

La naissance de l'ego par Chögyam Trungpa

La tradition ce n'est pas forcément un système qui aurait été développé par qui que ce soit, mais c'est plutôt la compréhension naturelle des choses telles qu'elles sont, qui se fonde sur la raison pour laquelle nous voyons – et tout le monde en est d'accord – que le ciel est bleu et que l'herbe est verte. C'est ainsi qu'est faite la tradition, plutôt qu'un quelconque ordre établi par quiconque ou une opinion personnelle quelle qu'elle soit. Par conséquent, la tradition c'est le bon sens à son apogée.

L'éveil c'est aussi le sommet du bon sens. C'est pourquoi on le considère comme une tradition ; on le considère aussi comme infaillible, vrai et puissant. Il ne peut jamais être contredit. Nul ne peut dire « le ciel est vert » ou « l'herbe est rouge » – sauf pour certains peut-être – mais fondamentalement, personne ne peut dire cela. [Rires] Cette logique fondamentale – chaud c'est chaud, froid c'est froid, le jour il fait jour et la nuit il fait noir – c'est la tradition. C'est la vérité et en même temps c'est la tradition.

Au commencement, il n'y a absolument aucune notion d'ego, mais il y a la notion d'intelligence. Cette intelligence particulière commence à regarder les autres, son environnement. On commence ainsi à développer une conscience de l'autre. Parce que les autres existent, on commence à se rendre compte qu'il faut être leur égal. C'est comme une collecte de fonds à part égale : si on dispose de 40.000 \$, on demande à quelqu'un d'en apporter autant pour collecter ensemble 80.000 \$. J'espère que je ne me suis pas trompé dans les comptes. A nouveau, on pourrait collecter encore 16.000 \$, puisque on a déjà collecté les premiers fonds. On pourrait ainsi continuer de plus en plus loin, en collectant de plus en plus de fonds grâce à la première collecte à part égale.

En fait, la question de l'ego commence de la même façon. Tu existes, donc j'existe, pour commencer tout simplement. Et la raison pour laquelle on sait que tu existes, c'est parce qu'on n'en a pas la moindre idée ! En premier lieu, vous n'existez pas ; c'est pourquoi les autres existent d'abord. Mesdames et Messieurs, je ne veux pas ajouter encore à votre confusion, mais c'est néanmoins une discussion plutôt intéressante. Lorsque les autres existent, c'est ce qu'on voit en premier, avant de réaliser qu'on est là. Avant de penser qu'on est là, on commence par voir les autres très intensément. Ensuite, parce qu'il y a l'autre, les possibilités de conquérir, de subjuguier ou de séduire cet autre apparaissent. Les deux possibilités de l'agression et de la passion commencent donc à se développer, et la troisième possibilité c'est que, lorsque les autres existent et qu'on ne se croit pas capable d'être à part égale avec eux, on se contente de les ignorer complètement, totalement. C'est alors que l'ignorance commence à se développer. « Je m'en fous complètement » commence à se développer. C'est ainsi que ces trois possibilités, la passion, l'agression et l'ignorance, commencent à se développer. On commence à avoir la sensation de quelque chose de substantiel à quoi on pourrait s'accrocher. C'est ce qu'on appelle l'ego, le soi-disant ego dont l'apparition est fondée sur un effet boule-de-neige. En fait, l'ego n'a aucune réalité, mais il y a une sorte d'idée quelque peu fictive qui se fonde sur un point de référence. A cause de l'autre, on commence à développer son propre soi. C'est pourquoi on commence à écarter les possibilités de douceur et qu'on développe l'esprit de compétition, l'agression et les tendances macho, l'égoïsme. On commence à chercher à s'imposer sur les autres : dès qu'on voit du rouge, il faut qu'on aille à la conquête du rouge ; quand on voit du bleu, on doit le séduire, et ainsi de suite. On commence à développer ce genre de système, ce qui est absolument inutile.

Ensuite, on commence à croire que le ciel ou la sphère céleste n'est pas assez vaste. On se met à considérer le ciel comme un gâteau qu'on croit pouvoir découper en morceaux, manger, mâcher, avaler et déguster. Et puis, on commence à l'éliminer comme de la merde, pour ainsi dire. On perd ainsi toute vision élevée du ciel. C'est pourquoi on commence à fixer sa propre existence sur les bases de la passion, de l'agression ou de l'ignorance.

Pour vaincre cet égocentrisme exacerbé, il faut développer une vision plus vaste. Toutefois, pour vaincre l'ego, il faut défaire nos tendances habituelles que nous avons développées depuis des millénaires, des milliers d'éons jusqu'à maintenant. De tels schémas habituels ont beau ne reposer sur aucune base réaliste, néanmoins, nous avons pris l'habitude de faire le sale boulot, pour ainsi dire. A ce stade, nous nous sommes accoutumés à nos tendances habituelles et à nos névroses. Nous y sommes habitués depuis si longtemps que nous finissons par croire qu'elles sont la réalité.

Pour vaincre cela, nous devons nous rendre compte de l'inexistence de l'ego, pour commencer. On pourrait avoir une longue discussion plus tard sur le sujet : se rendre compte de l'inexistence de son propre ego et de celui de l'autre, et comment il est possible de vaincre réellement l'anxiété et la douleur, ce qu'on appelle en termes bouddhistes la liberté, la libération, être libre de l'anxiété. C'est précisément ce que signifie nirvana – le soulagement. Puisque nous approfondirons également d'autres possibilités plus tard, et en particulier les quatre types d'obstacles, j'aimerais qu'on s'arrête là pour l'instant. On pourrait avoir une discussion maintenant. Je vous remercie.

Question : Monsieur, vous avez dit que d'abord il y a l'ego de l'autre, et puis se développe l'ego de soi. Mais ne surgissent-ils pas de façon simultanée ?

Le Vidyadhara : Pas forcément. D'abord il y a l'autre. C'est comme lorsqu'on se réveille le matin. La première chose qui nous réveille c'est la lumière du jour. Quand on tombe amoureux de quelqu'un, on voit l'être aimé en premier ; et on tombe amoureux après. On ne tombe pas amoureux juste comme ça pour commencer, parce qu'il faut qu'il y ait quelqu'un pour pouvoir en tomber amoureux. Il y a donc toujours *l'autre*, pour commencer ; et c'est ensuite que se déclenchent nos mécanismes.

Q : Eh bien, dans ce cas, comment se fait-il que pour réaliser le non-soi de l'autre on commence par son propre non-soi ?

VCTR : C'est parce qu'on a déjà tout mis en place. C'est pourquoi on prend conscience d'être à l'origine, pas forcément du point de vue logistique, mais parce qu'on a la mainmise sur toute l'affaire. On tombe amoureux de quelqu'un, l'autre ; c'est pourquoi on est tout autant amoureux de soi-même. On commence donc par se qui se passe *ici* pour vaincre l'altérité. C'est très élémentaire et ordinaire. Autrement dit, si on est supposé ne pas prendre de sucre, on voit d'abord le sucre, mais ensuite on s'abstient *soi-même* de le prendre, ce qui fait qu'on commence par soi. D'accord ?

Q : J'ai l'impression qu'il faut bien qu'il y ait une sorte d'écho ou une trace quelconque là-bas, ne serait-ce que pour réagir à l'autre.

VCTR : De toutes façons, c'est ce qu'on perçoit en premier : la première pensée, c'est donc l'autre, et la deuxième c'est ceci. Ensuite l'action est *cela*, après quoi il y a *ceci*. Il y a donc un aller-retour qui se répète. Mais la première et la seule manière d'y mettre un terme, c'est de mettre fin à *ceci*.

Q : Rinpoché, j'aimerais vous poser une question sur la causerie d'hier soir. Vous avez parlé de bonté fondamentale et vous avez continué en disant qu'il n'y a pas de noir sans blanc, ni de rouge sans bleu. Vous avez développé ensuite cette dialectique ; eh bien, qu'en est-il du mal fondamental, l'opposé de la bonté ? Cela évoque la croyance des mystiques chrétiens, Thomas Merton et d'autres, en une sorte de mal fondamental, un pêché originel.

VCTR : Voilà qui est très intéressant. Quand on parle de bonté fondamentale, il ne s'agit pas du principe d'être bien gentil, mais il s'agit plutôt de l'application et de toutes les possibilités de la fertilité. Avant même la moindre notion de bon ou de mauvais, il y a la bonté fondamentale qui permet aux choses de se produire, de se manifester de leur propre chef ou dans les meilleures conditions. L'élément fondamental du pêché originel et de la punition dans la tradition catholique est quelque chose que je considère comme une simple technique d'enseignement plutôt qu'une présentation de la totalité ou un principe d'évolution. On ne prendrait pas beaucoup de risques en disant que la notion de pêché originel est apparue au départ du fait qu'on a dit aux gens : « Vous êtes fait à l'image de Dieu lui-même. » Cela ouvre la voie à beaucoup de dérives, on pourrait tirer beaucoup d'orgueil et d'arrogance de l'idée que « je suis d'étoffe divine. » Néanmoins, bien qu'on soit d'étoffe divine, on fait quelque chose de mal. Et voilà donc le pêché originel, le premier pêché, qui provient de l'arrogance. Ça a l'air d'aller.

Q : Monsieur, quand vous avez dit qu'il n'y a rien – je pense que vous avez dit que d'abord il y a *l'autre*, et qu'ensuite on a le sentiment d'un soi à cause de cela. Est-ce qu'il s'agit toujours d'une simple perception, avant d'en arriver à la réverbération ou l'écho qui va et vient ? S'agit-il déjà de l'ego ?

VCTR : Au tout début ? Je ne pense pas qu'il y ait un quelconque ego au commencement. Même au moment où on perçoit initialement *l'autre*, il n'y a pas d'ego. Mais ensuite on perçoit *soi-même* à cause de *l'autre*, et c'est cela qui est le commencement de l'ego.

Q : Est-ce le moment où on commence à se percevoir soi-même ?

VCTR : Se percevoir soi-même, oui. Sur le plan linguistique, ça marche comme cela : « suis...je. » « Suis » c'est *l'autre*, « je » c'est moi, ce qui représente une question : « Suis-je ? », ce qui s'accorde assez bien avec le principe en question. Il y a donc d'abord « suis ». « Suis quoi ? » On pourrait s'en libérer sans aller jusqu'à « Suis-je ? » On a simplement « suis ». C'est après qu'on devient « je ». « Suis-je bon ? Suis-je mauvais ? » Cela commence par une question, ce qui est très intéressant dans la logique de la philologie, la manière dont la langue s'est effectivement développée.

Q : Monsieur, je voulais juste vous demander à quel moment cela s'est produit, parce qu'il y a toutes sortes de conséquences pour les enfants et les bébés. Voulez-vous dire que cela s'est produit à un moment de notre développement ou est-ce avant notre naissance ?

VCTR : En fait, on ne peut pas s'assurer que les enfants n'aient pas d'ego. Cela fait partie de l'éducation. Il faut une éducation et les enfants doivent avoir un ego. On ne peut pas faire en sorte que les enfants n'aient pas d'ego. Cela fait partie d'un processus naturel. Ils doivent apprendre à dire « je » et « non » et « oui ». Je ne pense pas qu'on puisse y faire grand-chose.

Q : Mais cet état avant de reconnaître *l'autre*, est-ce qu'on l'a jamais eu après notre naissance ?

VCTR : Eh bien, aussitôt que l'enfant *vous* voit, c'est *l'autre*. Malgré tout le temps que vous avez passé à dire à vos enfants qu'il y a d'autres gens, pour leur inculquer de faire attention à ne pas leur faire dessus, il s'agit de quelque chose d'autre. On fait cela pour des raisons pratiques. Mais

en fait les autres sont toujours là. Au moment où les enfants commencent à ouvrir les yeux, ils prennent conscience des autres, qui sont toujours là. On ne peut donc pas vraiment élever les enfants dans un style sournoisement bouddhiste [rires] pour qu'ils n'aient plus d'egos.

Q : Il n'y a donc pas d'autre possibilité d'expérience du non-ego que par la pratique de la méditation...

VCTR : C'est juste, c'est la seule manière. Il faut qu'ils sachent d'abord ce qu'on ne doit pas avoir, qu'ils aient ce qu'il ne faut pas avoir afin qu'ils aient ce qu'ils doivent avoir.

Q : Il semble assez évident alors qu'on ne peut pas se débarrasser de l'ego, parce qu'on ne peut pas se débarrasser de quelque chose qui n'existe pas.

VCTR : Plaît-il ?

Q : On ne peut pas réellement vaincre quelque chose qui n'existe pas.

VCTR : En fait, prendre conscience qu'il n'existe pas, c'est *cela* la victoire, n'est-ce pas ?

Q : Je voulais parler d'une conquête au sens agressif.

VCTR : On ne peut pas le détruire à proprement parler, mais se rendre compte qu'il n'existe pas en tant que tel relève de la victoire. Il y a tellement de mythes à ce propos ; et on détruit plus ou moins le mythe, ce qui peut être considéré comme une victoire.

Eh bien, Mesdames et Messieurs, on pourrait s'arrêter là. Je voudrais vous encourager à prendre la pratique de la méditation assise encore plus au sérieux. Puisque nous allons aborder désormais des sujets beaucoup plus profonds, il est très important que vous pratiquiez la méditation assise pour trouver par vous-mêmes de quoi il s'agit. Merci beaucoup.

The Birth of Ego

Extrait de : *The Collected Works of Chögyam Trungpa*
Volume 2, Selected Writings, pp. 469 – 473

From *The Collected Works of Chögyam Trungpa*, Volume 2, by Chögyam Trungpa, edited by Carolyn Rose Gimian,
©2003 by Diana J. Mukpo. Reprinted by arrangement with Shambhala Publications Inc., Boston, MA.
www.shambhala.com.

© Les Traductions Mañjushrī, France, novembre 2006.