

# La pureté intrinsèque des obscurcissements : une *vue* dzogchen

James Low

Novembre 2011

Traduit en français par Yann Leguen et relu par Martine Widmer.

Le *samsara*, le cheminement sans fin des êtres sensibles à travers les six royaumes de l'existence, a généralement mauvaise presse dans le bouddhisme. Issu de l'ignorance et de l'attachement, il est comparé à un marécage. Englués dans l'obscurité collante de nos interprétations habituelles, nous agissons en fonction de nos hypothèses qui nous trompent par leur pseudo-clarté.

La pratique bouddhiste est conçue pour nous sortir de ce pétrin. Elle cherche les voies du *nirvana*, un état de paix exempt de luttes et de malheurs. Il existe bien sûr de nombreux styles de pratiques différentes, chacun ayant sa propre *vue*, sa propre méditation, sa propre activité et son propre résultat.

Au niveau le plus général, nous disposons de méthodes permettant d'éviter ce qui semble être la cause de la détresse. L'évitement dépend de notre volonté à renoncer à la tentation attractive des objets et des schémas face auxquels nous avons tendance à succomber. Cela signifie que nous devons recadrer notre expérience. Les objets et les situations qui, selon notre culture sont considérés comme bons, doivent maintenant être perçus comme mauvais et dangereux. Par exemple, les mœurs sexuelles débridées qui prévalent actuellement dans les pays occidentaux encouragent les jeunes à se lancer dans l'expérience et à déterminer eux-mêmes ce qu'ils aiment et n'aiment pas, ce qu'ils considèrent comme « bon » ou « mauvais » en tant qu'individus. Pourtant, au moment où nous déterminons ce qui est bon pour nous, nous sommes déjà embrigadés dans de puissants schémas d'identification et de réactivité répétitifs.

Pour renoncer à ces schémas culturels, nous devons trouver un autre endroit où aller, un environnement propice à un mode de vie différent. Traditionnellement, il s'agirait d'une communauté monastique où la simplicité de la structure quotidienne favorise un climat d'introspection calme, optimisant la possibilité de voir ce que l'on fait. Malheureusement, ce mode de vie semble être un pont trop loin pour la plupart des bouddhistes vivant en Occident.

Si nous ne pouvons ou ne voulons pas nous couper des turbulences quotidiennes de la vie dans le monde, comment poursuivre la pratique du *dharma* alors que nous sommes si vulnérables au pouvoir des obscurcissements ? Le terme « obscurcissement » fait référence à ces tendances facilement activées qui couvrent, déguisent et cachent notre nature de bouddha, ou notre potentiel d'éveil du rêve de l'ignorance.

On peut les classer en deux catégories : les obscurcissements découlant d'humeurs, d'émotions et d'impulsions affligeantes, et les obscurcissements découlant de la dépendance

à l'égard de connaissances erronées, les multiples habitudes consistant à prendre l'illusion pour la « réalité ». En particulier, le fait d'être sous l'emprise des obscurcissements signifie que nous ne voyons pas la nature réelle de tout ce que nous vivons et que nous ne voyons pas non plus la nature de celui qui vit ces expériences.

La plupart des voies du *dharma* se concentrent sur la purification ou l'élimination des obscurcissements qui entraînent une mauvaise interprétation de ce qui se passe pour nous. La première étape consiste à formuler un compte rendu plus précis de ce qui se déroule réellement. Par exemple, nous considérons que les phénomènes existent par eux-mêmes, et nous agissons à leur égard comme s'il s'agissait d'entités distinctes ayant chacune sa propre nature inhérente. En raison de cette orientation, nous faisons l'expérience d'un monde plein de choses dans lequel nous sommes aussi des objets. Nous définissons les objets que nous rencontrons selon les catégories que notre culture propose habituellement et, de la même manière, nous nous décrivons en termes d'attributs et de qualités en vogue dans l'époque qui est la nôtre.

La réification et l'objectivation qui sous-tendent ces tendances sont invisibles pour ceux qui croient que c'est comme cela, que la vie est ainsi. Cependant, dans le *dharma*, l'attention est portée sur la souffrance générée par cette immersion dans les contingences. Analyser notre expérience des phénomènes à travers la structure des cinq *skandhas* ouvre une nouvelle perspective qui nous aide à ne pas nous faire avoir. En devenant attentifs à l'impermanence de tous les phénomènes, et en particulier à la nature transitoire des événements mentaux, nous ouvrons les yeux sur la nature dynamique de l'expérience en tant que révélation continue, libre d'entités fixes.

Pourtant, nous nous trouvons encore pris dans l'apparente réalité de ce qui se passe. Il semble qu'il y ait un énorme travail à abattre pour dissiper les obscurcissements et développer les qualités d'un être éveillé. Des millions de vies nous attendent au cours desquelles nous devons rester sur le chemin. Développer l'intention du *bodhisattva* consistant à sauver tous les êtres peut procurer un sentiment de courage et de détermination. D'autant plus que cela nous donne l'impression d'avoir trouvé un refuge fonctionnel, de ne pas être seul, d'être protégé du cul-de-sac du héros solitaire plongé dans le fantasme « tout dépend de moi ».

On peut ajouter à cela les puissantes pratiques de purification que l'on trouve dans le *tantra* bouddhiste. La connexion de notre identité aux divers êtres d'un *mandala* permet de transformer notre façon familière et habituelle de vivre. Les structures karmiques instables sont dissoutes dans les formes fiables qui émanent de l'éveil du bouddha. Nous nous lions à ces modes éclairés par la répétition de visualisations, de *mantras*, de *mudras*, d'offrandes et ainsi de suite. Par ce biais, nous sommes progressivement libérés du domaine *samsarique* où les obscurcissements sont omniprésents.

Toutes ces méthodes utiles mentionnées ci-dessus ont une chose en commun : elles reposent sur l'effort individuel. Si la pratique n'est pas faite, le résultat ne sera pas atteint. Des antidotes doivent être appliqués, sinon les poisons du *samsara* continueront à agir en nous, émuissant notre jugement et favorisant les activités impulsives et enchevêtrées. Chaque jour, de nouvelles situations nous confrontent à la limite de notre pratique, à notre manque de clarté et à notre maladresse dans l'usage des moyens habiles. L'arbre du *samsara*

continue de pousser et, comme les têtes de Méduse, plus nous le coupons, plus il repousse. Une vigilance incessante est requise et nous devons donc nous encourager à rester sur la bonne voie et à éviter les distractions.

La tradition *dzogchen*, cependant, propose une lecture différente de la situation. Au lieu de se concentrer sur l'évitement, la gestion ou la transformation de ce qui se passe, elle nous incite à nous intéresser directement à la nature de l'expérimentateur. Qu'il existe ou non un monde « objectif », il est clair que nous n'avons accès qu'à notre expérience. Tout ce que nous voyons, entendons, sentons, goûtons, touchons, pensons ou ressentons est une image, le produit de notre imagination. Notre esprit se révèle dans son incessant déploiement d'images, en tant que perception des objets externes, opinions internes, compréhensions, etc. Le flux d'expériences est incessant.

Dans le cadre de référence dualiste, nous nous percevons comme une conscience qui s'engage dans le monde qui nous entoure. La nature plurielle de cette conscience est bien décrite dans la littérature bouddhiste, et en particulier le fait que le sujet, notre « esprit conscient », considère toujours un objet. En d'autres termes, nous sommes toujours conscients de quelque chose ; la conscience et ses objets naissent et disparaissent ensemble. Grâce à cela, nous pouvons voir que ce que nous prenons pour nous-même, notre identité particulière, individuelle, personnelle, est un flux d'expériences apparemment « internes » survenant en tandem avec le flux d'expériences apparemment « externes ». En fait, il ne s'agit pas de deux domaines distincts. Le sujet et l'objet sont en constante évolution. Il n'y a pas d'ego fixe. Et pourtant, il y a une continuité dans notre sentiment d'être en vie, d'exister, d'expérimenter.

Si le contenu de notre expérience est en perpétuel changement, qu'est-ce qui est stable et fiable ? C'est la Conscience en soi, notre véritable nature, qui n'est pas une chose, ni une substance ou une essence secrète particulière. Inséparable de la vacuité, la Conscience est pure, libre de toute tache ou souillure. Sans substance, elle est insaisissable et ne peut être contaminée par « autre chose ». En effet, qu'y a-t-il d'autre ? Lorsque, dans la pratique de la simple présence à tout ce qui se passe, nous sommes attentifs à nous-même, l'expérimentateur de chaque instant, nous ne trouvons aucune limite définie. Notre esprit, ou notre nature, est nu, non recouvert par des concepts, des souvenirs, des habitudes ou des interprétations. Il est frais, ouvert à chaque instant comme au premier instant. Dans cet état, il n'y a pas d'obscurcissements et rien à obscurcir.

En nous reposant dans la Conscience, nous sommes l'ouverture infinie non née, le champ radieux de l'expérience et les moments uniques de notre être co-émergent dans le monde avec les autres. Ces trois aspects sont naturellement intégrés . En nous éveillant à cela, notre sens habituel du moi se détend en son propre fondement et est libéré du fardeau de l'entière responsabilité. Les difficultés de l'existence semblent très différentes depuis le point d'observation illimité de la Conscience.

Comment cela peut-il être si simple et que nous ne le comprenions pas ? Eh bien, c'est parce que nous sommes à la recherche de quelque chose. Nous essayons de trouver notre nature de bouddha comme s'il s'agissait d'une meilleure version de notre moi quotidien. C'est une grave erreur, une sorte d'illusion anthropomorphique. Le fondement de notre être est

ouvert, la Conscience infinie toujours déjà présente. Nous n'avons pas à la fabriquer, à la trouver, à la purifier ou à la développer. En relâchant notre implication à la fois dans l'agitation du *samsara* et dans l'agitation des nombreux chemins vers le *nirvana*, nous nous retrouverons là où nous devons être, là où nous avons toujours été, nulle part, partout et ici-même.