

Éthiques

(cloche)

Chère Sangha, aujourd'hui nous sommes 12 Février de l'an 2009, nous sommes au Monastère de Nuage du Dharma au Hameau du Haut pendant la retraite d'hiver.

Une jeune femme d'affaires

Une jeune fille de quatorze ans est partie pour les États-Unis pour faire ses études, où a fini ses études universitaires, puis elle est rentrée au Vietnam pour devenir une femme d'affaires. Aujourd'hui est à vingt-quatre ans. Ses parents sont professeurs d'Université et ils sont aussi hommes et femmes d'affaires, et le jour où Thay et sa sangha sont rentrés au Vietnam en 2008 pour organiser une journée de pleine conscience pour les hommes et femmes d'affaires, le père et la fille sont venus participer à la journée de pleine conscience. Au début elle ne voulait pas participer parce qu'elle pensait qu'elle n'avait pas le temps, mais comme son père insistait, alors elle y est allée, et ils ont passé une journée et demie et une nuit là-bas, et ce qu'elle a reçu, c'est la présence de la Sangha. Elle voyait la Sangha marcher, s'asseoir, avec légèreté, en paix, avec liberté. Rentrée chez elle, elle a senti un soulagement, un bonheur. Elle soit une jeune femme d'affaires, et elle a aussi rencontré des difficultés dans sa vie, et un jour elle a décidé de partir pour la France pour participer à la retraite d'été au Village des Pruniers. Elle est arrivée à Paris, puis elle est allée directement au Village des Pruniers pour participer à la retraite d'été. Elle est restée au Hameau du bas. Et elle a dit que la première fois qu'elle a écouté les enseignements de Thay, quand Thay a dit que nos parents restent dans chaque cellule de notre corps, elle a compris seulement avec son intellect. Et un jour, elle est allée travailler dans la serre avec les soeurs du Hameau du Bas, et le soir elle est rentrée dans sa chambre, elle a veillé tard, et pendant la méditation assise, elle a commencé à se sentir imprégnée, elle sentait que ses parents étaient vraiment en elle, et elle a beaucoup pleuré. Avant, elle pensait que les personnes qui lui causaient le plus de souffrances, c'était ses parents. Et elle pensait aussi que la personne qui causait le plus de souffrances à ses parents, c'était elle aussi. Et depuis qu'elle a compris que ses parents ne sont pas des entités à l'extérieur, mais que ses parents sont en elle, il y a un changement en elle, et elle commence à vraiment aimer ses parents. Rentrée de la France, elle s'attendait à ce que ses parents viennent la chercher à l'aéroport, mais comme ses parents étaient occupés, elle a pris un taxi pour rentrer seule. Avant, elle n'avait pas besoin de ses parents : 'Non, je n'ai pas besoin de vous', mais là, elle avait besoin d'eux. Et ses parents aussi n'avaient pas besoin d'elle, c'est ce qui se passait avant. Mais là, rentrés de la France, elle eut vraiment envie de voir ses parents. Avant, elle voulait que ses parents la laissent tranquille, et elle n'avait jamais besoin de ses parents.

Projet de film

Dans une compagnie de films au Vietnam, un jour, dans une session avec les artistes à Hanoï, une des personnes de la direction a dit à Thay : 'Nous voudrions faire un film sur les seize exercices de la respiration consciente enseignés par le Bouddha, parce que nous voyons tant de souffrance dans la vie, et nous croyons que si les gens arrivent à saisir quelques exercices, ils vont pouvoir soulager beaucoup de leurs souffrances, et c'est pour cela que nous voulons faire ce film pour aider les gens, avec les seize exercices de la respiration consciente afin d'aider les gens dans le monde. » Alors on ne sait pas par quelle chance ce monsieur est tombé sur le livre 'Le chemin de la transformation', il l'a lu et il a lu les exercices de la respiration consciente enseignés par le Bouddha, et il a découvert un trésor spirituel dans ce livre, il a mis en pratique, et il a pu dénouer ses difficultés, sa colère, et finalement, il a pu rétablir la communication avec ses collègues, ses collaborateurs, il a rétabli la communication et la fraternité. Alors il a proposé à la compagnie de film que s'ils sont d'accord, il va réaliser ce film sur les seize exercices de la respiration consciente enseignés par le Bouddha pour aider les gens du monde. Et dans cette rencontre avec les artistes, il a posé la question : 'Est-ce que c'est possible ?', et Thay a répondu : 'Bien sûr, c'est possible', et Thay a proposé les matériaux pour faire ce film. Il faut faire ce film pour aider tout le monde, y compris les jeunes. Les jeunes ont des difficultés avec leurs parents, les jeunes se suicident beaucoup, alors la première partie peut parler de la pratique pour les jeunes, des pratiques très concrètes, des difficultés, des problèmes des jeunes avec leurs parents. Ensuite, on parle des pratiques de la respiration consciente pour les aider, comme ça ils peuvent sortir de leurs problèmes et se réconcilier avec leurs parents. Nous avons eu des retraites avec des jeunes et nous avons vu des jeunes qui ont bien réussi, qui ont pu parler de nouveau à leurs parents. Alors nous avons beaucoup de matériaux à montrer aux autres. Et les parents aussi ont leurs soucis, leurs problèmes, leurs difficultés avec leurs enfants, et nous avons déjà vu des parents qui ont pratiqué et qui ont réussi à sortir de leurs problèmes, alors nous pouvons donner ces exemples pour aider les autres. Et quand les hommes d'affaires, les femmes d'affaires, rencontrent des difficultés, quand ils ont des soucis, quand ils ont peur, que faut-il faire ? Comment faut-il pratiquer ? Comment peuvent-ils utiliser ces exercices pour sortir de leurs problèmes, de leurs difficultés. Alors le réalisateur du film a pensé à faire dix DVD. Et puis ils ont dit à Thay : 'Nous avons vraiment envie de faire, mais nous n'avons pas encore les moyens financiers. Que faut-il faire ?' Et il y a deux mois, à Saïgon, dans une conférence de presse, cet homme a invité beaucoup de personnes, et il a aussi invité trois frères et soeurs de notre monastère prajña au Vietnam, et aussi la revue jeunesse et d'autres magazines, et des réalisateurs de film, des metteurs en scène, des jeunes. Alors la jeune femme d'affaire de vingt-quatre ans est venue aussi, à cette conférence de presse avec son papa, et elle a parlé de ses

expériences quand elle pratiquait au Village des Pruniers, de cette expérience lorsqu'elle a travaillé dans la serre avec les soeurs du Hameau du Bas, et elle a partagé en pleurant, et elle espère vraiment que les jeunes dans son pays aient la chance d'apprendre comme elle afin de rétablir la communication et l'amour avec leurs parents. Et le journaliste de la revue jeunesse, une grande revue à Saigon, a partagé qu'il était très mécontent parce que le bouddhisme est une tradition vietnamienne et qu'elle avait du partir pour la France pour apprendre, c'est très ironique : pourquoi partir pour la France pour apprendre tout cela, une tradition qui a son origine au Vietnam. Et dans cette conférence de presse, il y avait aussi des personnes qui avaient déjà été au monastère prajña, et un d'entre eux a dit qu'en tant que guide touristique, il avait aussi eu des difficultés. Il avait appris ces exercices de respiration consciente, et une fois il les a partagé avec les touristes, et cela a beaucoup aidé. En ce moment, Thay a ses deux DVD, et si vous voulez voir cette conférence de presse, cet après-midi, nous pouvons regarder en tant que Sangha, nous pouvons prendre du thé en regardant ce film.

(cloche)

En regardant cette conférence de presse, on voit ce qu'on appelle le bouddhisme engagé. Cela se passe en ce moment, au Vietnam. Les jeunes, les artistes, les metteurs en scène, les réalisateurs de film se rassemblent pour parler de la pratique, pour chercher à partager la pratique avec les autres. Nos amis veulent faire un film pour la pratique, et c'est une chose extraordinaire. Aux États-Unis, notre ami Larry Kasanoff voudrait faire aussi ce même genre de film à Hollywood. Et ces deux DVD durent à peu près une heure et demie ou deux heures.

Entrer directement dans l'essence du bouddhisme

Imaginons un courant de temps qui coule. Et ici il y a un frère qui s'assoit en méditation. Un frère ou une soeur ou un pratiquant laïque, une pratiquante laïque, et cette personne pratique : 'J'inspire, j'expire, je vois mon père présent dans chaque cellule de mon corps, et j'expire, je souris à mon papa dans chaque cellule de mon corps.' Et bien sûr, ici, nous tous nous avons pratiqué cet exercice. Les moines, les moniales, les pratiquants laïques, Thay vous a guidé dans cet exercice. Peut-être qu'au début on ne le sent pas encore, mais on pratique quand même jusqu'à ce qu'on sente comme cette jeune femme. La présence de notre mère, de notre père est très vraie, est très réelle, et ce n'est pas une imagination. Alors ici c'est le courant de temps, et cette personne reste ici. On ne sait pas si c'est le présent, le futur ou le passé, on ne sait pas, on laisse comme ça, et le frère pratique selon les instructions de Thay : 'J'inspire, j'invite le Bouddha à inspirer avec moi, le Bouddha utilise mes poumons pour inspirer, et j'expire, je vois le Bouddha s'asseoir avec mon dos, mon dos bien droit.' On invite le Bouddha à utiliser notre dos pour s'asseoir. Alors c'est pareil, si le Bouddha s'assoit avec notre dos, parce que le Bouddha est une sorte de père. Notre père a mis au monde dans ce corps, et le Bouddha nous a mis au monde dans la vie spirituelle. Le Bouddha nous a aussi offert la pratique de la respiration, alors dans chaque cellule de notre corps, il y a aussi le Bouddha. Et le frère pratique aussi : 'En inspirant, j'invite Thay à inspirer avec mes poumons, en expirant, j'invite Thay à s'asseoir avec mon dos qui est bien droit en ce moment.' Thay ne s'assoit pas avec son dos courbé, Thay ne s'assoit pas avec le dos de sa grand-mère, il s'assoit avec le dos du Bouddha. Et quand on pratique comme ça, naturellement notre dos se dresse pour être bien droit, et on sent Thay s'asseoir avec notre dos, inspirer et expirer avec nos poumons, et cette pratique est facile, tout le monde peut le faire. Au début, on a l'impression que c'est juste une théorie, c'est ce qu'on veut, c'est ce qu'on souhaite, on comprend qu'en principe, c'est comme ça, parce que sans Thay, on ne serait pas là pour pratiquer la respiration consciente. Alors Thay est aussi une sorte de père. Alors on sent la présence de papa en nous, et puis le Bouddha, et puis Thay. Ce qui est bien dans la pratique ici, c'est que l'on ne donne pas trop d'importance aux mots, il y a une porte qui s'ouvre et qui nous permet d'entrer directement dans l'essence du bouddhisme. Par exemple, le non-soi est le summum du bouddhisme, mais en tant que théorie, on peut le recevoir avec notre intellect, mais on peut ne pas le vivre comme une réalité. Mais au Village des Pruniers, quand on pratique : 'En inspirant, je vois papa présent dans chaque cellule de mon corps, en expirant, je vois papa respirer avec mes poumons', c'est facile, c'est faisable, et c'est grâce à cela qu'on peut toucher le non-soi, la vérité du non-soi. À l'Université, si on apprend cela, peut-être que l'on peut comprendre que l'on est fait des éléments qui ne sont pas nous-même, mais c'est juste la théorie. Mais avec des pratiques bien concrètes comme celle-ci, on peut sentir, on peut toucher, on voit qu'on est fait des éléments papa, maman, Bouddha, Thay, air, ciel, chaleur, etc... Et on peut réaliser le non-soi.

Transcender le temps

Et lorsque notre frère réussit dans cette pratique, il amène son père, sa mère, le Bouddha, et Thay dans le futur. Par exemple, si notre père est encore vivant, notre père peut mourir ici, mais si notre père est déjà mort, notre père est là-bas. Mais si le frère a le père en lui, alors que son père meure ici ou là-bas, cela ne fait pas de différence. Le point, la question est : 'Voit-il son père en lui ou pas ?' Et si son père meurt dans le passé ou dans le futur, cela ne fait pas de différence, et ceci s'applique aussi pour le Bouddha : si nous avons le Bouddha dans notre coeur, si le Bouddha est entré dans le nirvana il y a deux mille cinq cent ans ou si le Bouddha n'est pas encore né, cela ne fait pas de différence. Si nous avons le Bouddha dans notre coeur, que le Bouddha ne soit pas encore né ou qu'il soit déjà entré dans le nirvana, cela ne fait pas de différence. C'est extraordinaire, on peut transcender le temps, et ceci est vrai aussi pour Thay. Il est certain que vous ferez les funérailles de Thay, et vous écrirez des poèmes pour offrir à Thay pendant ses funérailles, mais que Thay soit déjà mort dans le passé ou que Thay meurt dans le futur, cela ne fait pas de différence. L'important

est de savoir si vous avez Thay dans votre coeur, si vous avez Thay en vous. Vous êtes faits d'éléments qui ne sont pas vous : papa, maman, le Bouddha, Thay. Alors cette pratique n'est pas trop difficile, nous pouvons la comprendre et la mettre en pratique. Et cette jeune femme d'affaires de vingt-quatre ans est restée seulement quelques semaines au Hameau du Bas, et au début, elle a commencé avec des concepts, avec des idées, et plus tard, cela l'a imprégné, et à un moment, elle a bien senti la présence de son père en elle, et une fois qu'elle a réussi à sentir cela, toute la colère, toute la tristesse s'est effacée. Elle n'est pas restée longtemps ici, et elle a réussi à faire cela. Pratiquer un peu ou beaucoup, ce n'est pas important, l'important, c'est de pratiquer correctement. Et cette pratique est facile à comprendre, et si nous voulons, nous pouvons la pratiquer.

Réaliser le non-soi

Quand on arrive à réaliser le non-soi, alors toutes les peurs, les angoisses, les jalousies, les soucis, s'envolent. le non-soi est un mot qui embarrasse les gens, qui fait hésiter les gens, qui intimide les gens. Mais lorsque nous utilisons un autre mot, cela nous aide à comprendre le non-soi. Un autre mot est interdépendance, inter-être. Parce qu'on regarde profondément l'interdépendance, on voit que papa est une condition, le Bouddha est une condition, Thay est une condition. Au début on se voit superficiellement. 'En inspirant, je suis conscient de mon corps', on croit que son corps est quelque chose de normal, que l'on connaît, mais en réalité, on ne le connaît pas encore. Ce corps contient papa, maman, le Bouddha, Thay, les étoiles, la lune, le passé, le futur. Si on arrive à voir cela, c'est grâce à la contemplation de l'interdépendance. Alors l'interdépendance est la porte qui s'ouvre et qui nous permet de toucher le non-soi, et c'est une pratique et pas une théorie. 'En inspirant, je vois les cellules de mon corps qui contiennent papa, maman, les étoiles, la lune'. En pratiquant cela, on commence à toucher le non-soi. C'est très concret, c'est quelque chose à faire et pas à parler. Et lorsque nous sommes dans un centre de pratique comme au Village des Pruniers, notre chose la plus importante à faire, c'est ça. Planter des légumes, faire la cuisine, faire la vaisselle, tout ça, c'est pour faire cette pratique : la contemplation de l'interdépendance, et ainsi on arrive à sortir de cette illusion de croire que l'on est une entité séparée. Quand on est encore dans cette coquille du soi, on continue de souffrir, à être en colère, à être triste, et on fait tout pour réaliser le non-soi. Par exemple, avant le chant, on lit la contemplation : 'Chantons comme un organisme, écoutons comme un organisme, marchons comme une rivière pour transcender le complexe d'infériorité, le complexe de supériorité, et le complexe d'égalité.' Ces trois complexes viennent du soi, viennent de l'égo. Il faut un soi pour se sentir supérieur. Il faut un soi pour faire une comparaison et penser que l'on est inférieur. Le soi est une ignorance, une illusion, et le pratiquant doit regarder profondément. Lorsque ce frère réalise le non-soi, il voit qu'il est non-né, non-mort, et il voit aussi la nature de Thay, la nature de non-naissance et de non-mort. Si Thay est mort dans le passé, s'il meurt dans le futur, c'est pareil. Et puis on voit Thay en soi, on voit Thay dans la jeune femme d'affaires de vingt-quatre ans qui cherche à soutenir le film sur les seize exercices de la respiration conscience. Alors nous vous invitons à regarder ce film cet après-midi pour réveiller les graines d'amour, de compréhension, d'inspiration en nous.

(cloche)

Utilitarisme

Nous avons encore six jours avant la fin de la retraite, et il est certain que nous aurons un brouillon des Cinq Entraînements de la Pleine Conscience en vietnamien, en français, en anglais. Lorsque nous aurons la version finale, nous la mettrons sur internet. Ceux et celles qui ont participé à cette retraite d'hiver depuis le début jusqu'à la fin, si vous le voulez, vous recevrez un certificat de l'Institut du Bouddhisme Appliqué Européen. L'autre jour, nous avons parlé d'une tendance éthique qui s'appelle le conséquentialisme. Et dans le conséquentialisme, il y a aussi la pensée de l'utilitarisme. Selon l'utilitarisme, qu'un acte soit bon ou mauvais dépend de l'utilité de l'acte. L'éthique est liée au bien, au mal, et le bien et le mal dépendent des conséquences, et nous devrions juger si une action est bonne ou mauvaise, juste ou non-juste, selon les conséquences en terme de bonheur et de malheur. C'est la pensée de l'utilitarisme. Moins de souffrances causées, mieux c'est. Tout action qui mène à la réduction de la souffrance est une action juste, une bonne action. Mais il y a d'autres personnes qui s'opposent à cela, parce que selon cette pensée, il y a un seul but ultime, c'est l'utilité. C'est le principe de l'utilité. C'est le principe ultime, l'utilité. Et est-ce que cet acte, pour le bouddhisme, est utile pour notre éveil ou non, est utile pour notre libération et notre transformation ou non ? Il y en a qui donnent une différente définition au bien. Dans le bouddhisme, on peut définir le bien comme quelque chose qui est capable de nous mener dans la direction de la libération. Alors l'utilitarisme dit que toute action qui mène au bonheur et qui réduit la souffrance est juste, et cette école ne punit pas. Selon la pensée de cette école, il ne faut pas causer la souffrance, il ne faut pas punir, alors pour eux, les prisons ne servent pas à faire payer les criminels, mais il faut transformer les prisons en établissements, en moyens qui rééduquent et qui transforment les criminels. Les prisons devraient être organisées de façon qu'il y ait des bibliothèque, des salles de classe, et comme ça on peut apprendre dans ces établissements. Et les gardes de prison ont un très beau nom : 'Les agents de correction'. Et il y en a qui s'opposent à cela, ils disent que ce mot est très beau, mais qu'en réalité, c'est quand même une prison. Alors pourquoi ne pas dire directement que c'est une prison, pourquoi utiliser d'autres mots ? La vérité, c'est que même si on l'appelle 'maison de correction', si les manières sont exactement les mêmes que dans les prisons, alors cela ne change rien. Et il y en a qui ont suivi les recommandations de cette école, et dans les prisons en Californie, il n'y a aucun progrès, les gens y souffrent. Pourquoi ? Et c'est une question qu'on a posé, et l'idée, c'est ça : c'est à cause du manque de pratique. Lorsqu'on veut

organiser, il faut des méthodes, il faut des pratiques, et sans la spiritualité, c'est très difficile. Et les officiers de correction, arrivent-ils à se corriger ? S'ils ne peuvent pas se corriger eux-mêmes, comment pourraient-ils corriger les autres ? Si on regarde bien, on voit que ces agents, ces officiers ne savent pas comment se transformer, comment gérer, transformer la violence en eux, alors comment pourraient-ils aider les autres à se transformer ? Alors si vous travaillez dans ce domaine, si vous êtes pratiquants de méditation, il faut regarder ceci : pourquoi ces modèles de maisons de correction en Occident et en Orient échouent-ils ? Alors John Stuart Mill et Jeremy Bentham étaient des économistes, et des philosophes, et ils voulaient changer la société, mais peut-être faudrait-il proposer des pratiques plus concrètes. Si vous en avez l'occasion, entrez en contact avec les gens qui travaillent dans ce domaine. Vous pouvez apprendre plus et offrir votre vision profonde sur la transformation, sur la correction, et ce qu'il faut retenir dans cette école est qu'il ne faut pas punir, qu'il faut aider à se transformer.

Rétributivisme

Et puis d'un autre côté, il y a d'autres courants éthiques qui disent qu'il faut faire souffrir, comme dans la pensée du rétributivisme, et ils ont donné des raisons très concrètes : si quelqu'un tue et qu'on ne le punit pas, les familles des victimes vont souffrir et garder ces souffrances, et si on ne punit pas, on ne peut pas résoudre le problème de la souffrance, on ne peut pas réduire la souffrance chez les familles des victimes. Si on ne les punit pas, on ne peut pas les arrêter, c'est pour cela qu'il faut enfermer les criminels, et en enfermant, en punissant les criminels, les autres n'osent pas faire la même chose, et dont ce sont les raisons de la pensée du rétributivisme. Et nous avons aussi la tendance à traiter les bons, les gentils, différemment des méchants. Dans le soutra en quarante-deux chapitres, il y a une phrase qui nous fait réfléchir, et cette phrase a l'air de manquer d'équanimité : 'Il est mieux d'offrir de la nourriture à une personne vertueuse qu'à cent mauvaises personnes.' Cela semble être une discrimination, mais c'est une sorte d'investissement. Selon l'esprit de ce soutra, l'offrande est comme un investissement : si nous aidons une personne vertueuse, alors cette personne vertueuse va aider encore beaucoup plus de personnes. Et si vous aidez une personne méchante, cette personne ne continuera pas votre travail, il n'aidera pas les autres, mais il va plutôt causer du mal à beaucoup d'autres personnes, alors quand on investit, on doit investir intelligemment. C'est une phrase qu'on a trouvée dans le soutra en quarante-deux chapitres, mais il y en a d'autres qui disent : 'Mais quand on offre, on n'a qu'à offrir, il ne faut pas discriminer entre bons et mauvais'. Et chacun a ses raisons. 'Cet homme égoïste, il ne nous a jamais conduit quelque part, même lorsque notre voiture est tombée en panne, et maintenant, à son tour, sa voiture est tombée en panne, et il nous demande de le conduire.' Alors on peut se dire : 'Non, je ne vais pas le faire. Non, il ne mérite pas que je le conduise.' Et si nous avons un seul siège de disponible, mais qu'il y a deux voisins qui nous demandent de les conduire, un qui est mauvais, et un qui est gentil, notre tendance, est de réserver ce siège à la personne gentille. Donc, plus ou moins, nous avons tendance à suivre l'école du rétributivisme. Quand nous parlons des entraînements à la pleine conscience, nous comprenons que ces entraînements ne sont pas simples à suivre. Toutes ces questions se trouvent dans le fondement du Vinaya, alors il faut garder un esprit bien ouvert.

Égoïsme éthique

Et puis il y a une autre école, c'est l'école de l'égoïsme éthique. Vous pouvez croire que c'est une mauvaise école, mais ce n'est pas le cas. La pensée de cette école est qu'il faut faire en sorte que nous ayons une vie heureuse, alors il faut s'occuper de soi-même en premier, il faut prendre soin de soi-même en premier. Pourquoi s'occuper des affaires des autres ? Il faut retourner en soi-même pour prendre soin de soi-même en premier. En quelques mots, il faut faire en sorte que notre vie soit heureuse, on prend soin de sa sécurité, de son bonheur en premier. Mais en regardant profondément, si nous voulons le bonheur véritable, nous comprendrons mieux le mot égoïsme : par exemple, si on n'est pas honnête, et que l'on ment, et que l'on croit que c'est pour son bien que l'on ment, en réalité, ce n'est pas bon pour nous-même, parce que les autres ne nous croient plus. Alors avec l'égoïsme véritable, ce que nous pouvons faire à nous-même pour nous rendre heureux est aussi bénéfique pour les autres. On ne fait rien d'autre que prendre soin de soi-même. On fait une inspiration profonde : 'J'inspire, je sais que j'inspire, et je relâche toute les tensions de mon corps, et je fais cela juste pour moi-même, mais je réussis à me détendre et je me sens bien, et ma paix, mon bonheur apportent beaucoup de bien aux autres, c'est beaucoup mieux que lorsque je suis tendu ou en colère'. Donc notre propre bénéfice n'est pas une chose mauvaise, si c'est vraiment bénéfique pour nous-même. On fait la marche méditative, on prend bien soin de soi-même, et quand on le fait bien, c'est très bénéfique pour soi-même, mais aussi pour toute notre communauté, pour les autres, alors si ces personnes prennent bien soin de leur propre éveil, ils sont en train de prendre soin aussi des autres. Ainsi, quand on parle du petit véhicule, si les personnes qui pratiquent le petit véhicule le pratiquent vraiment, s'ils pratiquent correctement, ils sont aussi dans le grand véhicule, et vice-versa. Donc à première vue, cette école a l'air mauvaise, mais en réalité ce n'est pas comme ça. Ce qui est vraiment bénéfique à soi-même, cela ne fait jamais de mal aux autres. Alors il faut définir correctement le mot bonheur. Qu'est-ce que le bonheur ? Certains disent que pour avoir le bonheur, il faut avoir en premier la nourriture, les vêtements. Mais il y en a plein qui ont beaucoup de nourriture, de vêtements, et qui souffrent énormément et qui se suicident. Alors pour eux, la compréhension, l'amour sont plus importants que la nourriture et les vêtements. Et la tolérance : sans tolérance, il y a la guerre, les bombes, et la justice sociale, la liberté n'existeraient pas sans tolérance, sans compréhension, sans amour. Et si nous avons l'amour, la compréhension et la tolérance, même si nous avons très peu de nourriture et de vêtements, nous pouvons les partager. Ainsi, chacun fait son choix selon ses propres besoins, ses priorités. Et dans le bouddhisme, c'est très clair, ce dont nous

avons le plus besoin, ce n'est pas vraiment la nourriture, les vêtements, mais l'esprit libre dans notre coeur, la compréhension et l'amour. Lorsque nous avons ces éléments, les problèmes du matériel, du logement, et ainsi de suite, ne sont plus si importants. Et lorsque nous pratiquons, lorsque nous devenons moine ou moniale, lorsque nous devenons pratiquants, nous ne cherchons pas le confort matériel. Nous cherchons l'amour et la compréhension, nous voulons générer l'amour et la compréhension. Nous savons que lorsque nous arrivons à contribuer à l'amour et la compréhension, nous pourrions résoudre les autres problèmes, alors pour nous, c'est très clair : notre priorité, c'est la compréhension et l'amour, la tolérance. Et l'égoïsme éthique est pareil : si nous voulons être heureux, quel est notre but ? Est-ce le confort matériel ? Ou bien notre but est-il l'amour, la compréhension et la tolérance ? Pouvons-nous générer l'amour, la compréhension et les offrir aux autres ? Quand on arrive à faire cela, naturellement, on est heureux. Mais lorsque vous avez la colère, vous souffrez, même si vous avez beaucoup de nourriture, beaucoup de vêtements, vous souffrez quand même, mais lorsque vous arrivez de mettre de côté la colère, la souffrance, même si vous avez faim, vous êtes heureux. La vérité, c'est ça. Donc, cela dépend de notre façon de regarder les choses, et un pratiquant est aussi une personne qui cherche son propre bonheur, un bonheur pour lui-même, qui cherche à ouvrir son coeur. Et c'est ça, l'égoïsme éthique, on se sent léger, on se sent en paix, on peut sourire, et quand on arrive à faire cela, le monde en profite.

Altruisme éthique

Et puis une autre école, une autre doctrine : l'altruisme éthique. Selon cette école, il ne faut pas prendre soin de soi-même, il faut prendre soin des autres, et il y en a qui font comme cela, qui passent toute leur vie à prendre soin des autres, et en faisant cela, ils sont très heureux. Quand ils ont un coeur compatissant, ils prennent soin des autres, et ils sont très heureux. La frontière en moi et autrui n'existe plus. Alors il est très clair que ces deux écoles s'opposent comme le soleil et la lune, mais en réalité, les deux sont pareils. Avec la lumière du regard profond, on voit que ces deux écoles restent encore emprisonnées dans le concept du soi. Avec la vision profonde du non-soi, en regardant soi-même, on voit autrui, en regardant autrui, on voit soi-même. C'est le non-soi, et sous la lumière du non-soi, ces deux écoles sont pareils, c'est juste une question de mots.

(cloche)

Et selon ces deux écoles, comme l'école de l'utilitarisme, toute action qui réduit la souffrance, qui mène au bonheur pour nous-même et pour les autres est action est juste et bonne. Ce sont les écoles qui se classent dans le conséquentialisme. Et il y a d'autres courants de pensée qui disent que dans le conséquentialisme, il y a des faiblesses, parce qu'ils ne disent pas clairement quelle action est bonne par nature, quelle action est mauvaise par nature, et si on ne dit pas cela clairement, on ne peut pas définir le bien et le mal, on vit seulement par rapport au résultat, et c'est la faiblesse du conséquentialisme.

Déontologie

Et il y a d'autres tendances opposées comme la déontologie, qui dit qu'il y a des principes éthiques, et selon ces principes, ceci est mauvais par nature, ceci est bon par nature. On n'a pas besoin de connaître le résultat. Il y a des choses à ne pas faire, même si on obtient quelque résultat, il ne faut pas le faire, il ne faut pas le faire quoi qu'il arrive. Par exemple, le philosophe allemand Kant a dit qu'il ne fallait pas mentir. Ne pas mentir est un acte éthique, on ne dit que la vérité, et le résultat est secondaire : même si c'est pour sauver quelqu'un, il ne faut pas mentir. Et il y a des actes moraux qu'il faut les faire, sans égard pour le résultat. Par exemple, il ne faut pas tuer, même pour soulager la souffrance. Il y a l'exemple de ce scientifique qui avait étudié les rayons X et qui était très malade. Le docteur a dit qu'il pouvait vivre encore seulement trois mois, et comme il avait beaucoup de douleurs, il a invité ses trois frères à venir, et leur a demandé de le tuer le plus tôt possible, mais ses frères ont refusé, même s'il insistait beaucoup. Il voulait mourir le plus tôt possible. Alors, son troisième frère, qui avait beaucoup d'amour pour lui, est un jour entré dans l'hôpital avec un revolver et a tiré sur lui. Il l'a tué parce qu'il l'aimait, et selon la loi, ce frère qui a tué devrait aller en prison, mais les juges ont compris la situation, et le frère a reçu une peine très légère. Et en Italie, une jeune femme se trouve dans la même situation : elle est à l'hôpital, elle souffre beaucoup, et elle veut mourir, mais selon la loi, elle ne peut pas, sa famille n'a pas le droit de la laisser mourir, même si c'est très facile, il suffit de débrancher des fils. Dans le monde, il y a seulement trois pays qui autorisent l'euthanasie. On n'a pas le droit de tuer, on a seulement le droit de vivre. Seulement trois pays autorisent sous certaines conditions l'euthanasie : la Belgique, les Pays-Bas, et le Luxembourg. En Italie, en ce moment, il y a une jeune femme de trente-huit ans qui est dans un coma irréversible depuis dix-sept ans. Son père souhaite qu'elle meure, mais la loi ne l'autorise pas. Finalement, au tribunal, ils ont autorisé l'arrêt d'alimentation de la jeune femme, et le père était très content de cette décision, et il a débranché pour la laisser mourir. Et il y a une tension en ce moment entre le Vatican et les tribunaux, entre l'église et les gouvernements et c'est un grand problème, et le problème vient de la rigidité des hommes d'éthique. Il y en a qui sont très rigides, qui affirme que même si on souffre, on n'a pas le droit de faire ça, on n'a pas le droit de tuer. L'avortement, c'est tuer, et lorsque le bébé n'est pas encore né, si l'on sait que s'il est mis au monde, il va souffrir et mourir au bout de trois jours, et on n'a pas le droit d'avorter, parce que la loi est comme ça, la loi est très rigide, l'église ne l'autorise pas. Il y a des principes d'éthique à suivre : ne pas mentir, ne pas tuer, et il faut les suivre. Nous savons que dans le bouddhisme, ce n'est pas aussi rigide. Dans le

bouddhisme, il y a une ouverture dans les préceptes, dans les lois. Le président Truman a lancé une bombe atomique sur Hiroshima, et après quelques minutes, cent quarante mille personnes ont été tuées, et par la suite des centaines de milliers de personnes ont reçu des effets néfastes qui sont morts au fur et à mesure. Quelques jours après, il a lancé une autre bombe qui a tué soixante-dix mille personnes, et en ce moment, la discussion continue : est-ce que cet acte est bon ou mauvais ? Selon les politiciens, c'était très bien de lancer cette bombe, parce que grâce à cela, la seconde guerre mondiale s'est arrêtée, et si ces personnes n'avaient pas été tuées, peut-être que la guerre aurait continué et beaucoup plus de personnes seraient mortes. Anscombe s'est opposée au conséquentialisme. Onze ans plus tard, le président Truman est allé en Angleterre pour recevoir le prix d'honneur, et Anscombe a organisé une protestation. Elle était catholique et suivait la déontologie. Selon elle, il y a des principes à suivre, on ne peut pas tuer. C'est elle qui a inventé le terme 'conséquentialisme'.

Éthique de la vertu

Il existe une autre tendance qui s'appelle l'éthique des vertus, selon laquelle la bonté aimante, la compassion, la joie, la non-discrimination, sont tous bons. Il y a des vertus, il y a des qualités, et en tant qu'être humains, on doit cultiver ces qualités. On n'a pas besoin de connaître le résultat, dès qu'on a ces qualités, c'est bon. Et nous voyons quelques vérités dans cette école : si nous cultivons la compassion, on souffre beaucoup moins. Au contraire, si nous avons la colère, la haine, nous souffrons. Nous voyons le résultat tout de suite, immédiatement. Quand il y a la compassion dans notre cœur, tout de suite nous nous sentons mieux, nous nous sentons légers. On peut avoir l'impression qu'il y a une opposition entre l'éthique de la vertu et le conséquentialisme, mais en réalité, il n'y a pas d'opposition. Dans le confucianisme, il ne parle pas de la compassion, mais il parle de l'humanisme. Il a dit que lorsque nous nous levons, nous devenons indépendants, nous pouvons nous tenir sur nos pieds, alors nous pouvons aider les autres à faire de même. Si nous voulons nous lever, si nous voulons être indépendants, nous pouvons aider les autres à se lever, à être indépendants. Nous voulons réussir, et nous souhaitons que les autres réussissent comme nous, et c'est la définition donnée par Confucius pour cette bonté aimante. C'est équivalent à la bonté aimante et la compassion. La bonté aimante signifie apporter le bonheur et la compassion est réduire la souffrance. Et dans un autre livre, il y a une définition de bonté aimante comme respect. Il faut respecter soi-même et respecter les autres, parce que sinon, on cause de la souffrance à soi-même et aux autres, et le respect est un des éléments de la bonté aimante. Le deuxième élément est la tolérance : si on l'esprit étroit, on n'est pas tolérant. Donc c'est comme la bonté aimante et la compassion. Le troisième élément est l'honnêteté : on ne ment pas, on ne dit pas de mensonges. Sans cela, on n'a pas la bonté aimante. Et le quatrième élément est la persévérance, la diligence. Vous pouvez comparer le confucianisme et le bouddhisme. Le cinquième élément est d'offrir aux autres, la générosité. Donc ce sont les cinq éléments. Et selon Confucius, il y a une loi que tout le monde reconnaît. Ce que nous ne voulons pas, ne le faisons pas aux autres. Vous ne voulez pas la douleur, alors ne causez pas la douleur aux autres, vous ne voulez pas la faim, alors ne causez pas la faim aux autres. C'est le principe moral du confucianisme. Ce que vous ne voulez pas que les autres vous fassent, alors ne le faites pas aux autres.

Le 1^{er} Juin, cette année, nous aurons une retraite de vingt-et-un jours, et la retraite va durer jusqu'au vingt-et-un Juin, ici au Village des Pruniers. Nous allons rendre plus concis ce thème 'Le chemin du Bouddha, les contributions bouddhiques à l'éthique globale', que nous avons étudié en vietnamien pendant cette retraite d'hiver, pour la retraite de vingt-et-un jours, et nous aurons de nouveaux entraînements à la pleine conscience, les cinq entraînements à la pleine conscience révisés, et bien sûr, il faudra les présenter à nos amis. Il faudra quelques mots d'introduction pour montrer que ce ne sont pas des doctrines, mais que c'est un regard profond, la pratique du regard profond, des partages d'une retraite de trois mois, afin de les offrir au monde. Si pendant la pratique des cinq entraînements, nous voyons que la compassion, la compréhension et le bonheur grandissent tous les jours, et que les personnes autour de nous souffrent de moins en moins, alors nous savons que nous sommes sur le bon chemin, et nous continuons notre pratique du regard profond. Et la retraite francophone au mois d'avril, cette année, aura le même thème, les contributions bouddhiques à une éthique globale, à une éthique universelle.

Enseignement donné le 12 Février 2009 en vietnamien, transcrit d'après la traduction française par Pháp Thân