

La pensée suprême

Par le Sakyong Mipham Rinpoché

La meilleure de toutes les pensées est l'intention de faire le bien de tous les êtres sensibles. En se consacrant aux autres, on devient un bodhisattva.

Au cœur des enseignements du bouddhisme mahayana, le joyau de la couronne, c'est le bodhichitta. Voilà la pensée suprême, le concept le plus élevé que l'esprit puisse jamais générer. Le bodhichitta c'est l'intention d'amener tous les êtres à l'éveil. La personne qui pense à atteindre l'éveil pour libérer les autres est un bodhisattva, quelqu'un dont la pensée est suprêmement attentive aux autres.

Au bout de plusieurs vies, un être peut générer l'intention suprême d'aider les autres. C'est là la première pensée d'un bodhisattva. C'est également la dernière pensée – l'ultime résultat d'un long voyage à travers toutes les pensées concevables. A ce stade-là, il n'y a plus d'autres pensées, car il n'y a plus de « moi » par rapport à l'autre. Cette pensée suprême est pure ; elle n'implique aucune contorsion logique qui expliquerait pourquoi il est bon de penser aux autres. C'est comme ça que le bodhisattva ressent vraiment les choses. Et enfin, cette pensée est belle et équilibrée, parce qu'elle est naturellement bénéfique pour le bodhisattva comme pour tous les autres.

La différence entre nos pensées de tous les jours et la pensée du bodhisattva, c'est que la plupart d'entre nous se réveillent en pensant au soi : « Que puis-je faire pour être heureux ? » Tout comme la pensée suprême de faire le bien des autres, cette pensée est la première, elle est la dernière et elle a son propre genre de beauté, une symétrie innée accordée à ses propres besoins. Mais alors, avec cette pensée ordinaire, toutes les activités, qu'elles soient mondaines ou spirituelles, seront fondées sur le principe d'un soi.

Tout comme cette pensée surgit si facilement et naturellement chez les êtres ordinaires, le bodhisattva fait surgir un esprit de bodhichitta, avec pour première pensée « Puissent les autres être heureux ». En cet instant même, le concept d'un soi s'est complètement évaporé. La conscience du bodhisattva et l'intention d'aider les autres émergent spontanément ensemble.

La transition entre les pensées ordinaires et le bodhichitta se produit lorsque les pensées de faire le bien d'autrui commencent à naître de façon naturelle et spontanée. C'est là une étape cruciale sur la voie du mahayana, car c'est la graine de l'éveil total. C'est le point culminant des concepts et le point le plus bas de la sagesse. On pourrait le comparer à l'aube, qui est à la fois la partie la plus claire de la nuit et la partie la plus sombre du jour. Sous cet éclairage, la sagesse est toujours là et l'obscurité n'est qu'un état temporaire.

Le bodhichitta est considéré comme le joyau de la couronne de tous les concepts de l'esprit ; il représente le pouvoir et l'autorité. Des pensées aléatoires pour autrui, au milieu de pensées égocentriques, sont comme des sertissages sur cette couronne. On l'appelle « la pensée qui exauce tous les souhaits », car lorsque cette pensée pour autrui est la première, apparaissant sans cesse, il en résulte naturellement l'accomplissement de nos propres souhaits et de ceux des autres.

Concevoir l'intention d'atteindre l'éveil pour aider les autres est un signe de maturité. Cela signifie que, après avoir passé un temps incommensurable dans des niveaux de conscience grossiers et obscurcis à ne penser qu'à faire du bien au soi, le bodhisattva a atteint un tournant décisif en comprenant une chose : il ou elle a réalisé que le soi n'est qu'une fabrication, une simple pensée animée par l'esprit, comme un personnage de dessin animé. En méditant sur

cela, le bodhisattva arrive à la conclusion que penser au soi ne fait que causer davantage de souffrances. C'est la pensée la plus confuse, la plus ignorante et la plus erronée qui soit ; et c'est celle sur laquelle tant de gens fondent leur vie tout entière.

Le bodhisattva comprend que c'est en agrégeant les divers attributs de la conscience et du corps que l'esprit a fabriqué un agrégat appelé « soi ». Plutôt que de ressentir la fluidité des perceptions et des expériences, l'esprit les a comme consolidées en une balle de foin, pour la simple raison que l'interdépendance lui pose problème. Dès lors, l'esprit a fondé toutes ses expériences sur cette identité appelée « moi ». De même, il perçoit les autres non comme étant interdépendants mais comme étant des « soi » séparés.

Puisque forcer les éléments disparates de l'esprit et du corps à former un « moi » unique est contre nature, s'efforcer de préserver ce concept crée toujours une tension, et le résultat naturel de la tension, c'est toujours plus de tension. Si les autres menacent cette tension appelée « moi », le concept se met en colère. Quand les autres alimentent et flattent ce concept, il veut se gorger des éloges et le désir s'ajoute au mélange. Lorsque les auto-fabrications des autres ont plus de finesse que les siennes, ce soi ne le supporte pas et devient envieux.

Le soi vit ainsi dans un univers d'attirances et de répulsions incessantes. Pour perpétuer son scénario, il lui faut fabriquer un univers où il peut donner libre cours à ses fantasmes, avec pour résultat le processus de la naissance, du vieillissement et de la mort. Cependant, quel que soit l'univers qu'il fabrique, le concept de soi continue à souffrir indéfiniment.

C'est de cette confusion et de cette souffrance que le bodhisattva s'éveille. Voyant que la souffrance est totalement inutile, le bodhisattva veut l'apaiser. Ce serait tout autre chose si, à la source de toute cette souffrance, il y avait réellement un soi. Or, sa seule source – si on peut considérer cela comme une source – c'est la confusion de l'esprit.

La pensée du soi est comme de l'intelligence incapable de voir les choses correctement. On est dans le noir, cherchant son chemin à tâtons. On pourrait alors prendre une couverture pour un chien ou confondre une chaise avec une table. C'est pour cela que le bodhichitta est considéré comme l'aube de la sagesse. Une fois né, il continue ; ce n'est pas un état temporaire. Lorsque l'esprit suprême se lève, il est plein de joie. Les esprits des bodhisattva sont moins grossiers car ils sont plus en accord avec la vérité. Parce que les bodhisattvas peuvent percevoir ce qu'ils font, ils prennent plaisir à œuvrer au bien des autres. C'est un travail merveilleux, non pas parce qu'ils cherchent à supprimer la notion d'un soi, mais parce qu'ils œuvrent au grand jour. Ils savent clairement qui ils sont et, plus précisément, qui ils ne sont pas. Par conséquent, le bodhisattva est débarrassé de la pensée du soi et ravi d'œuvrer pour le bien des autres.

The Supreme Thought
© Mipham J. Mukpo
Shambhala Sun, mars 2013

<http://www.shambhalamedia.org/ProductDetails.asp?ProductCode=BSE291>

Les Traductions Manjushri, France, mars 2013
www.manjushri.shambhala.fr

