

# **Majjhima Nikâya 53**

## **Sekha Sutta**

### **Le disciple en entraînement supérieur**

1. Voici ce que j'ai entendu. En une occasion, le Bienheureux vivait dans le pays des Sakya à Kapilavatthu, dans le parc de Nigrodha.

2. En cette occasion, une nouvelle salle d'assemblée avait récemment été construite pour les Sakya de Kapilavatthu et elle n'était encore habitée par aucun reclus ou brahmane ou être humain. Alors les Sakya de Kapilavatthu allèrent voir le Bienheureux. Après lui avoir rendu hommage, ils s'assirent sur un côté et lui dirent :

« Vénérable, une nouvelle salle d'assemblée a récemment été construite pour les Sakya de Kapilavatthu et elle n'est encore habitée par aucun reclus ou brahmane ou être humain. Vénérable, que le Bienheureux soit le premier à l'utiliser. Quand le Bienheureux aura été le premier à l'utiliser, alors les Sakya de Kapilavatthu l'utiliseront par la suite. Cela conduira à leur bien-être et à leur bonheur pour longtemps. »

3. Le Bienheureux consentit en silence. Alors, quand ils virent qu'il avait consenti, ils se levèrent de leur siège, et après lui avoir rendu hommage, le gardant sur leur droite, ils allèrent dans la salle d'assemblée. Ils la couvrirent complètement avec des couvertures et préparèrent des sièges, et ils posèrent une grande carafe d'eau et accrochèrent une lampe à huile. Alors ils allèrent voir le Bienheureux, et après lui avoir rendu hommage, ils se tinrent debout sur un côté et dirent :

« Vénérable, la salle d'assemblée a été complètement couverte avec des couvertures et des sièges ont été préparés, une grande carafe d'eau a été posée et une lampe à huile accrochée. Que le Bienheureux vienne quand cela lui convient. »

4. Alors le Bienheureux s'habilla, et prenant son bol et sa robe extérieure, il alla avec la Sangha de bhikkhus dans la salle d'assemblée. Quand il arriva, il se lava les pieds et ensuite entra dans la salle et s'assit près du pilier central, faisant face à l'est. Et les bhikkhus se lavèrent les pieds et ensuite entrèrent dans la salle et s'assirent près du mur ouest, faisant face à l'est, avec le Bienheureux devant eux. Et les Sakya de Kapilavatthu se lavèrent les pieds et entrèrent dans la salle et s'assirent près du mur à l'est, faisant face à l'ouest, avec le Bienheureux devant eux.

5. Ensuite, après que le Bienheureux eut instruit, encouragé, éveillé, et réjoui les Sakya de Kapilavatthu avec des enseignements du Dhamma pendant une grande partie de la nuit, il dit au vénérable Ânanda :

« Ânanda, parle aux Sakya de Kapilavatthu des disciples en entraînement supérieur qui sont entrés sur la voie. Mon dos me fait mal. Je vais le reposer. »

« Oui, Vénérable, » répondit le vénérable Ânanda.

Alors le Bienheureux prépara son manteau plié en quatre et s'allongea sur son côté droit dans la position du lion, avec un pied chevauchant l'autre, pleinement conscient et pleinement attentif, après avoir noté dans son esprit le temps du réveil.

6. Alors le vénérable Ânanda s'adressa à Mahânâma le Sakya ainsi :

« Mahânâma, ici un noble disciple qui possède la vertu, garde les portes des facultés des sens, est modéré en mangeant, et dévoué à la vigilance ; il possède sept bonnes qualités ; et il est un qui obtient à volonté, sans problème ou difficulté, les quatre jhânas qui constituent les états d'esprit supérieurs et fournissent une demeure agréable ici et maintenant.

7. « Et comment un noble disciple possède t-il la vertu ? Ici un noble qui est vertueux, demeure restreint par le contrôle du Pâtimokkha, est parfait en conduite et en restreinte, et voyant la peur

dans la moindre faute, s'entraîne en suivant les préceptes. Voici comment un noble disciple possède la vertu.

8. « Et comment un noble disciple garde t-il les portes des facultés des sens ? En voyant une forme avec l'œil, un noble disciple ne s'agrippe pas à ses signes et caractéristiques. Puisque s'il laissait la faculté de l'œil sans surveillance, des états mauvais et malsains de convoitise et de chagrin pourraient l'envahir, il pratique le chemin de son contrôle, il garde la faculté de l'œil, il entreprend le contrôle de la faculté de l'œil. En entendant un son avec l'oreille, un noble disciple ne s'agrippe pas à ses signes et caractéristiques. Puisque s'il laissait la faculté de l'oreille sans surveillance, des états mauvais et malsains de convoitise et de chagrin pourraient l'envahir, il pratique le chemin de son contrôle, il garde la faculté de l'oreille, il entreprend le contrôle de la faculté de l'oreille. En sentant une odeur avec le nez, un noble disciple ne s'agrippe pas à ses signes et caractéristiques. Puisque s'il laissait la faculté du nez sans surveillance, des états mauvais et malsains de convoitise et de chagrin pourraient l'envahir, il pratique le chemin de son contrôle, il garde la faculté du nez, il entreprend le contrôle de la faculté du nez. En goûtant une saveur avec la langue, un noble disciple ne s'agrippe pas à ses signes et caractéristiques. Puisque s'il laissait la faculté de la langue sans surveillance, des états mauvais et malsains de convoitise et de chagrin pourraient l'envahir, il pratique le chemin de son contrôle, il garde la faculté de la langue, il entreprend le contrôle de la faculté de la langue. En touchant un tangible avec le corps, un noble disciple ne s'agrippe pas à ses signes et caractéristiques. Puisque s'il laissait la faculté du corps sans surveillance, des états mauvais et malsains de convoitise et de chagrin pourraient l'envahir, il pratique le chemin de son contrôle, il garde la faculté du corps, il entreprend le contrôle de la faculté du corps. En connaissant un objet de l'esprit avec l'esprit, un noble disciple ne s'agrippe pas à ses signes et caractéristiques. Puisque s'il laissait la faculté de l'esprit sans surveillance, des états mauvais et malsains de convoitise et de chagrin pourraient l'envahir, il pratique le chemin de son contrôle, il garde la faculté de l'esprit, il entreprend le contrôle de la faculté de l'esprit. Voici comment un noble disciple garde les portes des facultés des sens.

9. « Et comment un noble disciple est-il modéré en mangeant ? Ici, réfléchissant avec sagesse, un noble disciple ne prends de la nourriture ni pour l'amusement, ni pour l'intoxication, ni pour la beauté physique et le charme, mais seulement pour l'entretien et la persistance de ce corps, pour arrêter l'inconfort et pour aider la sainte vie, considérant : 'Ainsi j'arrêterai ces anciennes sensations sans faire apparaître de nouvelles sensations, et je serai en bonne santé et sans reproche et vivrai confortablement.' » Voici comment un noble disciple est modéré en mangeant.

10. « Et comment un noble disciple est-il dévoué à la vigilance ? Ici, pendant la journée, en allant et venant et en étant assis, un noble disciple purifie son esprit des états obstructifs. Dans la première veille de la nuit, en allant et venant et en étant assis, il purifie son esprit des états obstructifs. Dans la veille de la nuit du milieu il s'allonge sur le côté droit dans la position du lion avec un pied chevauchant l'autre, pleinement conscient et pleinement attentif, après avoir noté dans son esprit le temps du réveil. Après le réveil, dans la troisième veille de la nuit, en allant et venant et en étant assis, il purifie son esprit des états obstructifs. Voici comment un noble disciple est dévoué à la vigilance.

11. « Et comment un noble disciple possède t-il sept bonnes qualités ? Ici un noble disciple qui a confiance ; il place sa confiance dans l'éveil du Tathâgata ainsi : 'Le Bienheureux est accompli, pleinement éveillé, parfait en vraie connaissance et en conduite, sublime, connaisseur des mondes, incomparable meneur des personnes à dompter, enseignant des dieux et des humains, éveillé, béni.'

12. « Il a honte ; il est honteux des mauvaises conduites du corps, de la parole, et de l'esprit, honteux de s'engager dans des actes mauvais et malsains.

13. « Il a peur des méfaits ; il a peur des mauvaises conduites du corps, de la parole, et de l'esprit, a peur de s'engager dans des actes mauvais et malsains.

14. « Il a appris beaucoup, se souvient de ce qu'il a appris, et consolide ce qu'il a appris. De tels enseignements qui sont bons au début, bons au milieu, et bons à la fin, de signification et formulation justes, et qui révèlent une sainte vie qui est complètement parfaite et pure – de tels enseignements il a appris beaucoup, s'en est souvenu, les a récités, les a examinés avec l'esprit et bien pénétrés avec la vue.

15. « Il est énergique dans l'abandon les états malsains et l'entreprise des états sains ; il est constant, ferme dans les efforts, ne néglige pas le développement des états sains.

16. « Il a la pleine conscience ; il possède la plus grande pleine conscience et habileté ; il se souvient et se rappelle de ce qui a été fait il y a longtemps et de ce qui a été dit il y a longtemps.

17. « Il est sage ; il possède la sagesse en ce qui concerne l'apparition et la disparition qui est noble et pénétrante et qui conduit à la complète destruction de la souffrance. Voici comment un noble disciple possède sept bonnes qualités.

18. « Et comment un noble disciple est-il un qui obtient à volonté, sans problème ou difficulté, les quatre jhânas qui constituent les états d'esprit supérieurs et fournissent une demeure agréable ici et maintenant ? Tout à fait out à fait isolé des plaisirs sensuels, isolé des états malsains, un noble disciple entre et demeure dans le premier jhâna, qui est accompagné d'une pensée appliquée et soutenue, avec un ravissement et un plaisir nés de la solitude. Avec la tranquillisation de la pensée appliquée et soutenue, il entre et demeure dans le deuxième jhâna, qui a la confiance et l'unité de l'esprit sans la pensée appliquée et soutenue, avec un ravissement et un plaisir nés de la concentration. Avec l'évanouissement du ravissement, il entre et demeure dans l'équanimité, et attentionné et pleinement conscient, ressentant toujours des plaisirs avec le corps, il entre et demeure dans le troisième jhâna, à propos duquel les nobles déclarent: 'Il a une demeure agréable, celui qui est en équanimité et en pleine conscience. Avec l'abandon du plaisir et de la douleur, et avec la disparition antérieure de la joie et de la peine, il entre et demeure dans le quatrième jhâna, qui n'a ni douleur ni plaisir et a la pureté de la pleine conscience par l'équanimité. Voici comment un noble disciple est un qui obtient à volonté, sans problème ou difficulté, les quatre jhânas qui constituent les états d'esprit supérieurs et fournissent une demeure agréable ici et maintenant.

19. « Quand un noble disciple est ainsi devenu un qui possède la vertu, qui garde les portes des facultés des sens, qui est modéré en mangeant, qui est dévoué à la vigilance, qui possède sept bonnes qualités, qui obtient à volonté, sans problème ou difficulté, les quatre jhânas qui constituent les états d'esprit supérieurs et fournissent une demeure agréable ici et maintenant, il est appelé un entraînement supérieur qui est entré sur le chemin. Ses œufs sont intacts ; il est capable de sortir, capable d'éveil, capable d'atteindre la sécurité suprême de l'esclavage.

« Supposons qu'une poule ait couvé, incubé et se soit occupé convenablement de huit, dix, ou douze œufs. Même si elle ne souhaitait pas: 'Oh, que mes poussins percent leur coquille avec la pointe de leurs griffes et de leur bec et éclosent sains et saufs !', les poussins seraient pourtant capables de percer leur coquille avec la pointe de leurs griffes ou de leur bec et d'éclore sains et saufs. De même, quand un noble disciple est ainsi devenu un qui possède la vertu, qui garde les portes des facultés des sens, qui est modéré en mangeant, qui est dévoué à la vigilance, qui possède sept bonnes qualités, qui obtient à volonté, sans problème ou difficulté, les quatre jhânas qui constituent les états d'esprit supérieurs et fournissent une demeure agréable ici et maintenant, il est appelé un entraînement supérieur qui est entré sur le chemin. Ses œufs sont intacts ; il est capable de sortir, capable d'éveil, capable d'atteindre la sécurité suprême de l'esclavage.

20. « Sur la base de la même suprême pleine conscience dont la pureté est due à l'équanimité, ce noble disciple se souvient de ses multiples vies passées, c'est à dire une naissance, deux naissances, trois naissances, quatre naissances, cinq naissances, dix naissances, vingt naissances, trente naissances, quarante naissances, cinquante naissances, cent naissances, mille naissances, cent mille naissances, de nombreux éons de contraction de l'univers, de nombreux éons d'expansion de l'univers, de nombreux éons de contraction et d'expansion de l'univers: 'Ici j'avais tel nom, j'étais de telle famille, avec telle apparence, telle était ma nourriture, telle était mon expérience du plaisir et de la douleur, telle était ma durée de vie; et mourant ici, je suis réapparu là.' Ainsi se souvient-il de ses multiples vies passées avec leurs aspects et détails. Ceci est sa première sortie similaire à celle des poussins de la poule de leur coquille.

21. « Sur la base de la même suprême pleine conscience dont la pureté est due à l'équanimité, avec l'œil divin, qui est purifié et surpasse celui de l'humain, ce noble disciple voit les êtres mourant et réapparaissant, inférieurs et supérieurs, beaux et laids, heureux et malheureux. Il comprend que le passage des êtres dépend de leurs actions ainsi: 'Ces êtres qui ont adopté une mauvaise conduite du corps, de la parole et de l'esprit, outrageux envers les nobles, de vues fausses, donnant effet à leurs vues fausses dans leurs actes, à la dissolution du corps, après la mort, sont réapparus dans des états de privation, dans une mauvaise destination, en perdition, et même en enfer; mais ces êtres qui ont adopté une bonne conduite du corps, de la parole et de l'esprit, non outrageux envers les nobles, de vue juste, donnant effet à leur vue juste dans leurs actes, à la dissolution du corps, après la mort, sont réapparus dans une bonne destination, même dans le monde céleste.' Ainsi avec l'œil divin, qui est purifié et surpasse celui de l'humain, il voit les êtres mourant et réapparaissant, inférieurs et supérieurs, beaux et laids, heureux et malheureux, et il comprend comment le passage des êtres dépend de leurs actions. Ceci est sa seconde sortie similaire à celle des poussins de la poule de leur coquille.

22. « Sur la base de la même suprême pleine conscience dont la pureté est due à l'équanimité, en réalisant par lui-même avec la connaissance directe, ce noble disciple entre et demeure ici et maintenant dans la délivrance de l'esprit et la délivrance par la sagesse qui sont sans souillure avec la destruction des souillures. Ceci est sa troisième sortie similaire à celle des poussins de la poule de leur coquille.

23. « Quand un noble disciple possède la vertu, cela se rattache à sa conduite. Quand il garde les portes de ses facultés des sens, cela se rattache à sa conduite. Quand il est modéré en mangeant, cela se rattache à sa conduite. Quand il est dévoué à la vigilance, cela se rattache à sa conduite. Quand il possède sept bonnes qualités, cela se rattache à sa conduite. Quand il est un qui obtient à volonté, sans problème ou difficulté, les quatre jhânas qui constituent les états d'esprit supérieurs et fournissent une demeure agréable ici et maintenant, cela se rattache à sa conduite.

24. « Quand il se souvient de ses multiples vies passées, c'est à dire une naissance, deux naissances, trois naissances, quatre naissances, cinq naissances, dix naissances, vingt naissances, trente naissances, quarante naissances, cinquante naissances, cent naissances, mille naissances, cent mille naissances, de nombreux éons de contraction de l'univers, de nombreux éons d'expansion de l'univers, de nombreux éons de contraction et d'expansion de l'univers : 'Ici j'avais tel nom, j'étais de telle famille, avec telle apparence, telle était ma nourriture, telle était mon expérience du plaisir et de la douleur, telle était ma durée de vie; et mourant ici, je suis réapparu là,' avec leurs aspects et détails, cela se rattache à sa vraie connaissance. Quand, avec l'œil divin, qui est purifié et surpasse celui de l'humain, il voit les êtres mourant et réapparaissant, inférieurs et supérieurs, beaux et laids, heureux et malheureux, il comprend que le passage des êtres dépend de leurs actions ainsi: 'Ces êtres qui ont adopté une mauvaise conduite du corps, de la parole et de l'esprit, outrageux envers les nobles, de vues fausses, donnant effet à leurs vues fausses dans leurs actes, à la dissolution du corps, après la mort, sont réapparus dans des états de privation, dans une mauvaise destination, en

perdition, et même en enfer; mais ces êtres qui ont adopté une bonne conduite du corps, de la parole et de l'esprit, non outrageux envers les nobles, de vue juste, donnant effet à leur vue juste dans leurs actes, à la dissolution du corps, après la mort, sont réapparues dans une bonne destination, même dans le monde céleste,' il voit les êtres mourant et réapparaissant, et il comprend comment le passage des êtres dépend de leurs actions, cela se rattache à sa vraie connaissance. Quand, en réalisant par lui-même avec la connaissance directe, il entre et demeure ici et maintenant dans la délivrance de l'esprit et la délivrance par la sagesse qui sont sans souillure avec la destruction des souillures, cela se rattache à sa vraie connaissance.

25. « Ce noble disciple est ainsi dit être parfait en vraie connaissance, parfait en conduite, parfait en vraie connaissance et en conduite. Et cette stance a été prononcée par le Brahmâ Sanankumâra :

'On tient le noble clan  
Comme les meilleures personnes quant à la lignée ;  
Mais le meilleur des dieux et des humains est un  
Parfait en vraie connaissance et en conduite.'

« Cette stance a été bien chantée par le Brahmâ Sanankumâra, pas mal chantée ; elle a été bien prononcée, pas mal prononcée ; elle a une signification, et n'est pas sans signification ; et elle a été approuvée par le Bienheureux. »

26. Alors le Bienheureux se leva et s'adressa au vénérable Ânanda ainsi : « Bien, bien, Ânanda ! Il est bien que tu ais parlé aux Sakya de Kapilavatthu des disciples en entraînement supérieur qui sont entrés sur le chemin. »

Ainsi parla le vénérable Ânanda. Le Maître approuva. Les Sakya de Kapilavatthu furent satisfaits des paroles du vénérable Ânanda et s'en réjouirent.

Vous êtes libres de copier, distribuer et transmettre ce texte sous les conditions suivantes : qu'il soit exclusivement utilisé à but non commercial, qu'il ne soit pas modifié sans permission, que les redistributions se fassent sous les mêmes conditions d'utilisations, et que soit inclus ceci :

Traduit par Pháp Thân, d'après 'The middle length discourses of the Buddha : a new translation of the Majjhima Nikâya / original translation by Bhikkhu Ñânamoli ; translation edited and revised by Bhikkhu Bodhi' avec l'aimable permission de Wisdom Publications [www.wisdompubs.org](http://www.wisdompubs.org) et Bhikkhu Bodhi.