

Cette traduction du chapitre 3 de "Abhidhamma in daily life" de Nina Van Gorkom a été effectuée avec l'accord de l'auteur par Sébastien Billard (s.billard@free.fr) à partir de la version PDF disponible sur le site zolag.co.uk.

Ce document est placé sous licence Creative Commons "Patrimoine - Pas d'Utilisation Commerciale - Partage des Conditions Initiales à l'Identique 2.0" (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.0/fr/>)

Chapitre 3

Les différents aspects de *citta*

Le Bouddha a parlé de tout ce qui est réel. Son enseignement peut être validé par notre propre expérience. Mais, nous ne connaissons pas véritablement les réalités de la vie quotidienne : les phénomènes physiques et mentaux qui apparaissent au travers des yeux, des oreilles, du nez, de la langue, du toucher et du mental. Il semble qu'en fait nous soyons surtout intéressés par le passé, et par le futur. Toutefois, si nous apprenons à connaître ces réalités dans le moment présent, et si nous apprenons à être conscient d'elles lorsqu'elles apparaissent, alors nous découvrirons ce que la vie est réellement.

Le Bouddha a expliqué que *citta* (la conscience) est une réalité. Il se peut que nous doutions de la réalité des *citta*. Comment prouver que les *citta* existent ? Se pourrait-il qu'il n'y ait que des phénomènes physiques, et pas de phénomènes mentaux ? Il y a plein de choses du quotidien qui nous semblent évidentes, comme nos maisons, nos repas, nos vêtements ou les objets que nous utilisons tous les jours. Ces choses n'apparaissent pas d'elles-mêmes. Elles apparaissent grâce au mental qui les a pensées, grâce à *citta*. *Citta* est un phénomène mental, qui a pour fonction de connaître et d'expérimenter. *Citta* est en cela différent des phénomènes physiques qui eux n'expérimentent rien du tout. Lorsque nous écoutons la musique d'un compositeur : c'est *citta* qui a pensé cette musique, c'est aussi *citta* qui a fait se mouvoir la main du compositeur : sa main n'aurait pas pu bouger sans *citta*.

Citta peut accomplir une grande variété d'actions. Nous lisons dans l'Atthasālinī (un commentaire du Dhammasaṅgani, premier livre de l'Abhidhamma) au livre I, partie II, analyse des termes, 64 :

"Comment la conscience (c'est-à-dire le mental) est-elle capable de produire une telle variété d'effets par ses actions ? Il n'y pas dans le monde d'art plus diversifié que celui de la peinture. Dans l'art de la peinture, le chef-d'oeuvre du peintre est plus artistique que tout le reste de sa production. Une inspiration artistique survient chez les peintres de chefs-d'oeuvres, qui les pousse à agencer les formes de telle ou telle façon. Lors de cette conception s'accomplissent des opérations du mental (ou opérations artistiques) exécutant des tâches telles que

le dessin des contours, l'application de la peinture, les retouches et embellissements [...] Ainsi, toutes les formes d'art dans le monde, spécifiques ou génériques, sont accomplies par le mental. En vertu de sa capacité à produire une telle variété d'effets par ses actions, le mental qui accomplit tous ces arts est en lui-même artistique. Non : il est même plus artistique que l'art lui-même, qui ne peut exécuter parfaitement chaque oeuvre. C'est pourquoi le Béni à dit : "Moines, avez-vous vu un chef-d'oeuvre pictural ?" "Oui, Seigneur." "Moines, ce chef d'oeuvre artistique est une conception du mental. Vraiment, moines, le mental est plus artistique que ce chef-d'oeuvre." (Gaddula Sutta)

Nous lisons ensuite toutes les différentes choses accomplies par *citta*. Les bonnes actions comme les actions de générosité, et les mauvaises actions comme la cruauté et la dissimulation sont accomplies par *citta*. Ces actions produisent différents résultats. Il ne s'agit pas d'un unique type de *citta*, mais bien de différents types de *citta*.

Les individus réagissent différemment à ce qu'ils expérimentent, et donc différents *citta* apparaissent. Ce qu'une personne aime, une autre personne ne l'aimera pas. Nous pouvons aussi remarquer comment les gens diffèrent lorsqu'ils font ou produisent quelque chose. Même quand deux personnes projettent de faire la même chose, le résultat est différent. Par exemple quand deux personnes peignent un même arbre, leur deux peintures ne sont pas identiques. Les gens possèdent différents talents et capacités. Certains n'ont pas de difficultés avec les études, alors que d'autres en sont incapables. Les *citta* sont hors de contrôle : chaque *citta* apparaît en fonction de conditions.

Pourquoi les individus diffèrent-ils tant les uns des autres ? La raison en est qu'ils expérimentent différentes situations au cours de la vie et accumulent ainsi différentes tendances. Un enfant entraîné à la générosité dès son plus jeune âge accumule de la générosité. Les personnes colériques très souvent accumulent une grande quantité de colère. Nous avons tous accumulé différentes tendances, goûts et habiletés.

Nous avons vu que chaque *citta* qui apparaît disparaît ensuite complètement, suivi par un autre *citta*. Comment peut-il alors y avoir accumulation des expériences et des tendances, bonnes et mauvaises ? En fait, chaque *citta* qui apparaît succède au *citta* précédent. Notre vie est une série ininterrompue de *citta*, chaque *citta* étant conditionné par le *citta* précédent, et conditionnant le *citta* suivant : c'est ainsi que le passé peut conditionner le présent. Nos bons et mauvais *citta* dans le passé conditionnent nos tendances actuelles. Et c'est ainsi que nous accumulons des tendances, bonnes et mauvaises.

Nous avons tous accumulé de nombreuses tendances négative et souillures (en pâli : *kilesá*). Les souillures sont par exemple l'avidité (*lobha*), la colère (*dosa*) et l'ignorance (*moha*). Les souillures manifestent différents degrés : Il existe des souillures subtiles ou tendances latentes, des souillures moyennes et des

souillures grossières. Les souillures subtiles n'apparaissent pas avec *citta*, mais sont des tendances latentes accumulées, qui sommeillent en nous. Quand nous dormons et que ne sommes pas en train de rêver, il n'y a pas d'*akusala citta*, mais des tendances latentes malsaines accumulées sommeillant dans *citta*. Quand nous nous réveillons, les *akusala citta* apparaissent à nouveau. Comment pourraient-ils apparaître s'il n'y avait pas de tendances malsaines accumulées dans chaque *citta* ? Même quand le *citta* n'est pas *akusala*, il y a présence de tendances malsaines, aussi longtemps qu'elles n'ont pas été éradiquées par la sagesse. Les souillures moyennes sont différentes des souillures subtiles, car elle apparaissent avec *citta*. Les souillures moyennes apparaissent avec les *akusala citta* ayant leur origine dans l'attachement (*lobha*), l'aversion (*dosa*) et l'ignorance (*moha*). Ce sont pas exemple l'attachement à ce qui est vu, entendu, ou expérimenté par le toucher, ou l'aversion envers les objets expérimentés. Les souillures moyennes ne motivent pas d'actes malsains. Les souillures grossières, elles, motivent des actions pernicieuses (*akusala kamma*) par le corps, la parole ou le mental comme le fait d'ôter la vie, de calomnier ou de voler ce que d'autres possèdent. *Kamma* est en fait une volition ou intention : *kamma* peut motiver de bonnes et mauvaises actions. *Kamma* est un phénomène mental et peut s'accumuler. Les individus accumulent différents *kamma* et souillures.

Des accumulations différentes de *kamma* conditionnent différents résultats dans la vie : c'est la loi de *kamma* et *vipāka*, la loi de cause à effet. Nous voyons des gens naître dans des conditions très diverses. Certains résident dans des endroits agréables, et vivent des expériences plaisantes. D'autres vivent continuellement des expériences déplaisantes, sont pauvres ou souffrent d'une mauvaise santé. Quand nous entendons que des enfants souffrent de malnutrition, nous pouvons nous demander pourquoi ils souffrent alors que d'autres enfants reçoivent tout ce dont ils ont besoin. Le Bouddha a enseigné que chacun reçoit le résultat de ses propres actions. Une action (*kamma*) passée peut produire son résultat plus tard, du fait que les *akusala kamma* et *kusala kamma* s'accumulent. Quand les conditions sont réunies, le résultat survient alors, sous la forme de *vipāka*. Parce que le mot "résultat" est utilisé, certains peuvent penser que *vipāka* désigne les conséquences de leurs actions pour les autres individus. Mais le mot "résultat" dans le contexte de *vipāka* a une signification différente. *Vipākacitta* est un *citta* qui expérimente un objet plaisant ou déplaisant, et qui est le résultat des actions que nous avons nous-même accomplies. Nous avons l'habitude de penser à un soi qui expérimente des choses plaisantes et déplaisantes. Mais il n'y a pas de soi : seulement des *citta* qui expérimentent divers objets. Certains *citta* sont des causes, qui peuvent motiver des actions bonnes ou mauvaises, qui elles-même produiront ultérieurement du résultat. D'autres *citta* sont des résultats, ou *vipāka*. Quand nous voyons quelque chose de déplaisant, ce n'est pas le soi qui voit : c'est un *citta*, la conscience visuelle, qui est le résultat d'actions d'actions pernicieuses (*akusala kamma*) accomplies dans cette vie ou dans les précédentes. Ce type de *citta* est *akusala vipāka*. Quand nous voyons quelque chose de plaisant, c'est aussi un *citta*, qui est cette fois *kusala vipāka*, le résultat d'actions bénéfiques que nous avons accomplies. Chaque objet déplaisant

expérimenté au travers l'un des cinq sens est *akusala vipáka*. Et chaque fois que nous expérimentons un objet plaisant au travers de ces sens, il s'agit de *kusala vipáka*.

Lorsque une personne est frappée par une autre, la douleur ressentie n'est pas le *vipáka* (résultat) de l'action accomplie par la personne qui a frappé. La personne qui est frappée reçoit le résultat d'actions pernicieuses (*akusala*) qu'elle a elle-même accomplies : elle expérimente *akusala vipáka* au travers du sens du toucher. L'action de l'autre personne n'est que la cause immédiate de sa douleur. En ce qui concerne l'autre personne, c'est un *akusala citta* qui a motivé son geste. Tôt ou tard, elle expérimentera le résultat de ses propres actions. En développant notre compréhension de *kamma* et de *vipáka*, nous appréhenderons plus clairement les événements de nos vies.

L'Atthasáliní (livre I, analyse des termes, partie II, 65) explique que le *kamma* d'individus différents produit des résultats différents à la naissance et au cours de la vie. Ainsi, même les caractéristiques corporelles sont le résultat du *kamma*. Nous lisons :

"[...] En dépendance de la différence de *kamma* apparaissent les différentes destinées des êtres, sans jambes, avec deux jambes, quatre jambes, de nombreuses jambes, végétatifs, spirituels, doués de perception, sans perception, sans perception ni non-perception. En dépendance de la différence de *kamma* apparaissent les différentes naissances des êtres, hauts et bas, vils et élevés, heureux et misérables. En dépendance de la différence de *kamma* apparaissent les différentes caractéristiques individuelles des êtres, beaux ou laids, bien-nés et mal-nés, au physique harmonieux ou difforme. En dépendance de la différence de *kamma* apparaissent les différentes conditions mondaines de l'existence, le gain et la perte, la renommée et la disgrâce, les louanges et le blâme, le bonheur et la misère."

Nous lisons également :

"Par le *kamma* le monde tourne, par le *kamma* les hommes vivent, et par le *kamma* les hommes sont enchaînés, comme la roue du char par la cheville" (Sutta Nipata, 654)

Le Bouddha a enseigné que tout apparaît en fonction de conditions : ce n'est pas par hasard que les individus présentent des aspects physiques et des caractères si différents, et qu'ils vivent dans des circonstances si diverses. Même les différentes caractéristiques corporelles des animaux sont dues au *kamma*. Les animaux ont des *citta* également : ils peuvent se comporter de façon bonne ou mauvaise. Ils accumulent ainsi différents *kamma*, qui produiront différents résultats. Si nous comprenons que chaque *kamma* produit son résultat, nous saurons alors qu'il n'y a pas de raison d'être fier d'être né dans une famille riche, d'être loué par les autres, de recevoir des honneurs ou d'autres choses

plaisantes. Face à la souffrance, nous comprendrons que cette souffrance a son origine dans nos propres actions. Nous aurons alors moins tendance à blâmer les autres pour notre malheur, et moins tendance à être jaloux quand ceux-ci expérimentent des choses plaisantes. Quand nous comprenons correctement la réalité, nous savons que ce n'est pas le soi qui récolte ces choses plaisantes ou doit souffrir : ce n'est que *vipāka*, un *citta* qui apparaît en fonction de conditions et qui disparaît immédiatement.

Nous voyons des êtres nés dans des circonstances similaires se comporter pourtant différemment. Par exemple, parmi les gens nés dans des familles riches, certains sont avares, et d'autres non. Le fait qu'une personne naisse dans une famille riche est le résultat du *kamma*. L'avarice est conditionnée par les souillures accumulées des individus. Il y a différents types de conditions influençant la vie des individus. *Kamma* conditionne les conditions de la naissance des êtres, tandis que les tendances accumulées conditionnent leurs caractères.

Il est possible que nous ayons des doutes à propos des vies antérieures et futures, étant donné que nous n'expérimentons que la vie présente. Toutefois, dans cette vie même, nous observons que les différents êtres expérimentent différents résultats. Ces résultats doivent avoir leur cause dans le passé. Le passé conditionne le présent et les actions que nous accomplissons aujourd'hui produiront leur résultat dans le futur. En comprenant le présent, nous serons capable de mieux comprendre le passé, et le futur.

Les vies passées, présentes et futures ne sont qu'une série ininterrompue de *citta*. Chaque *citta* qui apparaît disparaît immédiatement, pour être suivi aussitôt par le *citta* suivant. Les *citta* ne durent pas, mais il n'existe pas un seul instant sans *citta*. Un instant sans *citta* signifierait que le corps est mort. Même quand nous dormons profondément, il y a *citta*. Chaque *citta* qui apparaît disparaît ensuite, tout en conditionnant le *citta* suivant. Le dernier *citta* de cette vie lui-même conditionne le premier *citta* de la vie suivante, la conscience de la renaissance. Nous voyons ainsi comment la série des existences se perpétue. Nous évoluons dans un cycle, le cycle de la naissance et de la mort.

Le *citta* suivant ne peut apparaître tant que le *citta* précédent n'a pas disparu. Il ne peut y avoir qu'un *citta* à la fois, mais les *citta* apparaissent et disparaissent si rapidement que l'on a l'impression que plusieurs peuvent coexister en même temps. Nous pouvons penser que nous pouvons voir et entendre en même temps, mais en réalité, chacun de ces *citta* apparaît à des moments différents. Nous pouvons vérifier par notre propre expérience que voir et entendre sont des types de *citta* différent ; ces *citta* naissent de conditions différentes et expérimentent des objets différents.

Un *citta* est ce qui expérimente quelque chose. *Citta* expérimente un objet. Chaque *citta* doit expérimenter un objet, il ne peut y avoir de *citta* sans objet. Les

citta expérimentent les objets au travers des six portes que sont les yeux, les oreilles, le nez, la langue, le toucher et le mental. Voir est un *citta* qui expérimente ce qui apparaît au travers de l'œil. Nous pouvons utiliser le terme "objet visible" pour désigner l'objet qui est vu, mais il n'est pas nécessaire de le nommer ainsi. Quand cet objet visible entre en contact avec la vue, les conditions sont alors réunies pour voir. Voir est différent de penser à ce que nous voyons : dans le second cas, il s'agit d'un *citta* qui expérimente un objet au travers du mental. Entendre et voir sont des *citta* différents, car leurs conditions et objets sont différents. Quand le son entre en contact avec l'ouïe, les conditions sont réunies pour qu'apparaisse un *citta* expérimentant le son. Ce n'est que lorsque les conditions sont réunies qu'un *citta* peut apparaître : Nous ne pouvons pas sentir au travers des oreilles, pas plus que nous ne pouvons goûter avec les yeux. Un *citta* qui sent expérimente les odeurs au travers du nez. Un *citta* qui goûte expérimente les saveurs au travers de la langue. Un *citta* qui expérimente les objets tangibles les expérimente au travers du toucher. Au travers du mental, *citta* peut expérimenter un grand nombre d'objets. Mais il ne peut exister qu'un *citta* à la fois, et *citta* ne peut expérimenter qu'un objet à la fois.

Nous pouvons comprendre de façon théorique qu'un *citta* qui voit présente des caractéristiques différentes d'un *citta* qui entend, et que *citta* est différent des phénomènes physiques, qui ne peuvent rien expérimenter. Savoir cela peut nous sembler simple, mais cette connaissance théorique n'est pas la même chose que de connaître la réalité par sa propre expérience. La connaissance théorique n'est pas très profonde : elle ne peut éradiquer le concept de soi. C'est seulement en étant conscient des phénomènes tels qu'ils se présentent au travers des six portes des sens que nous connaissons la vérité par notre propre expérience. C'est cette sorte de connaissance qui peut éradiquer le concept de soi.

Les objets que nous expérimentons sont le monde dans lequel nous vivons : à l'instant où nous voyons, le monde est objet visible. Ce monde d'objet visible ne dure pas, il disparaît immédiatement. Quand nous entendons, le monde est son, mais il disparaît encore immédiatement. Nous sommes absorbés et nous entichons de ces objets que nous expérimentons au travers des yeux, des oreilles, du nez, de la langue, du toucher et du mental, mais aucun de ces objets ne dure. Ce qui est impermanent ne doit pas être pris pour le soi.

Dans l'Anguttara Nikaya (Livre des quatre, chap. V, paragraphe 5, Rohitassa) nous lisons que Rohitassa, un deva, questionna le Bouddha sur la possibilité d'atteindre la fin du monde. Il dit au Bouddha :

- "Seigneur, nous est-il possible, en nous déplaçant, de connaître, de voir, d'atteindre la fin du monde, là où il n'y a plus de renaissance, plus de vieillesse, plus de mort, plus de chute (d'une existence à une autre) ni d'ascension ?

- Révérence, là où il n'y a plus de renaissance, plus de vieillesse, plus de

mort, plus de chute d'une existence à une autre ni d'ascension, je déclare que cet endroit ne peut être connu, vu, ou atteint en se déplaçant.

- Magnifique Seigneur ! Merveilleuse est la façon dont l'exalté à exposé que là où il n'y a plus de renaissance, plus de vieillesse, plus de mort, plus de chute d'une existence à une autre ni d'ascension, cet endroit ne peut être connu, vu ou atteint en se déplaçant !

Précédemment Seigneur, j'étais un ermite connu sous le nom de Rohitassa, fils de Bhoja, doué de pouvoirs psychiques et capable de marcher dans le ciel [...] Ma foulée était aussi grande que la distance qui sépare l'océan de l'est de l'océan de l'ouest. Doué d'une si grande vitesse et d'une si longue foulée, cette aspiration survint en moi : atteindre la fin du monde en se déplaçant.

Mais, Seigneur, sans parler du temps passé à me nourrir, à boire et à satisfaire mes besoins naturels, sans parler de ma lutte contre le sommeil et la fatigue, bien que ma durée de vie fût de cent ans, bien que j'eus voyagé une centaine d'année, je ne réussis pourtant pas à atteindre la fin du monde et mourût en chemin. C'est pourquoi merveilleuse est la façon dont l'exalté à exposé que là où il n'y a plus de renaissance, plus de vieillesse, plus de mort, plus de chute d'une existence à une autre ni d'ascension, cet endroit ne peut être connu, vu ou atteint en se déplaçant !

- Mais Révérence, je ne déclare pas non plus que l'on ne puisse pas atteindre la fin de dukkha sans atteindre la fin du monde. Non ! C'est précisément ce très long corps, avec ses perceptions et ses pensées, que je proclame être le monde, l'origine du monde, la fin du monde et le chemin menant à la cessation du monde.

La fin du monde ne s'atteint pas en se déplaçant.
Mais il n'y a pas de cessation de la souffrance sans atteindre la fin du monde. Aussi, que l'homme devienne connaisseur du monde, sage, vainqueur du monde.
Que cet homme mène la vie sainte¹.
Connaissant la fin du monde grâce au calme,
Il n'aspire plus à ce monde ni à aucun autre"

Le Bouddha enseigna ce qu'était le "monde", et la façon d'atteindre la fin du monde, c'est à dire la fin de la souffrance, de *dukkha*. La seule façon de réaliser cette fin du monde est de connaître le monde, de connaître "ce très long corps, avec ses perceptions et ses pensées", et donc de se connaître soi-même.

Notes

¹En pali: brahmacariya.