

Quand on pratique la méthode des dix concentrations, les pulsions sexuelles sont si vives qu'elles font obstacle à la pratique. Comment y remédier ?

La raison pour laquelle la plupart des gens ne réalisent pas le fruit bouddhique se résume en trois mots : sexe, boisson, nourriture. S'ils ne sont pas capables de transformer cela, ils n'ont aucune base pour survivre. Il ne sert à rien de tabler sur le travail du souffle si la semence précieuse s'écoule. Juste avant et après les règles, les relations entre le travail sur le souffle et la physiologie sont extrêmement étroites. Si une femme est capable de s'entraîner suffisamment, ses règles diminuent peu à peu et peuvent même disparaître complètement, de façon à ce qu'elle retrouve un corps d'adolescente. L'homme, lui, voit son sexe se rétracter dans son corps (comme celui d'un cheval), et le poids de ses désirs se réduit de 70% (il est très difficile de se débarrasser des 30% restants). A ce moment, ce n'est ni une volonté du psychisme, ni un mouvement de la sixième conscience, mais ce sont plutôt les graines de la conscience réceptacle qui sont susceptibles de se transformer et vont alors permettre de transcender le stade ordinaire pour accéder à la sainteté.

Les désirs masculins et féminins sont de "nature" sexuelle. Le même terme "nature" se retrouve quand on dit "éclairer son esprit pour voir sa nature intrinsèque". Ces deux termes dont le sens est à peu près le même sont indissociables. Les désirs sont la dernière parcelle d'ignorance, et il est impossible de s'échapper du monde du désir si l'on n'est pas capable de les résorber. Ceux qui se sont engagés dans le chemin de l'entretien du souffle s'élèveront facilement aux cieux du monde de la forme, qui sont au-dessus du monde du désir. Ceux qui ont pris le chemin de la non-pensée propre au Chan, accéderont au monde du sans-forme.

Mais les trois mondes ont chacun leurs propres défauts et, en ne pratiquant que les méthodes pour accéder à un seul monde, il est impossible de réaliser les fruits du bouddhisme et de parfaire la voie de l'éveil.

Si l'on s'applique à affiner son essence, on acquiert une jouissance et le corps se sent incomparablement bien. Cela s'appelle la merveilleuse joie interne du bodhisattva, car chaque cellule recèle une portion infime de cette joie comparable à un orgasme extrêmement subtil. S'il est nécessaire d'être dans cet état de joie avant d'entrer en samâdhi, il est aussi facile de glisser et de s'enfoncer dans un état où l'on aspire à cette jouissance. Cela fait partie des quatre pratiques intensives. On les dit intensives, car il faut des efforts constants si l'on veut prétendre étudier et pratiquer

le bouddhisme. Cette jouissance naît de l'essence, car si l'essence ne descend pas, la jouissance ne vient pas. Or, chez les êtres ordinaires, lorsque l'essence descend, le sperme s'écoule. S'ils ne souffrent pas de pollutions nocturnes, ils ont envie d'avoir des relations sexuelles et perdent ce "cinabre". Puis ils se remettent à pratiquer les exercices spirituels, ainsi de suite à plusieurs reprises. C'est la condition des hommes ordinaires, et voilà pourquoi, sur dix mille hommes qui pratiquent le bouddhisme avec assiduité, pas un n'arrive à réaliser le fruit.

La lumière ne brillera pas si votre souffle n'est pas plein et inversement, dès qu'il le sera vous vous trouverez tout naturellement au cœur d'un halo de lumière. Mais malgré cela, si vous vous contentez d'être dans un état de joie merveilleuse, vous risquez alors de retomber dans le monde du désir. En revanche, si vous restez dans un état de lumière, vous retombez dans le monde de la forme. Et si vous pratiquez les exercices de vide mental et de non-pensée (propres au Chan tardif), vous retombez dans le monde du sans-forme. Attention ! Une absence de pensée trop prolongée peut évoluer en une perte de mémoire, et provoquer une chute dans une condition animale. Tsongkhapa, dans son Traité sur la progression dans la voie de l'éveil, critiqua sévèrement la non-pensée à cause de cela, et il n'avait pas tort.

*"En tant que tel, le sexe n'est ni bon ni mauvais.
A l'instar d'un couteau, il peut sauver,
et peut aussi tuer.*

Je répète que si l'on n'acquiert pas la jouissance on ne peut obtenir le samâdhi ; si l'on n'acquiert pas la lumière on ne peut produire la sagesse ; si l'on ne se place pas dans un état de non-pensée on ne peut accéder à la vacuité. Mais si l'on veut accéder à la vacuité, il est absolument nécessaire de maîtriser pleinement la discipline, le dhyâna et la sagesse. Une défaillance dans un de ces trois domaines entraînerait une chute dans un des trois mondes et empêcherait de s'en échapper.

La première réaction qui se produit une fois que l'on est parvenu à une plénitude du souffle et de l'essence est le retour des désirs. Il y a quelques années de cela, un ami avait écrit un traité intitulé "Le sexe n'est pas mauvais" et m'avait demandé de le lui critiquer. Je lui dis : "En tant que tel, le sexe n'est ni bon ni mauvais. A l'instar d'un couteau, il peut sauver, et peut aussi tuer." Les gens ne comprennent pas cela. Leurs désirs sexuels sont une part d'ignorance, mais l'ignorance n'est vraiment pas un péché,

Suite de l'entretien avec Maître NAN

c'est l'ignorance. L'ignorance a des répercussions sur un karma égaré, mais qu'un karma égaré soit bon ou mauvais, c'est une autre affaire. Un karma égaré équivaut à un ensemble de perturbations mentales, et celles-ci ont du bon et du mauvais. Cependant, on ne peut réaliser l'éveil sans la force de cette ignorance quand elle se présente. Voilà pourquoi les taoïstes appellent cette force "la passe entre deux mondes", car soit on l'élève et l'on accède au paradis, soit on l'abaisse et l'on se retrouve en enfer.

Le bouddhisme parle sans cesse de la discipline, du dhyâna et de la sagesse. Les écoles exotériques ne font que les men-

tionner, comptant que cela suffise pour chacun s'éveiller, mais l'école ésotérique en fait une véritable doctrine. En réalité, les écoles exotériques en ont parlé, mais nous n'y avons pas prêté attention. J'insiste donc particulièrement sur la quatrième partie du Sûramgama sùtra, qui traite de la transformation du monde physique, de l'origine unique de l'esprit et de la matière, et de l'enfer et du paradis. Le Bouddha y a caché des secrets, dont un sur la façon de sublimer les dharmas et un autre sur celle de pratiquer.

Extrait in "L'expérience de l'éveil", par NAN Huai-chin aux éditions du Seuil

Les internautes du WEB pourront trouver asile et repos sur ces îlots de sagesse virtuelles.



Net plus ultra

<http://www.oz.net/~davfilms/taichipage.html>

Maître Nan Huai-chin participe à tous les aspects de la vie moderne. Dans ce site, un film de 10 mm. sur sa pratique de Tai Chi sur le bord de mer.

Nos autres trouvailles sur la Toile.

<http://www.School of Wisdom>

Elle existe, l'école de la Sagesse!

(en anglais). Fondée par le comte de Keyserling à Darmstadt, (fréquentée, entre autres, par R. Wilhelm et R. Tagore) elle est aujourd'hui dirigée par Arnold Keyserling, fils du fondateur, et par Ralph et Molly Losey, un philosophe (de la sagesse) et une avocate, établis aux Etats-Unis. Pour A. Keyserling la sagesse est :

«l'habileté de vivre en cohérence dans un monde chaotique. Elle demande «la connaissance qui est derrière la connaissance», ce qui signifie un entendement du logiciel du mental, de sa structure, qui est opposée au logiciel -les langages particuliers, les sciences et religions créées par le mental. C'est la connaissance du Hasard et du Chaos, le monde réel dans lequel nous vivons, et la manière de trouver l'ordre caché derrière les apparences.

L'Ordre se trouve dans la structure, le nombre et la musique qui sont l'accès au sens des significations. Ceci permet à l'individu de faire les choix appropriés dans le monde chaotique du hasard.»

Grand passionné du Yi king qu'il a enseigné durant de longues années, A. Keyserling a pris également le chemin du chamanisme et bâti son propre enseignement basé sur la Roue du Temps.

Le Théâtre du Soleil



Le Théâtre du Soleil signe une nouvelle pièce sur la tolérance, l'urgence et le Tibet.

Photo : Martine Franck, Magnum.

thssoleil@worldnet.fr

C'est une tradition pour Ariane Mnouchkine et le Théâtre du Soleil de défendre les causes où des hommes et des peuples de la tolérance et de la paix font face à la violence et la dictature. L'Inde de Mahatma Gandhi, le Cambodge de Norodom Sihanouk et maintenant, le Tibet du Dalaï Lama sont revus pour que le théâtre épouse un contenu, un engagement qui devrait changer le monde. Entre sagesse et dissidence, humour, drôlerie et gravité, à savourer cette fois-ci le formidable spectacle «Et soudain, des nuits d'éveil». La pièce est dédiée à l'angoisse des réfugiés tibétains très mêlée aux attentes créées par la politique du Dalaï Lama. Les comédiens et le public d'un théâtre se demandent comment faire quelque chose pour ces gens en détresse, sans y parvenir... Au Théâtre du Soleil, mise en scène d'Ariane Mnouchkine, sur une écriture d'Hélène Cixous, à la Cartoucherie de Vincennes. A disposition au théâtre, un dossier complet sur le Tibet, avec des documents remarquables comme ce traité conclu entre le Roi de Chine et celui du Tibet en 821-822. Et une chronologie des relations politiques et culturelles entre Chine et Tibet de 1949 à nos jours. Sans oublier (également sur place) les prodigieuses performances du Tибетain Institute of Performing Arts, ambassadeur des arts traditionnels et de l'opéra tibétain les plus authentiques. Soyez sages jusqu'au prochain numéro !

E.S.