

## GENERALITES SUR LES CROYANCES

### LES PHILOSOPHIES

#### LE BOUDDHISME

##### **Introduction :**

La philosophie est basée sur les enseignement du Bouddha et sa doctrine a subi peu de changements depuis. Elle est basée sur :

Les Quatre Nobles Vérités.  
Les 5 agrégats de l'être.  
L'anatman.  
Le karma.  
Le nirvana.  
La méditation.  
L'être accompli.  
Le mal.  
La destruction des obstacles.

##### **Les Quatre Nobles Vérités :**

Les Quatre Nobles Vérités sont :

La dukkha.  
L'apparition de la dukkha.  
La cessation de la dukkha.  
Le sentier qui conduit à la cessation de la dukkha.

##### **- La dukkha :**

La première vérité est la réalité de la dukkha, qui signifie souffrance, mais aussi imperfection, impermanence, conflit, vide, non substantialité. Dans son essence, l'existence humaine est essentiellement souffrance, depuis la naissance jusqu'à la mort. La dukkha peut être considérée en tant que souffrance ordinaire, en tant que souffrance causée par le changement, ou en tant qu'état conditionné.

Il convient donc de définir le bonheur et son contraire, la souffrance.

° Le bonheur est, soit matériel, soit spirituel. Il se développe et s'exprime de différentes façons, dans différents domaines : La vie de famille, la vie solitaire, le plaisir des sens, le plaisir du renoncement, le plaisir de l'attachement, le plaisir du détachement, le bonheur physique, le bonheur mental. Tous ces états sont non permanents, non éternels, il y a changement, d'où souffrance.

° La souffrance se manifeste dans des domaines différents. A la naissance, à la vieillesse, dans la maladie, dans la mort, par des associations avec des personnes désagréables; par des dépendances dans des conditions déplaisantes, par des séparations d'avec des êtres aimés, par la perte de conditions plaisantes, lorsque l'on n'obtient pas ce que l'on désire, dans des douleurs, dans des lamentations, dans la détresse, dans les souffrances physiques, dans les souffrances mentales.

##### **- L'apparition de la dukkha :**

La deuxième vérité est que pour le Bouddha, qui admettait la conception hindoue du cycle des existences et de la renaissance, la mort elle-même n'apporte aucun soulagement. L'ignorance de la véritable nature du réel, le désir, l'attachement et l'avidité qui en résultent, constituent l'origine de la souffrance.

L'origine des souffrances sont :

La soif des plaisirs des sens.

La soif de l'existence et du devenir.

La soif de la non existence.

° La soif des plaisirs des sens concerne le désir et l'attachement aux plaisirs des sens, à la richesse, à la puissance, mais aussi l'attachement aux idées, aux idéaux, aux opinions, aux théories, aux conceptions, aux croyances.

Tous les malheurs sont engendrés par les désirs égoïstes.

° Pour la soif de l'existence et du devenir, les conditions nécessaires à l'existence et à la continuation des êtres sont, la nourriture matérielle ordinaire, le contact des organes des sens avec le monde extérieur (y compris l'organe du mental), la conscience, la volonté de vivre, d'exister, d'exister de nouveau, de devenir de plus en plus. C'est la racine de l'existence, de la continuité, de la lutte que l'on poursuit par des actes bons ou mauvais.

° La soif de la non existence signifie l'auto-annihilation, l'auto destruction.

#### **- La cessation de la dukkha :**

La troisième vérité proclame que l'attachement et l'ignorance peuvent être anéantis. C'est la Vérité de la cessation de la douleur.

La libération de la souffrance correspond à l'entrée dans ce qu'il appelle le Nirvana. Cela veut dire que l'être entre dans un état qui correspond à l'extinction, la cessation complète de la soif, l'extinction, l'absence de désir. Il peut les abandonner, y renoncer, s'en libérer, s'en détacher, ainsi que d'autres choses telles que la haine et l'illusion. Cela veut dire aussi que l'être a réussi à calmer tout ce qui est conditionné. C'est la cessation, l'absolu.

La dukkha naît à cause de la soif et elle prend fin à cause de la sagesse.

#### **- Le sentier qui conduit à la cessation de la dukkha :**

La quatrième vérité est la voie qui mène à cette cessation de la souffrance, la voie aux huit étapes ou Noble Octuple Sentier. Huit vertus jalonnent cette voie :

La compréhension juste ou pure.

La pensée ou la représentation mentale juste ou pure.

La parole juste ou pure.

L'action juste ou pure.

Les moyens de vie, d'existence justes ou purs.

L'effort juste ou pur.

L'attention juste ou pure.

La concentration juste ou pure.

Ces 8 facteurs, ces 8 vertus sont généralement réparties en 3 catégories. Elles visent à favoriser le développement et la perfection des éléments essentiels de l'entraînement et de la discipline suivant :

La conduite éthique ou moralité.

La discipline, l'entraînement mental.

La sagesse.

° La conduite éthique ou moralité comprend l'amour universel et la compassion, avec la charité, la bonté, la tolérance, toutes les nobles qualités du cœur, du côté affectif.

La conduite éthique comprend la parole juste, l'action juste, et les moyens d'existences justes.

° La discipline, l'entraînement mental comprend l'effort juste, l'attention juste, et la concentration juste.

° La sagesse comprend la compréhension juste et la pensée juste.

### **Remarque :**

Il existe dans le bouddhisme aussi des cérémonies et des coutumes. Elles n'ont pas de rapport avec le sentier proprement dit, mais elles sont utiles pour satisfaire certaines émotions et besoins religieux de ceux qui sont moins avancés, en les aidant graduellement le long du sentier.

### **Les 5 agrégats de l'être :**

Afin de bien faire comprendre la dukkha, Bouddha a enseigné ce qu'il appelle les 5 agrégats de l'être. Dans sa doctrine, l'être est constitué de 5 agrégats qui sont :

La matière (ou forme).

Les sensations.

Les perceptions.

Les formations mentales.

La conscience.

### **L'Anatman :**

Anatman veut dire sans âme (atman signifie âme universelle), c'est à dire le non soi. Nous venons de voir que, dans le bouddhisme, toutes choses se répartissent dans les 5 catégories que sont : La forme, les sensations, les perceptions, les formations mentales, et la conscience.

Un être humain n'est que la combinaison temporaire de ces catégories vouées à l'impermanence. A chaque instant, nous nous transformons, personne ne demeure identique à ce qu'il croit être. Les bouddhistes rejettent l'idée que les catégories, envisagées ensemble ou séparément, puissent être considérées comme une entité individuelle ou une âme permanente et autonome (atman). Ils estiment qu'il est erroné de concevoir un en-soi, essence durable derrière les éléments qui composent un individu ou les choses de l'Univers. Le Bouddha estime qu'une telle croyance génère l'égoïsme, le désir et finalement la souffrance. Ainsi, il enseigne la doctrine de l'anatman ou non-soi. Il pense que toute existence est conditionnée par le non-soi (anatman), l'éphémère (anitya) et la souffrance (dukkha). La doctrine de l'anatman impose au Bouddha de réinterpréter la conception indienne des renaissances multiples au sein de la roue de l'existence connue sous le nom de samsara. A cette fin, il enseigne la doctrine de la naissance conditionnée (pratityasamutpada) qui consiste en une suite d'événements cycliques, douze facteurs interdépendants qui favorisent les conditions de la douleur. Leur enchaînement causal montre comment de l'ignorance naissent des constructions psychiques qui, à leur tour, deviennent la cause du fonctionnement des sens et de l'activité mentale. De là, naissent les sensations qui engendrent le désir et l'attachement à l'existence. Cet enchaînement de circonstances déclenche le processus de la renaissance, produisant ainsi un cycle sans cesse renouvelé de naissance, vieillesse et mort. Par le biais de cette chaîne de causalité, un lien s'établit entre l'existence présente et celle à venir. La conception d'un flux d'existences multiples que le bouddhisme pose comme principe s'oppose à l'idée d'un être permanent qui transmigrerait de vie en vie. Epuiser ces constructions psychiques par la méditation conduit à l'arrêt de la douleur et à la possibilité d'une renaissance qui est la fin des réincarnations.

### **Le Karma :**

Le karma est au fondement de la philosophie hindoue. Le terme karma désigne les actions qu'un

être accompli et leurs conséquences. Toute action doit porter des fruits. Les bonnes actions sont inévitablement source de bienfaits alors que les actions négatives sont rééquilibrées. Par conséquent, n'existent ni plaisirs immérités ni souffrances injustifiées, mais plutôt une justice universelle.

Il ne faut pas confondre cependant cette théorie avec une quelconque justice morale, ni avec des notions de récompenses et de punitions. La théorie du karma est une théorie de causes à effets, d'actions et de réactions, elle exprime une loi naturelle qui n'a rien à voir avec une justice rétributive.

Toute action qui est appuyée sur une construction mentale produit des effets, des résultats. Les bonnes actions produisent de bons effets, et les mauvaises actions produisent de mauvais effets. Les résultats résultent uniquement de la nature propre des causes.

Le processus karmique fonctionne sous l'effet d'une sorte de code naturel et non sous l'autorité d'un jugement divin. Le karma de chacun détermine des facteurs tels que l'apparence, la beauté, l'intelligence, la longévité, la richesse et le statut social. Selon cette philosophie, différents types de karma peuvent donner lieu à une renaissance en tant qu'être humain, animal, fantôme, habitant des enfers ou dieu du panthéon hindou. Bien que le bouddhisme n'ait jamais réellement nié l'existence des divinités, il refuse de leur accorder un rôle spécifique. Leur vie au paradis est longue et plaisante, mais les dieux sont sujets aux situations difficiles que connaissent les autres créatures. Ils peuvent même expérimenter la mort ou une renaissance dans des états d'existence inférieurs. De plus, ils ne sont pas créateurs de l'Univers et ne contrôlent en rien la destinée humaine. Le bouddhisme rejette aussi les prières et les sacrifices accordés aux dieux. Parmi la multiplicité des modalités de renaissance possibles, l'existence humaine est la plus favorable, car les déités sont tellement absorbées par leurs propres plaisirs qu'elles en oublient l'aspiration à la délivrance. L'illumination (ou l'éveil) est réservée aux seuls êtres humains.

### **Le Nirvana :**

Selon le bouddhisme, le but ultime est la rupture de la chaîne de l'existence et de son cortège de souffrances. Ce but est appelé nirvana, un état d'éveil où les feux de l'avidité, de la haine et de l'ignorance se sont éteints. Le nirvana n'est pas un état de totale annihilation, mais un niveau de conscience au-delà des définitions et donc des concepts. Après l'avoir atteint, l'être éveillé continue de vivre en éliminant peu à peu les restes du karma. Il pratique ainsi pour accéder, au moment de la mort, au parinirvana ou nirvana complet.

En théorie, le nirvana est accessible à tout un chacun bien qu'il n'apparaisse comme un objectif réalisable que pour les membres de la communauté monastique. Dans le bouddhisme Theravada, celui qui a atteint l'éveil en suivant le Noble Octuple Sentier est appelé arhant ou être de grande valeur, une sorte de saint solitaire.

Ceux qui ne sont pas aptes à poursuivre la quête du but ultime peuvent se contenter d'améliorer leur karma en vue d'une renaissance plus favorable. Cet objectif moindre concerne généralement les bouddhistes laïques qui espèrent renaître en tant que membres du sangha et bénéficier ainsi d'un mode d'existence propice au cheminement et à l'éveil.

Le comportement moral qui permet d'atteindre le nirvana est un mélange harmonieux de détachement et d'intériorisation. Il nécessite la pratique de quatre attitudes vertueuses qui sont :

La bienveillance.

La compassion.

La pensée positive.

L'équanimité.

Ces attitudes rendent possible une renaissance favorable centrée sur l'accomplissement des devoirs sociaux. Cela implique des actions charitables, ainsi que la mise en pratique des cinq préceptes qui constituent la discipline morale élémentaire du bouddhisme :

S'abstenir d'ôter la vie.

S'abstenir de prendre ce qui n'est pas donné.

S'abstenir de mauvaises paroles.

S'abstenir de mauvaise conduite charnelle.  
S'abstenir de boissons enivrantes et de stupéfiants.

En suivant ces préceptes, les trois racines du mal, la luxure, la haine et l'illusion, peuvent être coupées.

### **La méditation :**

La compréhension juste est complètement développée par la pratique de la méditation. Dans la pratique bouddhique, la méditation signifie culture mentale, développement. Son but est de procurer un état de parfaite santé mentale, d'équilibre et de tranquillité, en débarrassant l'esprit de ses impuretés, de ce qui le trouble. Cela revient à se débarrasser des désirs sensuels, de la haine, de la malveillance, de l'indolence, des tracasseries, des agitations, des doutes. Cela signifie cultiver la concentration, l'attention, l'intelligence, la volonté, l'énergie, la faculté d'analyser, la confiance, la joie, le calme, etc., conduisant à la sagesse qui voit les choses telles qu'elles sont.

### **L'être accompli :**

En guise de conclusion à ce chapitre, il est intéressant de définir, selon le bouddhisme ce que représente l'être accompli.

L'être accompli est celui qui est sage, qui recherche le bien et a obtenu la paix. Il est appliqué, droit, docile, doux, humble, content, satisfait. Il ne se laisse pas submerger par les affaires du monde, il ne se charge pas du fardeau des richesses, ses sens sont apaisés. Il est sans orgueil, ne s'attache pas aux familles, il ne fait rien qui soit mesquin. Il se sent heureux, en joie et en sûreté. Il ne déçoit pas, il ne méprise aucun être, il ne souhaite jamais de mal à un autre par colère ou par haine. Il chérit toute chose vivante, il aime le monde en son entier, sans limitation, avec une bonté bienveillante. Il ne s'associe pas aux fous mais il s'associe aux sages, il rend hommage à ceux qui méritent d'être honorés. Il vit dans un endroit qui lui procure des avantages. Il développe convenablement son caractère. Il est instruit en sciences et en arts, il est discipliné et cultivé. Il dit des paroles justes, il prend soin de sa famille, il accomplit des actions justes et charitables. Il se conduit honnêtement, il s'abstient du mal, il est vigilant dans le bien, il se conduit avec dignité et douceur. Il est reconnaissant, patient, restreint. Il mène une vie pure.

### **Le mal :**

Il est commis par : Le désir. La colère. L'ignorance. La peur.

### **La destruction des obstacles :**

La destruction des obstacles est pour celui qui sait, pour celui qui voit. Il doit connaître la pensée sage et la pensée sans sagesse.

Il y a des obstacles qui doivent être vaincus par le discernement, d'autres par le contrôle, d'autres par l'usage juste des choses, d'autres par l'endurance, d'autres en les évitant, d'autres en les écartant, d'autres par le développement spirituel.

### **En conclusion :**

L'être qui demeure libéré de tout obstacle a détruit la soif du désir, il a dénoué les liens, et par la juste compréhension des fausses mesures, il a mis un terme à la souffrance.