

Les quatre nobles vérités

Définition :

Que signifie l'expression "Noble Vérité" ? L'épithète noble suppose l'union intime de beau, de parfait de merveilleux. Le substantif vérité désigne la réalité vraie, la réalité nettement établie, la réalité éternelle.

Les quatre Nobles Vérités désignent la réalité vraie de la condition humaine. Elles sont merveilleuses, parce qu'en même temps qu'elles montrent les aspects dramatiques de cette conditions, elles indiquent aussi les moyens de s'en préserver. Elles constituent les données de base de la philosophie bouddhique. Elles représentent même le fondement unique de la doctrine du Petit Véhicule, le Theravada.

Exposées de façon simple et claire par le Tathagata, elles sont faciles à comprendre, même pour les sujets les moins doués intellectuellement, puisque la souffrance physique ou morale est bien connue de tout être humain, et qu'il est parfaitement normal de fuir la souffrance et de rechercher le bonheur et la joie.

Les quatre merveilleuses Vérités sont :

La Vérité de la Souffrance
La Vérité des Causes de la Souffrance,
La Vérité de l'Extinction de la Souffrance
La Vérité de la Voie vers l'Extinction de la Souffrance.

a) La Souffrance

C'est la plus facile à constater, la plus fréquente, la plus connue de tous les états de l'homme. Une formule saisissante résume toute la condition malheureuse de l'existence humaine : "Naître c'est souffrir, vieillir c'est souffrir". Tout au long de cette existence, la souffrance ne cesse de se manifester sous toutes ses formes, à la moindre occasion elle se manifeste par un acte ou un sentiment de l'homme.

Ainsi l'amour est souffrance quand on perd un être cher ou que l'on en est séparé. La haine est souffrance quand on songe à faire du mal à son ennemi. Le désir est souffrance quand on n'obtient pas à ce quoi l'on aspire ou qu'on perd ce à quoi l'on tient le plus.

b) Les Causes de la Souffrance

La Deuxième Vérité concerne l'Origine de la Souffrance, ou exactement les causes constituantes de la douleur.

Elle est en quelque sorte le diagnostic du médecin, déterminant les germes de la maladie et prévoyant le processus de leur action.

c) L'Extinction de la Souffrance

En contraste avec la Première Vérité, l'extinction de la souffrance est un tableau bien reposant de l'état du malade quand il sera définitivement guéri. Elle montre en quelque sorte la nature véritable de l'esprit humain, après qu'il se soit débarrassé de tous les voiles d'illusions qui l'entravent et le font souffrir inutilement.

d) La Voie vers l'Extinction de la Souffrance

Cette Quatrième Vérité contient l'ensemble des moyens permettant d'anéantir les causes mêmes de la souffrance avant qu'elles se manifestent. C'est la thérapeutique merveilleuse permettant la guérison définitive de toutes les maladies du corps et de l'esprit.

C'est le chemin rayonnant conduisant au Nirvana, un chemin longeant les précipices et les abîmes mais bordés heureusement de cordes solides que sont les Huit Moyens de Perfectionnement pour les adeptes , les Huit Branches de la Roue du Dharma.

Comment s'enchaînent les Quatre Nobles Vérités ?

Quand nous lisons attentivement le Sermon sur les Quatre Nobles Vérités, nous sommes frappés par la forme remarquable du discours, l'enchaînement de ses diverses parties et la progression de raisonnement ; d'abord l'exposé des données du problème : la souffrance et ses causes ; puis la solution : l'extinction de ces causes ; enfin le moyen de réaliser cette solution : **la Voie**.

Le langage est simple, clair, direct. Il permet une compréhension facile et immédiate du problème exposé.

En premier lieu, nous assistons au spectacle dramatique de la souffrance sous toutes ses formes, description réaliste de la misère humaine en tous temps et en toutes sociétés, mais peut-être, aussi, souvenirs lancinants des quatre sorties du prince Gautama hors du palais royal. La Première Vérité s'impose d'elle-même : la souffrance est inséparable de l'existence humaine. Vivre c'est souffrir.

Puis nous suivons le Parfait dans l'étape de la recherche des causes de la souffrance. Pour guérir un mal, il faut remonter à ses origines, afin de comprendre tout le mécanisme de ses manifestations.

La troisième étape est celle du démontage de ce mécanisme de la souffrance, de façon à en arrêter le fonctionnement. Quelle sensation, quel sentiment éprouvera l'être humain, le jour où toute souffrance aura cessé d'exister pour lui ? C'est une vision du bonheur absolu à laquelle nous sommes tous ouverts, et chacun peut constater que ce bonheur est réel, qu'il est du domaine du possible et que tout le monde peut y accéder puisque souffrance et bonheur, souffrance et joie constituent des couples indissolubles, le premier état ne peut exister qu'en fonction du second et inversement.

L'essentiel c'est de savoir éloigner la souffrance pour retrouver instantanément la joie suprême et permanente.

Enfin la quatrième étape est celle des moyens permettant d'obtenir ce bonheur permanent et infini qui est la libération définitive du samsara, ce tourbillon des renaissances.

Le Sermon sur les Quatre Vérités est comparable à une composition architecturale, harmonieuse dans son ensemble et bien équilibrée, qui attire la vue d'abord et séduit ensuite par sa simplicité et sa composition rationnelle. IL suffit de l'entendre pour réaliser pleinement la signification de l'existence humaine, faite de petites joies éphémères et de souffrances infinies. Et une fois que nous avons compris les causes de notre malheur, le Tathagata nous indique les moyens de nous en débarrasser par nous-mêmes.

Si l'on voulait représenter les Quatre Nobles Vérités en images, elles formeraient un tableau comprenant deux parties :

- En bas, une mer immense agitée par la tempête dans laquelle des multitudes d'embarcations chargées d'êtres humains sont ballottées, renversées, englouties par les flots, et les survivant

s'efforçant d'échapper aux vagues et aux monstres marins. La tempête est provoquée par des tourbillons venant des quatre coins de l'horizon, obscurcissant le ciel et balayant tout sur leur passage. Ces tourbillons ont pour noms : la luxure (Kama), l'ambition (Raga), la colère (Dvesa) et l'ignorance (Avidya).

- En haut, surplombant la mer des souffrances, un autre monde rayonnant de lumière et verdoyant, où tous les êtres humains ont l'air serein et heureux et vivent en un éternel printemps parmi les fleurs et les oiseaux.

Pour accéder à ce plateau, les hommes et femmes de la partie inférieure du tableau escaladent différents sentiers au bord desquels ont été plantés des panneaux de signalisation donnant les noms de chaque sentier et la contrée de destination tels que : les Quatre Méditations, les Quatre Efforts, les Quatre Contentements, les Huit Sentier justes, etc.

Selon leur âge, leur force, ou leur ténacité, les être humains suivent des sentiers, plus ou moins difficiles, mais tous ont la possibilité de s'arrêter aux différentes étapes pour se préparer à atteindre enfin le niveau le plus élevé, la récompense suprême et qui a pour nom le Nirvana.

La partie inférieure du tableau porte une inscription en filigrane : le monde humain avec ses deux composantes la mer des souffrances (Dukkha Sacca) et les tourbillons engendrant les souffrances (Samudaya Sacca).

La partie supérieure porte l'inscription : au-delà du monde humain ; le plateau verdoyant représente l'extinction de la souffrance (Nirodha Sacca) et les sentiers y conduisant représentent la Voie vers l'extinction de la souffrance (Marga Sacca).

L'importance des Quatre Nobles Vérités dans la doctrine bouddhique

Les Quatre Nobles Vérités, comme il a été souligné plus haut, constituent la connaissance de base du bouddhisme, aussi bien celui du Theravada (Petit Véhicule) que celui du Mahayana.

Elles sont ses premiers pas dans la voie de l'Enseignement progressif. Puis par sa détermination, sa foi et sa persévérance, l'adepte accède progressivement aux Quatre Niveaux de Perfectionnement du Petit Véhicule.

Ensuite il pourra s'orienter vers la voie des Six Perfectionnements de Bodhisattva pour parvenir à l'étape définitive du Parfait Eveillé, dans le Grand Véhicule.

Comme on le voit, les Quatre Vérités sont accessibles à tout être humain quels que soient son niveau intellectuel, l'environnement social et l'époque auxquels il appartient. C'est pour cette raison qu'elles ont été traduites dans toutes les langues et retenues comme enseignement de base du bouddhisme dans presque toutes les pays du monde.

Comment étudier et pratiquer les Quatre Nobles Vérités ?

Nous commençons d'abord par bien saisir la Première Vérité et reconnaître la Véracité de la Souffrance, et la reconnaître d'après ce que nous voyons autour de nous et d'après notre propre expérience, et non pas parce que nos maîtres nous l'on dit. Ensuite, nous devons procéder nous aussi à l'analyse de nos souffrances propres, et reconnaître pour chacune d'elles les causes leur donnant naissance.

Une fois ces causes établies, demandons-nous comment les éliminer, et par le même processus de recherche, nous arriverons aux mêmes constations que le Tathagata : Notre bonheur, notre libération ne dépendent que de nous. Et cette Troisième Vérité constitue le chapitre le plus important de tout l'enseignement bouddhique, puisqu'elle fait appel à la volonté humaine et à la confiance en soi. Et pour cette seule raison, le bouddhisme, loin d'être une doctrine de pessimisme et de désespoir, représente plutôt une philosophie d'espérance et de joie.

La Quatrième Vérité s'impose par elle-même : une fois que nous avons reconnu la véritable nature de la condition humaine, nous ferons appel aux moyens que le Tathagata nous a indiqués comme étant merveilleux et les seuls pour nous en libérer.

Et ainsi, le Parfait a rempli sa mission de guide éternel pour l'humanité.

Il ne nous reste plus qu'à nous engager dans la voie tracée avec résolution et confiance.