

## **Le premier Enseignement du Bouddha.**

Il est intitulé la première mise en mouvement de la roue du Dharma(loi).Le Bouddha le dispensa à Isipatana près de Varanassi. L'ouvrage du Vénérable Thich Nhat Han nous fait vivre l'environnement de l'époque du Bouddha et assister à de nombreux sermons, qui nous imprègnent de sa vision du monde.

Avant d'enseigner Il énonça à l'intention des 5 compagnons qui avaient partagé son passage ascétique, 2 recommandations: « O moines celui qui a renoncé à la vie du monde ne doit pas s'abandonner aux 2 extrêmes.

Quels sont ces 2 extrêmes? C'est se complaire dans les objets désirables pour les sens ,ce qui est bas , vulgaire, terrestre, indigne et sans profit, et c'est se vouer aux mortifications , ce qui est douloureux, indigne et sans profit »

Le Bouddha ajoute: « évitant ces 2 extrêmes le Tathagatha a réalisé le chemin du milieu. Celui qui donne la vue. Il donne la connaissance, il conduit à la tranquillité, la connaissance suprême, à l'Eveil.

### **Le chemin du milieu:**

« C'est le noble octuple chemin: la vue juste, la pensée juste, l'effort juste, l'attention juste, la concentration juste. Il donne la vue, la connaissance, il conduit à la tranquillité, à la connaissance suprême ,à l'éveil, au nibbana ou nirvana ».

### **Les quatre Nobles Vérités.**

- La Souffrance.

« La naissance est souffrance, vieillir est souffrance, la mort est souffrance, le chagrin est souffrance la douleur est souffrance, la douleur, l'affliction sont souffrance. Etre séparé de ce qu'on aime ou de ce qui plaît est souffrance, ne pas obtenir ce que l'on désire est souffrance .En bref les 5 agrégats de l'attachement sont souffrance ».

- L'origine de la Souffrance.

« C'est le désir lié au plaisir et à la convoitise qui produit les renaissances. Il fait les délices de ceci ou cela , c'est le désir tendu vers le plaisir des sens ,le désir de l'existence ou du devenir de la non existence et de l'annihilation. »

- La cessation de la Souffrance.

« C'est la complète extinction du désir ,il faut l'abandonner, y renoncer, s'en libérer, s'en détacher. »

- Le chemin conduisant à la cessation de la Souffrance.

« C'est simplement le Noble Octuple Chemin: la compréhension juste, la pensée juste, la parole juste, l'action juste, les moyens d'existence justes, l'effort juste, l'attention juste, la concentration juste. »

Le Bouddha insiste sur le fait que chacune de ces 4 Nobles Vérités revêt 3 étapes: entendre, comprendre, avoir compris, ce qui induit à chaque fois: la vue, le savoir, la sagesse, la vision pénétrante, la lumière.

« Lorsque la vision de la vraie connaissance s'est élevée en moi, de sorte que la délivrance de mon esprit est inébranlable. Ceci est la dernière naissance. Il n'y aura désormais d'autre devenir. »

« J'ai proclamé que j'avais l'illumination complète quand ma vision de la connaissance a été entièrement claire dans les 3 aspects et ses 12 fonctions concernant les 4 Nobles Vérités. Cette illumination est suprême dans ce monde avec ses dévas, ses ermites, ses brahmanes, ses princes et ses hommes. »

Ajoutons cet extrait de l'ouvrage du Docteur Meyer le système médical tibétain édition du CNRS.

« Il n'est pas étonnant que le Bouddha (l'Eveillé) soit devenu le médecin par excellence, car le médecin mondain ne connaît pas les remèdes radicaux qui guérissent de la naissance, de la vieillesse, de la maladie, de la mort;

La loi du Bouddha enseigne l'essence douloureuse de toutes choses et la loi naturelle qui régit ces choses d'essence douloureuse. Il faut connaître la nature et le mode de production des choses pour échapper à la douleur. Il ne s'agit pas de spéculations cosmologiques, mais d'une analyse des phénomènes externes et internes perçus par l'homme et auxquels il réagit. Il n'est pour celui-ci qu'un ensemble de combinaisons transitoires de phénomènes psychiques. L'être humain qui éprouve ces combinaisons transitoires à travers ses sens est lui-même engagé dans l'existence phénoménale et donc à la douleur par une série de 12 attachements de causes à effets. »

### **Les 5 agrégats.**

- Agrégat de la matière:

4 éléments :terre(lourdeur ou légèreté) eau(cohésion ou fluidité)feu (chaleur ou froid)air (mobilité et mouvement).

Dérivés des 5 éléments: 5 organes physiques des sens :faculté sensorielle de l'oeil...5 objets extérieurs leur correspondant: formes visibles... L'organe mental qui dans notre tradition est l'activité de l'esprit est le cinquième élément(ouvrage à consulter: bases neuro physiologiques de l'évaluation neuro sensorielle des produits alimentaires ph Mac Leod et G Chevalier)

Toute la matière intérieure et extérieure est incluse dans ce premier agrégat.

- Agrégat des sensations:

Il résulte du contact entre les organes sensorielles et les sources extérieures .Les sensations naissent: plaisantes, neutres, désagréables ,de même dans le domaine inséparable des pensées et idées.

- Agrégat des perceptions:

A ce niveau s'opère l'identification de l'objet ou de la pensée.

Jusqu'à cet agrégat il n'y a que constat pas de saisie ,de vouloir de désir.

- Agrégat des volitions :

Il dirige l'esprit vers l'acte et la parole bonne ou mauvaise ,inductrices de fruits bons ou mauvais.

- Agrégat des consciences:

Il identifie les modes d'être apparents de la matière et nous donne l'illusion du « moi »

La connaissance de l'expérience sensorielle expliquée précédemment est impermanente mais ne s'interrompt jamais donnant donc l'illusion du « je ». Pour fuir la douleur on s'accroche aux bonnes et on fuit les mauvaises s'engageant plus avant dans la douleur de l'alternance ,de l'impermanence .On satisfait éphémèrement un désir, on refuse son contraire on construit la haine tout ceci lié à l'ignorance des développements précédents.

Concluons par le verset 65 :Sur les fous du Dhammapada: »Si seulement pour un moment, une personne intelligente s'associe à un sage, elle comprend le Dhamma (loi)comme la langue connaît la saveur de la soupe. » Puissions nous être nombreux à rencontrer et à écouter des Sages!