

PENSÉE ET VIKALPA

en la vue du Sahaja

par Lama Shérab Namdreul

Compilation d'enseignements donnés lors des cycles Sahaja-Mahamoudra

La vue Sahaja est au cœur de tous mes enseignements que ce soit ceux du paramitayana, du tantrayana ou du yoga, etc. À ce jour, cette vue Sahaja correspond au mieux aux fruits de ma réflexion et à ce qui m'a été permis d'expérimenter par la contemplation de la nature de l'esprit et des phénomènes.

Ces enseignements peuvent paraître difficiles parce qu'ils tentent d'expliquer précisément les processus de l'esprit pour qu'ils soient intellectuellement compris et qu'on puisse ensuite les identifier dans notre contemplation et en reconnaître leur nature ultime.

*Sur la base d'une compréhension juste
La réalisation d'une vacuité
Est d'une déconcertante simplicité*

Lama Shérab Namdreul

Rappel du credo Sahaja qui définit l'Éveil, la reconnaissance de la nature de l'esprit et des phénomènes, en trois co-émergences.

*Apparence et vide co-émergent ;
Connaissance et vide co-émergent ;
Au contact d'apparence et connaissance ;
Toute expérience est félicité vide ;*

Pensée

La pensée¹ est un terme générique pour désigner la manifestation de l'activité cognitive² que l'on nomme esprit (sèm). Tout comme dans nos traditions philosophiques et contemplatives, le mot « pensée » désigne l'évidence de connaître. La pensée est forme, idée, apparence, phénomènes, concept, représentation, image....

La pensée est factuelle et il n'y a donc pas à lui reprocher d'être la cause de nos malheurs comme c'est souvent le cas dans la démarche new âge. En faisant un jeu de mot, il faudrait plutôt mettre en cause ce que l'on pense de la pensée et d'éviter toute discrimination à son égard, autrement dit,

¹ Pensée : en tibétain "sam" (བསམ་) (sct. cit) qui est le futur de sèm (སེམས་) (sct. citta) que l'on traduit par esprit.

² Connaissance (rik pa). Dans son introduction au Sahaja-mahamoudra, Soukhasiddhi utilise l'expression : Rik tché sèm (རིག་བཅས་སེམས་) qui peut se traduire par "esprit connaissant".

plutôt que de mettre en cause les pensées, il serait judicieux de nous prendre en flagrant délit de les saisir comme ayant une caractéristique intrinsèque.

Ce n'est pas la faculté de penser qui est la cause de nos illusions et de nos contrariétés existentielles (sct. doukha) mais ce sont l'ignorance, la soif et la saisie : ignorance de la nature ultime de la pensée, soif discriminante et saisie réifiante qui réconfortent son sentiment d'identité.

Vikalpa, nam-tok

Vikalpa³ (tib. nam tok) est généralement traduit par "pensée" ou encore par "concept". Cette traduction est réductrice et manque de discernement et peut entraîner des confusions dans l'esprit de ceux qui méditent en espérant ne plus penser. Cette démarche crée une disposition à l'hypovigilance puis à s'attacher au pseudo bien-être que procure l'état d'inertie mentale (tib. mi yeu oua) en neutralisant l'agrégat sensation et qui conduit dans le piège des renaissances dans la sphère expérimentale d'une catégorie d'êtres que l'on désigne par « dieux sans (agrégat) forme ».

Vikalpa désigne l'instant mental (kalpa) où la nature « imagée » (kun taks) de la pensée, n'étant pas reconnue (kun taks paï ma rik pa) comme telle, est réifiée comme réel. Le comble c'est que ce "réel" imputé relève de l'imaginaire et de la fiction. Pour cela, il est plus correct de traduire « nam tok » par « imputation », une imputation (tok) à chaque instant d'un aspect (nam).

La difficulté de ne pouvoir distinguer pensée et vikalpa vient du fait que ce sont tous deux des phénomènes mentaux et que notre ignorance nous restreint à la surface de la conscience mentale. Tant qu'on n'aborde pas une contemplation analytique (vipassana) on ne pourra pas discerner ou tout au moins envisager un distinguo entre un flux de pensée imputée (nam tok) et celui de la pensée libre (nam dreul) en tant que telle.

Bien que semblable par leur nature mentale, pensée et vikalpa n'ont pas la même incidence :

1. La pensée a pour incidence de donner "forme"⁴ faisant office d'information à une suite de processus cognitifs de l'esprit que l'on appelle couramment dans le bouddhisme "les cinq agrégats".

2. Vikalpa a pour incidence d'attribuer une réalité objective à la pensée nous donnant l'illusion que l'on connaît quelque chose (res) en soi, une altérité.

Produit par la soif, elle-même dépendante de l'ignorance, Vikalpa est un facteur mental qui s'effectue sur la pensée au moment où elle émerge et qu'elle s'aspecte (tib. nam), se dis/tingue (sct. vi⁵).

³ Il faut bien faire la distinction entre "concept" et "imputation" (sct. vikalpa, tib. nam tok). À l'instant du contact de l'aspect (forme) et de l'expérience (sct. vedanā, tib. tsor oua), le concept qui en ressort n'étant pas reconnu comme apparence vide (sahaja), la soif génère une saisie pour valider (sct. kalpanā, tib. tok pa) l'aspect (tib. nam) comme l'information d'une réalité objective, l'imputant (tib. nam tok) ainsi d'une altérité. Kalpanā est cette fixation artificielle faite sur un aspect naturellement conçu.

Le terme sanscrit kalpa a deux sens. Au sens exotérique, c'est une grande période de temps. Au sens ésotérique, c'est "l'instant d'un attachement erroné" ou plus précisément "l'instant d'un imaginaire admis pour réel".

⁴ Extrait de wiktionnaire.fr : « Le latin forma, synonyme d'idea, provient, selon le Dictionnaire étymologique latin [Michel Bréal et Anatole Bailly, Éd. Hachette, 1885], de la même famille de mots que firmus (ferme), frenum (frein), fretus (appui, support). L'idée commune contenue dans ces mots est celle de « tenir ». Comparez avec le substantif français tenue. Ces mots latins sont issus de l'indo-européen commun *dher-[2] (tenir) qui donne le sanscrit धरति dharati (tenir) et धर्म dharma....

⁵ Ce préfixe sanscrit « vi » se rapproche du préfixe « dis ». Par exemple pour « vipassana » qui est l'aptitude de l'esprit de pouvoir discerner c'est-à-dire cerner « globalement » tout en distinguant et ainsi reconnaître les trois co-émergences (sahaja) dissipant les trois ignorances. Ce préfixe se retrouve également dans le terme « vijñāna » (tib. nam shé) qui est la science (sct. jñāna, tib. shé) en l'aspect (sct. vi, tib. nam) d'une des six facultés sensorielles, ce qui donne six consciences aspectives qui nous font savoir : entendre, sentir, goûter, toucher, voir et penser.

Par la force de sam tèn (sct. dhyana) qui correspond à l'enstase en le courant mental, la pensée et ses aspects (nam) ou tout autre phénomène émergeant à la connaissance, tout ceci peut être observé avec le discernement (sct. vipassana). Pour éviter les écueils des quatre samadhis de samatha, il est bien d'associer à cette enstase la vue de la vacuité pour lui donner l'intelligence d'une paramita et très rapidement développer les expériences de la Prajnaparamita et les réalisations de la nature trikaya⁶ de l'esprit et des phénomènes.

La voie de la Prajnaparamita est l'application de la Vue excellente usant de l'intelligence du discernement, science (tib. shé) sublime (tib. rab)⁷ qui permet l'éradication de toutes les illusions pour laisser place à la mise en lumière de la science primordiale (sct. jnana, tib. yéshé).

Jnana, yé-shé

Yéshé (sct. jnana), la science (shé) primordiale (yé)⁸, désigne "le simple fait de savoir" (science). Yéshé est de nature omnipotente se prêtant aussi bien à toutes les illusions qu'à tous les éveils et donc prête à tous les connaissables et à toutes les modalités de consciences.

Yéshé se présente comme une base toute (sct. alaya-jnana, tib. kun chi yé shé) potentielle et disponible à l'infinitude des connaissables (sct. jneyalaksana, tib. shé dja) qui, au gré de causes et conditions, passent d'une nature connaissable à une nature connue. C'est lors de cette transition que la science (tib. yéshé) passe en con-science aspective (sct. vijñana, tib. nam shé), c'est-à-dire une science avec (lat. cum) l'aspect (tib. nam) d'une apparence (tib. nang). Cela reste une base toute mais dans l'application d'une con-science aspective (sct. alaya-vijñana, tib. kun chi nam shé).

C'est à chaque instant, à chaque contact⁹ où l'aspect se forme (agrégat) à l'esprit que tout se joue depuis des temps sans commencement : nirvana ou samsara. C'est l'inadvertance en cet instant

Nous avons encore le terme vijñaptimātra (tib. Nam-par Rik Tsam-nyi) qui est un concept essentiel des philosophies yogācārya et cittamātra. Vijñaptimātra est composé de vijñāna + āpti* + mātra que je m'aventure à traduire mot à mot par : science aspective + aptitude** + juste.

Il est à remarquer que les grammairiens tibétains ne traduisent pas, comme à l'habitude, Vi-jñā par Nam-shé mais par Nam Rik.

L'apparence désigne l'aptitude d'une co-émergence de clarté/vide. En vertu de cela les apparences s'aspectent en dépendance de causes et circonstances. Ainsi, il y a "justeté" d'avoir connaissance de par l'aspect".

Le concept de Vijñaptimātra décrit le "miracle cognitif" où la vacuité est la source de toutes les co-émergences. Alors qu'il n'y a rien de réel, comment se fait-il qu'il y ait connaissance ? Cette justeté signifie que l'aspect est la juste mesure pour qu'il y ait connaissance.

* *Le sanscrit āpti : atteinte, obtention ; acquisition, gain ; abondance, fortune ; connection, rapport, relation ; aptitude, adéquation.*

** *Aptitude : du latin aptitudo - aptus. issu de l'indo-européen commun *ap (« prendre, atteindre, toucher ») qui donne en grec ancien πτω, hapto (« unir, joindre »).*

⁶ Le trikaya : dharmakaya, sambhogakaya et nirmanakaya, définit la nature cognitive de l'esprit. Quand on réalise le dharmakaya, c'est une personne qui réalise le dharmakaya de son esprit, on ne réalise pas le dharmakaya de la personne ou de l'être. La nuance est importante, d'autant plus que l'on a pris l'habitude de traduire "kaya" par Corps avec toute la confusion que cela peut produire sur l'imaginaire quand on entend que « le dharmakaya est le Corps de lumière d'un être éveillé ». Kaya désigne le système cognitif de l'esprit selon la nature vide du phénomène (dharma), selon la nature de l'apparence (nirmana) et selon l'usage/jouissance (sambhoga).

⁷ Rab. Science (tib. shé) dont l'objet est le sublime (tib. rab) parmi tous les objets connaissables (sct. jneyalaksana, tib. shé dja), c'est-à-dire leur vacuité d'existence intrinsèque.

⁸ Lors d'un enseignement en 1986, Sitou Rinpotché rapprochait le préfixe Yi de Yidam avec le Yé de Yéshé) disant que ce Yi devait être du vieux tibétain oral et qu'il ne faut pas confondre le Yid de mental.

⁹ Contact : 6^e des douze facteurs mentaux.

qu'advient l'ignorance. Qu'advienne l'aspect (tib. nam) d'une apparence (tib. nang), cela n'affecte pas la nature primordiale de yéshé mais si l'esprit est sous l'emprise de l'ignorance et de la soif, une imputation alors se fait sur l'aspect (le connu), le sujet (connaissable) et la connaissance¹⁰ créant un enchaînement d'illusions et de mal-être (sct. doukha).

De la même manière qu'on ne peut pas connaître l'espace en tant que telle, on ne peut pas connaître yéshé en tant que telle. L'espace étant vide d'essence, il est inconcevable. Étant inconcevable, on en réalise la nature par « évidence déductive » en réalisant la nature de l'atmosphère comme étant composé.

Kun chi yéshé serait comme l'espace et kun chi namshé serait l'atmosphère dans lequel il est donné de connaître. L'imputation, résultant de l'ignorance et de la soif, viendrait polluer cette atmosphère de la conscience aspective en l'embrouillant de ses effets néfastes. La base toute de la conscience aspective (sct. alaya vijñāna, tib. kun chi nam shé) se trouve encombrée par les effets néfastes de la saisie et de la soif donnant un ensemble embrouillé. C'est une pollution qui s'immisce dans un milieu sain comme des particules de dioxyde de carbone se mélangeant à l'atmosphère. Cependant, cette pollution n'impacte pas la nature primordiale de l'espace, elle est adventice. De la même manière, l'imputation (tib. namtok) surajoute une réalité fictive à l'aspect (tib. nam) sans pour autant avoir le pouvoir d'en changer la nature d'apparence/vide. Ce n'est pas non plus sans incidence mais il n'y a pas d'impacte sur la nature même de la science et des phénomènes cognitives. L'impacte des imputations se fait sur le fonctionnement, sur l'inter-action entre la connaissance et les apparences et les cinq agrégats. C'est comme un virus informatique, il impacte le fonctionnement du système et des processeurs et il suffit de faire intervenir un antivirus. On ne va pas racheter un nouvel ordinateur parce que ses cartes et ses processeurs sont en bon état.

Ces imputations perturbent le centre du système cognitif qu'est l'activité (karma) des cinq processus cognitifs¹¹ mais il n'en est pas moins que la science reste indemne parce qu'elle est un mode d'être, une fonctionnalité, primordialement immaculée (sct. amala) et ce mode d'être étant un vacuum sans substrat, cette science reste et restera immunisée, *immaculable*.

Cette nature base toute de yéshé (sct ; alaya jñāna, tib. kun chi yé shé) étant créée, elle n'est pas de l'ordre du temps. Elle est a-temporelle. Elle est "avant" tout le temps parce qu'elle a "déjà" tout le temps. On ne peut pas envisager le moindre instant de science primordiale parce qu'elle est de l'ordre d'une nature (tib. ngo ouo) omni-fonctionnelle.

Cinq Intelligences

“Bhagavan : le yogacharya qui cherche la vacuité en dehors du désir, de l'aversion et de la méprise ne rejoint pas le yoga du sens véritable. Ce n'est pas le yoga du sens véritable.

Pourquoi, Bhagavan, il est impossible de trouver la vacuité en dehors du désir, de l'aversion et de la méprise ?

Bhagavan : le désir, l'aversion et la méprise SONT vacuité.”¹²

¹⁰ Cette triple imputation donne ce qu'on appelle les trois enfermements (tib. khor soum) suite aux trois occurrences de l'ignorance fondamentales : 1) Celle qui consiste à “ne pas reconnaître cet en-soi comme cause initiale” de toutes les illusions ; ལྷན་པ་ཉི་ཅུ་པ་མི་ཤིག་པོ་ལྟ་བུ་ལྟོས་པ་ལྟོས་པ་ལྟོས་པ་ - Gyu dag nyi tchik pa ma rik pa. 2) Celle qui consiste à “ne pas reconnaître la co-émergence” ; ལྷན་པ་ཉི་ཅུ་པ་མི་ཤིག་པོ་ལྟ་བུ་ལྟོས་པ་ལྟོས་པ་ལྟོས་པ་ - Lhèn tchik kyé pa ma rik pa. 3) Celle qui consiste à ne pas “reconnaître la nature imagée” ; ལྷན་པ་ཉི་ཅུ་པ་མི་ཤིག་པོ་ལྟ་བུ་ལྟོས་པ་ལྟོས་པ་ལྟོས་པ་ - Kun taks pa ma rik pa.

¹¹ Les cinq agrégats : forme, sensation, perception, ré-activité et conscience aspective.

¹² Extrait du Acintyabuddhavyāyanīrdesa sūtra

L'esprit dispose d'une aptitude intellectuelle, l'Intellect¹³ (sct. buddhi, tib. lo), qui établit constamment des liens (lat. ligare) entre (lat. int̃er) chacun des cinq processus cognitifs (les cinq agrégats) en traitant chaque élément de la manifestation mentale¹⁴. Ceci s'organise en ce que l'on nomme « le mandala de l'esprit », sorte d'écosystème de l'esprit où interagissent les cinq agrégats et les cinq éléments libre de toute imputation (sct. vikalpa, tib. nam tok), offrant cinq "contextes cognitifs" : bouddha, vajra, ratna, padma et karma.

Ce mandala de l'esprit s'appelle "mandala des cinq dhyanis bouddhas". Dhyana (tib. samt̃en) est l'état d'extase en même la pensée (sct. cit, tib. sam), enstase par laquelle il est possible de contempler l'intelligence primordiale en chaque "contexte".

1- Intelligence du dharmadhatou : རྒྱལ་ཡོད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ (tcheu ying kyi yéshé)

Yéshé étant semblable en nature au noumène¹⁵ (sct. dharmata, tcheu nyi), elle est l'intelligence de l'éveil même (sct. bouddha) en la sphère du manifeste (sct. vi.citta). Elle tire plénitude (tib. ying) de la nature inconcevable et inengendré du phénomène (tib. tcheu). C'est l'aspect pur du klésa ignorance/opacité mentale (གཏི་མུག་).

2-Intelligence semblable au miroir : མེ་ལོང་གི་ཡེ་ཤེས་ (mé long gyi yéshé)

Yéshé ne produisant aucune temporalité, elle est l'intelligence vajra semblable à un miroir¹⁶. Elle tire instantanéité et immédiateté de la co-émergence. C'est l'aspect pur du klésa répulsion/aversion (ཞེ་སྤང་).

3- Intelligence de l'équanimité : བཏུམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ (nyam nyi yéshé)

Yéshé étant sans parti pris, elle est l'intelligence ratna équanime à tout phénomène. Elle tire épanouissement de l'équanimité de la science en tout connaissable. C'est l'aspect pur du klésa orgueil/autosuffisance (རྩུབ་).

4- Intelligence du discernement : སྤོང་སྤོང་གི་ཡེ་ཤེས་ (so so toks paï yéshé)

Yéshé étant libre d'imputation (sct. avikalpa, tib. nam dreul), elle est l'intelligence padma du discernement. Elle tire jouissance de la distinguabilité (སྤོང་) de la co-émergence. C'est l'aspect pur du klésa désir/attachement (འདོད་ཆགས་).

5- Intelligence de l'accomplissement approprié : རྩལ་ལྷུ་བཟུང་གི་ཡེ་ཤེས་ (dja oua droub paï yéshé)

¹³ Le terme *intelligence* est emprunté au latin *intellēgentīa*, lui-même dérivé du latin *intellēgō* (« discerner, démêler, comprendre, remarquer ») dont le préfixe *int̃er* (« entre, parmi ») et le radical *lēgō* (« ramasser, recueillir, choisir »), ou *ligare* (« lier »)¹ donnent le sens étymologique de « lier les éléments entre eux », ou « choisir entre, ramasser parmi (un ensemble) ». Intellect (sct. buddhi, tib. lo) est formé sur le supin de *intellēgēre*, donnant une forme nominale.

¹⁴ Toute manifestation matérielle, biologique et mentale, est un agencement des cinq éléments (Terre, Eau, Feu, Air, Espace). Il n'y a pas de manifestation en dehors des cinq éléments.

¹⁵ Ici, je prends le risque d'utiliser "noumène" pour traduire dharmata (tib. tcheu nyi). Dharma se traduit par phénomène en tant qu'apparence mentale ou intelligible, et le suffixe "ta" est l'équivalent de notre suffixe "té". On pourrait traduire dharmata par phénoménité ou encore par "apparencialité". Quel que soit le mot employé, c'est le sens qui prime et auquel il faut se référer. Dharmata souligne la nature ultime du phénomène qui est d'être vide de nature intrinsèque, de réalité, d'absolu, d'essence et pour autant de nature d'apparence intelligible.

¹⁶ Référence au mandala des cinq Éveils (sct. cinq dhyani bouddha) où les cinq perceptions distordues (sct. kléshas, tib. nyeun mong) s'avèrent être de la nature de cinq intelligences primordiales (sct. jnana, tib. yéshé).

Yéshé étant ni cause ni effet, elle est l'intelligence karma de toute opportunité. Elle tire opportunité et sens (sct. amogha, tib. deun yeu) de toute action en la nature non obstruée de la connaissance. C'est l'aspect pur du klésa frustration/adversité (ཐག་དོག་).

Cinq kléshas (tib. nyeun mong)

L'ignorance la soif et la saisie produisent des illusions au sujet des cinq éléments et des cinq agrégats en leur imputant (sct. vikalpa, tib. man tok) une nature propre (sct. svabhava, tib. ngo ouo nyi), une caractéristique (sct. laksana, tib. tsèn nyi) et une durée (sct. nitya, tib. tak pa).

Ces imputations empêchent la libre activité (sct. karma, tib. thrin lé) de l'esprit en la manifestation naturelle du Dharmata. L'espace cognitif ne dispose alors plus suffisamment de limpidité pour une activité lucide des cinq Intelligences primordiales devenant ainsi les cinq kléshas. C'est comme l'eau d'un lac jusque-là paisible et claire que l'on agite et que l'on trouble ne lui permettant plus de nous laisser voir nettement tout ce qui s'y passe. Il faut préciser que ce n'est pas le klésa qui trouble la paix de l'esprit. C'est la soif avec ses imputations discriminatrices qui perturbe le bon fonctionnement de l'intelligence de l'esprit. Un klésa (tib. nyeun mong) reste pour autant une intelligence établissant des liens, des rapports et des réactions mais dont la perception est distordue avec les conséquences karmiques que cela implique.

Les imputations créent des distorsions (tib. nyeun mong) dans l'activité cognitive¹⁷ (sct. karma) des cinq agrégats. N'étant pas reconnues comme telles, on se retrouve dans la situation d'un aliéné (sct. mudha¹⁸ tib. mong) qui appréhende pour réelles les fictions et illusions que provoquent ces distorsions puis, en les validant, répercute la nocuité de cette confusion sur le devenir.

L'Intelligence primordiales du Dharmadathou distordue s'exprime alors comme le klésa "ignorance/opacité". Les quatre autres Intelligences étant elles-mêmes obstruées, elles s'expriment alors comme les quatre autres kléshas : répulsion/aversion, désir/attachement, orgueil/autosuffisance et frustration/adversité.

Chaque terme désignant un klésa est formé d'un couple de syllabe en tibétain ou d'un couple de mot pour le français pour signifier l'alternance cognitive perception/ré-activité. Le premier exprime la perception intellectuelle distordue qui systématise l'impulsion du second, la ré-activité émotive, qui, à son tour, imprègne la perception de stéréotypes et de schémas.

On se trouve enfermé dans un cycle vicié (sct. samsara) qui n'a pas de raison de s'arrêter tant qu'on ne décide pas d'y mettre un terme en commençant par se libérer des saisies puis s'émanciper de la soif et enfin s'éveiller de son ignorance semblable au sommeil.

L'indissociabilité des cinq yéshés et des cinq kléshas est le cœur de l'approche vajra avec la contemplation tantrique ou yogique du mandala des cinq Dhyanis Bouddhas.

Vijnana, nam-shé

Quand co-émerge la science (sct. jna, tib. shé) et l'aspect (tib. nam) d'une apparence (tib. nang) avec (lat. con) lequel aspect on se sait entendre, voir, sentir, goûter, toucher et penser cela s'exprime sous forme d'une conscience aspective (sct. vijnana, tib. nam shé) qui induit une perception spatio-temporelle, relative certes mais, bien entendu, nécessaire à toutes nos relations : au monde, aux autres et à soi-même, et indispensable à un bon équilibre psychique.

Cette conscience aspective n'est pas particulièrement erronée comme le laisserait entendre la traduction courante de "conscience dualiste". Si dualité il y a, c'est le fait d'un facteur mental qu'on

¹⁷ « Le karma est l'activité de cinq agrégats », une activité d'ordre mentale cohérente et conséquentielle entre chaque processus. Si la soif et les imputations aliènent les cinq agrégats, le karma s'en trouve perturbé.

¹⁸ Mūdhā confus, stupéfié, égaré ; sot, niais ; stupide, idiot, crétin ; insensé, fou.

appelle la saisie réifiante, l'imputation. Il n'y a pas d'autres causes à l'existence conditionnée d'illusions (samsara) que ce recours à la saisie pour satisfaire la soif qui procède de l'ignorance. Ce n'est pas le monde matériel et ses molécules, ce n'est pas la nature biologique et ses gènes, ce ne sont pas les facultés sensorielles et leur sensation, ce ne sont pas les cinq éléments et leur humeur, ni les cinq agrégats et leur conception, rien de cela est cause d'une existence conditionnée d'illusions. C'est l'imputation d'une entité propre en tout cela, la soif qui ne cesse de consolider cette fiction et l'ignorance fondamentale qui sont les seules causes (sct. hetu, tib. gyu) au samsara et les seules conditions qui engendre insatisfaction et mal-être (sct. doukha).

Ce n'est donc pas dans la nature d'une conscience ni dans celle de l'aspect que d'être dualiste et d'être la cause du samsara. C'est l'aspect (tib. nam) qui, du fait de nescience¹⁹, est la cible privilégiée de l'imputation et de la soif et, par chance, la conscience aspective n'est pas condamnée définitivement à la saisie dualiste. On peut en réaliser la nature ultime comme énoncée dans le credo Sahaja : la co-émergence de l'aspect/vide et celle de la science/vide. Se libérer de la saisie dualiste n'empêchera donc pas de continuer de se savoir entendre, voir, sentir, goûter, toucher et penser. Eh oui ! Les bouddhas savent qu'ils entendent etc.

Amala-jnana et Amala-vijnana

Alors que "yé-shé" est science primordiale, "nam-shé" est "con-science aspective" par laquelle on se sait savoir parce que l'on se sait "disposer d'objet" (tib. yul tchèn)²⁰ ce qui vaut d'être suffisant pour se savoir n'être pas "néant".

"Nam-shé" procède néanmoins de la "base toute de pré-science" (sct. alaya jnana, tib. kun chi yéshé) bénéficiant de son immunité primordiale. "Nam-shé" a une part de "science" que l'aspect d'une apparence ne peut en rien souiller mais aussi, une part qui ne peut en rien souiller l'aspect de l'apparence elle-même.

Pour le Sahaja, cette co-émergence²¹ d'aspect (tib. nam) et de science (tib. shé) est l'opportunité de réaliser la co-émergence de la félicité vide.

L'imputation a pour conséquence de nous voiler la nature de l'esprit comme jeter un brouillard sur un paysage et de nous empêcher de le contempler. Cependant, ce voile est adventice à la science mais ne la dénature pas foncièrement. Maintenant, si l'on comprend la voie ultime et naturelle du sahaja, on peut appréhender le paysage et son brouillard comme participant encore- de la science primordiale. Lorsqu'une imputation a sévi sur l'aspect, elle ne devient pas moi, à son tour, un aspect dont on peut être con-scient. Avec l'intelligence du discernement (vipassana), rien n'empêche de réaliser qu'imputation et vide co-émergent.

Ainsi, qu'adviennent une imputation (tib. tok) sur l'aspect (tib. nam) d'une apparence (tib. nang) en interférant sur la conscience aspective (tib. nam shé), cette imputation n'a donc pas le pouvoir de souiller la nature de yéshé mais également la nature de namshé : tout deux étant de nature immaculée (sct. Amala-jnana et Amala-vijnana).

La science primordiale étant a-temporelle, elle est omni fonctionnelle en la ré-inauguration de la co-

¹⁹ Ignorance (non gnose) aurait pu suffire mais je souhaitais rester cohérent avec l'idée de science (gr. gnose).

²⁰ En tibétain, la syllabe "yul" (sct. viṣaya) signifie objet. Alors qu'en français nous avons "sujet", terme tant controversé et qui à lui-même est une incitation à l'identification, les grammairiens tibétains, en fin phénoménologues du Dharma pour qui leurs mots doivent rapporter des fonctionnements cognitifs, ont assemblé deux syllabes formant le mot "yul tchèn" (sct. viṣayin) qui littéralement veut dire "doté d'un objet" et que je choisis de traduire par "disposant d'objet". Yul tchèn n'est pas un substantif mais désigne un moment cognitif, celui d'une claire évidence de se savoir "disposant (tib. tchèn) d'un objet (tib. yul)".

²¹ Référence à la troisième co-émergence énoncé dans le credo du Sahaja : « *Au contact d'apparence et connaissance ; Toute expérience est félicité vide* ».

émergence (sct. sahaja, tib. lhèn tchik kyié pa) de l'aspect et de la science. Il y a « juste cette aptitude²² d'aspect » (sct. vijñaptimātra, tib. nam-par rik tsam-nyi) qui.

Je le répète et c'est indispensable de l'intégrer, ce qui fait souillure en les consciences de l'esprit cela reste cet "affligeant trio" : ignorance, soif et saisie qui établissent un rapport erroné à tout ce qui se manifeste à l'esprit. Cet "affligeant trio" agit uniquement par imputation (sct. vikalpa, tib. nam-tok) c'est-à-dire par du "sur-ajouter", de l'artificiel, de l'adventice... Ce qui veut dire qu'en guise de souillures, elles n'ont rien d'irréversible. Toutes les imputations sont de l'ordre du minéral qui se mêle à l'or sans pouvoir le dénaturer. De même, la "science", que ce soit en l'instant primordiale ou en l'avènement d'une con-science, demeure en toute modalité, indemne, immaculée (sct. amala).

Il n'y a même pas lieu de nettoyer ou de purifier ou de rendre parfait quoi que ce soit. Il s'agit plutôt de se placer à la racine de l'esprit connaissant²³. Puis, selon ce qui se présente, on prend en flagrant délit toute tentative d'imputation (vi-kalpa ; nam tok) sur l'aspect, la connaissance, l'objet, le sujet etc... pour enfin demeurer en la nature primordialement inaltérable²⁴.

Sahaja-mahamoudra

Dans l'approche du Sahaja-mahamoudra, cette voie se décompose de samatha, de vipassana puis en les quatre yogas du Mahamoudra.

1) Samatha et vipassana

Samatha et vipassana ne désignent pas des méthodes de méditation, à proprement parler, mais plutôt des aptitudes naturelles de l'esprit qui vont s'épanouir à la suite de la concentration et de la contemplation. Ainsi, samatha désigne l'aptitude de l'esprit de "savoir sans discours mental" et vipassana désigne l'aptitude de l'esprit à discerner sans dissociation et discrimination, ce qui revient à reconnaître la co-émergence (sahaja).

Bien entendu, samatha nécessite une méthode qui se résume à « concentration » c'est-à-dire un effort juste uni-orienté vers l'objet choisi, l'objet privilégié du Sahaja-mahamoudra étant la vue de la co-émergence²⁵. Durant ce temps de la concentration, on applique la vigilance et le rappel pour contrecarrer toute distraction. depuis le placement jusqu'au placement continu parachevé. Quand on remarque aisément sans « mot dire » une vigilance sans vigilance avec un rappel (tib. drèn) sans rappel (tib. drèn mè) c'est d'être en enstase c'est-à-dire à même le courant mental (tib. samtèn) dans l'aptitude de savoir une pensée sans être pensée (sct. citta acitta). Cette phase du placement parachevé peut être suffisante pour ressentir les prémisses de la contemplation intuitive qui est la méthode privilégiée du chemin de vipassana.

Cette contemplation intuitive est d'autant plus spontanée et fructueuse que nous avons établi une ferme compréhension du sens des mots comme : co-émergence, vacuité, clarté etc. Si nous n'avons pas réfléchi et compris le sens des mots essentiels de la philosophie bouddhique, il sera difficile de les identifier lors de la contemplation. Pour qu'une contemplation soit pleinement intuitive, il faut, au préalable, qu'elle soit étayée d'une assurance intellectuelle. Pour qu'une contemplation ne puisse

²² Voir la note 4.

²³ Je fais référence au merveilleux chant de Soukhasiddhi : « *En l'espace sans référence et vide, Capte la racine de l'esprit qui connaît. Une fois captée la racine, reste détendu* ». རྣམ་མཁའ་ཅིས་མེད་ལྷོང་བ་ལ། རིག་བཅས་སེམས་ཀྱི་རྩ་བ་གཟུགས།
རྩ་བ་གཟུགས་ལ་རྟུག་བར་བཞག།

²⁴ Cf. Chant de Soukhasiddhi ci-dessus.

²⁵ Cf. le credo du Sahaja

pas tergiverser ou vaciller, il faut qu'elle soit nourrie d'une solide conviction en la nature ultime des phénomènes et de l'esprit. Alors le chemin de la vision²⁶ pourra commencer...

1^{er} yoga

La conjonction des deux aptitudes mentales²⁷, samatha et vipassana, correspond au premier des quatre yogas du Mahamoudra qu'on appelle « Tsé-tchik maï nêl djor »²⁸ où s'opère la convergence de ces deux aptitudes. En ce yoga, il nous est loisible d'être un témoin inaffecté, qu'il y ait pensée ou absence de pensée, et il nous sera également possible d'user de discernement à l'émergence d'une pensée ou, bien encore, en son absence. Nous distinguerons l'aspect (tib. nam) de la pensée tantôt réifié par l'imputation (tib. tok) et tantôt libéré de cette imputation (tib. nam dreul).

Quoiqu'il advient à l'esprit : pensée, forme, idée, apparence, phénomène, concept, représentation, image etc., la co-émergence d'apparence/vide devient une évidence. En ce yoga, la pensée s'avère vide de la réalité qui lui était imputée, ce qui correspond à réaliser la nature dharmakaya de la pensée.

Ce qu'on appelle dharmakaya de l'apparence mentale c'est le fait qu'elle soit vide de réalité propre. Cependant, en vertu de cette vacuité, l'apparence s'émane ce qui correspond au principe appelé nirmanakaya de l'apparence. Ce qui, de prime abord, semble être paradoxal devient évident en cette reconnaissance de la première co-émergence : « apparence et vide co-émergent ».

L'ignorance de la co-émergence²⁹
de tout objet cognitif n'a plus cours.

Cette compatibilité du dharmakaya et du nirmanakaya permet à l'esprit de faire usage, de jouir (tib. tcheu) en toute intelligence des propriétés (tib. long) de l'apparence. C'est le principe de la jouissance des cinq intelligences appelé sambhogakaya (tib. long tcheu kyi kuo) en l'épanouissement du mandala des cinq Dhyanis Bouddhas. Ainsi, quand la pensée est reconnue une co-émergence d'apparence/vide, elle nous reste loisible, à la disposition de notre intelligence.

L'apparence mentale ne disparaît pas sous prétexte qu'on réalise son absence de réalité. Ce n'est pas non plus, une apparence qui nous illusionne en se présentant comme réelle et à laquelle il faudrait retirer une réalité. Cette réalité qui se dérobe est celle que notre imputation (sct. vikalpa) attribue à la pensée. C'est une supposée réalité qui ne se présente plus parce qu'elle n'est pas une réalité, elle est une erreur de conception, une fiction qui malheureusement est la cause du mal-être existentiel (sct. doukha).

Qu'est-ce que je veux dire par « loisible » ? En la réalisation de la co-émergence de l'apparence/vide, l'aspect (sct. vi, tib. nam) de l'apparence mentale n'étant plus figé (tib. tok), il se révèle en sa nature transitoire et interdépendante (sct. Paratantrasvabhava, tib. Shen Gui Ouang) ce

²⁶ Le chemin de la vision est l'un des cinq chemins qui conduit à l'Éveil. C'est le chemin où l'on réalise par le discernement les différents illusions qu'engendre l'imputation d'avoir pris pour un "état réel" ce qui s'avère de nature imagée (tib. kun tak pa).

²⁷ Samatha et vipassana ne sont pas, à proprement dit, des méthodes de méditation. Ce sont des aptitudes naturelles de l'esprit qui vont s'épanouir à la suite de la concentration et la contemplation. Ainsi, samatha est l'aptitude qu'à la conscience « savoir sans discours imputatoire » alors même qu'il y a cessation du discours imputant (vikalpa), et vipassana est l'aptitude qu'à l'esprit de discerner sans dissocier et donc de reconnaître la co-émergence (sahaja).

Voir : <http://www.yogi-ling.net/Samatha%20Vipassana/samathavipassana.htm>

²⁸ ཅེ་ཅིག་མཐོ་རྒྱུ་འབྱོར།

²⁹ ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་མ་རིག་པ་

qui permet, en connaissance de cause et d'effet, d'en jouir en pleine possession de son libre arbitre et en toute intelligence.

2^e yoga

C'est au niveau du deuxième yoga du Mahamoudra, Treu drèl gyi nèl djor³⁰, qu'il y a une cessation définitive des imputations (tib. nam tok) parce que l'esprit se trouve délivrer (tib. drèl) de toute élaboration superfétatoire (tib. treu).

En vertu de n'être plus imputée (tib. nam tok) d'une réalité absolue, la pensée se présente alors nue comme simple émanence, ce qui correspond à réaliser la nature nirmanakaya de la pensée de par sa nature d'apparence imaginaire (sct. Parikalpita, tib. Kun Tak pa).

L'ignorance que toute pensée est
de nature imagée³¹ n'a plus cours.

Certes, une fois libre de l'imputation, la pensée reste image, représentation, parce qu'il n'y aura jamais la pensée d'une chose réelle. Derrière l'illusion d'imputer pour réel ce qui n'est pas réel, il n'y a pas une réalité cachée. S'il y avait une réalité absolue, de par sa nature même de réalité, elle s'imposerait de fait directement à nos propres organes sensoriels puisqu'il ne serait plus nécessaire de disposer d'un esprit avec sa faculté de concevoir.

L'imputation (sct. vikalpa) est un imaginaire qui ne se montre pas comme tel et qui parasite la cognition naturellement imaginaire comme le ferait un virus dans le processus informatique d'un ordinateur.

QUESTION : Alors quelle différence et quel intérêt de se libérer de l'imputation ?

L'imputation est le produit de l'ignorance et de la soif, et en tant que tel, elle instille un imaginaire perverti de schémas, de conditionnements et de tendances impulsives de sorte que nous subissons l'illusion. Une fois libéré de toutes imputations, l'imaginal participe du logos, la cohérence du karma naturel (tib. trinlé) qui articule tous les rouages (éléments, agrégats et intelligences) du mandala de l'esprit.

Cette nature imagée de la pensée n'est pas hasardeuse ni fatale. Elle a sa logique, ce qui veut dire qu'elle est dépendante (sct. Paratantrasvabhava, tib. Shen Gui Ouang) de causes et conditions. Rien n'échappe à l'interdépendance, aussi bien la conscience mentale au karma souillé (tib. lé) que la conscience mentale au karma libéré (tib. trin lé).

D'un côté, on est un magicien ne possédant pas la maîtrise de sa magie et d'un autre côté, on est le magicien jouissant de sa magie en toute intelligence et efficacité.

Se libérer de l'imputation et s'éveiller au mandala de l'esprit est donc une question de responsabilité et d'efficacité.

1. Responsable : Nous disposons d'un esprit (tib. sèm tchèn) et nous sommes responsable de sa santé psychologique, affective et intellectuelle au même titre que nous sommes responsable de la santé du corps physique que l'on dispose.

2. Efficacité : L'imputation introduit une dépendance karmique souillée par les schémas et les conditionnements latents qui n'entraînent que tourments et contrariétés existentielles (sct. doukha). Devenant le pantin de nos impulsions, on n'est d'aucune efficacité pour notre propre bien et, de surcroît, pour celui d'autrui. Nous n'avons aucune intelligence au bonheur, tout juste des stratagèmes pour espérer quelques satisfactions et des combines pour s'éviter toutes remises en

³⁰ རྩོམ་བཤམ་གྱི་ནལ་འབྱོར།

³¹ ཀུན་བརྟགས་མ་རིག་པ་

cause intempestives. Sans aspiration spirituelle digne de ce nom, nous nous contentons de surfer entre satisfaction et insatisfaction, compensation et frustration, compliments et reproches.

3^e yoga

Ce 3^e yoga introduit à l'expérience de la « saveur unique » (tib. ro tchik) au vu de la co-émergence phénomène/vide quelle que soit l'apparence : celle de l'objet cognitif, celle du sujet cognitif ou celle de savoir,.

On nomme « esprit » l'évidente faculté de connaître qui est décrit comme le continuum d'un flux cognitif inengendré de phénomènes vides de nature propre (dharmakāya), co-émergence de clarté/vide (nirmāṇakāya) qu'il nous serait loisible d'en jouir (sambhogakāya) en toute intelligence s'il n'y avait pas l'ignorance de la co-émergence du trikāya³². À cela, on affirme que l'on ne pourra pas connaître quelque chose comme étant l'esprit parce que l'esprit se conçoit au simple fait que des phénomènes apparaissent et que l'on se sait les savoir.

Ainsi, ce qui est appelé Éveil est la reconnaissance que phénomène et esprit sont de même nature et co-émergents à l'image de l'océan et de la vague. Cette dite « reconnaissance » ou « réalisation » ne se présente pas à l'égard d'un objet qui serait « une nature ultime ». Cette reconnaissance ne s'annonce pas comme telle. Ce qui s'exécute de façon avérée c'est la vacuité³³ d'une illusion, le dévoilement en la vacuité de ce qui s'avère avoir été une illusion, que ce soit l'illusion la plus insignifiante ou la plus cruciale de notre existence. C'est le dévoilement de l'illusion due à la saisie, le dévoilement de l'illusion due à la soif et le dévoilement de l'illusion due à l'ignorance. Pour tous dévoilements, ceux du chemin graduel et celui du fruit direct, on se sait être témoin de la vacuité de nos illusions. La réalisation (tib. toks) d'un éveil de l'esprit se fait savoir par l'abandon (tib. pang)³⁴ d'une illusion.

D'un point de vue strictement factuel, tous ces dévoilements de quelque illusions que ce soient sont de « saveur unique ». Bien entendu, il ne s'agit pas de la saveur de la faculté gustative. Ici, il faut rapprocher *saveur* avec le latin *sapēre*³⁵ renvoyant au sens de *savoir*. Cela replace le contexte de ces dévoilements au niveau de la conscience mentale bien que le terme "saveur" est assez pertinent pour évoquer une évidence de ce savoir "sans plus d'élaboration" (tib. treu drël) qui a été abordé dans le yoga précédent.

Par « saveur unique » on entend que réaliser la co-émergence d'apparence/vide d'un phénomène nous fait savoir (sct. jna, tib shé) la nature ultime commune à tous (sct. sarva, tib. kun) les phénomènes qui conduit à ce qu'on traduit par "omniscience" (sct. sarvajna, tib. kun shé ou kun kyèn). Le sens du terme "unique" (sct. eka, tib. tchik) suggère l'idée d'un dénominateur commun à tous les phénomènes sans que cela enlève la possibilité de connaître l'infini diversité des aspects³⁶ que peut prendre les phénomènes.

L'ignorance de l'unique cause maîtresse³⁷
qu'est la saisie d'une "entité réelle", d'un "en soi"

³² Le trikāya désigne la nature trinaire du couple esprit/phénomène.

³³ Voir les vingt vacuités énoncées par Candrakirti.

³⁴ Pang Toks (sct. prahāṇa). Abandon/ obtention. Comme bon nombre de termes tibétains décrivant la phénoménologie de l'esprit, ils sont composés en binôme pour souligner l'idée de co-émergence et réfuter l'idée d'absolu.

³⁵ Du latin populaire *sapēre*, en latin classique *sapĕre*, « avoir de la saveur », avec influence de *sapiens* « sage », d'où « être perspicace », « comprendre », puis « savoir », et élimination du classique *scire* « savoir ».

³⁶ Selon le credo du Sahaja, la réalisation des deux premières co-émergences se dit « la vacuité qui possède le meilleur de tous les aspects » et la réalisation de la troisième co-émergence est appelée « la suprême félicité » (sct. maha soukha). Il existe aussi l'expression "connaissance de l'ensemble des aspects" (tib. nam pa tam tché kyèn pa).

³⁷ ལྷ་བདག་ཉིད་གཅིག་པའི་མ་རིག་པ་

en l'esprit et en les phénomènes n'a plus cours.

Cette illusion est associée à l'ignorance qui consiste à "ne pas reconnaître cet "en-soi" comme cause initiale" de toutes les illusions.

À ce stade, la désillusion, l'éveil de l'esprit, s'ouvre à la nature telle quelle des phénomènes (sct. dharmata, tib. tcheu nyi) et de fait à celle de l'esprit, dans sa nature d'apparence parfaitement établi (sct. parinispanna, tib. yong sou).

Ce continuum cognitif se suffit à son propre mystère qui nous offre le loisir de la 3^e co-émergence de jouissance/vidé comme le suggère la troisième co-émergence énoncée dans le credo du Sahaja : « *Au contact d'apparence et connaissance ; Toute expérience est félicité vide* ».

Personnellement je mets quelque réserve sur le terme "félicité" pour traduire le sanscrit "soukha". Il se peut que "félicité" fasse imaginer à une sorte d'orgasme spirituel et une exaltation de tous les sens. J'y préfère "aisance" pour souligner qu'il s'agit pour l'esprit d'avoir été libéré des empêchements dues aux différentes illusions et donc de disposer d'une aisance à faire usage (jouir) en toutes intelligences.

4^e yoga

On le nomme "yoga de la non-méditation" (tib. gom mè) mais on pourrait le qualifier de "non-yoga". Il correspond à l'intégration des trois qui le précèdent, une sorte d'apogée qui se résume en la lettre sanscrite "a" de yoga (tib. nêl djor) et que les grammairiens tibétains ont traduit par « nêl » signifiant « naturel », la naturelle nature de l'esprit et des phénomènes.



*Une fois bien ciblé le nœud d'une illusion
le dénouement se fait naturellement*