

CHAPITRE VIII

SE DÉFIER

DES MAUVAISES INFLUENCES

(En Sanscrit le titre de ce chapitre est « Mâra », qui correspond à Satan ou le Démon, mais en Chinois le mot employé signifie « Celui qui tue », parce que son œuvre est de voler notre trésor de mérite et de tuer une vie de sagesse. Autrefois le mal était personnifié par Mâra le Roi de ce qui est mauvais, accompagné par une foule de démons, mais aujourd'hui on le désigne en termes impersonnels, attribuant plutôt le mal à des influences mauvaises. (Dwight Goddard.) (1)

* * *

Notre Seigneur le Bouddha se sert de tous ses mérites accumulés et de toute sa sagesse en libérant tous les êtres sensibles dans le Nirvâna, pendant que de mauvaises influences sont toujours en train de détruire les bonnes qualités

(1) En Chine et dans bien d'autres pays de l'Orient, tel le Tibet, la foule croit encore à l'existence des démons. Mais la personnification des pensées bonnes aussi bien que mauvaises est courante. Un lama Tibétain venu en visite en Bretagne regrettait de n'avoir pas sa corne magique pour exorciser les démons. Quand on lui demanda s'il prêtait vraiment foi à ces présences imaginaires il répondit : « Il n'y a donc pas de mauvaises pensées qui courent dans ces lieux ? Par « démons », nous Tibétains, entendons les mauvaises pensées qui nous influencent ». Mâra lui-même est la personnification du Désir, comme il est écrit plus loin dans notre texte : « Mâra n'est que la transformation des apparences irréelles. » Telle est la nature de ces hallucinations ou visions.

chez les êtres sensibles et de les maintenir dans la ronde de la vie et la mort. Si on a la patience de suivre le Noble Sentier du Bouddha on se rendra compte de l'influence et du danger des choses mauvaises. Ces influences peuvent être classées en quatre groupes : 1) l'irritation ; 2) la sensualité ; 3) la cruauté ; 4) les illusions personnelles. Les trois premiers sont si habituels dans la vie journalière, correspondant de si près aux pensées de chacun qu'il n'y a pas besoin en ce moment d'en parler plus longuement. On doit les chasser et les tenir éloignés par la pensée pure ou juste. Mais les influences mauvaises d'origine externe, que certains prennent pour les manifestations des démons ou diabolotins, doivent être considérées.

Il y a trois sortes de démons personnels :

1^o Les premiers sont les mauvaises influences (externes) qui éveillent la peur, elles sont douze et elles semblent se manifester pendant des heures variables du jour ou de la nuit. Elles passent par toutes sortes de transformations, les choses simples et innocentes auront une apparence terrifiante ; des femmes inoffensives ou des jeunes filles auront l'apparence de sorcières ; de bonne heure le matin, entre trois et quatre heures, on semblera voir des tigres, de cinq à sept des lapins inoffensifs, mais qui, malgré cela, font peur. De sept à neuf heures on semblera apercevoir des dragons horribles, ou des tortues, de neuf à onze on aura l'impression de voir des serpents, de onze heures à une heure on aura l'illusion de voir des chevaux, des mules et des chameaux, de une heure à trois les apparitions seront des moutons, de trois heures à cinq, des singes ; au crépuscule les illusions seront des vautours et des corbeaux ; dans les ténèbres de la nuit elles ressembleront à des chiens et à des loups ; de neuf à onze heures, elles auront l'apparence de porcs ou de choses répugnantes ; de onze heures et une heure, de rats fuyants et de souris, de une heure à trois heures on verra l'apparition de vaches menaçantes qui font peur. Assailli par ces apparences diaboliques et terrifiantes il faut se rap-

peler l'heure du jour et les éloigner de la pensée. Aussitôt qu'on les voit telles qu'elles sont et qu'on les appellent par leur nom véritable elles s'évanouiront (1).

La deuxième sorte d'influences mauvaises est composée de ce qui éveille la colère. Elles se servent aussi des transformations pour atteindre leur but. On peut avoir l'impression que des vers, ou des insectes, grimpent sur la figure, ou le dos, ou qu'ils piquent, ou nous chatouillent, ou tout à coup qu'ils nous saisissent ou émettent des bruits qui nous dérangent, ou qu'ils nous sautent dessus. A de tels moments il faut garder le contrôle de l'esprit et refuser d'être agacé ; il faut se dire : « Je connais qui tu es, tu n'es qu'une des petites afflictions de la vie. Tu n'es qu'une des différences d'opinion agaçantes qui mettent la patience à l'épreuve et qui nous irritent. » Les disciples du Bouddha qui observent les Préceptes ne se laisseront pas mettre en colère et ne seront pas troublés par ces manifestations. Parfois il sera nécessaire pour ceux qui sont des moines de répéter un Sutra, et pour les laïcs de répéter les Préceptes mais ces mauvaises influences n'ont aucun pouvoir qui soit réel et n'auront d'influence que si l'on s'y prête. Ceci sera clairement compris en lisant les écritures saintes.

La troisième sorte d'influences est composée par toutes les illusions qui soutiennent l'orgueil égoïste et l'indulgence personnelle. Ces influences se manifestent par le moyen des cinq objets des sens cherchant aussi à déranger et à interrompre les pensées bonnes et justes. Elles se divisent en trois groupes :

(1) Leur nature est illusoire, la forme qu'elles prennent personnifie certaines qualités, telles la sensualité, la haine, etc... Les appeler par leur nom véritable veut dire reconnaître leur nature propre (Voir le Livre des Morts Egyptiens). La même idée se trouve dans le Phopolwu des Mayas. « Je sais ton nom », dit le mort aux dieux gardiens. Dans le Livre des Morts Tibétain (Le Bardo) le disciple doit se rappeler la véritable nature des démons évoqués, c'est-à-dire qu'ils n'ont aucune existence propre en dehors de celle que son esprit leur donne, s'il oublie ceci il s'expose à de grands dangers (Voir Le Bardo et Le Yoga Tibétain. A. Maisonneuve, éditeur).

Premièrement, celles qui transforment les choses répugnantes pour les faire apparaître comme désirables.

Deuxièmement, il y a la transformation des choses agréables, de façon qu'elles semblent indésirables.

Troisièmement, les choses indifférentes en soi sont déformées de façon qu'elles semblent différentes de ce qu'elles sont en réalité, ce qui produit la confusion de l'esprit.

Toutes ces transformations qui servent à confondre et à égarer et à tromper l'esprit ressemblent à l'œuvre de « démons » et de « diables » pour ainsi dire, car leurs flèches sont dirigées contre les pensées et les sentiments les plus hauts. Ils n'attaquent pas franchement mais en arrière et en dessous, par leur transformation des choses agréables telles que les formes des parents, des frères et des amis ; la vie simple et paisible, les belles pensées du Bouddha ne sont plus vues comme elles sont en réalité. Ils nous attirent vers des conditions sans bases substantielles qui mènent à la souffrance. Par leur transformation, les choses inoffensives prennent l'apparence de bêtes terrifiantes pour nous tromper et pour nous faire peur, ou bien les conditions ordinaires sont transformées pour empêcher, ou pour déranger la pratique de Dhyâna. Par eux des visions plaisantes et des visions répugnantes sont toutes les deux transformées et les sons désagréables ainsi que les sons agréables, les odeurs agréables et les odeurs horribles, les goûts délicieux et les goûts désagréables, les pensées bonnes et les pensées mauvaises, les conditions de la vie ordinaire, tout est transformé par eux et par cela on est induit en erreur et empêché de suivre le Noble Sentier.

Ces transformations sont trop nombreuses pour être détaillées. On peut les classer en cinq groupes. Tout ce qui sert à transformer les cinq objets des sens et les pensées est l'œuvre de l'armée de Mâra. Le but de ces activités est d'agaçer, de tromper, de détruire les bonnes qualités, de pertur-

ber la sérénité, de créer des empêchements à la pratique de Dhyâna.

« Comprends que les désirs sensuels sont la première armée de ton ennemi. Le découragement et la tristesse sont la deuxième armée, la faim et la soif sont la troisième armée, les attachements sont la quatrième armée, la paresse et la somnolence sont la cinquième armée, la peur et la terreur sont la sixième armée, le doute et le remords sont la septième armée, la haine est la huitième armée, l'amour égoïste du confort et des louanges est la neuvième armée, l'orgueil égoïste et la satisfaction de soi sont la dixième armée. »

Toutes ces armées du mal investissent le disciple du Bouddha. Mais tu diras : « Je vaincrai toutes ces armées par le pouvoir de ma pratique de Dhyâna, et quand j'aurai obtenu l'Illumination, je libérerai toute l'humanité (1). »

Quand les disciples du Bouddha sont avertis de ces mauvaises influences, ils doivent leur résister avec détermination. Il y a deux moyens de leur résister. Le premier est par la pratique d'« Arrêter ». Aussitôt que l'on est conscient d'être assailli par une de ces mauvaises influences, il faut se rappeler que chacune n'est que mensonge et illusion. Si l'on fait cela il n'y aura ni crainte, ni tristesse, ni aversion, ni attraction, ni discrimination, ni raisonnement. Si on pratique l'arrêt des pensées, l'esprit deviendra tranquille et les armées de Mâra s'évanouiront.

Le deuxième moyen de résister aux mauvaises influences est de pratiquer la vision profonde et l'Examen, réfléchissant que l'esprit qui perçoit et qui fait des discriminations n'a aucune résistance objective, par conséquent il n'y a rien que ces mauvaises influences puissent contrarier et décevoir. Si les mauvaises pensées s'attardent, en pratiquant la vision profonde et l'attention juste on ne sera au moins ni irrité,

(1) On voit que ces « diables, démons, etc. » sont la personnification des pensées ou conditions qui empêchent la méditation et rendent difficile aux disciples la poursuite du Noble Sentier.

ni effrayé d'elles. Il faut être résolu de garder l'esprit tranquille, stable, même au sacrifice de sa vie.

Dans la pratique de l'attention juste, on se rend compte que la conception de Mâra, comme la personnification du Mal et la conception du Bouddha, comme la personnification du Bien, n'est en réalité qu'une seule conception : la conception de la manifestation. Dans la réalité, comme elles s'équilibrent l'une l'autre il ne reste que la conception du Dharmakâya, l'*Ultime Essence qui demeure dans le Vide et le Silence*. Dans ce sens il n'y a pas de Mâra à qui résister et pas de Bouddha comme refuge. Mais puisque Mâra n'est que la transformation des apparences irréelles et que le Bouddha est la manifestation de la véritable nature du Dharma-Kâya, les transformations de Mâra disparaissent et les manifestations du Bouddha-Dharma sont réalisées en même temps.

De plus, il ne faut pas se troubler si les transformations de Mâra ne s'évanouissent pas, ni être content si elles disparaissent. Pourquoi ? Parce que ces mauvaises influences (qui viennent pour troubler la pratique de Dhyâna) ayant l'apparence de loups, de tigres, etc... ne sont pas réelles et que Mâra non plus n'est pas une réalité. L'ignorance, la bêtise et les illusions par lesquelles on est effrayé et les choses invisibles qui attirent ne sont dues qu'à l'état d'esprit trompé, diffus, sans concentration, affolé. Les troubles que l'on attribue aux mauvaises influences ne sont que des mauvais états de son propre esprit. La lenteur du progrès vers l'Illumination n'est pas due aux activités de Mâra, mais à son propre relâchement dans la pratique de Dhyâna. Si ces conditions troublantes persistent pendant plusieurs mois, même pendant plusieurs années, il faut, avec patience, continuer à chercher à contrôler les états de son propre esprit ; il faut faire ceci avec la résolution qui ignore la peur et la douleur. Le mensonge doit, tôt ou tard, céder à la vérité, les transformations de ces mauvaises influences doivent aussi céder devant l'effort inébranlable de l'intention zélée.

Mais il ne faut pas considérer ces influences avec légèreté, car plus elles sont profondes et plus l'effort de les déraciner est grand, plus grand aussi sera le danger venant d'elles. Il faut apprendre à les reconnaître séparément, sans cela elles peuvent mener à la folie (1). Ces états morbides de bonheur, alternant avec un découragement sombre, sont les causes de maladies et même de la mort. Tout disciple du Bouddha doit avoir un maître compétent, ou un ami sage et de cœur noble car tôt ou tard il rencontrera ces influences mauvaises.

Si ces influences importunes et ces transformations de conditions ne sont pas vaincues, il peut arriver pire que maladies et mort, un disciple du Bouddha peut être changé en hérétique, ou en ennemi du Bouddha. Parfois il semble que Mâra entraîne un disciple du Bouddha pour faire de lui son propre serviteur, le menant vers les concentrations fausses, les états d'intelligence faux, les fausses intuitions, les pouvoirs surnaturels faux, pour qu'il puisse prêcher le Dharma avec force et convertir une foule de gens. Et plus tard Mâra semble se délecter à exposer sa fausseté pour ruiner ses pseudo-convertis. Les artifices de Mâra et de ses armées sont innombrables et inexplicables. Nous n'avons attiré l'attention que sur quelques-uns pour mettre le disciple de Bouddha constamment sur ses gardes et surtout contre ce danger d'hérésie. L'hérésie fondamentale, la croyance à la réalité de tous les phénomènes (2), n'est pas l'œuvre de Mâra, elle est à la base de tout, mais tout le reste appartient à Mâra.

Dans le Sūtra il est dit :

(1) Ce même avertissement est donné dans le Yoga Tibétain à celui qui pratique le rite de Chöd ; s'il prend les apparitions qu'il a évoquées pour des réalités il sera affolé et peut devenir fou. Le D^r Martin Steinke, de Berlin, a raconté que dans un monastère en Chine où il fut ordonné Bhikshu, les cas d'hallucinations et de folie n'étaient pas rares, dus aux pratiques de la magie, ou à des fausses pratiques de méditation.

(2) Le monde phénoménal comme réel, la croyance dans un ego fixe sont dus à l'ignorance.

« Dès que tu fais des spéculations (1) discursives, tu es déjà pris dans le filet de Mâra. Le disciple du Bouddha ne doit pas céder aux mauvaises influences, ni à la tentation des discussions discursives. Ceci est la véritable Mudrâ qui le protégera de tout mal. »

(1) La vérité discursive ne peut être qu'une vérité partielle. On ne prend contact avec la Vérité ou la Réalité qu'intuitivement, dans le vide et le silence de la parole et de la pensée.

CHAPITRE IX

LA GUÉRISON DU MAL

Puisque la maladie paraît quand il y a de mauvaises conditions ou de bonnes conditions qui sont mal ajustées, le disciple du Bouddha par l'observation des Préceptes en suivant le Noble Sentier et en pratiquant Dhyâna devrait en être libre ou presque libre. Le sage contrôle de l'esprit est le meilleur préventif contre la maladie, il est aussi le meilleur remède pour en guérir. Si le corps, l'esprit, la respiration sont bien réglés et que les circonstances (de la vie) sont en harmonie avec les enseignements du Bouddha, on doit pouvoir éloigner presque toutes les maladies et guérir la plupart des blessures. On doit faire tout ce que l'on peut pour se maintenir en bonne santé, car la maladie n'est pas digne pour celui qui avance vers l'Illumination (1) et de plus la mauvaise santé est un empêchement à la pratique de Dhyâna.

Il y a deux divisions à ce sujet que l'on doit avoir présentes à l'esprit. Celle, d'abord, qui traite de la nature de la maladie, de son développement et de ses symptômes. La seconde division se réfère aux méthodes de traitement. Dans la première division il faut distinguer la maladie causée par les conditions externes de celle qui est causée par les irrégulari-

(1) Littéralement « jette le discrédit sur l'Illumination », ce qui veut dire que les hommes n'auront pas confiance dans l'Illumination d'un être qui est malade et dont le corps et l'esprit ne sont pas en parfait équilibre.

tés de l'esprit. Dans les deux cas on doit observer le commencement de la maladie et essayer d'éviter qu'elle devienne sérieuse en corrigeant (aussitôt que possible) les conditions externes et internes. Quels sont les meilleurs remèdes ? Le meilleur est la pratique d'Arrêter (les pensées) et d'employer la vision profonde (1).

Ici Arrêter veut dire : écarter les mauvaises conditions (se libérer d'elles) et de mettre fin aux habitudes mauvaises. La vision profonde indique l'examen et la réflexion sur l'aspect vide de tous les phénomènes. Si l'on cesse de permettre à l'esprit de se préoccuper des symptômes, si on le force à réfléchir, d'une façon suivie, sur l'irréalité des corps et des idées, l'esprit deviendra tranquille et les symptômes disparaîtront. La raison de ceci est que la plupart des maladies sont causées par les irritations de l'esprit, et si on peut les contrôler par l'attention juste, l'esprit deviendra bienveillant et tranquille, la maladie disparaîtra.

On peut se servir des médecines tirées des minéraux ou des végétaux, si elles ont un rapport approprié avec la maladie.

On peut dire la même chose sur l'application juste des façons et des moyens de pratiquer la vision profonde. Chaque pratique doit être appropriée (ou en correspondance) avec la maladie mentale.

En traitant la maladie par l'un des procédés de la vision profonde, il est nécessaire, si l'on veut obtenir de bons résultats, d'employer dix moyens :

1° La confiance (ou la foi). Il faut croire que le remède fera du bien.

2° L'application. Il faut se servir du remède d'une façon juste et en temps voulu.

3° La Diligence. Il faut appliquer le remède sérieusement sans relâche jusqu'à la guérison.

(1) Il est intéressant de comparer ces conseils avec ceux de Girimanda Sutta de l'Anguttara Nikaya 10, où il est conseillé au malade de pratiquer les dix perceptions (V. « Pirit Nula », éd. A. Maisonneuve). Lire aussi dans « Pirit Nula » des Conseils à un Laïc malade.

4° Les conditions permanentes. Cela veut dire que l'esprit doit garder sa concentration continuellement fixée sur le Dharma.

5° Le Discernement des causes.

6° Les moyens habiles. Par cela il faut comprendre que la respiration juste, la pratique juste, les pensées justes doivent être bien ajustées et équilibrées.

7° La longue pratique. Si l'on a le bienfait de la pratique de Dhyâna, il faut fidèlement continuer sans faire attention au temps qui passe.

8° Le choix des moyens. Il faut observer et noter l'effet d'un remède, se rendre compte si tel remède est utile ou nuisible et, selon le résultat, on décidera de continuer l'emploi du remède utile.

9° Maintenir et protéger. Il faut protéger le corps par le meilleur emploi de l'esprit.

10° Les Empêchements. Si on tire bénéfice de la pratique de Dhyâna il ne faut pas s'en vanter aux autres, et si l'on n'arrive pas à se débarrasser des Empêchements (à la méditation) il ne faut pas devenir l'occasion de doutes et de calomnies. Si la maladie est traitée par ces moyens, on obtiendra certainement de bons résultats.

CHAPITRE X

LA RÉALISATION DE L'ACCOMPLISSEMENT SUPRÊME ANUTTARA SAMYAK SAMBODDHI

(La Suprême Sagesse Transcendantale)..

Si le disciple du Bouddha en pratiquant l'« Arrêt » (des pensées) et la vision intérieure profonde et éclairée (tels qu'ils sont exposés dans les chapitres précédents) peut voir que tous les phénomènes surgissent de leur propre esprit, et que les causes et les conditions ne sont que des pseudo-visions, il saura désormais que tous les phénomènes sont vides et rien que cela. Il sera alors impossible de retenir la conception ordinaire des phénomènes. Par cette nouvelle conception des phénomènes on peut dire que « le véritable point de vue de la Réalité » a été atteint (réalisé). Mais, de ce point de vue, on sera incapable d'apercevoir le Parfait Accomplissement Suprême du Bouddha, à qui on est dévoué, et il sera impossible aussi d'apercevoir un être sensible que l'on puisse libérer. Nous nous référons ici à la vision profonde du Vide obtenue en contemplant l'irréalité de tous les phénomènes et « la vision de la Vérité Ultime » aperçue par les yeux de l'Intelligence, aussi bien que par le cœur de la réalisation (l'intuition). Mais si l'on marque un arrêt dans la pratique de la vision profonde, on descendra bientôt à l'état

d'un Pratyeka Bouddha (1) content de son propre accomplissement.

Comme il est dit dans un Sûtra :

« Tous les Arhats ayant soupiré ont dit : « Quand nous écoutons les paroles de notre Seigneur le Bouddha au sujet de la Terre Pure, ou sur notre devoir envers tous les êtres sensibles, pourquoi faut-il que cela ne nous intéresse pas et que cela ne provoque pas de joie en nous ? »

Quelle est la signification de Sûtra ? Cela signifie que pour l'Arhat tous les phénomènes ne sont que vide et silence ; il n'y a ni naissance ni mort, ni grandeur ni bassesse, ni pureté, ni ce qui est non-conditionné. En concentrant l'esprit sur ces concepts négatifs, comment peut-on s'intéresser et se réjouir ? Il faut clairement comprendre que si on obtient la concentration en fixant l'esprit seulement sur le Vide non-conditionné, on ne pourra jamais développer la Sagesse Suprême. Cela signifie que l'accomplissement est unilatéral, tant qu'il laisse de côté la conception d'un Bouddha.

Si les Mahâsattva-Bodhisattvas ont présent à l'esprit tous les Dharmas du Bouddha et les gardent présents à l'esprit pour l'amour de tous les êtres sensibles, ils ne tomberont pas dans l'attachement exagéré au vide non-conditionné et ne seront pas satisfaits du Nirvâna pour eux seuls

Dès le début les Mahâsattva-Bodhisattvas en pratiquant la vision profonde du vide de tous les phénomènes, doivent aussi cultiver la vision pénétrante de la potentialité qui demeure dans le Vide. S'ils font ceci ils auront la claire réalisation que malgré que l'esprit soit de la nature du Vide, en relation avec des causes et conditions appropriées, l'esprit a aussi la potentialité de créer tous les phénomènes (2)

(1) Un Bouddha qui atteint la Libération pour lui-même mais qui n'est pas capable, comme un SammaSamBuddha, de Libérer tous les êtres du Samsâra.

(2) « Le monde objectif se lève de l'esprit lui-même » (Lankavatara Sutra). « Toutes choses cessent d'exister quand la roue de la pensée cesse de tourner » (Mahâyâna vimsaka Sûtra). Il y a deux vérités :

quoiqu'ils ne soient ni réels, ni permanents, et quoiqu'ils se manifestent à travers les différents organes des sens comme la vision, les sons, la perception et les pensées.

Malgré sa compréhension du Vide essentiel et du silence de tous les phénomènes, le Mahâsattva-Bodhisattva, par la pratique de la vision profonde bien équilibrée, peut pratiquer toute sorte d'activité dans sa conception de ce vide, comme s'il plantait des arbres dans les nuages ; il peut aussi distinguer toute espèce de qualités relatives chez les êtres sensibles. Les désirs de notre nature sont innombrables et les façons d'exposer la doctrine sont innombrables aussi. En adaptant les divers arts d'enseigner aux besoins divers des êtres on sera capable de faire profiter tous les êtres sensibles dans les six royaumes. Tel est ce qui doit être compris par le « point de vue de l'adaptation nécessaire aux conditions » ; c'est-à-dire la vision profonde du vide et de la potentialité (1). Ceci est aussi appelé « la vision de l'égalité », « les yeux du Dharma », « le jardin de l'Illumination intuitive ». Si cette vision bien équilibrée s'établit nous apercevrons (mais difficilement et obscurément parce que les pouvoirs de l'intelligence sont peu développés) la véritable nature d'un Bouddha, potentielle en toutes choses.

Quoique le Mahâsattva-Bodhisattva ait atteint ces deux modes de la vision profonde (A. du point de vue du vide, B. du point de vue de la potentialité) il n'a pas atteint la parfaite vision éclairée (2). C'est pour cela que le Sûtra dit qu'il faut se servir de ces deux modes de la vision profonde, car ils sont des moyens utiles qui permettent de rentrer par une voie moyenne dans l'accomplissement suprême et de

la Vérité Ultime, celle du Vide de tous les phénomènes, et la Vérité apparente du monde phénoménal qui surgit de l'esprit et que nous connaissons par les rapports de nos sens. Mais ces phénomènes n'ont aucune nature qui leur est propre (anatta), ils sont les résultats des causes et conditions et ils sont toujours illusoires et éphémères.

(1) Il faut d'abord clairement comprendre le vide de toutes choses, pour ensuite comprendre la potentialité cachée dans le Vide. « Sûnyatâ » (le Vide) est un aspect de la Vérité Ultime ; « Tathatâ » (Cela même) est l'autre aspect qui contient toutes les potentialités.

(2) La vision parfaite purifiée.

s'établir dans les deux conceptions de la Vérité Ultime : l'Intelligence Parfaite et la Parfaite Réalisation, la Sagesse Parfaite et l'Amour Parfait, ayant l'esprit établi dans la tranquillité et la paix. L'esprit alors courra par deux canaux, sa course cessera dans la Prajnâ, l'Océan de la Vérité (1).

Si le Mahasattva-Bodhisattva veut embrasser dans une seule pensée tous les Dharmas des Bouddhas, il doit pratiquer la vision profonde du point de vue de la « cessation de l'hérésie de la séparation des deux extrêmes ». Ceci lui permettra d'avancer dans la vision juste sur une Voie Moyenne. Que veut dire la pratique de la vision profonde par la Voie Moyenne ? Il faut observer la nature de l'esprit d'une façon plus compréhensive. Faisant cela on verra que l'esprit n'est ni vrai, ni faux, de ce point de vue on peut restreindre les pensées qui en dépendent. Voici ce que nous voulons dire par la pratique juste de la vision profonde.

Si on peut réfléchir sur le concept tellement profond de la nature de l'esprit, comme n'étant ni le vide, ni la potentialité (sans détruire sa conception du Vide et de la potentialité) la véritable nature de l'esprit sera clairement et entièrement comprise comme une manifestation de la Vérité de la Voie Moyenne. On pourra alors réfléchir facilement et avec assurance sur les deux sentiers de la Réalité (Intelligence et Réalisation Intuitive). Si l'on peut, dans son propre esprit, regarder ces deux aspects de la Réalité comme la Voie Moyenne, on peut alors les observer dans tous les phénomènes. Ces deux aspects de la Réalité ne sont pas compris dans nos réflexions sur la Voie Moyenne, car on est incapable d'en trouver trace dans sa nature. Tel est ce qui doit être compris par la pratique de la vision juste et la Voie Moyenne.

Dans le Mâdhyamika Sûtra, il est dit :

« Tous les phénomènes qui proviennent des causes et conditions ne sont rien que le Vide ; mais nous leur donnons de

(1) Prajnâ : la Sagesse, l'esprit dans sa sagesse acquise sera uni à l'Océan de la Vérité.

pseudo-désignation (des noms) et ensuite nous pensons à une Voie Moyenne. »

Si l'on examine soigneusement le sens de cette stance, on verra qu'elle embrasse non seulement toutes les conceptions des différenciations de la Voie Moyenne, mais qu'elle montre aussi le but des deux façons de pratiquer la vision profonde si profitable (ou utile). On se rendra compte aussi que la vision juste de la Voie Moyenne démontre qu'elle est en même temps la Sagesse qui comprend tout, celle des « yeux » du Bouddha (1), et l'amour de son cœur intuitif, qui embrasse tout.

Si l'on peut établir dans cette vision juste, les pouvoirs de Dhyâna et l'Intelligence seront en équilibre ; on verra clairement la véritable nature du Bouddha ; on aura le repos paisible dans le Mahâyâna ; on avancera sans arrêt à la vitesse du vent et inévitablement on entrera dans l'Océan de la Vérité, celui de Prajnâ. Si l'on agit selon les activités du Tathâgata, si on demeure dans le palais du Tathâgata, si l'on porte la robe du Tathâgata, assis sur son trône, on atteindra toutes les ressources impériales du Tathâgata (2).

On obtiendra alors la purification des six facultés des sens ; on ne sera plus souillé par les phénomènes changeants et passagers de la vie et on ne s'y attachera pas ; on entrera dans les conditions du Bouddha, on sera capable de comprendre tous les Dharmas du Bouddha, le Samâdhi de la récitation du nom sacré (3) sera atteint ; on rentrera dans

(1) Son intelligence parfaitement éclairée.

(2) Tathâgata, l'un des titres d'un SammaSamBuddha, signifie « Celui qui est venu comme les autres » (Bouddhas). Ici une note traduit Tathâgata par « le Principe Ultime, qui Est Ce qu'Il Est », mais c'est Tathatâ que l'on doit traduire ainsi. M^{me} David Neel le traduit aussi « Ce qui est identique à lui-même », ou « Cela même ». Puisque l'esprit d'un Bouddha (Tathâgata) a réalisé l'Ultime Vérité, est uni à cette Vérité, je suppose pour cela (sous toute réserve) que le traducteur se permet de traduire Tathâgata dans les termes propres à Tathatâ.

(3) Certaines Sectes Mahâyânistes affirment que la répétition continuelle du nom sacré d'Amitâbha, un des Dhyâni Buddhas (les Bouddhas de la méditation) peut provoquer la libération, ou tout au moins la renaissance dans « la Terre Pure, ou l'Illumination sera atteinte ».

la continuité paisible de Parfaite Illumination Suprême, et on atteindra le plus haut Samâdhi du Corps Transcendantal. On pourra alors visiter tous les mondes des Bouddhas, enseigner partout les Dharmas du Bouddha à tous les êtres sensibles, purifier et embellir tous les Khâsyâ (écrits) du Bouddha, faire partout des offrandes de nectar à tous les Bouddhas, on pourra recevoir tous les écrits du Dharma et les suivre, (ceux de tous les Bouddhas). On possèdera l'idéal parfait de toutes les activités, on avancera par les stages du Bodhisattva à ceux d'un Mahâsattva-Bodhisattva. On sera alors de rang égal et en amitié intime avec Samanta Badhra et Manjusri, et on sera en possession permanente de la nature du Dharma. On sera loué par tous les Bouddhas qui prophétiseront que, pour Un tel, l'état de Bouddha sera atteint. Telles furent les étapes progressives suivies par notre Seigneur le Bouddha dès son ascension au ciel de Tus-hita, sa descente dans la matrice de sa mère, la reine Mâyâ, sa compréhension du Dharma, ses veilles sous l'arbre Bö, sa conquête de Mara et de ses armées ; son atteinte de l'Illumination totale, sa prédiction du Dharma et son obtention du Parinirvâna. Cela signifie que l'on possède deux corps, le véritable corps et le corps d'apparence qui ressemble à un son et son écho, une forme et son ombre. Le Véritable Corps est omniprésent en tous temps et tous lieux ; le Corps d'Apparence (1) accomplit tous les actes d'un Bouddha. Telle est la mission d'un Mahâsattva-Bodhisattva que l'on a commencé à remplir dans la pratique de Dhyâna.

Dans le Avatamsaka Sûtra il est dit qu'aussitôt que les

(1) Corps d'apparence ou Nirmânakâya celui d'un Bouddha sur terre. « Le Dharmakâya est le corps sacré de la vérité, le Bodhi essentiel sans forme, symbole de la véritable expérience spirituelle dénué de toute erreur. Le Sambhogakâya est le symbole du corps divin de la gloire (reflet du Dharmakâya), celui des Bodhisattvas et des Bouddhas qui ont reculé leur entrée définitive dans le Nirvâna pour conduire les êtres non éclairés à la Libération. Le Nirmânakâya, le corps divin d'incarnation, représente la forme humaine parfaite et pure d'un Bouddha sur terre (P. 46 Yoga Tibétain). Si au lieu d'employer le mot « corps » on substitue celui de « plan », il est plus facile de concevoir les trois degrés de spiritualité dans ces trois Kâya.

Bodhisattvas novices commencent leur pratique de Dhyâna, ils ont déjà atteint leur pleine Illumination et ils ont compris que l'Intelligence incorporée dans la véritable nature de tous les phénomènes ne peut être réalisée par aucune autre voie que celle de l'Illumination totale.

Dans le même Sûtra il est également dit que le nouveau Bodhisattva, quand il atteint l'union avec le Tathâgata, a réellement atteint des corps innombrables et que chaque corps est Bouddha (1).

Dans le Parinibbâna Sûtra, il est dit :

« Les débuts des Mahâsattva-Bodhisattvas ne peuvent être distingués du Bouddha-Ultime, mais quant à leur responsabilité, les nouveaux Mahâsattva-Bodhisattvas portent un plus lourd fardeau. »

Dans le Mahâvagga Sûtra, le Seigneur, s'adressant à Sona Kutakanna, dit :

« Il y a certains Mahâsattva-Bodhisattvas qui, ayant pratiqué le Dhyâna pour la première fois, sont déjà dignes de s'asseoir sous l'arbre Bô. »

Il faut comprendre que ces novices sont réellement des Bouddhas manifestés. Ceci est impliqué dans le « Sûtra de la Bonne Loi ». Une princesse des Nagas, qui était le disciple de Manjusri et qui n'avait pas huit ans, a offert un joyau précieux au Bouddha comme à un égal.

Dans tous ces Sûtras les nouveaux Mahâsattva-Bodhisattvas sont décrits comme possédant tous les Dhyânas du Bouddha. On trouve cette signification dans le Mahâ Vagga où l'on se sert de la première lettre de l'alphabet sanscrit A U M pour représenter l'Unité. Et dans le « Sûtra du Lotus » il est dit que le but du Bouddha, apparaissant dans ce monde, est de manifester et de libérer la perception et la compréhension qui sont le propre d'un Bouddha, mais qui sont inhérentes à chaque être sensible. Il est écrit dans le Nirvâna-Sûtra, que nous avons reçu la nature du Bouddha,

(1) « De un, il devient multiple », un des pouvoirs supranaturels. (Siddhis), le pouvoir de se manifester en maints endroits à la fois.

donc nous demeurons toujours dans le Mahâ nirvâna.

Tel est le bref exposé de l'accomplissement de la Sagesse Parfaite et Suprême. Maintenant, nous allons considérer l'accomplissement de cette Sagesse Suprême par les Bouddhas.

Puisque l'on ne peut observer les conditions qui entourent les esprits parfaits des Bouddhas, notre compréhension des moyens par lesquels ils arrivent à la Sagesse Suprême et Parfaite est bornée aux enseignements des Sûtras. Dans les Sûtras nous ne trouvons que deux moyens par lesquels les Bouddhas pratiquent le Dhyâna. Dans le « Lotus de la Bonne Loi » il est écrit :

« Tous (les Mahâsattva-Bodhisattvas) louent la Sagesse de tous les Bouddhas continuellement, avec sincérité et avec ferveur. »

Telle est leur pratique de la réalisation dans le Dhyâna, car nous gagnons la compréhension de l'accomplissement de la Sagesse Suprême et Parfaite par notre propre pratique de la réalisation.

Le « Nirvâna Sûtra » emploie plus de cent phrases pour qualifier la libération dans l'interprétation ou sens de Mahâ Nirvâna. Selon ce Sûtra, le Nirvâna signifie l'Arrêt, c'est-à-dire que les Bouddhas obtiennent la Sagesse Suprême et Parfaite par la pratique d'Arrêter. Dans ce Sûtra le Mahâ Nirvâna est appelé « Le Samâdhi Tranquille et Permanent ». Ici Samâdhi veut signifier l'Arrêt.

Dans le Lotus de la Bonne Loi, bien que l'Accomplissement Suprême soit expliqué par des déductions tirées de la pratique de la Réalisation, elle est résumée en termes d'Arrêt. Il est dit que même la conception de l'Ultime Nirvâna, comme le Samâdhi Permanent et Tranquille équivaut à l'entière réalisation du Vide.

Dans le Nirvâna Sûtra, quoique l'Accomplissement Suprême soit expliqué par des déductions tirées de la pratique de l'Arrêt, néanmoins elle est résumée en termes de réalisation et prend donc les trois qualités ultimes : l'Essence de la

Vérité, la Potentialité de Prajnâ, la Paix Bienheureuse, comme son du Mahâ Nirvâna.

Bien que le sujet du Nirvâna Ultime soit traité d'une façon différente dans ces deux Sûtras, tous les deux poursuivent les deux pratiques d'« Arrêter et de Réaliser ». Tous les deux expliquent le Parfait Accomplissement Suprême dans les termes de « l'Arrêt et la Réalisation », ce qui équivaut à dire que ces deux Sûtras considèrent le Parfait Accomplissement Suprême comme but commun de l'Intuition et de l'Intelligence, et en même temps de l'Amour et la Sagesse.

Les disciples du Bouddha doivent reconnaître avec humilité et patience le fait que l'atteinte de l'état d'un Bodhisattva, son commencement, son étape au milieu et sa fin sont tous également inconcevables. Le « Suvarna Prabhâsa Sûtra » nouvellement traduit, dit que les Bouddhas du passé sont inconcevables, les Bouddhas du temps présent possèdent des potentialités inconcevables, les Bouddhas de l'avenir ne seront jamais détruits. Ceci est vrai parce que les Bouddhas arrivent à la Suprême et Parfaite Sagesse par les deux voies, celle d'Arrêter et celle de Réaliser, et elles ne constituent pas deux voies différentes, mais une seule Voie Moyenne, dont le but est l'Illumination Parfaite la plus haute.

* * *

Pour conclure, je souhaite sincèrement que tous ceux de vous qui se consacrent à la pratique de Dhyâna se libèrent rapidement des trois poisons : la convoitise, la haine et l'illusion, et des cinq empêchements : la convoitise, la peur, l'ignorance, l'orgueil et le doute. Tant que l'esprit est chargé du fardeau de ces poisons et de ces empêchements, si grands que seront vos efforts, vous n'en tirerez aucun bienfait. Ainsi qu'il est dit dans le « Prajnâ Sûtra » :

« Tous les Bouddhas atteignent leur Libération par les moyens de leur propre esprit qui sont conservés purs, transpa-

rents, sans souillure, frais et clair, les six champs des sens étant sans tache (1). Toi aussi tu dois apprendre à maintenir ton esprit dans ce même état et toi aussi tu pourras alors atteindre la Grande Illumination. »

(1) Leur contenu conscient n'est ni coloré ni troublé par les impressions des sens, car les sens ont été totalement purifiés.

APPENDICE

L'Essence de l'Esprit.

Dans la parfaite tranquillité du corps et de l'esprit, dans le silence des pensées discursives on retrouve sa véritable nature, « l'Essence de l'Esprit » non modifiée par les pensées.

« Essence Conscience » comme l'appelle M^{me} David-Neel qui est pure, vraie, car unie à la vérité.

Selon le Dr Evans-Wentz l'Essence de l'Esprit n'est pas autre que l'Esprit cosmique ou universel ou toute conscience de dualité est dépassée et où l'Unité a été réalisée.

Cette Essence est indestructible, car existant depuis toujours donc non-née, non-crée, non-formée, unie au Dharma la Vérité. Reconnaître que son Essence de l'Esprit est pure et semblable à l'état de Bouddha est la Réalisation recherchée.

Cette Essence de l'Esprit est parfois appelé l'Esprit essentiel en nous, qui est habituellement obscurci par nos vues fausses. Dans l'état de profonde méditation quand le mental a été purifié et tranquilisé cet Esprit Essentiel en nous nous éclaire et cet Esprit pur dans sa véritable essence n'est pas séparé de l'Esprit Universel.

La même chose est indiquée dans les écrits Zen quand on conseille de reconnaître « sa face véritable » ou sa véritable nature qui ne subit ni naissance ni mort car éternellement unie à ce qui est éternel.

« Dans le panorama sans limites de l'univers tout est le

jeu ou la manifestation du Tri Kâya. Pénétrant toute chose, cette intelligence est l'Essence de l'Esprit, increé, impersonnel, existant par soi et indestructible. » Lama Kâzi Dawasamdup.

La Réalité.

Tout ce qui est né, crée, formé, produit d'une cause, est impermanent, voué à disparaître donc, pour les Bouddhistes, irréel. Or tous les constituants de la personnalité étant produits par une cause ou des causes antérieures n'ont qu'une existence impermanente, relative, dans un monde de relativité.

Seul Ce qui est « Identique à Lui-même », n'étant jamais produit donc indestructible, est considéré comme Réel ou la Réalité.

L'Essence de l'Esprit ou l'Esprit Essentiel, en nous est de la nature de l'Universel donc increé et indestructible, c'est ce qu'il faut Réaliser.

Tri Kâya. Les Trois Corps du Bouddha.

La Théorie des trois kâyas fut particulière à Vasubandhu selon Genmyo Ono, la théorie commence, dit-il, à apparaître vaguement au début du vi^e siècle. Dans le milieu du v^e siècle jusqu'au commencement du vi^e siècle elle se développe et mûrit. Donc Vasubandhu vécut dans le milieu du v^e siècle (V. Bibliographie Bouddhique, t. II, p. 44).

Pour l'historique de la théorie du Tri Kâya V. « Aspects of Mahâyâna Buddhism » par Nalinaksha Dutt D. Litt (London), p. 96-128.

Tri-Kâya traduit littéralement signifie les trois corps du Bouddha. Pour comprendre la signification de cette doctrine

il serait plus facile pour nous de considérer le Tri-Kâya (Dharmakâya-Sambhogakâya, Nirmânakâya) comme trois aspects (trois degrés) l'un plus subtil que l'autre de la haute spiritualité de la Vérité Ultime.

Le Dharmakâya, au sens métaphysique représente la collection ou assemblée des qualités d'un Bouddha dont la principale est son omniscience.

« Le Kosa a deux interprétations du Dharmakâya, l'une étant les qualités inhérentes au Bouddha et l'autre la personnalité purifiée possédée par lui » (N. Dutt).

Ces qualités existent en potentialité dans l'esprit essentiel de l'homme, les réaliser c'est atteindre l'état de Bouddha. C'est ce que veut dire la phrase « Réaliser le Dharmakâya de votre propre esprit » (Sutra du VI^e Patriarche).

Dharmakâya signifie souvent la Réalité, la Vérité, car l'esprit omniscient d'un Bouddha est uni au Dharma n'est que Vérité même.

« Son propre esprit étant de la nature du Dharmakâya est increé » (Yoga Tibétain).

Le Samboghakâya est un autre aspect de l'esprit d'un Bouddha et d'un Bodhisattva compatissants, cet aspect représente la Béatitude ou sérénité qui baigne leur esprit à tout moment.

Le Nirmânakâya est l'aspect d'un Bouddha manifesté dans son corps humain qui lui permet d'enseigner la Loi = Dharma aux hommes par des moyens appropriés à leur compréhension tandis qu'il reste lui-même toujours conscient de la vérité absolue sans se laisser prendre dans le piège des mots employés pour instruire les ignorants.

LEXIQUE

Alayavijnana. — La Pure Conscience-perception qui est l'Ultime Réalité selon Vasubandhu (VI^e s.) dit N. Das Gupta dans « Philosophy of Vasubandhu », il ajoute cette ultime conscience est éternelle donc sukha (heureuse)» Selon M^{me} David-Neel dans le « Bouddhisme » Alayavijnana est « le réservoir qui contient tous les germes de conscience ».

Anutara Samyak-Sambohi. — La Suprême Sagesse Transcendantale.

Asana. — La posture : le corps droit, le regard dirigé vers le bout du nez, les jambes croisées, le pied gauche sur la cuisse droite, le pied droit sur la cuisse gauche. La paume de la main gauche au-dessous du dos de la main droite. L'Occidental ne pouvant pas croiser ses jambes ainsi ne croisera que ses chevilles.

Asavas. — Les souillures de l'esprit : le désir de la chair (luxure), le désir ou attachement à l'existence, et l'ignorance sous toutes ses formes y compris l'ignorance de la véritable nature du « moi » non substantiel et l'ignorance de l'impermanence de tout ce qui est composé.

Asura. — Une sorte de dévas-géants coléreux et guerriers.

Bodhisattva. — Un être qui pratique les dix Pâramitâs ou perfections dans sa progression vers l'état de Bouddha. Par compassion un Bodhisattva reste dans le monde pour libérer les êtres. Les Pâramitas sont : 1 - le don, 2 - la moralité, 3 - la patience, 4 - le zèle, 5 - la méditation, 6 - la contemplation, 7 - les moyens habiles d'enseigner la doctrine, 8 - les pouvoirs transcendants, 9 - l'identi-

fication avec la plus haute sagesse, 10 - le pouvoir d'intégration avec la vie de tous, le Bodhisattva est devenu toute sagesse, toute compassion.

Bouddha. — Le Bouddha, titre de celui qui est « réveillé du rêve de l'ignorance » l'Eveillé, l'Illuminé.

Citta. — Esprit-cœur. « Pensée (citta), esprit (manas), connaissance (vijnâna). La pensée est nommée citta parce qu'elle accumule ; elle est nommée manas parce qu'elle connaît ; elle est nommée vijnâna parce qu'elle distingue son objet (« Abhidharmakosa de Vasubandhu » Tr. de L. de la Vallée Poussin).

Dharma. — A plusieurs sens dont le principal est : la loi de l'Univers, l'Enseignement du Bouddha, la Doctrine, la Vérité Ultime, etc. Dharma signifie aussi : « ce qui porte un caractère propre ». Les dharmas sont conditionnés ou non conditionnés : Le Noble Sentier, l'Espace et la suppression de la passion (nirodha).

Dharmakaya. — Synonyme du Vide au delà de tout concept et de toute définition, le non-créé, non formé, non modifié (Dr. Evans-Wentz) V. Appendice le Tri-Kâya.

Dhyana. — La méditation, la pratique essentielle du contrôle de l'esprit.

Klesa. — Corruption morale ou passion, on en compte dix = le désir, la haine, l'ignorance, la vanité, l'erreur, le doute, la torpeur, l'orgueil, l'absence du sens de la honte, la dureté de cœur ; ou parfois seulement cinq = le désir, la haine, l'ignorance, la vanité, l'orgueil.

Mahasattvas. — Les « Grands Etres » ceux qui sont avancés dans la voie du Dharma et sont proches d'atteindre la libération.

Mahâyâna. — « Le Grand Véhicule » l'Ecole du Nord suivie par les Bouddhistes de Chine, Tibet, Japon, Népal, etc.

Manjusri. — Le « Glorieux à la Douce Voix » le Bodhisattva de la Sagesse Mystique représenté avec dans la main gauche le livre de la Sagesse la Prajnâ-Pâramitâ. Il est associé avec le Dhyâni Bouddha de l'Ouest Amitabha et le Bodhisattva de la Compassion : Avalokitesvara.

Mara. — Le Roi des génies malfaisants, la personnification du désir.

Matta prajna. — Intelligence transcendantale.

Nirvana. — La libération de l'esprit, ayant acquis le savoir juste, ayant dépassé l'idée de la personnalité et de l'ego. « Etats au delà de la souffrance » (disent les Tibétains) qui est atteint quand les trois racines de la convoitise, la haine et l'ignorance sont extirpées totalement.

Prajna. — Sagesse transcendantale.

Rahu. — L'un des Asuras qui, sous la forme d'un dragon, est dit se jeter sur le Soleil ou la Lune et être la cause des éclipses.

Samâdhi. — Etat de méditation profonde. Il y a plusieurs espèces de samadhi ou état d'absorption allant des états où l'on conserve encore le sentiment des distinctions (savikalpasamâdhi) jusqu'à l'absorption totale dans l'unité sans distinction (nirvikalpasamâdhi).

Samantabhadra. — L'Adi-Bouddha Primordial sans commencement ni fin, la source de toute Vérité, non pas une déité personnelle mais la personnification du Darma-Kâya ou des forces et des lois spirituelles universelles libérées des conditions. Le nom de Samanta-Bhadra est donné également à un Bodhisattva accompagnant le Dhyâni Bouddha du Sud dans le Bardo Thodol Tibétain.

Samâpatti. — Recueillement ou concentration prolongée qui peut être soit accompagné de pensée, soit exempt de pensée. Accomplissement ou fruit du Samâdhi.

Sastra. — Les écrits contenant les expositions des Maîtres et Philosophes Bouddhiques autres que le Bouddha lui-même.

Sraddha. — La confiance, traduit parfois la foi, mais c'est une foi raisonnée en ce que notre intelligence aura examiné et approuvé.

Sunyata. — Le Vide (pas le néant) signifiant le manque de réalité et d'un ego-substance ou entité autogène dans tous les phénomènes. La connaissance dans son aspect primordial non modifié synonyme de la Réalité dans son essence véritable, l'Absolu indifférencié qu'on appelle le Vide.

Suprapunna. — Un disciple du Bouddha.

Sûtra. — Écrit sacré supposé être l'enseignement du Bouddha lui-même.

Tathâgata. — Un titre du Bouddha, « Celui qui est venu ainsi que les autres », c'est-à-dire comme les autres Bouddhas pour libérer les êtres, suivant le même sentier qui mène toujours à la libération et enseignant de nouveau la vérité éternelle.

Tien-Tai. — Ecole fondée en Chine par Chih-Hi à la fin du vi^e siècle. Son nom vient de la montagne où fut situé le 1^{er} Monastère. Il reconnaît les doctrines des autres sectes comme autant d'aspects du Dharma. Il révère surtout comme écritures le Saddharma Pundarika (Lotus de la Bonne Loi). Au Japon cette secte est appelée Tendai et fut fondée par Dengyo Daishi en 805 A. D.

Tummo. — La science de produire la chaleur psychique par des exercices de respiration et des visualisations qui est pratiquée dans l'Himalaya par les ermites Tibétains pour supporter le grand froid ou par les yogins hindous pour supporter la grande chaleur. C'est-à-dire les yogins se rendent insensibles au froid et à la chaleur à volonté. V. « Yoga Tibétain » livre III, ch. I et « Mystiques et Magiciens du Tibet » par A. David-Neel, ch. V, 6.
