

Extraits des discours du Bouddha Shakyamuni (Siddhartha Gautama)

Satipatthana sutta - Grand discours du Bouddha sur l'établissement de l'attention (extraits)

« Un bhikkhu s'étant rendu dans une forêt, au pied d'un arbre ou dans une pièce vide, s'assied jambes croisées, le corps bien droit et l'attention établie devant lui.

Ainsi attentif, il inspire; attentif, il expire.

Ayant une inspiration longue, il sait : " J'ai une inspiration longue ";

Ayant une expiration longue, il sait : " J'ai une expiration longue " .

[...]

Puis ensuite, un bhikkhu lorsqu'il marche, sait: " Je marche " ,

lorsqu'il est debout, il sait: " Je suis debout " ,

lorsqu'il est assis, il sait: " Je suis assis " ,

lorsqu'il est allongé, il sait: " Je suis allongé " ;

et quelle que soit la position du corps, il la connaît telle qu'elle est.

[...]

Puis ensuite, quand un bhikkhu voit un cadavre jeté sur un charnier, mort depuis un jour, deux jours, trois jours, gonflé, bleui, putréfié, il réfléchit à son propre corps :

"Ce corps a la même nature, il deviendra de même et ne sera pas épargné."

[...]

Un bhikkhu ressentant une sensation agréable sait :

"Je ressens une sensation agréable".

Ressentant une sensation désagréable, il sait :

"Je ressens une sensation désagréable".

Ressentant une sensation ni agréable, ni désagréable, il sait :

"Je ressens une sensation ni agréable, ni désagréable".

[...]

Il demeure contemplant l'apparition des phénomènes dans les sensations.

Il demeure contemplant la disparition des phénomènes dans les sensations.

Il demeure contemplant l'apparition et la disparition des phénomènes dans les sensations.

La conscience : " Ce sont des sensations " est établie en lui dans la simple mesure nécessaire à la connaissance et à l'observation attentive. Ainsi il demeure libéré, ne s'attachant à rien dans le monde.

[...]

Un bhikkhu ayant un esprit agité sait : " Ceci est un esprit agité " .

Ayant un esprit libre d'agitation, il sait : " Ceci est un esprit libre d'agitation " .

Ayant un esprit posé, il sait : " Ceci est un esprit posé" .

Ayant un esprit dispersé, il sait : " Ceci est un esprit dispersé" .

Ayant un esprit ouvert il sait : " Ceci est un esprit ouvert " .

Ayant un esprit limité, il sait : " Ceci est un esprit limité" .

[...]

Un bhikkhu, lorsque le désir sensuel est en lui, sait : " Le désir sensuel est en moi. " .

Lorsque le désir sensuel n'est pas en lui, il sait : " Le désir sensuel n'est pas en moi. " .

[...]

Voici, un moine considère :

" Voici une forme : ainsi elle apparaît, ainsi elle disparaît " .

" Voici une sensation : ainsi elle apparaît, ainsi elle disparaît " .

" Voici une perception : ainsi elle apparaît, ainsi elle disparaît " .

" Voici une fabrication mentale : ainsi elle apparaît, ainsi elle disparaît " .

" Voici une conscience sensorielle: ainsi elle apparaît, ainsi elle disparaît " . »

[...]

Sūtra du Cœur

Texte entier :

« Par le pouvoir du Bouddha, le vénérable Sharipoutra s'adressa en ces termes au bodhisattva Mahāsattva ârya Avalokiteshvara :

"Les fils et les filles de la lignée désireux de pratiquer la profonde perfection de la sagesse, comment doivent-ils s'y prendre ?"

Le Bodhisattva mahāsattva ârya Avalokiteshvara répondit alors au vénérable Sharadvatiputra : "Shariputra, les fils ou les filles de la lignée qui désirent pratiquer la profonde perfection de la sagesse doivent la considérer de la manière suivante : ils doivent contempler, correctement et à maintes reprises, le fait que les cinq agrégats, eux aussi, sont vides de nature propre.

La forme est vide. La vacuité est la forme. La vacuité n'est pas autre que la forme et la forme n'est pas autre que la vacuité. De même, la sensation, l'identification, les facteurs composés et la conscience sont-ils vides.

Shariputra, ainsi tous les phénomènes sont-ils vacuité ; ils sont sans caractéristique ; ils ne naissent ni ne cessent ; ne sont ni souillés ni non souillés ; ni déficients; ni parfaits.

En conséquence, Shariputra, dans la vacuité il n'y a ni forme, ni sensation, ni identification, ni facteurs composés, ni conscience ; ni œil, ni oreille, ni nez, ni langue, ni corps, ni mental ; ni forme, ni son, ni odeur, ni saveur, ni objet du toucher, ni phénomène mental. De l'élément de l'œil et ainsi de suite, jusqu'à l'élément de la conscience du mental, il n'y a pas

d'élément. Il n'y a ni ignorance ni élimination de l'ignorance et ainsi de suite, jusqu'à ce qu'il n'y ait ni vieillissement et mort, ni élimination du vieillissement et de la mort. Et à l'avenir, il n'y a ni souffrance, ni origine de la souffrance, ni cessation, ni voie ; il n'y a ni sagesse transcendante, ni obtention, ni non-obtention.

Shariputra, ainsi, puisqu'il n'y a pas d'obtention, les bodhisattvas se fondent-ils sur la perfection de la sagesse et ils demeurent en elle, l'esprit sans voile et sans peur. Et comme ils sont passés bien au-delà de toute erreur, ils parviennent au stade final du Nirvāṇa. C'est en s'appuyant sur la perfection de la sagesse que tous les Éveillés (*Bouddha*) des trois temps eux aussi font naître pleinement l'insurpassable éveil parfaitement accompli.

Aussi le mantra de la perfection de la sagesse, le mantra de la grande connaissance, le mantra auquel rien n'est supérieur, le mantra égal à l'inégalable, le mantra qui apaise à jamais toute souffrance, doit être reconnu comme véridique car il ne trompe pas. Et voici le mantra de la perfection de la sagesse :

« Allez, allez, allez au-delà, allez complètement au-delà, et que l'Eveil (*Bodhi*) soit réalisé (svāhā)! ».

Sharipoutra, c'est ainsi qu'un bodhisattva Mahāsattva doit s'exercer à la profonde perfection de la sagesse." »

Alagaddûpama-sutta

« Je ne vois nulle part de situation permanente, stable, immuable, telle qu'on puisse demeurer éternellement dans la même condition. »

Dhammapada, ch. XX : la voie

§273 « [...] Parmi les êtres à deux pieds, le meilleur est celui qui a l'œil. »

§277 « “Toutes les confections sont impermanentes.” Pénètre-t-on cet énoncé du regard, on éprouve le dégoût pour la douleur : telle est la voie de la purification. »

§278 « “Toutes les confections sont douleur”. Pénètre-t-on cet énoncé du regard, on éprouve le dégoût pour la douleur : telle est la voie de la purification. »

§279 « “Toutes les choses sont dépourvues de Soi.” Pénètre-t-on cet énoncé du regard, on éprouve le dégoût pour la douleur : telle est la voie de la purification. »

Dhammapada, Ch. II : La Vigilance

1. La vigilance est le chemin qui mène à l'affranchissement de la mort, la négligence celui qui mène à la mort. Les hommes vigilants ne meurent pas, les négligents sont déjà comme des morts.
2. Ceux qui savent parfaitement cela, et qui ont appris à être vigilants, — ceux-là se réjouissent de leur vigilance, en marchant avec bonheur sur les traces des Aryas.
3. À l'aide de la méditation, de la persévérance et d'une infatigable énergie, les sages atteignent le Nirvâna, la béatitude suprême.
4. L'homme actif, instruit, se conduisant avec pureté et réflexion, continent, vivant selon la Loi, et vigilant, répand un éclat de plus en plus vif.
5. Au moyen du zèle, de la vigilance, de la paix de l'âme et de l'empire sur soi-même, le sage peut se faire une île que les flots n'inondent pas.
6. Les sots, étourdis comme ils le sont, se laissent aller à la négligence. Le sage, au contraire, conserve la vigilance comme le plus précieux des trésors.
7. Ne vous abandonnez point à la négligence, ni à un commerce quelconque avec l'amour et le plaisir. La vigilance et la méditation procurent une grande félicité.
8. Lorsque, grâce à la vigilance, le savant a cessé d'être négligent, il s'élève alors jusqu'au séjour de la Science ; et, de là, joyeux et sage, du même œil que celui qui est sur une montagne regarde ceux qui sont dans la plaine, il regarde la foule affligée et sotte.
9. Vigilant au milieu des négligents, éveillé au milieu des endormis, l'homme intelligent marche, laissant les autres aussi loin derrière lui qu'un rapide coursier laisse un cheval débile.
10. C'est grâce à la vigilance que Maghavan (Indra) est arrivé au rang suprême parmi les dieux. La vigilance est préconisée, la négligence condamnée éternellement.
11. Le Bhixu, qui se complait dans la vigilance, qui voit le danger de la négligence, s'avance pareil au feu, brûlant ses liens, faibles ou forts.
12. Le Bhixu, qui se complait dans la vigilance, qui voit le danger de la négligence, n'est pas capable de manquer jamais à la sainteté, mais est près d'atteindre le Nirvâna.