Il montre qu'il existe, au-delà de notre vie habituelle, la possibilité d'une existence plus profonde.

Mystique, la voie bouddhique consiste à être exposé à une réalité qui n'a nul besoin d'être analysée (c'est-à-dire décomposée suivant un ordre logique), qui ne repose sur aucun acte de foi, aucune croyance, aucune compréhension intellectuelle mais qui se doit d'être éprouvée dans "une âme et un corps".

Tous les discours d'intellectuels - ces êtres qui jouent avec les concepts sans que cela ne les engage véritablement - sont des impostures quand ils prétendent rendre compte du domaine ésotérique. Un tel ordre échappe par avance à toute saisie intellectuelle.

La transmission d'une influence spirituelle, par un maître vivant qui en est le détenteur, est le signe d'un rattachement à la Tradition. Le maître relie le pratiquant à une lignée et le fait ainsi sortir des limites habituelles de son expérience. Il peut s'ouvrir à un champ trans-personnel. Il ne faut pas prendre cette dimension spirituelle, liée à la contemplation de l'ultime, pour un mysticisme. René Guenon définit ce dernier terme comme : "quelque chose de tout à fait spécial au Christianisme, et ce n'est que par des assimilations erronées qu'on peut prétendre en trouver ailleurs des équivalents plus ou moins exacts (...) Le mysticisme appartient tout entier, par définition même, au domaine religieux, donc relève purement et simplement de l'exotérisme; et, en outre, le but vers lequel il tend est assurément loin d'être de l'ordre de la connaissance pure. D'autre part, le mysticisme, ayant

---

<sup>1</sup> Tsong Khapa, *Fondements de toutes les perfections*, in Sa Sainteté le Dalai-Lama, *La voie de la lumière*, Paris, Presses du Châtelet, 1997, p.225

une attitude "passive" et se bornant par conséquent à recevoir ce qui vient à lui en quelque sorte spontanément et sans aucune initiative de sa part, ne saurait avoir de méthode." <sup>2</sup> René Guenon distingue ce terme de la mystique, où il ne s'agit pas pour "un individu" de s'ouvrir à une expérience quelconque pour en jouir, mais de se dissoudre comme individu singulier et auto-référencé. C'est là la faiblesse du terme *expérience*, que l'on entend trop vite comme une expérience vécue personnelle. La grande difficulté de toute voie mystique est que son universalité ne réside pas dans l'abstraction de conceptions du monde et de concepts articulés les uns aux autres, mais dans une expérience qui, dans son unicité, est cependant sans limite.

Mystique vient du verbe grec *muein* "fermer", "être fermé", qui provient probablement d'une onomatopée *mu* symbolisant un son inarticulé. Le sens est donc celui de quelque chose qui ne peut être dit, de secret. Mais le secret n'est pas à entendre au sens banal de quelque chose que je sais et que je ne *veux* pas dire, mais de quelque chose qui ne *peut* pas se dire. Tout véritable secret - dans un chemin initiatique - renvoie à ce phénomène humain très profond selon lequel aucune expérience spirituelle n'est dicible. Une telle transmission ne peut être accomplie par la lecture de livres. Les livres qui, si nombreux aujourd'hui, prétendent dévoiler toutes les arcanes des chemins ésotériques peuvent fleurir, ils ne simplifient nullement l'ardu chemin pour s'ouvrir à "l'abandon final". <sup>3</sup>

Transmettre implique certes une parole, mais qui ne se donne comme telle qu'en rapport à deux autres niveaux. Il faut distinguer une transmission qui opère par symboles et une qui transmet de manière directe et nue l'inconditionnel. Panacée qui soigne tous les maux, une telle transmission est le cadeau qu'il faut une vie tout entière pour apprendre à recevoir - apprentissage qui devient la compréhension que ce don n'est autre que le libre déploiement de l'espace sans point de référence. Il n'y a donc pas quelqu'un qui peut recevoir de don, mais il nous faut reconnaître l'impossibilité de tout effort pour être, selon la demande de Saraha : "non mutilés dans la nature essentielle de la Conscience en éveil immaculée!" <sup>4</sup>

Un tel chemin est bien abrupt. Il demande de tout abandonner pour se laisser apprivoiser par la présence pure. Nous sommes très habiles pour subtilement éviter un tel appel. Nous trichons. Nous faisons semblant.

---

<sup>2</sup> René Guenon, *Aperçus sur l'ésotérisme islamique et le Taoïsme*, Paris, Gallimard, 1973, p. 21sq.

<sup>3</sup> Chôgyam Trungpa, avec la collaboration de H.V. Guenther, *L'aube du tantra*, Paris, Albin Michel, 1982, p. 27.

<sup>4</sup> Saraha, *Dohakosa*, cité in *Aux sources du Bouddhisme*, textes traduits et présentés sous la direction de Lilian Silburn, Paris, Fayard, 1997, p.336.

La voie mystique est une voie du dénuement : il faut se dépouiller de tous nos masques. Un tel abandon n'est pas possible si le maître ne nous y invite pas par son exemple. Par amour pour lui, par amour pour un éveil qui prend une forme personnelle et tangible, on accepte de faire un saut - un saut dans l'abîme qui ne peut plus être mesuré d'aucune manière.

Le maître ne nous est pas fondamentalement extérieur, il nous permet de rencontrer le Bouddha en nous-mêmes. Il ne peut pas non plus être uniquement intérieur, car le risque est grand d'en faire une projection d'un être que nous aurions idéalisé.

Dilgo Khyentsé explique ainsi :

"Au plan absolu, le maître spirituel ne fait qu'un avec la véritable nature de l'esprit, l'essence de la bouddhité ou *tathâgatarbha*. Mais c'est grâce aux profonds enseignements que dispense le maître extérieur (ou relatif) que l'on peut accéder à la réalisation du maître intérieur (ou absolu), qui est pur Eveil." <sup>5</sup>

## **Des initiations**

L'acmé du chemin est la transmission de la nature ultime de l'esprit donnée par le maître à un étudiant qualifié. Cette transmission est précisément l'ouverture du disciple au maître interne, c'est-à-dire à l'Eveil. Sans elle, l'expérience mystique ne peut être qu'un jeu de l'esprit mais jamais une ouverture fondamentale - c'est-à-dire une ouverture qui ne provient d'aucune fermeture préalable.

Sans elle, le chemin spirituel n'est qu'exotérique, et risque de se restreindre à une morale - qui dans notre siècle de fer est sans aucune solidité.

N'allons cependant pas trop vite et remarquons que la transmission ne réside pas tout entière dans cet événement capital.

L'initiation ne réside pas uniquement dans la présentation de la nature ultime de l'esprit. C'est en fait chaque étape de la structure progressive à travers différents *yana* ou "véhicules" qui comporte une initiation.

---

<sup>5</sup> Dilgo Khyentsé, *La fontaine de grâce*, trad. Comité Padmakara, Saint-Léon-sur-Vézère, 1995, p. 25.

Le maître n'est au début qu'un conseiller ou, selon l'image traditionnelle, un médecin qui présente à l'étudiant une analyse précise de sa confusion. La première transmission est celle de la profondeur de la souffrance propre à chaque être humain et que pourtant il ne reconnaît pas. Comme l'écrit Chôgyam Trungpa : "-Le problème consiste à adopter l'attitude selon laquelle la douleur doit disparaître et qu'à ce moment-là ce sera le bonheur. C'est la croyance erronée qu'on cultive. La douleur ne s'en va jamais, et nous ne serons jamais heureux. C'est cela la vérité de la souffrance, *dukhu satya*. La douleur est toujours là : on ne sera jamais heureux. Il existe donc un mantra pour vous. Cela vaut le coup de le répéter. Vous disposez désormais de la première initiation : vous avez un *mantra*." <sup>6</sup>

Avec l'approfondissement de ce que nous sommes, la simplification de toute activité de l'esprit, le maître devient un ami spirituel, *kalayamitra*, et entre en relation de manière plus intime avec nous : "Il s'agit d'une communication mutuelle, plutôt que d'une relation maître-serviteur entre un être hautement évolué et un autre, malheureux et empli de confusion." <sup>7</sup> L'ami spirituel peut conférer les "vœux de Bodhisattva" - initiation propre au Grand Véhicule. Par celle-ci, un nouveau champ d'enseignements s'ouvre au disciple, qui adopte vis-à-vis du monde une attitude caractérisée principalement par la compassion, c'est-à-dire une ouverture constante envers tous les êtres sentants, qui ont tous été notre "mère" dans la roue des existences.

Enfin à un niveau ultime le maître est reconnu comme étant semblable au Bouddha lui-même. Il est un guru et peut alors transmettre le sens ultime du chemin, autrement dit partager directement, sur le champ, son expérience la plus intime.

Le pratiquant rencontre alors le Bouddha en chair et en os – ce qui est une expérience ô combien plus profonde que de ne le rencontrer qu'à travers des représentations ou des écrits.

Un des exemples de transmission les plus célèbres dans l'école Kagyù est celui de l'histoire de Naropa et de son maître Tilopa, le grand sage indien. Naropa demeura durant douze ans à servir Tilopa, espérant recevoir enfin les transmissions.

"Si tu vas me chercher de la soupe à la cuisine, je t'enseignerai peut-être", lui dit un jour Tilopa. Alors Naropa rapportait de la soupe, après s'être fait passer à tabac par les cuisiniers pour son larcin. Il arrivait en sang, mais heureux, et s'entendait dire par Tilopa : "Je veux encore un bol, va me le chercher." Il retournait chercher la soupe, et revenait à demi-mort. Tout cela, il le faisait par

---

<sup>6</sup> Chôgyam Trungpa, *Jeu d'illusion. Vie et enseignement de Naropa*, trad. Stéphane Bédard, Paris, éd. du Seuil, 1997, p.85.

<sup>7</sup> Chôgyam Trungpa, *Pratique de la voie tibétaine*, trad. Vincent Bardet. Paris, éd. du Seuil, 1976, p.49.

désir de recevoir l'enseignement. Alors Tilopa lui disait : "Merci, allons ailleurs." Ce genre d'incident se reproduisait sans cesse, jusqu'à ce que l'attente de Naropa ait atteint son summum. A ce moment précis, Tilopa ôta sa sandale et frappa Naropa au visage. C'était *l'abhisheka* le plus haut et le plus profond - les qualificatifs ne manquent pas - le plus grand *abhi sheka*. Une sandale claque contre la joue d'un homme et, soudain, Naropa n'a plus rien à faire."<sup>8</sup>

La transmission est tout simplement l'art de s'ouvrir des deux côtés (celui du maître comme celui du disciple), ouvrir tout. On s'ouvre soi-même entièrement de telle sorte que, même si cela doit ne durer que quelques secondes, cela n'en prend pas moins une signification considérable. Cela n'indique certes pas qu'on ait atteint l'Illumination, mais on a eu un aperçu de ce qu'est la Réalité.

Il faut bien comprendre, comme René Guenon l'a indiqué, qu'une telle transmission n'est pas à proprement parler un élément religieux. Cette transmission d'une influence spirituelle peut prendre place au sein d'un environnement "religieux", mais elle peut tout aussi bien naître dans une simple rencontre entre deux êtres, comme pour celle qui eut lieu entre Tilopa et Naropa. Dans leur cas, nous ne retrouvons aucun signe d'une quelconque forme de religiosité. Leur relation se situe même volontairement hors de tout contexte religieux, Tilopa avait l'aspect d'un mendiant ignoré par le clergé en place.

Cet exemple nous montre en quel sens le disciple est lié au maître - une telle soumission est la reconnaissance d'une hiérarchie naturelle et spirituelle qui n'a rien d'une aliénation, comme nous la comprenons automatiquement. La difficulté est que nous sommes sans cesse incités à détecter les formes d'aliénation partout où elles se cachent [ce qui n'est pas sans rapport avec la compréhension de l'être humain comme individu - un être indivisible, là où toutes voies mystiques révèlent au contraire que l'être humain se doit de soutenir le fait d'être ouvert de toute part]. A ce jeu, nous finissons par être piégés, tant l'aliénation a pris des visages paradoxaux. Ceux qui ne cessent de prôner la libération sont conduits généralement à des aliénations d'une violence sans doute jamais connue auparavant, comme le montre l'uniformisation généralisée qui règne aujourd'hui sur toute la surface de la terre.

Chôgyam Trungpa précise la nature hiérarchique de ce rapport : "L'attitude de l'élève est très importante, peu importe d'où il vient. Pour recevoir une transmission, il doit être humble et ouvert, mais sans se sentir misérable. Etre humble dans ce cas, c'est se faire semblable à une tasse de thé. Lorsqu'on verse une tasse de thé, on peut dire que celle-ci est humble. Elle occupe la place qui lui revient. Quand on verse le thé, la tasse est placée sous la théière. Cela n'a rien à voir avec une quelconque fantaisie spirituelle, ou avec une conscience supérieure ou inférieure, ou autre. Soyons

---

<sup>8</sup> Chôgyam Trungpa, *Pour fendre le matérialisme spirituel*, paru en français sous le titre, *Pratique de la voie tibétaine*, trad. Vincent Bardet, Paris, éd. du Seuil, 1976, p. 102.

pratiques. Pour verser du thé dans une tasse, il faut que celle-ci soit sous la théière. Autrement, il serait impossible d'y verser quoi que ce soit".<sup>9</sup>

Précisons néanmoins que la confiance entre le maître et le disciple n'est pas aveugle. Le maître doit examiner attentivement le disciple qui, lui aussi, doit observer longuement le maître. Mais à un moment, cependant, il y a une ouverture entière qui s'instaure. Là, la confiance n'a plus à être mesurée ou vérifiée. Le disciple sait que le Maître ne fait que répondre à l'expression de son désir le plus ardent. Le maître n'est pas séparé de son propre cœur. Il s'abandonne à lui, ou plutôt il tente de s'abandonner à lui - parce que dorénavant le chemin va consister dans cette ascèse.

Une fois le maître reconnu comme tel, il n'est plus possible de revenir en arrière. La voie spirituelle n'est pas de tout repos. Elle n'est pas une partie de plaisir.

Sans plus avoir aucune retenue, sans vouloir s'assurer d'une solidité qui nous abriterait encore, le pratiquant sur le chemin apprend à s'abandonner entièrement à ce qui est. Un véritable maître n'est pas séparé de la réalité elle-même, il en est le visage avec lequel nous pouvons entrer en rapport.

Un tel dénuement va à l'encontre des habitudes qui nous poussent, tout au long de notre existence, à tout faire pour nous sentir dans une sécurité de plus en plus solide.

La transmission, étant réception d'une influence spirituelle, aperçu de la nature ultime de la réalité, est aussi un processus de démasquage de nos manipulations et une invitation à un abandon aussi entier que possible. Ces deux aspects sont les deux faces de la même médaille.

### **Une approche non métaphysique**

Si l'on veut garder le terme de mystique pour qualifier la voie du Bouddhisme indo-tibétain, celui de métaphysique est inapproprié. Le mot métaphysique est un mot grec. L'idée qu'il y ait une dualité entre physique et métaphysique est à l'aube de la pensée occidentale. Platon ne fut pas appelé par tant de génération d'êtres humains "le Divin" sans raison. Il ouvre une voie dans laquelle nous nous situons encore et qui a orienté la spiritualité chrétienne, juive et musulmane d'une manière telle qu'il est souvent difficile d'en mesurer toute la portée.

Il faut cependant prendre en compte que ce qui s'ouvre avec Platon n'est pas la norme propre aux différentes traditions ésotériques du monde.

---

<sup>9</sup> Chogyam Trungpa, *Voyage sans fin. La sagesse Tantrique du Bouddha*, trad. Stéphane Bédard, Paris éd. du Seuil, 1992, p.74.)

La perspective bouddhiste est autre. Elle n'a rien d'un platonisme. La vérité relative {*kundzop*} ne s'oppose pas à la vérité absolue (*dondam*) comme l'apparence à la réalité. Il n'y a pas non plus d'opposition entre le monde naturel et le monde surnaturel.

La philosophie écrit le destin de l'Occident. Cela n'a aucun sens de la juger. Il nous faut apprendre, par elle, de quoi il retourne.

La condamnation de la philosophie par une tradition spirituelle peut néanmoins se comprendre, si elle se fait au nom d'une voie directe du cœur. Mais lorsqu'elle se fait en vue de se cramponner au platonisme, elle ne reflète qu'un dogmatisme qui empêche de comprendre la provenance originelle de l'Occident et le déclin de notre temps. Une telle condamnation de la philosophie au nom du platonisme est une attitude d'autant plus crispée qu'une lecture, qui remonterait jusqu'à l'original grec lui-même, serait un sérieux coup de semonce à la plupart de ceux qui se réclament du divin philosophe, qui n'est plus lu ne qu'au travers des couches de commentaires.

Le Bouddhisme ne pourra jamais, avec profit, être assimilé à aucune philosophie occidentale - il n'a rien à voir avec la philosophie, ni avec Platon. Les tentatives ne manquent pas cependant de le mesurer à Plotin, à Descartes ou à Spinoza, ou encore à Kant ...<sup>10</sup>

Insistons à nouveau sur le fait que, dans le Bouddhisme, il n'y a pas d'idéal, de norme pure, à partir desquels organiser le réel. Celui-ci part de l'examen d'une situation selon le modèle médical. Elle est bien plus une médecine qu'une métaphysique. Elle analyse les contradictions qui sont au cœur de notre existence et qui nous empêchent d'être heureux.

Faut-il en conclure que la perspective spirituelle dans le Bouddhisme est unique ? N'est-elle pas semblable à celle des autres traditions spirituelles ?

Si l'on répond par oui à une telle question, on nie la spécificité du Bouddhisme. Si l'on répond par non, on manque l'unité réelle de la dimension ésotérique, présente dans toutes les traditions spirituelles. Ne doit-on pas trancher ? Non, justement ! Il est essentiel de rester dans cet espace incertain, sans fond, expérience à laquelle le Bouddhisme donne le nom de vacuité.

La moindre assurance conduit à perdre de vue le caractère unique et spécifique de l'enseignement du Bouddha et le fait que la Réalité est au-delà du Bouddha lui-même.

Chôgyam Trungpa a beaucoup insisté sur ce point : "Les tenants de l'approche œcuménique habituelle ont tendance à faire comme s'il n'y avait pas de différences entre le théisme et le non-théisme. Ce n'est qu'une autre tentative théiste pour masquer le malaise ou l'énergie qui provient de

---

<sup>10</sup> On lira avec un très grand profit l'article remarquable "Kant et le Madhyamika, à propos d'un livre récent", Jacques May, *Indo-Iranian Journal*, Vol II, 1959, p. 102-111.



l'expérience de la dualité. Il faut savoir qu'il existe des différences. C'est alors que le véritable œcuménisme, ou la continuité, peut se concrétiser, précisément à cause des différences."<sup>11</sup>

Le platonisme, revu par la lecture théologique chrétienne, n'est pas pertinent pour comprendre le Bouddhisme. (Je demande expressément au lecteur de bien entendre que je parle ici de la théologie chrétienne telle qu'elle prend corps, par exemple, chez saint Thomas, grand lecteur d'Aristote - le philosophe qui étudia vingt ans auprès de Platon. Une telle théologie est différente de la parole du Christ, comme les Évangiles la présentent, qui, dans sa nudité la plus simple, n'emploie jamais aucun terme métaphysique.)

Le christianisme et la philosophie n'ont rien à voir l'un avec l'autre. La philosophie est tendue par la compréhension de l'être ; le christianisme par l'espérance du salut.

Mais dans l'expérience chrétienne (ou mieux christique) se déploie une expérience de l'existence qui ne cède en rien à l'expérience la plus fondamentale des Grecs qui ont fondé la philosophie. Quand le christianisme cherche à comprendre ce qu'elle a d'implicite à l'aide de la conceptualisation philosophique, se fait jour nécessairement un grand manque.

Ici la lecture de Martin Heidegger est capitale. Lui seul voit la philosophie comme telle, en prenant un recul lui permettant de la regarder et de poser enfin la question demeurée jusqu'ici impensée :

"Mais qu'est-ce donc que la Philosophie ?"

Dans un tel regard, il se rend compte que la philosophie a privilégié la vision catégorielle qui prend toute chose, jusqu'à l'homme même, comme un *étant* parmi d'autres. Mais, comme nous l'avons déjà souligné, la voie mystique révèle l'être humain comme ayant à répondre à l'appel de l'ouverture relevant de sa nature la plus profonde. Or, du côté de la philosophie, il y a comme un déficit dans l'interprétation de l'existence, qui apparaît de manière aiguë si l'on pense à la définition qu'elle propose de l'homme comme : "animal rationnel" - ce qui, du point de vue ésotérique, ne dit rien de décisif mais nous égare profondément.

Le mariage de la philosophie grecque et du christianisme ne va peut-être pas de soi - mais ce n'est pas à nous d'en juger. En tout cas, le mariage du Bouddhisme et de la métaphysique occidentale est, chaque fois qu'il est tenté, au sens propre une catastrophe.

La nécessité de trouver des passerelles entre l'Orient et l'Occident est certes tout à fait légitime, mais elle devrait prendre d'autres voies. C'est un des intérêts tout à fait essentiel et décisif du travail de Françoise Bonardel que de chercher à étudier les rapports entre le Bouddhisme tantrique et les

---

<sup>11</sup> Chogyam Trungpa, *Voyage sans fin, La sagesse Tantrique du Bouddha*, trad. Stéphane Bédard. Paris éd. du Seuil, 1992, p.64.

traditions alchimiques et hermétiques occidentales - traditions qui sont justement non métaphysiques et qui envisagent le rapport entre le monde sensible et intelligible d'une manière tout autre.

## **Méditation et contemplation**

Nous avons, dès l'introduction, souligné qu'entrer au cœur d'une voie ésotérique nécessitait d'examiner ses pratiques. Elles sont des manières de rendre actuelle et vivante la transmission reçue qui, sans pratique, risque de rester comme un bocal rangé sur une étagère.

Dans le Bouddhisme indo-tibétain, à l'instar de toute voie ésotérique, la connaissance ne peut pas se développer par la seule étude intellectuelle. Naropa en est un exemple frappant. Ce maître, alors qu'il était un des recteurs de la très célèbre Université Nalanda, admit lui-même qu'il ne comprenait que les mots et non le sens de ce qu'il avait étudié. Il décida de partir à la recherche d'un maître authentique

- Tilopa - et quitta son université.

Il est aisé d'apprendre à établir la pertinence du non-ego dans des débats logiques, mais essayer de prouver quoi que ce soit n'aide pas. Telle fut une des grandes affirmations du mouvement Rimé ou

œcuménique. Ce mouvement rassembla au XIXe siècle, au Tibet, époque où commençait à régner une dégénérescence de l'enseignement, de très grands maîtres qui voulurent restaurer la pureté de la transmission authentique et de la voie contemplative, en retournant aux sources des différentes lignées qui subsistaient encore, hors des grands Centres du Dharma. Ce mouvement insista sur l'expérience

contemplative directe qui surmonte l'intellectualisation et l'érudition, ainsi que l'esprit sectaire. L'intellectualisation des enseignements, et l'érudition pour l'érudition, vont dans le sens d'une destruction de l'enseignement. Du point de vue de la Tradition, il y a quelque chose de plus que cela. Quelque chose de plus personnel. L'approche contemplative est fondée sur l'approche du non-ego, au sens de renonciation, d'abandon.

Chôgyam Trungpa, afin de préciser le cadre de la contemplation dans le Bouddhisme, distingue deux voies spirituelles : "Relève du matérialisme spirituel<sup>12</sup> toute approche - qu'elle soit bouddhiste,

---

<sup>12</sup> Le terme de matérialisme spirituel a été forgé par Chôgyam Trungpa pour désigner toutes les manières d'utiliser une voie spirituelle afin de trouver le confort. A côté du matérialisme primaire et de celui, intellectuel, qui a recours à des concepts, cette dernière forme de matérialisme est la plus sophistiquée et perverse"

hindouiste, juive ou chrétienne - dont les techniques s'efforcent de nous relier au bon, au mieux, au meilleur - au bien ultime, au divin."<sup>13</sup>

La seconde approche, au contraire, est un processus qui "consiste à aller toujours plus loin, à creuser toujours davantage sans la moindre référence à la spiritualité, à un sauveur, au bien ou au mal - sans la moindre référence à quoi que ce soit!"<sup>14</sup>

L'approche bouddhique de la spiritualité consiste à pourfendre impitoyablement la moindre possibilité d'auto-confirmation de nous-mêmes. Il ne s'agit pas d'apprendre à vivre ce que nous voudrions être mais, tout au contraire, de vivre ce que nous sommes dans le "cristal de l'instant." »<sup>15</sup>

Toutes les pratiques - et elles sont nombreuses dans le Bouddhisme de l'Himalaya - nous invitent à entrer dans un rapport direct à notre propre être, dans ce double aspect que nous avons déjà décrit : abandonner l'égoïsme et s'ouvrir à l'Éveil présent en nous.

En quoi consistent les pratiques développées dans cette tradition et en quoi permettent-elles d'accomplir une telle fin ?

La tradition du Bouddhisme indo-tibétain développe deux pratiques : *shamatha* et *vipashyana* en sanscrit, *shine* et *lhagtong* en tibétain.

*Shamatha* a été traduit littéralement en tibétain par *shiné*. Le sens de *sama*, comme en tibétain *shiwa*, est "paix". Dans *shamatha* l'esprit reste détendu, sans difficulté ni problèmes. La troisième syllabe, *tha*, signifie "demeurer" ou "stabilité". En tibétain, "demeurer" se dit *né-pa*. Dans ce contexte, cela signifie que l'esprit n'est pas engagé dans une activité forcée ou dans des difficultés.

*Vipashyana* se compose de deux parties. La première, *vi*, est l'abrégé de *visesa* qui signifie "spécial", "supérieur", ou "particulier". La seconde *pashyana*, signifie "voir". *Vipashyana* désigne le fait de regarder les choses d'une manière très directe, parfaitement claire (*Lhag* signifie "clair" ou "parfait" et *thong* indique le fait de voir. *Lhagtong* désigne "la vue claire").

Ayant développé une certaine stabilité, on peut alors regarder la nature de l'esprit lui-même.

Le Bouddhisme indo-tibétain insiste toujours sur le danger de s'accrocher à de telles expériences de calme et de félicité qui n'ont rien à voir avec la véritable ouverture sans aucun point de référence. Atteindre un état de calme est une étape mais nullement la finalité du chemin.

---

<sup>13</sup> Chogyam Trungpa, *Folle sagesse*, p. 16

<sup>14</sup> Chogyam Trungpa, *Folle Sagesse*, p. 19.

<sup>15</sup> Françoise Bonardel, *Philosophie de l'Alchimie*, Paris, P.U.F., 1993, p. 412 sqq

Un tel entraînement permet cependant au pratiquant de développer la capacité à reconnaître la luminosité et la vacuité au cœur même des pensées, des perceptions et des émotions qui le traversent -non pour en éviter la vivacité mais, au contraire, pour la laisser pleinement se déployer.

Ayant reconnu l'ouverture de l'esprit, la discipline consiste à la nourrir quoi qu'il arrive, que l'esprit soit au repos ou en mouvement.

Dans la perspective du *mahâmudra* (de l'école Kagyupa) et du *dzogchen* (de l'école Nyingmapa - mais que l'on retrouve aussi dans la tradition Bön) existe une contemplation de la Présence - inséparabilité de la clarté et de la vacuité. Une telle pratique n'a rien à voir avec une quelconque concentration.

Comme l'explique Tenzin Wangyal, dans son livre "Les prodiges de l'esprit naturel" : "Dans la pratique de concentration, un dualisme subsiste entre le sujet qui se concentre (fixant un objet) et l'objet de la concentration (l'objet fixé), ainsi qu'entre l'intérieur (la conscience au sein du corps et de l'esprit du méditant) et l'extérieur (l'objet utilisé dans la méditation). Mais dans la contemplation, il n'y a ni sujet ni objet : c'est, dit-on, comme "verser de l'eau dans de l'eau".<sup>16</sup>

"Contempler", en latin, a le double sens de "regarder attentivement" et de "considérer par la pensée" et est quasiment synonyme de "considérer", dont il suit le même développement sémantique : à l'origine, tous deux sont des termes de la langue augurale (*cum-siderare*: (en accord) avec les étoiles ; *cum-templum* : en rapport avec le temple - "espace carré délimité dans le ciel et sur terre par l'augure pour interpréter les présages")

En français, "contempler" s'est spécialisé dans le sens de "regarder en s'absorbant dans la vue de l'objet".<sup>17</sup> Il y a bien une distance entre l'expérience bouddhique que l'on nomme "contemplation" et le sens du terme en français, puisqu'ici, comme le souligne Tenzin Wangyal, il n'y a plus ni objet ni sujet, aucun pôle.

Le pratiquant apprend à reconnaître, comme le dit Tilopa, que :

"La nature de l'espace au-delà des couleurs et des formes,

Vêtue de blanc ou de noir, demeure immuable.

De même, l'essence de l'esprit au-delà des couleurs et des formes,

---

<sup>16</sup> Tenzin Wangyal, *Les prodiges de l'esprit naturel, L'essence du Dzogchen dans la tradition bön originelle du Tibet*, Paris, éd. du Seuil, 2000, p. 108.)

<sup>17</sup> Alain Rey, *Dictionnaire historique de la langue française*, Paris, éd. Robert.

Vêtue de blanche vertu ou de sombre vice, demeure inchangée.<sup>18</sup>

Il y a un cheminement qui part de *shamatha* et qui débouche sur *vipashyana* qui, ensemble, sont les deux ailes de toute méditation.<sup>19</sup> Cet effort sans effort permet de se familiariser avec l'espace ouvert qui est comme le ciel sur lequel tous les phénomènes peuvent se déployer.

Par une telle pratique, on se rend compte que notre esprit et celui du *guru* (c'est-à-dire celui de l'Eveil) ne sont pas séparés. La contemplation est, au-delà de toute méditation, la reconnaissance même de l'espace par l'espace. Telle est, de manière ultime, la voie mystique dans le Bouddhisme indo-tibétain, expérience sans personne pour en faire l'expérience. Le paradoxe est qu'il n'y a pas de chemin. La pureté première est la marque intrinsèque de toute chose. Si l'ouverture n'appelle à aucune mesure, un aperçu même furtif de cet état est déjà libération.

Comme l'écrit le Yogi Shabkar :

"L'immensité lumineuse de l'espace absolu,  
Vierge de centre et de limites,  
Est primordialement présente,  
Ample, claire et radieuse.  
Eveil né de lui-même,  
Vaste comme le ciel,  
Sans dehors ni dedans,  
Sans direction ni mesure.  
Transparence toute embrassante: :  
Tel est l'espace absolu,  
Inséparable de l'Eveil."<sup>20</sup>

---

<sup>18</sup> Tilopa, *Les instructions du Mahamudra*, trad. comité Lotsawa, in "*Dharma* n°7. Hiver 1989-1990, Arvillard, Institut Karma-Ling, p. 63.

<sup>19</sup> Le terme "méditer" va en direction d'un exercice mental en vue d'une fin (idée de "régler", "mesurer"). "Méditer" vient de la racine indo-européenne \**med* qui exprime l'idée de "prendre avec autorité et réflexion des mesures d'ordre", d'où son sens, dans les différentes langues, de "penser", "réfléchir", avec l'idée d'une pensée qui règle et ordonne (cf. le grec *medein*, "mesurer"), "gouverner", "régner", "juger" et aussi "soigner" (médecine) puisque le médecin "règle" le corps, domine la maladie.

En latin, *mederi* s'est très vite spécialisé dans le domaine médical, tandis que *meditari* prenait le sens général de "s'exercer, préparer, avoir quelque chose en vue".

La méditation désigne l'attention qui vise à demeurer dans un état de stabilité : "Le terme sanscrit signifiant état de méditation profonde est *samadhi*, traduit en tibétain par *ting ngé dzin*. *Dzin* signifie "tenir" et *ngé* est un adverbe ajoutant le sens de tenir quelque chose "sans vaciller, fermement, sans laisser de mouvement se produire". Cela signifie que, durant la méditation, l'esprit ne tombe pas sous l'emprise des pensées, des obscurcissements ou des facteurs mentaux négatifs. (...) Méditer se traduit en tibétain par *gom*, qui signifie "s'habituer à faire quelque chose", si bien que cela fait partie de soi-même". Khènchèn Thrangou, *La méditation bouddhique tibétaine*, Paris, éd. Dangles, 1996, p. 19.

---

<sup>20</sup> Shabkar, *Autobiographie d'un yogi tibétain*, trad. Matthieu Ricard et Carisse Busquet, Paris, 1998, Albin Michel, p. 275.)