
La mort et les états *post-mortem* dans le Christianisme et le bouddhisme tibétain

Mémoire réalisé par Eva-Marie Louette
Promoteur : Philippe Cornu
Lecteurs : Benoît Bourguin et Walter Lesch

Année académique 2021-2022
Master en Sciences des Religions, à finalité *Recherche*

Sommaire

Sommaire	2	
Introduction	3	
Partie I - Christianisme et Bouddhisme		
A. Le Bouddhisme Mahāyāna	7	
B. Différences	11	
C. Similarités	15	
D. Mort du Christ et mort du Bouddha	16	
E. La conception de la fin de vie par le Christ et par le Bouddha	20	
Partie II - L'Être dans le monde des vivants – notions fondamentales		
A. Relation chrétienne au monde : le « comportement chrétien »	24	
B. La perception de l'être dans le bouddhisme : positionnement au monde, relation à soi et aux autres	29	
Partie III - La mort au cours de la vie : les chrétiens face à la mort		
A. Étude de la perspective triple : le paradis, l'enfer et le purgatoire	42	
B. Résurrection chrétienne	49	
C. Rites funéraires : positionnement des proches qui restent face à ceux qui partent.....	54	
D. Étude d'un texte religieux autour de la mort : l' <i>Ars moriendi</i>	58	
Partie IV - La mort, ou la libération de la souffrance ? Perspective bouddhiste de la mort		61
A. La vie	62	
B. Mourir : la libération de la souffrance ?	70	
C. États intermédiaires et renaissance	78	
D. Synthèse des bardos selon les courants sarmapa et nyingmapa	80	
Partie V - Le corps d'arc-en-ciel		
A. Corps arc-en-ciel dans la tradition bouddhiste	85	
B. Po'wa ou transfert de conscience	88	
C. Hypothèse : Jésus, un corps arc-en-ciel ?	94	
Conclusion	98	
Bibliographie	100	

Introduction

Les hommes n'ayant pu guérir la mort, la misère, l'ignorance, ils se sont avisés – pour se rendre heureux – de n'y point penser.

Blaise Pascal

Aveugles face à notre fatale finitude, nous, Occidentaux, avons évacué la mort de notre société. Nous cachons nos malades, parlons à mi-voix de nos mourants, mettons au ban nos aînés : tous ceux qui nous renvoient à notre vulnérabilité foncière, et à notre fin inéluctable, nous tentons de jeter un voile sur eux. De sorte que, lorsque la maladie et la mort ressurgissent brutalement et de façon massive, comme la pandémie du Covid-19 en a été le dernier exemple en date, avec ses nombreux morts que nous n'avons plus eu d'autre choix que de décompter publiquement, nous ne savons répondre autrement que par l'angoisse et les peurs. Soudain, face à nous, a rejailli la preuve inévitable que nous allions mourir, certains plus tôt que d'autres, et il ne nous a plus été possible de fermer les yeux sur cette certitude. Alors les médias n'ont trouvé d'autre manière de s'emparer du sujet que de le ressasser 24h sur 24h, pendant des mois, nous mettant « en continu » face à cette grande inconnue, face à notre plus grande et terrible incertitude, face à la plus profonde de nos angoisses. Il est intéressant aussi de noter que la façon dont nous avons réagi collectivement, durant cette crise sanitaire, face à une telle inévitabilité posée devant nous sans prévenir, souligne un rapport très particulier de notre humanité contemporaine à la mort : nous voulons repousser ce moment coûte que coûte, et vivre, « quoiqu'il en coûte », le plus longtemps possible... quitte à arrêter de *vivre* pour *survivre*.

Si, en Occident, la mort est perçue comme aussi terrible, et si l'on veut tant y échapper à tout prix, au point que certains commencent déjà à réfléchir à « télécharger » nos esprits sur des ordinateurs, c'est parce que nous cultivons l'obsession de la jeunesse, de la vitalité, du physique, du sexe, de l'argent, des statuts sociaux, de sorte que notre attachement à la vie est plus fort qu'ailleurs. Mais si ces valeurs matérialistes nous obsèdent à ce point, c'est aussi inversement parce que nous sommes terrorisés par la mort : notre peur de la grande inconnue nous pousse, Occidentaux, à nous accrocher à des éléments que nous espérons pouvoir sauver. C'est un serpent qui se mord la queue.

Avons-nous à ce point oublié les enseignements spirituels et religieux de nos ancêtres pour être aussi démunis vis-à-vis de la mort ? Est-ce pour nous être éloignés des religions, qui avaient eu

pour but, justement, de préparer l'humanité à sa fin annoncée, que nous en sommes aujourd'hui si ignorants ? Car si, en Occident, la religion catholique avait jadis le monopole du discours sur la mort, de par son omniprésence dans l'organisation sociale et dans les consciences, avec sa promesse de vie éternelle dans le Royaume de Dieu, non seulement ce discours chrétien n'est plus guère audible aujourd'hui, mais le nihilisme occidental de l'époque n'a guère permis d'avancer sur la compréhension de ce phénomène mystérieux qu'est la mort, de sa nature profonde et de ses suites éventuelles. Ne reste face à celle-ci qu'un dénuement fait de déni et d'angoisse, une incapacité pure et simple à l'affronter.

Toute l'humanité contemporaine n'est pourtant pas aussi dépourvue que le sont les Occidentaux face à notre condition de mortel. En Orient, il apparaît que dans la culture bouddhiste, et plus spécifiquement dans le bouddhisme tibétain (objet de notre étude ici), la mort n'est pas traitée comme un sujet tabou dont il faudrait absolument taire le nom. C'est un phénomène complexe, précédé d'états intermédiaires, suivi d'une succession de renaissances, humaines ou non, ou d'un arrêt des renaissances, d'un Éveil éventuel. Mais, aussi multiforme et subtile soit-elle, la mort reste appréhendée, étudiée, et surtout préparée. Ainsi les pratiquants bouddhistes, assidus et engagés, emploient-ils même leur vie entière à préparer leur mort.

Contrairement à l'Occident, où les individus s'attachent ardemment à la vie et à ses attributs matériels, les traditions orientales et notamment le bouddhisme ont mis au cœur de leurs pensées le fait que rien ne perdure, que tout est changement et qu'il est vain de s'accrocher à des éléments matérialistes. En Orient, la vie extérieure n'a aucune valeur face à l'importance de la vie intérieure et c'est bien cette dernière qu'il importe d'appliquer sa vie à développer, dans la perspective de « bien mourir ».

L'idée de ce mémoire de recherche m'est d'abord venue de mon appétence, spéciale je dois bien avouer – en tous cas pour une Occidentale du 21^e siècle –, pour les choses inconnues, ce que l'on ne peut expliquer, ce que l'on ne voit pas, les mystères les plus profonds de la vie. Avec, en tête de liste, la mort.

Par ailleurs, j'ai défini ce sujet en 2020, au début de la crise du Covid-19, durant laquelle je fus très impressionnée par l'immense peur générée face à un virus inconnu et visiblement – en 2020 en tout cas – intraitable. Qu'était donc cette inconnue? Et pourquoi générerait-elle soudain tant d'angoisses ? Ces questions, j'ai tenté de les explorer au sein de ma propre religion, chrétienne, catholique.

Toutefois, issue d'un milieu dans lequel le bouddhisme ne m'était pas inconnu et étant venue, de France, étudier cette tradition spirituelle à l'Université Catholique de Louvain, je voulus en faire une étude détaillée et poussée à cet aune. Le titre m'apparut alors comme évident : *La mort et les états post-mortem dans le christianisme et le bouddhisme tibétain*.

Pourquoi le bouddhisme tibétain ? Parce que c'est la tradition à laquelle je me suis intéressée en premier, avant même le début de mon mémoire, en me plongeant dans l'ouvrage de Sogyal Rinpoché, *Le livre tibétain de la vie et de la mort* (1992). J'y ai alors découvert que la mort était un phénomène fascinant et très complexe, composé de nombreuses ramifications, éléments subtils et mystérieux, que je souhaitais approfondir. Et j'ai décidé de le mettre en parallèle, afin de tenter une comparaison, avec ma propre tradition religieuse d'origine, le christianisme.

Au fil de mes lectures, une problématique s'est imposée progressivement au cœur de mes réflexions : **Quelle place prend la perspective de la mort et de ses états post-mortem dans la vie des croyants bouddhistes (tibétains) et chrétiens ?** Comment ont-ils pris l'habitude de vivre, sachant qu'ils allaient mourir de telle ou telle façon ?

Afin de répondre à ces questions, la présente étude propose de s'ouvrir sur une vue générale du christianisme et du bouddhisme, afin d'avoir à l'esprit quelques éléments centraux de ces deux traditions, de mettre en lumière leurs principales similarités et différences, notamment dans la façon dont elles s'incarnent à travers leurs deux maîtres, Jésus et Bouddha.

Puis nous nous intéresserons à l'être dans le monde des vivants, à la manière dont l'humain se perçoit au cours de la vie, chez les chrétiens comme chez les bouddhistes, ce qui sera l'occasion de rappeler différentes notions essentielles du bouddhisme (Karma, Samsara, Nirvana, souffrance, réincarnation, etc.), que nous pourrons, le cas échéant, mettre en parallèle avec certaines notions chrétiennes (celle de résurrection notamment)..

Dans une troisième partie, nous approfondirons le comportement des chrétiens durant leur vie face à la mort, avant d'étudier, dans la partie suivante, la perspective bouddhiste de la mort et de sa préparation inlassable au cours de la vie.

Enfin, nous nous intéresserons au phénomène fascinant du Corps arc-en-ciel dans la tradition bouddhiste, notamment à travers le Dzogchen, ce qui nous permettra de questionner l'hypothèse, formulée par plusieurs commentateurs, faisant de Jésus un corps d'arc-en-ciel.

Tout au long de cette réflexion comparative sur le christianisme et le bouddhisme tibétain, nous verrons ainsi combien la mort et la vie sont les deux faces indissociables de la réponse donnée par ces deux traditions spirituelles au mystère de la mort et au devenir post-mortem de l'être humain.

I. Christianisme et Bouddhisme

A. Le Bouddhisme Mahāyāna

Afin de bien comprendre les similarités et les différences de cette religion avec le christianisme, il est important de préciser au préalable de quel type de bouddhisme nous allons parler tout au long de ce travail. Il s'agit du bouddhisme Mahāyāna, celui qui réside à la source du bouddhisme tibétain. Plus tard, nous nous intéresserons plus spécifiquement au bouddhisme tibétain, généralement appelé Vajrayāna, qui découle du bouddhisme Mahāyāna.

La raison pour laquelle nous explorerons tour à tour ces différentes traditions, avant de nous concentrer dans la suite de notre réflexion sur le Dzogchen, est que ces traditions portent un regard particulièrement intéressant sur la mort, avec des pratiques autour de la fin de vie particulièrement développées, qu'il sera utile de comparer avec celles du christianisme.

1. Le Bouddhisme Mahāyāna ou Grand Véhicule

« Nature du Bouddha :

Pour le Grand Véhicule, cette nature du Bouddha est cachée en chacun de nous, il suffit de la découvrir. Pour le Petit Véhicule, plus élitiste, la nature du Bouddha n'existe pas en chaque homme¹. »

Le Bouddhisme comme voie spirituelle et philosophique se divise en trois branches principales : le bouddhisme des « anciens », aussi appelé Theravada, Petit Véhicule ; le bouddhisme Mahāyāna, Grand véhicule ; et le bouddhisme Vajrayāna, qui signifie « véhicule de diamant » en sanskrit.

Le Bouddhisme Mahāyāna est le bouddhisme de la Grande voie vers l'Éveil. Ce courant apparaît en Inde, au premier siècle de notre ère et peut être divisé en trois périodes : « le Mahāyāna dynamique (I-IVe siècle de l'ère chrétienne), le Mahāyāna scolastique (IV-VIIe siècle de l'è.c.) et le Mahāyāna ésotérique (VII-XIIIe siècle de l'è.c.)². »

¹ LUDWIG Quentin, *Le Bouddhisme, Histoire, courants religieux, cultures*, Paris, Eyrolles, 2007, 2e édition, page 183.

² *Ibid.*, page 182.

À côté, le bouddhisme Theravada se veut plus élitiste, en permettant une voie d'Éveil seulement destinée aux plus évolués spirituellement, tels que les moines ayant atteint l'« état d'arhat ». Cet « élitisme » a provoqué de vives réactions du côté des laïques et des autres bouddhistes issus de la « masse », pas des arhat donc, mais se sentant tout aussi légitimes à envisager la possibilité d'un Éveil. La Mahāyāna est apparu dès lors comme une alternative au Theravada, offrant des voies d'accès différentes à la salvation.

Ces voies sont les suivantes : « prier et honorer les bouddhas, les bodhisattvas et les nombreuses divinités des autres religions annexées au bouddhisme (dans un syncrétisme incroyable, chaque pays annexait sans difficultés les divinités et les rites des autres religions) »³. En annexant différentes divinités, rites et concepts de différentes religions comme l'hindouisme ou taoïsme, le shintoïsme etc., le bouddhisme Mahāyāna devient ainsi une véritable religion, panthéiste qui plus est.

Alors que dans le Bouddhisme primaire ou Theravada, l'atteinte de l'Éveil est réservée, de manière élitiste, aux moines, le bouddhisme Mahāyāna fait preuve de plus de compassion en offrant la possibilité à tous d'atteindre l'Éveil, accompagnés dans leur parcours spirituel par les bodhisattvas (ou « êtres sur les chemins de l'éveil »). Le bodhisattva est, selon la définition du dictionnaire Le Robert, un « sage bouddhiste ayant franchi tous les degrés de la perfection sauf le dernier qui fera de lui un bouddha ».

Ludwig résume : « Alors que le saint du Petit Véhicule (l'arhat) ne s'occupe que de son propre salut sans s'intéresser aux autres (le véhicule du salut pouvait être "petit"), le saint du Grand Véhicule (le bodhisattva), emmène le maximum d'humains vers le salut (le véhicule du salut devrait donc être "grand") »⁴.

Dès lors, les saints ainsi que leurs cultes, les rites et les récompenses sont multipliés. Ces éléments renforcent le caractère « religieux » du bouddhisme Mahāyāna, l'éloignant par là-même de sa nature antérieure qui en faisait plutôt une « philosophie », une sagesse, qu'une religion à part entière. Par ailleurs, au Bouddha unique du bouddhisme du Petit Véhicule, s'ajoutent de nombreux autres bouddhas ainsi que des bodhisattvas. Amida est l'un de ces bouddhas, né par la méditation du Bouddha primordial Adibouddha et entouré de ses deux assistants aux noms bien connus : Avalokiteshvara et Mahāsthāmaprapta.

³ *Ibid.*, page 182.

⁴ *Ibid.*, page 184.

Dans le Mahāyāna, apparaît une doctrine qui n'est pas acceptée par les adeptes du Petit Véhicule : la doctrine des trois corps. Ces trois corps sont les suivants :

- le corps de manifestation (« ou transformation ou de métamorphose : le Bouddha historique s'est transformé lui-même en homme »⁵) ;
- le corps de rétribution, de fruition (« résultat final d'innombrables périodes cosmiques de pratique religieuse pour atteindre l'état de Bouddha Amitâbha, mieux connu sous le nom d'Amida »⁶) ;
- le corps du Dharma (le Bouddha abstrait, aussi Mahavairocana).

2. Les écoles et courants du Mahāyāna

Apparu vers le I^{er} siècle en Inde, le Mahāyāna va donner naissance à divers écoles et courants en Asie.

Les écoles les plus importantes sont les suivantes :

« **Inde** : école de la voie du Milieu (Madhyamika, basée sur l'enseignement de Nagarjuna), l'école Rien que Conscience (Vijnanavada Yogachara) et le Véhicule du Diamant (Vajrayāna).

Chine : l'école de la Terre Pure, l'école Chen, l'école Tien-Taï.

Japon : l'école de la Terre Pure, le Zen, le Kegon (basée sur le Sûtra *de la guirlande de fleurs*), l'école Tendāi (identique à l'école Tien-Taï).

Tibet : le tantrisme associé au lamaïsme (bouddhisme tibétain)⁷. »

Quant aux courants, le principal auquel le bouddhisme Mahāyāna ait donné naissance est le bouddhisme Vajrayāna, bouddhisme tantrique ou encore Véhicule de Diamant. Le Vajrayāna donnera par la suite naissance au bouddhisme tibétain.

Contrairement au christianisme, la religion Mahāyāniste attire de moins en moins de pratiquants (environ 2 milliards d'individus aujourd'hui). Elle a même perdu des territoires comme l'Inde au XII^e siècle ou la Chine dès le VIII^e siècle.

⁵ *Ibid.*, page 186.

⁶ *Ibid.* page 186.

⁷ *Ibid.*, page 187.

3. Les doctrines philosophiques du Mahāyāna

Le bouddhisme Mahāyāna repose sur deux doctrines philosophiques :

- le Vijñānavāda
- le Madhyamaka.

« - Le Vijñānavāda (ou doctrine de la conscience) est aussi appelée Cittamātra, "doctrine du rien que pensée", "doctrine de la pensée sans plus" ou, si on insiste sur son aspect pratique, Yogācāra (école des pratiquants du yoga). Cette école "conclut que la variété du monde est la manifestation de germes (*bija*) qui ont été déposées dans une "conscience réceptacle" (*alaya-vijñāna*) et s'actualisent par la suite, tout le processus étant effet et rétribution des actes (*karman*) antérieurs."

Les principaux penseurs du Vijñānavāda sont Asaṅga, Vasubandhu, Dharmapāpa et le pèlerin chinois Huiyan-Tsang (602-664) qui a introduit cette philosophie en Chine.

- Le Madhyamaka (ou "École de la voie moyenne") reproche au Vijñānavāda d'introduire dans sa philosophie un absolu positif, un soi, un atman ; le Vijñānavāda, lui, reproche au Madhyamaka d'être nihiliste. On voit que ce reproche adressé au bouddhisme n'est pas neuf. Le Madhyamaka insiste sur la vacuité de toutes choses et sur l'exigence de ne "tenir aucune position quelle qu'elle soit, même la voie moyenne, qu'on tient en ne la tenant pas." Les grands penseurs de ce courant sont Nagarjuna, Aryadevan Buddhapāli et Candrakīrti⁸. »

Il faut préciser ici que le bouddhisme Mahāyāna reconnaît deux types de vérités : la vérité conventionnelle (*samvṛtisatya*) et la vérité absolue (*paramārthasatya*). La première n'existe pas en réalité mais elle semble véritable pour les hommes. La seconde est inexprimable et correspond à la vacuité.

Dans la plupart des écoles, les deux types de vérités, conventionnelle et absolue, existent parallèlement et on y retrouve des moyens similaires de libération qui consistent à sortir autant que faire se peut des fantasmes et des manipulations du mental.

Maintenant que nous avons posé les bases indispensables pour comprendre le bouddhisme Mahāyāna, nous pourrons mieux saisir les grandes différences et points de ressemblance qui s'observent entre le christianisme et le bouddhisme spécifiquement tibétain.

⁸ *Ibid.*, page 189.

B. Différences

En rédigeant le plan de cette première partie, mon premier réflexe a été de vouloir débiter par les similitudes entre le christianisme et le bouddhisme. Mais j'ai rapidement écarté ce désir de rapprocher frénétiquement l'inconnu au connu – les traditions, rites et coutumes d'une religion historiquement enracinée dans mon pays d'origine (la France) avec une tradition si différente, celle du bouddhisme. Celui-ci souffre déjà bien assez des appropriations qui lui sont désormais imputées en Occident et dans les pays de tradition chrétienne. Il m'a donc semblé nécessaire de voir la chose autrement, et d'ouvrir cette étude par les différences qui peuvent être observées entre les deux traditions.

Au vu de la forme très résumée de ce travail, j'ai pris le parti d'étudier trois différences majeures. Rappelons que lorsque je parle ici de « bouddhisme », c'est du bouddhisme de tradition tibétaine qu'il est question.

1. Le rapport à la spiritualité

La différence la plus flagrante à mes yeux entre christianisme et bouddhisme se situe dans le rapport à la spiritualité que ces religions entretiennent, c'est-à-dire le rapport à « Dieu », à la divinité.

Très évocatrice, à cet égard, est la Sainte Trinité, « Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit, Amen » : voilà un rapport trinitaire bien chrétien. Dans le christianisme, le croyant se réfère continuellement à un autre, à une tierce partie, ou plus exactement à trois autres. Il chante à Dieu, pour Dieu, vers Dieu. Il bénit le Christ et la Sainte Vierge. Il prie Dieu, adresse ses louanges à son Fils. Il va à l'Église où on lui évoque continuellement combien est importante sa dévotion à cet Autre, au Dieu chrétien. Selon la tradition chrétienne, en effet, les êtres humains sont créés à l'image de Dieu, à son effigie. Le rapport du chrétien à la divinité est ainsi directement et continuellement orienté vers l'Autre qu'est son Créateur, dont il est issu mais qu'il n'est pas. C'est donc un geste vers le dehors que le croyant effectue au long de sa vie, et son regard spirituel se porte vers une externalité. Cette externalité, il faut bien que le croyant la craigne et qu'il en soit le serviteur de son Baptême à sa mort, et peut-être même après – c'est ce que nous verrons plus loin. Ainsi, dans son rapport à la divinité, le chrétien a le regard posé sur une puissante Altérité.

Au contraire, dans le bouddhisme, le rapport à la spiritualité est internalisé. Plus précisément : le Bouddha est à l'intérieur de chacun de nous et nous avons tous la capacité de devenir des bodhisattvas (« êtres sur le chemin de l'éveil ») au cours de cette vie ou d'une prochaine (avec beaucoup, beaucoup, beaucoup de travail). En d'autres termes, nous portons en nous-mêmes la possibilité de devenir Bouddha. Ce Dieu que nous vénérerions dans la tradition chrétienne, il est indissociable du soi chez les bouddhistes. C'est pourquoi ces derniers sont tournés vers l'intérieur : ils n'ont de compte à rendre qu'à eux-mêmes, ne regardent que vers leur propre soi pour atteindre la libération. Et c'est un travail de longue haleine sur son esprit, sur ses propres pensées, ruminations, actions et habitudes que le bouddhiste effectue tout au long de sa vie, qu'il souhaite généralement unique (entendez par là : sans renaissance à la mort).

Une première différence notable entre la tradition chrétienne et la tradition bouddhiste est bien un rapport fait d'externalité pour la première et d'internalité pour la seconde, avec la divinité comme référence externe ou le rapport à soi comme objet primaire de la vie spirituelle. Ainsi que l'écrit Odon Vallet : « Dans le bouddhisme, plus tourné vers l'immanence que vers la transcendance, chacun porte son Ciel en soi. Il faut se hisser spirituellement vers une sérénité définitive, prendre un escalier en colimaçon qui débouche sur le vide intérieur »⁹.

2. Autres différences

Incarnation

Pour chaque chrétien, bien que l'expérience du Christ soit inconcevable en des termes réalistes, elle représente l'union idéale entre le corps et l'esprit : un exemple parfait de chair spirituelle unifiée, à laquelle chacun peut s'identifier, avec laquelle chacun peut entrer dans un processus d'unification.

L'incarnation chrétienne est bien différente de l'Incarnation bouddhiste, qui est un événement unique et l'aboutissement d'un chemin (graduel ou plus rapide) vers cette union du corps et de l'esprit.

⁹ VALLET Odon, *Jésus et Bouddha, Destins croisés du christianisme et du bouddhisme*, Paris, Éditions Albin Michel, 1999, page 171.

Relation aux autres

Une autre différence tient à l'importance dans la vie chrétienne de la dynamique de « mort-résurrection » qui existe dans les relations avec les autres, contrairement à la vie bouddhiste qui semble entretenir plus de sérénité au niveau de ses relations.

Plus largement, on peut noter une différence intéressante entre les relations dans le bouddhisme et dans le christianisme. Dans cette dernière religion, la relation a une très grande valeur : le lien à l'autre est à tisser, entretenir, chérir. Il n'est pas évoqué comme tel dans le bouddhisme, où c'est la relation à soi qui est surtout soulignée. Comme l'écrit Dennis Gira : « Il s'agit de deux "cohérences" différentes dont l'une est structurée par la relation interpersonnelle (dans le christianisme l'absolu même est relationnel) et l'autre par la non-dualité¹⁰. »

Divinité du Christ et du Bouddha

Les personnalités du Christ et du Bouddha elles-mêmes présentent des différences notables.

Le Christ, par sa nature même de Fils de Dieu, est divin : sa divinité lui est donnée à sa naissance, il ne l'acquiert pas après un parcours spirituel long et tumultueux. Jésus de Nazareth est d'ailleurs décédé très jeune, à 33 ans, contrairement aux 80 années du Bouddha.

À ce dernier, la divinité n'est pas donnée mais bien acquise après maintes expériences et une quête personnelle appliquée ensuite au monde bouddhiste. Siddhārtha Gautama naît dans une famille aisée et vit ses premières années comme un prince, entouré de richesses et de tentations, de caprices assouvis. C'est à l'âge adulte que débute sa quête spirituelle, et c'est un chemin sinueux et douloureux qui l'attend alors. Finalement, il atteint l'Éveil et termine sa vie en exemple, devenu désormais véritablement Bouddha, « l'Éveillé ». C'est sa vie, celle qu'il a décidé de mener, ses expériences et les leçons qu'il a pu en tirer qui ont fait de lui la figure divine que l'on connaît, et non pas un statut délivré à lui par sa naissance. À travers son expérience, son apprentissage personnel, Bouddha nous apporte un moyen de nous éveiller et de voir à l'aide de moyens bien concrets la manière dont on peut unifier le corps à l'esprit, par nous-mêmes et pour nous seulement. La répétition de l'incarnation, la ré-incarnation à travers les différentes vies, atteste ainsi de la nécessité d'une unification graduelle mais non totale de soi-même, ce qui requiert le plus souvent plus d'une vie, possiblement même plusieurs.

¹⁰ GIRA Dennis « La mort du côté de Jésus et de Bouddha », *La Croix*, 21 juin 2006.

Nature, perception et être au monde de l'individu

L'individu, qu'il soit chrétien ou bouddhiste, aura par conséquent une nature distincte, de même que différera sa perception de lui et de son être au monde.

Dans le christianisme, on ne devient pas dieu, on reçoit simplement en héritage une dimension super-naturelle, qui nous permet une participation en la nature divine. Notre nature d'homme, d'être humain est une, et sa spécificité est d'être une super-nature dans le sens que nous sommes capables de devenir conscients à chaque instant de notre profonde manière d'être interne. Ainsi la transcendance réside-t-elle à l'intérieur de nous comme une dimension constitutive de nous-mêmes. En bref, nous apprenons chaque jour un peu mieux comment aller au-dessus de nos limites actuelles – et ainsi nous naissons à nous-mêmes un peu plus jour après jour. La déification n'est rien d'autre que ce processus de « transcendance de soi » ou *self-transcendance*.

Dans le bouddhisme, nous sommes déjà des individus éveillés, notre nature de Bouddha est donnée à notre naissance. C'est notre nature immanente cachée, un trésor enfoui qu'il est nécessaire de redécouvrir au long de cette vie ou de celle(s) à venir.

Fin de vie de Bouddha et Jésus

Une autre différence majeure que l'on peut constater au niveau des figures centrales des deux traditions respectives, Bouddha et Jésus, se trouve dans leur œuvre même durant leur existence – que l'on peut notamment qualifier en regardant la fin de leur vie.

Chez le Bouddha, l'idée de complétude s'impose à sa mort, dans le sens où celle-ci permet d'acter qu'il a accompli une œuvre forte durant sa vie longue de 80 ans. Nombreuses ont été ses expériences, ses leçons de vie, ses enseignements, outre son éveil et son illumination : le Bouddha a enseigné le Dharma, il a établi une Sangha à peu près 50 ans après son éveil, avant d'entrer en Parinirvana à la fin de ses jours.

À côté de cette vie qui semble complète, celle de Jésus semble quelque peu « inachevée » (d'autant qu'elle s'est terminée tôt, à 33 ans) : le Christ Jésus n'a vécu que quelques années de vie « publique », avant de terminer sa vie en crucifixion.

La manière dont Jésus a vécu sa vie n'en est pas moins utile pour comprendre la manière dont les chrétiens vivent et envisagent la leur. C'est en effet une manière d'être au monde qui est partagée par les croyants : vivre dans la peur du jugement, des représailles, de l'agonie finale, mais aussi dans l'amour de Dieu et sous son regard autoritaire et paternel. La même chose est vraie pour le

bouddhisme : la mort de Bouddha, dans sa complétude, sa tranquillité et sa paix, joue un rôle important pour comprendre la manière bouddhiste d'être au monde.

C. Similarités

Maintenant que nous avons mis en exergue les différences, nombreuses, qui caractérisent la tradition bouddhiste et la tradition chrétienne, il semble désormais plus aisé de comprendre les similarités, nombreuses également, entre ces deux traditions.

1. Un développement historique parallèle

On note d'abord des parallèles remarquables dans leur développement historique :

- 1) Fondation : croissance d'un courant « frais », original à partir d'un substrat déjà présent : l'hindouisme pour le bouddhisme et le judaïsme pour le christianisme.
- 2) Salut : entre l'idéal supra-mondain du Royaume de Dieu, côté chrétien, et celui du Nirvana, côté bouddhiste, les deux religions offrent des saluts transcendants perçus comme confortables et libérateurs – ils ne sont d'ailleurs pas seulement envisagés, mais aussi expérimentés.
- 3) Voie du milieu ou Voie médiane : Bouddha comme Jésus prônent un chemin du milieu entre mondanité et ascétisme. Ainsi, les deux figures remettent en question l'emphase mise sur les cultes et les rituels, de même que l'importance de la pureté pour la religion (l'un était opposé aux rites de purification des pharisiens et l'autre aux castes et au principe de pureté de caste). C'est pourquoi tous deux ont essuyé des critiques quant à leur mode de vie en communauté, entourés de pécheurs : à Jésus, il était ainsi reproché d'être un « souldard » et un glouton.

Dans les deux cas, les religions (si tant est que l'on décide de désigner le bouddhisme comme une religion) sont des religions d'individus, avec l'idée d'un salut individuel. C'est pour cela qu'elles sont devenues des religions du monde et non les religions d'un peuple unique.

2. Autres convergences

Les deux traditions convergent de diverses autres manières.

La première convergence notable est bien connue : celle du monachisme. Celui-ci fait partie intégrante du bouddhisme, les moines bouddhistes étant très nombreux et constituant une part majeure des adeptes de cette religion : le bouddhisme existe ainsi surtout comme un large système monacal. Il est d'ailleurs déterminé par le monachisme dès le début, à travers la figure du Bouddha : un moine. De son côté, le christianisme n'est devenu monacal qu'au IV^e siècle, mais à partir de cette époque, le monachisme en est devenu un élément central. Toutes les formes particulières du développement et de la formation du monachisme apparaissent alors : la vie monastique, en communauté, le célibat, etc. Pour ce qui est du monachisme bouddhiste en Asie, on note quelques petites différences : les prêtres et la liturgie, les services de nuit et de jour, les rosaires et la tonsure, l'encens, les temps de réflexion et de correction, les trois vœux de pauvreté, de chasteté et d'obéissance. Il y a là-bas aussi cette discipline de vie monastique personnelle tout en respectant les instructions dévotionnelles, les règles monastiques, les péchés cardinaux monastiques typiques.

Le bouddhisme comme le christianisme sont par ailleurs très fortement en lutte contre le corps : dans les deux traditions, il existe une méfiance profonde à l'encontre de ce qui est corporel, du corps comme source de toutes les souffrances et de toutes les impuretés – de « ce cadavre, ce sac d'asticots » stigmatisé par Luther.

D. Mort du Christ et mort du Bouddha

1. Mort du Christ

Entre l'an 30 et 33 de notre ère (la date n'est pas certaine), Jésus de Nazareth est condamné à mort par le préfet romain Ponce Pilate. Il porte sa croix avant d'être crucifié devant une foule agitée, au côté de deux autres condamnés, à sa droite et à sa gauche. Le Christ refuse de boire les drogues enivrantes qui lui sont apportées avant le supplice, breuvage traditionnellement servi aux condamnés à mort dans le but d'adoucir leurs souffrances – montrant par là sa résignation complète au sort inhumain qui l'attend. Le lieu choisi pour la crucifixion est un endroit au pied de la colline de Garab, dans la partie nord-ouest de Jérusalem, nommé par la plupart des évangélistes du mot araméen Gologotha (ce qui signifie « crâne, calvaire »). Le motif de la condamnation, que Ponce

Pilate fait graver, porte les insignes suivantes : INRI. Pilate choisit ce sigle qui signifie *IESU NAZARENIUS REX IUDEROM* : Jésus de Nazareth, roi des juifs¹¹. L'agonie du Christ sur la croix dure trois heures et, vers la fin, Jésus entrouvre les lèvres pour murmurer : « *Eli, Eli, lamma sabachtani* », « Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? »¹². On retrouve ces paroles au début du psaume XXII.

Après la mort de Jésus, l'acte de Joseph, son père, aidé par Nicodème, est décrit dans Marc XV 45-46 : « Il descendit Jésus de la croix, l'enveloppa [dans le linge] et le déposa dans une tombe qui avait été taillée dans le roc, puis il roula une pierre à l'entrée de la tombe. » Jésus est enterré sommairement car c'est le soir de shabbat, mais des femmes ont prévu de revenir le dimanche. Lorsque celles-ci arrivent à la tombe le matin du surlendemain pour l'embaumer d'aromates, elles sont surprises par un ange assis sur la pierre refermant le tombeau, tandis que celui-ci est ouvert et vide : l'Ange annonce alors que Jésus est ressuscité comme il l'avait annoncé.

Le Christ avait en effet prédit qu'il ressusciterait trois jours après sa mort. On ne sait pas ce qu'il a fait durant ce laps de temps. Dans la tradition chrétienne, on émet l'hypothèse que l'âme de Jésus est descendue aux Enfers avant de remonter à la Résurrection (Enfers = *Schéol* en hébreu, c'est le terme le plus généralement usité). Cette descente aux Enfers est très controversée et de grands désaccords divisent les spécialistes et les évangélistes à ce sujet¹³.

Quoi qu'il en soit, un dogme fondamental du christianisme est que le Christ est ressuscité, qu'il vit. Concernant sa divinité, bien que déjà donnée par la naissance, elle se voit renforcée par la proposition chrétienne suivante : le Christ est ressuscité donc il est dieu. Jean-Paul Roux écrit à ce sujet : « Il avait maintenant ce pouvoir incomparablement supérieur de se rendre lui-même à la vie, avec un corps glorieux, définitif, à la fois le même et entièrement transformé »¹⁴. Ces éléments de la vie du Christ n'ont jamais été réellement constatés, mais la croyance est fermement ancrée et perdure depuis des millénaires.

¹¹ ROUX Jean-Paul, *JÉSUS*, Paris, Éditions Fayard, 1989, page 397.

¹² Cf. *Ibid.*, page 398.

¹³ Voir notre partie III.

¹⁴ ROUX, *op. cit.*, page 325.

2. Mort du Bouddha

L'histoire de la mort du Bouddha n'est pas aussi « spectaculaire », ni par sa violence ni par son caractère unique, que celle du Christ sur la Croix. Gautama vit jusqu'à l'âge de 80 ans puis contracte une maladie grave. Il a vieilli, a une apparence humaine tout de même mais est fatigué, affaibli. Il est accueilli par un forgeron qui lui donne un repas. Bouddha sait que ce repas est toxique mais il l'accepte pour lui, car un moine ne peut refuser une offrande, ce qui va déclencher sa maladie. En d'autres termes, il accepte que ce repas le mène à sa fin. Ainsi Bouddha meurt-il après mille vies en une, un long chemin de connaissance, de partage, et surtout de quête spirituelle, après avoir mangé de la nourriture avariée parce qu'il n'a pas changé les règles du bouddhisme établies par lui et qui sont devenues complexes au fil des années. Ces règles resteront par la suite comme elles étaient de son vivant.

Au moment de mourir, Gautama dit qu'il est naturel d'avoir peur, que lui-même a peur. Il s'éteint entouré de ses disciples, couché sur le côté dans une position très souvent illustrée dans l'iconographie, et rentre en Parinirvâna (défini en ces termes dans l'Encyclopédie Universalis : « (mot sanskrit) phénomène d'"extinction complète" ou nirvâna total qui se produit au moment où le saint, déjà délivré, parvient au terme de sa dernière existence et ne renaît plus nulle part »).

La date du décès du Bouddha n'est pas connue exactement. Cependant la plupart des commentateurs s'accordent sur un âge : Gautama serait mort à 80 ans. Pour le reste, il n'est pas clair s'il est décédé 218 ans ou 100 ans avant le couronnement du roi d'Asoka, événement qui se serait déroulé autour de 286 ans avant Jésus-Christ. Ainsi, Bouddha Gautama aurait vécu soit entre 566 et 486 av. J.-C., soit entre 448 et 368 av. J.-C.

Bien que nous ne puissions nous reposer sur des dates précises, il semble surtout que la mort de Gautama soit arrivée « au bon moment ». C'est Nietzsche qui explique combien « souhaitable » est une « mort opportune : "Beaucoup meurent trop tard et quelques-uns meurent trop tôt. Elle semble encore étrange la doctrine qui dit : "Meurs à temps". La doctrine mise en pratique par le prophète iranien [qu'est Zarathoustra] ressemble, sur ce point, au bouddhisme dont le fondateur est mort, dit le canon, au "moment convenable", c'est-à-dire à quatre-vingt ans »¹⁵.

Le « moment convenable », pour Bouddha, c'est celui que lui-même a choisi.

¹⁵ HARVEY Peter, *Le bouddhisme, Enseignements, histoire, pratiques*, Paris, Éditions du Seuil, 1993, page 35.

3. Importance de la mort du Christ dans le christianisme

La mort de Jésus est centrale pour comprendre le christianisme. Le Christ est mort mais est revenu d'entre les morts et sa présence continue d'une manière concrète, tangible, parmi ses disciples : dans la tombe vide, dans l'étranger croisé sur la route de Damas par les apôtres, qu'ils reconnaîtront comme étant Jésus, dans la descente du Saint-Esprit sur les apôtres durant la Pentecôte et sa présence parmi eux par la suite, dans l'internalisme du Christ chez le croyant, comme lorsque saint Paul dit : « Pas moi, mais le Christ en moi », en évoquant la présence du Christ dans la liturgie de l'Eucharistie et de l'Église.

Sans la résurrection du Christ et son omniprésence perpétuée, il serait difficile de comprendre la vitalité du christianisme dans le monde. Cette résurrection est une nécessité pour la religion chrétienne, pas seulement théologiquement mais aussi logiquement, car l'ambiguïté des derniers jours du Christ peut difficilement poser des bases pour la fondation solide d'une religion qui perdure depuis des millénaires. La résurrection apporte les réponses à l'énigme posée par la crucifixion et assure le pouvoir interne qui se manifeste dans la dynamique de la présence chrétienne dans le monde.

Dans cette religion, il ne s'agit pas d'un maître mort subitement comme un martyr, mais bien du Fils de Dieu revenu d'entre les morts pour prendre sur lui les péchés des hommes. Il s'agit d'une figure ayant vécu une expérience incroyable, magique, mystique, qui redonne confiance en une forme de renaissance. Voilà ce qui donne toute son importance à la résurrection dans la religion chrétienne.

4. Importance de la mort du Bouddha dans le bouddhisme

Si les incertitudes et les ambiguïtés qui résident dans la mort du Bouddha appelleraient elles aussi à une résurrection, un tel phénomène n'a pas eu lieu dans le bouddhisme.

On pourrait certes parler d'une forme de « résurrection » de la présence du Bouddha dans le dharma et le vinaya – deux éléments formant l'essentiel de l'enseignement laissé par le Bouddha à ses disciples, le vinaya étant un corpus de textes destiné aux pratiques de la communauté monastique et le dharma un corpus plus centré sur la théorie et essentiellement constitué de **sutras**.

Mais en fait, contrairement au christianisme, une telle résurrection se réalise surtout dans divers supports à travers le temps. Il y a notamment les stūpa, ces tertres funéraires enchâssant les reliques post-crémation du Bouddha : à travers des rituels en lien avec eux, le Bouddha peut « prendre vie »,

il est intensément présent, sa présence est tangible. La résurrection comprise en ce sens peut prendre d'autres formes : elle se réalise à travers les images de Bouddha, les mandalas, les saints vivants. Elle peut même advenir à travers le pratiquant lui-même, qui, comprenant en lui/elle l'essence de la présence éclairée du Bouddha (tathagatagarbha) ou la nature de bouddha (buddhagotra), ressuscite cette essence via les disciplines spirituelles bouddhistes.

En tout état de cause, la figure du Bouddha à la mort est celle de la tranquillité, lorsque la figure de Jésus est celle de l'agonie. Toutefois, les deux traditions du bouddhisme et du christianisme reconnaissent l'ambiguïté, la tourmente et l'incomplétude. À leur mort, les deux figures semblent avoir partagé ce sentiment d'agonie mais aussi une certaine paisibilité. Ainsi, Jésus lui-même semble ressentir la transcendance du Bouddha au moment de mourir : dans un moment final d'acceptation et de victoire, il crie depuis la croix « C'est fini ! »¹⁶.

E. La conception de la fin de vie par le Christ et par le Bouddha

1. Chez le Christ

Tout au long de sa courte vie, le Christ aura beaucoup insisté sur l'importance de sa propre mort. Comment la comprendre ? Quelle place tient la mort dans la pensée de Jésus ? Quelle idée se fait-il de ce qu'elle est ?

Prévu, son décès n'est pas naturel : Jésus ne meurt pas de vieillesse. Il ne s'agit donc pas ici d'une fatalité, mais bien d'un événement non naturel, et même un événement spirituel. Jésus sait venir sa mort et même l'annonce : il la dépasse déjà de son vivant en annonçant sa propre résurrection.

En tant que fils de Dieu, la mort de Jésus est donc surtout synonyme de la perte de sa vie corporelle. Le Christ dévoile au monde son propre face-à-face avec une mort qu'il envisage déjà. Il sait alors que « sa vie » ne se confond pas avec sa vie biologique corporelle. En mourant sur la croix, il s'est laissé faire homme pécheur, mourant dans la plus grande violence et obscurité. De cette manière, il rejoint toute l'humanité dans l'expérience sourde de la mort.

¹⁶ RAY Reginald, « Death of the Buddha », *Buddhist-Christian Studies*, Vol.13, 1993, pp. 168-179.

Hébreux 2, 9b-10 : « Nous voyons Jésus couronné de gloire et d'honneur à cause de sa passion et de sa mort. S'il a fait l'expérience de la mort, c'est par grâce de Dieu, pour le salut de tous. En effet, puisque le créateur et maître de tout voulait avoir une multitude de fils à conduire jusqu'à la gloire, il était normal qu'il mène à sa perfection, par la souffrance, celui qui est à l'origine du salut de tous. »

En somme, la mort du Christ correspond au début et à la condition du Salut, ainsi qu'à la présence même de ce mystère. Il se fait offrande, de lui-même, en eucharistie, c'est pourquoi il dit : « Prenez et mangez-en tous : ceci est mon corps livré pour vous. »

L'ancien pape Benoît XVI explique bien cette nouvelle dimension donnée par le Christ à la réalité du remerciement, dans un discours de 2016 où il rappelle que Jésus a transformé la croix, la souffrance et le mal de ce monde en bénédiction : « Faisant ainsi il a fondamentalement transsubstantié la vie et le monde, et nous a donné et nous donne chaque jour le Pain de la vraie vie, qui dépasse le monde par la force de son amour. Enfin il a souhaité "nous insérer dans ce 'merci' au Seigneur pour recevoir réellement la nouveauté de la vie et aider à la transsubstantiation du monde : que ce soit un monde non de mort mais de vie ; un monde dans lequel l'amour triomphe de la mort" »¹⁷.

Dans sa catéchèse, Benoît XVI souligne ensuite l'espérance que Jésus a provoquée avec sa mort sur la croix, ainsi que la confiance qu'il nous a enjoint de garder – confiance que nous sommes en sécurité dans les mains de Dieu. « Jésus, qui au moment extrême de la mort se remet totalement entre les mains de Dieu le Père, nous communique la certitude que, quels que soient la dureté de nos épreuves, la difficulté de nos problèmes, le poids de notre souffrance, nous ne tomberons jamais hors des mains de Dieu, ces mains qui nous ont créés, qui nous soutiennent et nous accompagnent sur le chemin de l'existence, parce qu'elles sont guidées par un amour infini et fidèle. »

Telle est l'idée chrétienne selon laquelle Jésus meurt sur la croix pour tous (« Un meurt pour tous » Jn I I, 50).

Ainsi le dernier mur a-t-il été abattu. Entre Dieu et nous se dressaient trois murs de séparation : celui de la nature, celui du péché et celui de la mort. Le mur de la nature a été abattu par l'incarnation, lorsque nature humaine et nature divine se sont unies dans la personne du Christ ; le mur du péché a été abattu sur la croix et le mur de la mort l'a été par la résurrection. La mort n'est plus un mur devant lequel tout se brise mais elle est devenue une porte, un passage, c'est-à-dire, à la

¹⁷ BENOÎT XVI, « Eucharistomen », discours prononcé pour le 65ème anniversaire du sacerdoce le 28 juin 2016 au Vatican.

lettre, une Pâque. Une « mer Rouge » grâce à laquelle on entre dans la terre promise. En effet, Jésus n'est pas mort seulement pour lui-même ; il ne nous a pas seulement laissé un exemple de mort héroïque comme Socrate. Il a fait tout autre chose.

En ce sens, le christianisme n'a pas besoin de se frayer un chemin par la peur de la mort. C'est par la mort du Christ que s'entrouvre sa route. Jésus est venu pour libérer les hommes de la peur, non pour l'accroître. Le Fils de Dieu, lit-on dans la Lettre aux Hébreux, a pris chair et sang comme nous « afin de réduire à l'impuissance, par sa mort, celui qui a la puissance de la mort, c'est-à-dire le diable, et d'affranchir tous ceux qui, leur vie entière, étaient tenus en esclavage par la crainte de la mort » (He 2, 14-15).

Le Dieu qui meurt en la personne du Christ est ainsi le Dieu qui porte à son comble, au-delà de toute attente, la structure-amour, c'est à dire l'infini amour adressé par Dieu aux hommes, les composant, et justifie la confiance dont l'unique solution de remplacement est l'autodestruction. Le chrétien meurt en entrant dans le Christ : cette formule traditionnelle prend désormais tout son sens pratique. La puissance, dont l'homme n'a pas la disposition et qui limite sa vie de toute part, n'est pas une aveugle loi de la nature, mais un amour qui s'est mis à sa disposition au point de mourir pour lui et avec lui. Le chrétien le sait : il peut aller au renoncement à lui-même, qui lui est constamment imposé avec le sens fondamental d'une existence créée par amour et qui se sait tout à fait à l'abri, justement dans sa confiance et dans ce don qu'on ne saurait obtenir de force. Si la mort en tant que telle est vaincue par le Christ, en qui cet événement s'est produit par la puissance d'un amour sans limites, elle est aussi vaincue quand on entre dans la mort avec et dans le Christ.

Dans la mesure où il fait passer la vérité avant l'intérêt personnel, le martyr avec le Christ est identique au mouvement de l'amour. Si, par nature, la mort est impossibilité de communiquer, elle est en même temps le mouvement qui conduit à la « communion », le mouvement de la vraie vie. Alors seulement ce processus de renoncement à soi-même révèle quel schéol, quelle vacuité, quel abandon au néant il y avait dans notre autonomie personnelle, et dans notre volonté de survivre, fût-ce en sacrifiant le droit, et alors, dans ce processus de mort, s'accomplit le véritable cheminement de la vie.

2. Chez le Bouddha

Le compte-rendu des derniers jours et du trépas du Bouddha peut se trouver dans la *Sūtra du Mahāparinirvāna*. Dans ce texte, le Bouddha est décrit comme ayant atteint la fin de sa vie

naturellement et paisiblement. Dans la version en Pali, il dit à Ananda qu'il est vieux désormais et que sa vie touche à sa fin, qu'il a atteint son compte de jours. Il explique ensuite qu'après sa mort il ne sera plus avec ses disciples, mais que sa mort doit être réelle et finale ; il veut leur assurer cela et demande comment cela pourrait en être autrement : toutes les choses qui sont conditionnées, ayant pris vie, doivent ensuite mourir. Ce sera le dernier enseignement du Bouddha.

L'idée de complétude et d'accomplissement de sa vie est très explicitée dans cet ouvrage. On voit que la vie du Bouddha est distante du monde « réel » : non seulement il ne partage pas la souffrance et l'agonie du commun des mortels, des humains en général, mais il n'est pas prématurément arraché à sa vie. Aussi, encore à l'encontre de la majorité des humains, il ne meurt pas avec une œuvre incomplète. Le Bouddha a complété ses tâches et ce qu'il souhaitait accomplir, dans le sens institutionnel plutôt que personnel. Au contraire de Jésus qui, dans ce sens, partage entièrement notre humanité incomplète et imparfaite, en construction.

On le voit, la manière dont les maîtres du bouddhisme et du christianisme ont vécu leur vie et leur mort, ainsi que leur nature divine, innée ou acquise, et leur perception de la mort, sont bien différentes dans les deux religions.

De plus, le rapport qui découle de leurs enseignements, rapport à Dieu dans le christianisme, à soi dans le bouddhisme, modifient la manière qu'ont les croyants de percevoir leur rapport à leur propre finitude et de mener leur vie. Que ce soit en suivant le Fils de Dieu, un saint, mort en agonisant, à 33 ans, après avoir été trahi, ou en suivant un homme devenu bouddha par de multiples expériences personnelles, beaucoup de travail sur soi, au cours d'une longue vie remplie, rien que cela va avoir une influence sur le croyant.

Il semble que dans le christianisme, ce rapport externe à la divinité, fait des chrétiens des enfants de Dieu, se référant à une autorité externe plutôt qu'à soi, dans un rapport paternaliste.

Chez les bouddhistes, le croyant se doit à lui-même de développer sa vie intérieure et spirituelle et c'est avec lui, plus souvent contre (ses démons intérieurs), qu'il lutte.

Nous verrons par la suite les détails des croyances des bouddhistes et des chrétiens, influençant de manière inévitable leurs comportements.

II. L'Être dans le monde des vivants – notions fondamentales

A. Relation chrétienne au monde : morale, comportement chrétien et résurrection

La morale est très importante dans la vie de l'être humain de confession chrétienne, on peut dire qu'elle est son « mode d'emploi » : elle correspond à des règles de fonctionnement à respecter en fonction de ce qui est attendu de l'individu. C'est un idéal moral que le chrétien vise, sans toutefois espérer réellement l'atteindre complètement – car la perfection n'existe pas. Il s'agit du travail d'une vie, constant et continu, bien plutôt qu'une course acharnée vers un objectif précis.

est à mettre face à l'échec moral Ceux-ci sont évités tant ils posent de problèmes, ainsi qu'à ses proches. Afin de s'en prémunir, il s'agit pour le croyant de respecter tout un ensemble de règles morales durant sa vie.

1. Principes de la morale chrétienne

La morale chrétienne est très importante dans la vie de l'être humain de confession chrétienne, on peut dire qu'elle est son « mode d'emploi » : elle correspond à des règles de fonctionnement à respecter en fonction de ce qui est attendu de l'individu. C'est un idéal moral que le chrétien vise, sans toutefois espérer réellement l'atteindre complètement – car la perfection n'existe pas. Il s'agit du travail d'une vie, constant et continu, bien plutôt qu'une course acharnée vers un objectif précis.

Le christianisme s'accordant à une vision dualiste du monde, structurée par les notions de bien et de mal – Dieu a créé des individus libres de faire le bien comme de faire le mal, dotés en somme de libre-arbitre –, ce travail est à mettre face à l'échec moral que constituent les péchés. Ceux-ci sont à éviter autant que faire se peut tant ils posent de problèmes au chrétien, ainsi qu'à ses proches. Afin de s'en prémunir, il s'agit pour le croyant de respecter tout un ensemble de règles morales durant sa vie.

Selon l'auteur laïc Clive Staple Lewis, la morale chrétienne présente trois grandes composantes : « La première, c'est le *fair play* et l'harmonie entre des individus. La deuxième, on pourrait l'appeler le ménage en soi, l'harmonisation intérieure de chaque individu (morale dans le cœur des

individus). Et la troisième, c'est le but de toute vie humaine, ce pour quoi l'homme a été créé, quel itinéraire la flotte devrait emprunter, quelle partition le chef d'orchestre devrait exécuter... »¹⁸.

Ces horizons permettent de structurer la vie du croyant, ses comportements, ses états d'esprit dans trois types de relations : ses relations aux autres hommes, sa relation à lui-même et sa relation à Dieu. Cette dernière est celle qui peut éventuellement soulever des différences entre morales chrétienne et non-chrétiennes. L'homme étant la création de Dieu, son corps ne lui appartenant pas plus que son esprit, le chrétien doit en effet rendre des compte à son créateur, il a des obligations envers lui: dans le christianisme, ce regard de Dieu porté sur le croyant est omniprésent.

Ainsi, comme l'explique Clive Staple Lewis, le christianisme « demande aux gens de se repentir et leur promet le pardon. Il n'a rien à apporter à ceux qui n'ont pas conscience d'avoir à se repentir et n'éprouvent pas le besoin d'un pardon. Le christianisme ne peut opérer en vous que si vous comprenez qu'il existe une Loi Morale que vous avez violée et une Puissance derrière la loi, et que vous avez enfreint la loi et vous trouvez en porte à faux face à cette Puissance¹⁹. » La croyance profonde en une Loi Morale et une Puissance transcendante est ainsi fondamentale, ne serait-ce que pour pouvoir être « chrétien » – celui qui ne croit pas en ces fondamentaux ne peut prétendre appartenir à cette religion.

La possibilité d'une vie éternelle, à travers le principe de résurrection (pour ceux qui y adhèrent car nous allons voir que de nombreux croyants n'y adhèrent plus) ou simplement la perspective d'une vie après la mort au paradis ou en enfer, est également de nature à affecter la motivation des actes moraux ou non du chrétien. En effet, si la perspective de vivre 80 ans peut donner l'impression que nos actes n'auront finalement qu'un impact relatif, la donne change lorsqu'on s'imagine vivre éternellement : le poids des conséquences n'est plus le même.

2. Le comportement chrétien

Si, dans le christianisme, « les hommes sont hantés par l'idée d'un code de conduite qu'ils doivent adopter, qu'on appelle le franc jeu, les convenances, la morale ou la Loi Naturelle », en réalité « ils n'agissent pas conformément à cette loi »²⁰. Comme nous l'avons dit en effet, la perfection n'existe

¹⁸ LEWIS Clive Staple, *Les fondements du christianisme*, Valence, Éditions Lire La Bible, 2014, 9e édition, page 83.

¹⁹ *Ibid.*, page 46.

²⁰ *Ibid.*, page 31.

pas et le chrétien ne peut que viser un idéal moral, prescrit pour tous, qu'il sait ne jamais pouvoir atteindre réellement. Il s'agit donc avant tout de suivre une ligne de conduite, appelée « comportement chrétien », qui découle de la morale chrétienne mais ne la réalise pas complètement.

Les vertus

Ce comportement se base sur le respect de sept vertus : les vertus « cardinales » et les vertus « théologiques ». Dans la première catégorie se rangent la prudence, la tempérance, la justice et la force de caractère. Dans la seconde, la foi, l'espérance et la charité. Ces vertus correspondent à l'idée de persévérance dans des actions justes et bonnes. Il n'y a évidemment pas une liste précise d'actions à respecter ou à éviter. L'acte, ainsi que l'intention profonde sont tout aussi importants. Le respect des vertus ici-bas vaut pour la vie dans l'au-delà : nos actions influencent le type de personne que l'on deviendra post-mortem²¹ ; par ses actions et ses intentions, le chrétien pose les pierres essentielles à l'édification de son ciel à l'avenir.

Parmi les vertus théologiques, deux sont particulièrement structurantes :

- L'Espérance. Il s'agit par là de regarder vers le monde éternel, de porter son regard vers l'après : « Aspirez au Ciel et vous recevrez la Terre ». La question du désir du ciel n'est pas anodine, tant les hommes ont plutôt tendance à porter leur attention sur les éléments mondains. Dans le christianisme comme dans le bouddhisme, on retrouve l'idée que les désirs terrestres n'apportent que la sensation de vide, alors qu'un destin plus grand d'une vie après la mort attend le chrétien.
- La Foi. Dans le christianisme, la Foi revêt deux sens. D'abord, il s'agit d'adopter les croyances chrétiennes, de considérer les doctrines du christianisme comme vraies : si l'homme adhère à cette religion, c'est que ses dogmes font sens pour lui, ceux-ci doivent donc occuper son esprit quotidiennement. Ensuite, il s'agit de pratiquer les vertus chrétiennes : l'humilité et la reconnaissance de notre orgueil sont très importants. À travers la Foi, le chrétien donne sa confiance et son respect à Dieu, il croit en sa toute-puissance, en mettant sa confiance entière en la figure du Christ. Par ailleurs, l'action de Dieu et notre action sont finalement indissociables car Dieu est en nous tout autant qu'à l'extérieur de nous. On retrouve cet élément chez Philippiens : « Travaillez à votre salut avec crainte et tremblement car c'est Dieu qui produit en vous le vouloir et le faire » (Philippiens 2.12).

²¹ *Ibid.*, page 91.

Le péché

En miroir de ces vertus, le comportement chrétien se structure également autour de toute une série de péchés. On pense évidemment aux sept péchés capitaux de la religion catholique : l'orgueil, la gourmandise, la luxure, l'avarice, la jalousie, la colère et la paresse. Selon les théologiens chrétiens, l'orgueil est le mal suprême, le vice ultime, le plus grand péché : « C'est l'orgueil qui fraie le voie à tous les vices et qui a transformé le diable en ce qu'il est. L'orgueil est un état d'esprit absolument anti-Dieu »²². C'est contre ce péché qu'il semble que le chrétien doive lutter le plus intensément tout au long de son existence.

3. La résurrection

Si c'est au cours de sa vie que Jésus est venu nous livrer ses enseignements, le Nouveau Testament ainsi que les écrits chrétiens nous parlent avant tout de sa mort et de sa résurrection, comme étant un élément essentiel du christianisme : comme si souffrir et être mis à mort étaient la raison principale pour laquelle Jésus était venu sur terre. Le Christ aurait ainsi volontairement subi le châtement funeste pour nous replacer dans une situation « juste » vis-à-vis de Dieu, nous donner un nouveau départ en nous nettoyant de nos péchés. « On nous a dit que le Christ a été immolé pour nous, que son sacrifice a ôté nos péchés et qu'en mourant, il a mis hors de combat la mort elle-même. Voilà la formule. Voilà le christianisme »²³. Par cette mort, les chrétiens sont devenus le corps du Christ, ont réalisé leur caractère « éternel » et ont fait de cette croyance un élément central de leur religion.

Dans l'esprit collectif, la résurrection marque surtout aujourd'hui le retour à la vie du Christ après sa mort sur la croix et, dans notre calendrier actuel, elle correspond à la fête de le Toussaint, donnant lieu à une ou deux semaines de congés. Mais cela ne nous dit pas grand-chose de ce qu'est vraiment la *résurrection*.

Dans un passionnant article²⁴, Dennis Gira étudie le phénomène en le mettant en rapport avec la réincarnation bouddhiste : « La résurrection n'est pas du tout quelque chose qui concerne uniquement l'après-mort, une espèce de récompense pour tout le bien qu'on aurait fait pendant la vie. Ce n'est pas non plus la réalisation par l'individu de toute sa potentialité humaine, du moins pas

²² *Ibid.*, page 129.

²³ *Ibid.*, page 69.

²⁴ GIRA Dennis, « La réincarnation et la loi mystérieuse de la Croix », dans Croire, *La Croix*, 2005, en ligne : <https://croire.la-croix.com/Abonnes/Theologie/Les-autres-religions/La-reincarnation-et-la-loi-mysterieuse-de-la-Croix> (consulté le 14/09/21),

au sens où on l'entend habituellement²⁵. Le potentiel de l'homme est en réalité infiniment plus grand qu'il ne l'imagine puisqu'il est créé à l'image de Dieu et appelé à partager sa vie. Quand on parle de la résurrection donc, c'est de la pleine réalisation de ce potentiel-là dont il s'agit. Ce point est capital car, nous l'avons vu à plusieurs reprises, le véritable potentiel de l'homme est d'ordre relationnel puisque Dieu lui-même est relationnel. Le chrétien qui réfléchit à son expérience de tous les jours à la lumière de l'Écriture sainte et qui médite l'Écriture sainte à la lumière de son expérience de tous les jours sait bien que la "loi mystérieuse de la Croix" est une véritable clé de lecture de toute sa vie. Elle lui permet de comprendre à quoi il est appelé et de vivre pleinement sa véritable condition de personne humaine. Il sait d'expérience que le fait d'accepter de mourir à lui-même dans ses relations aux autres, à travers les services qu'il leur rend, etc., l'ouvre davantage à la vraie vie. Méditer sur l'Écriture sainte et sur Jésus-Christ l'aide à comprendre ce qu'est cette "vraie vie" et jusqu'où elle peut le porter réellement, c'est-à-dire jusqu'à la plénitude de la communion avec tous. Autrement dit, au cœur même de ses relations aux autres et à Dieu, dans cette vie-ci, l'homme fait l'expérience – directe – de la dynamique de la mort et de la résurrection du Christ »²⁶.

D'après Gira, c'est en mourant à lui-même, tout au long de sa vie et dans sa relation aux autres, à lui-même, que l'être humain peut faire l'expérience de la résurrection, et ainsi de l'existence chrétienne. La résurrection au sens chrétien concerne donc bien la vie elle-même et a toute son importance au cours de la vie du croyant, bien davantage que lorsque la mort survient. C'est là que réside la grande différence entre la résurrection chrétienne et la réincarnation bouddhiste, dans l'espace-temps dans lequel celles-ci s'intègrent : la vie pour la résurrection, l'après-vie pour la réincarnation.

Chez les chrétiens, la mort survient toujours d'abord dans la vie, à divers moments de l'existence, lorsque l'on sort de sa zone de confort par exemple. Alors, on meurt à soi-même. Gira utilise le terme de « mort-résurrection » pour qualifier ces « petites morts » quotidiennes. Ces expériences n'ont rien de facile, où l'on se voit forcé de renoncer à ses habitudes et réflexes pour « mourir à soi » et enfin renaître. Mais elles font partie intégrante de notre vie, qui en est jalonnée. Ainsi nous est donné à voir « à quel point le devenir de l'homme est lié à la dynamique de cette "loi" selon laquelle "il faut mourir pour vivre" et qui affirme que "celui qui veut garder sa vie la perdra" »²⁷.

²⁵ D'après mon interprétation, Dennis Gira évoque ici l'atteinte d'un statut « divin » : en ressuscitant, l'homme prouve qu'il a rempli, par son humanité, toutes les conditions requises pour ressusciter, à l'image de Jésus revenant parmi les vivants.

²⁶ *Ibid.*, pages 11-12.

²⁷ *Ibid.*, page 13.

C'est donc au cœur même de la vie bien vivante que se déroule, chez les chrétiens, ce phénomène mortuaire que l'on réduit trop souvent au post-mortem. Le croyant est face à la mort à chaque instant de sa vie, chacun de ses choix peut offrir la possibilité d'une mort-résurrection. Si ces petites expériences régulières, douloureuses, constituent bien des morts en soi, ce sont elles qui nous permettent finalement de mener notre vie. Elles sont l'essence même de l'existence, car une vie sans aucune rugosité n'est-elle pas la véritable mort ?

Le mariage est un exemple phare de ces « morts » intégrées à nos vies. En se mariant on meurt à nos anciens modes de vie, plus individualistes, pour renaître dans un couple, et apprendre à vivre avec l'autre, faire marcher une dynamique de binôme avec toutes les épreuves qu'elle comporte.

B. La perception de l'être dans le bouddhisme : positionnement au monde, relation à soi et aux autres

1. La notion de souffrance ou *Dukkha*

La souffrance (*dukkha* en pâli) fait partie des trois traits caractéristiques de toute chose conditionnée dans le bouddhisme, avec l'anâtman ou non-soi, inexistence d'un soi, et l'impermanence (*anitya*). Pour Quentin Ludwig, cette notion est « le trait le plus important du monde, soumis au cycle de la vie (*samsâra*) »²⁸.

Dans son *Dictionnaire encyclopédique du Bouddhisme*, Philippe Cornu renvoie à la définition des Quatre Nobles Vérités pour appréhender cette notion de souffrance, à savoir :

1. la vérité de la souffrance,
2. la vérité sur l'origine de la souffrance,
3. la vérité de la cessation de la souffrance,
4. la vérité de la voie.

Durant toute son enfance et sa vie de jeune adulte, le Bouddha, fils de roi, prince, fut protégé par son père de toutes les souffrances de la vie terrestre. De son palais, il n'avait pas accès au monde extérieur et à sa dure réalité. Il grandit, se maria et eut même un fils. Il était donc père de famille

²⁸ LUDWIG Quentin, *Le Bouddhisme, Histoire, courants religieux, cultures*, Paris, Eyrolles, 2007, 2e édition, page XX.

lorsque quatre rencontres changèrent le cours de son existence ainsi que celui de l'histoire de l'humanité. Un jour, le voilà confronté aux quatre grandes souffrances de la vie : la vieillesse, en croisant une personne âgée, la maladie, en croisant une personne souffrante, la mort, en croisant un convoi funéraire, ainsi que la pauvreté, en croisant un homme errant qui faisait l'aumône. À ce moment-là, la destinée de Sākyamuni est sur le point de basculer. Il quitte palais, femme, enfant et famille, et s'engage sur la route de l'Éveil, au fil de rencontres avec des maîtres. Une fois que le Bouddha a atteint l'Éveil, il se rend à Bénarès, et le premier enseignement qu'il y donne porte sur les Quatre Nobles Vérités. Cet enseignement est devenu l'enseignement de base du bouddhisme.

Ainsi que l'écrit Philippe Cornu, « Quarante-neuf jours après son Éveil, le bouddha Sākyamuni mit en mouvement la roue du Dharma pour la première fois en prononçant l'enseignement des quatre nobles vérités devant ses cinq premiers disciples. Ce sermon, qui constitue le cœur du Dharma, est l'objet du *Dhammacakkapavattanasutta (Samyutta Nikāya)* ».²⁹ Le discours sur les Quatre Nobles Vérités s'appelle aussi *aria satya*.

« Après avoir identifié ce qu'était la souffrance, Bouddha, comme un médecin, s'intéresse à sa cause pour ensuite en annoncer la guérison et, en finale, proposer le remède qui convient »³⁰, précise Quentin Ludwig qui retient huit souffrances, ainsi qu'elle sont citées dans plusieurs Sûtras :

1. la naissance,
2. la maladie,
3. la vieillesse,
4. la mort,
5. être séparé des personnes aimées,
6. devoir rencontrer des personnes qu'on n'aime pas,
7. l'impossibilité d'obtenir ce que l'on désire,
8. notre perception du monde.

Face à la souffrance, Dukkha, s'oppose la Soif, Trsna ou Tanhā, qui désigne ce qui cause la souffrance, la source de la souffrance. Le désir, cette source ou soif, est donc perçu comme cause de

²⁹ CORNU Philippe, *Dictionnaire encyclopédique du Bouddhisme*, Paris, Éditions du Seuil, 2006, édition augmentée, page 473.

³⁰ LUDWIG, *op. cit.*, page 144.

la souffrance dans la vision bouddhique. C'est de s'en libérer qu'il va s'agir pour renaître au monde.

La libération va venir prendre toute sa place dans la pratique de l'individu, pratique qu'il va réaliser au cours de sa vie, par la régularité et le respect des enseignements bouddhistes. La libération de la souffrance va venir naturellement dès lors que le pratiquant est assidu. La vie est employée à cela, afin de faciliter le processus de mort et de renaissance éventuelle.

2. La notion de Soi ou d'inexistence du Soi (Anâtman)

Le concept de Soi, ou plutôt de l'inexistence du Soi, Anâtman en sanskrit, est un concept fondamental dans le bouddhisme. On peut même dire, avec Quentin Ludwig, que c'est un concept fondateur de cette religion : « Ainsi que le signale Nyanatiloka, un savant lexicographe bouddhiste, l'Anâtman "est la doctrine fondamentale du bouddhisme, sans la compréhension de laquelle une connaissance réelle du bouddhisme est tout à fait impossible. C'est la seule doctrine vraiment spécifiquement bouddhique par laquelle la structure tout entière du bouddhisme tient ou s'écroule. Toutes les autres doctrines bouddhiques peuvent se retrouver, plus ou moins, dans d'autres systèmes, philosophies ou religions, mais la doctrine de l'Anâtman a été enseignée clairement et sans réserve uniquement par le Bouddha ; c'est pourquoi le Bouddha est aussi appelé "Anattavadi" ou "le Maître de la non personnalité". Celui qui n'a pas compris à fond cette "impersonnalité" de toute existence [...] sera incapable de comprendre le bouddhisme »³¹.

Le raisonnement qui fait référence pour traiter de cette notion de Soi est celui qu'on retrouve chez le célèbre moine et philosophe indien Candrakirti, notamment dans son ouvrage *Madhyamakavatara (Introduction à la voie médiane)*. On peut aussi citer le *Visuddhimagga* ou *Chemin de la complète purification*, rédigé par Buddhaghosa au Ve siècle, à Ceylan, et qui reste aujourd'hui encore un ouvrage fondamental. On y trouve les vers suivants :

Car la souffrance existe, mais personne qui souffre ;

L'action existe, quoiqu'il n'y ait point d'acteur ;

L'extinction existe, mais point de personne consumée ;

Quoiqu'il y ait une Voie, il n'y a aucun passant³².

³¹ *Ibid.*, page 40.

³² *Ibid.*, page 43.

L'Anâtman ou « non-soi » fait partie des trois caractéristiques de l'existence, avec l'impermanence (anitya) et la souffrance (dukha). Dans le bouddhisme, cette notion est mise en rapport avec les cinq agrégats, qui sont la base de l'identité et sont considérés comme des sources de souffrance car sources d'attachement. La notion de soi individuel ou de soi passe même pour « la simple collection des cinq agrégats »³³, à savoir :

1. les formes matérielles,
2. les sensations ou idées,
3. les perceptions et sentiments,
4. les forces mentales ou formations karmiques,
5. la conscience.

Dans son encyclopédie du Bouddhisme, Philippe Cornu décrit la complexité de la notion d'anatmân en ces termes : « Inexistence du soi, parfois traduit très maladroitement par "non-ego". Selon l'enseignement du Bouddha, l'appropriation d'un "soi" (SK. ātmagrāha, TIB. bdag - ' dzin), c'est-à-dire le fait de considérer les agrégats comme un "soi" et de s'y attacher, est la cause de notre errance dans le samsāra. À ce titre, on distingue habituellement le "soi" individuel (SK. pudgala-atman, TIB. Gang-zag-gi bdag, CH. renwo), qui concerne les êtres animés, et le "soi" phénoménal, substance ou essence réelle des phénomènes (TIB. chos-kyi bdag) perçus par ces mêmes êtres animés. Mis à part quelques écoles dites Pudgalavāda qui prônent l'existence d'un "soi individuel", toutes les écoles bouddhistes s'accordent à réfuter son existence. Mais, pour ce qui est du "soi" des phénomènes, seules les écoles Mahāyāna réfutent son existence. (...) la base de désignation du "soi" individuel (SK. Pudgala prajñāpaya, TIB. Gang-zag-gi-gdags-gzhi) doit être déterminée avant toute réfutation. Contrairement à certaines écoles non bouddhistes comme le Sāṃkhya pour qui le "soi" existe réellement et de manière autonome par rapport aux constituants psychophysiques individuels, tous les bouddhistes considèrent le "soi" de la personne en relation avec les cinq agrégats. Parmi eux, les écoles Sammitīya et Vātsīputrīya, appelées Pudgalavāda, sont les seules à admettre l'existence réelle d'un "soi". Ce "soi" n'est ni réductible aux seuls agrégats ni différent d'eux, ni

³³ *Ibid.*, page 40.

permanent ni impermanent. Ce "soi" n'est donc pas semblable à celui des hindous, qui est un ātman éternel et immuable »³⁴.

3. Le cycle des renaissances ou Samsâra

Il est commun d'entendre, parmi les non-bouddhistes et dans les milieux profanes, que dans le bouddhisme l'âme se réincarne, qu'elle transmigre d'une existence à une autre : la forme serait différente mais l'âme elle-même ne changerait pas. Voilà encore une perception erronée de la tradition bouddhiste et de la notion de réincarnation, indissociable de celle de Samsâra, qui désigne le cycle des renaissances. Alexandra David Neel écrit ainsi en 1929 : « Les profanes imaginent, en général, que les bouddhistes croient en la réincarnation de l'âme, voire même à la métempsycose. C'est là une erreur. Ce que le bouddhisme enseigne, c'est que l'énergie produite par l'activité mentale et physique d'un être, cause l'apparition de nouveaux phénomènes mentaux et physiques après que cet être a été dissous par la mort »³⁵.

Selon Quentin Ludwig, le samsâra « (transmigration perpétuelle ou cycle des renaissances), désigne les phases de la vie qui consistent à naître, grandir, vieillir, mourir, renaître (sous différentes formes) et cela sans fin ; à moins que dans sa dernière naissance, sous la forme d'un humain mâle, l'état ne parvienne à l'Éveil et n'entre dans le nirvâna »³⁶.

La vision bouddhiste, que l'on ne retrouve pas dans le christianisme, est donc celle d'un cycle perpétuel de renaissances, directement lié au karma (notion sur laquelle nous reviendrons). En effet, c'est le karma, l'ensemble des actes passés et leur valeur, qui va influencer la destinée (gatî) des êtres pris dans le cycle du samsâra. Ce cycle est caractérisé par son instabilité, il est en perpétuel altération. C'est seulement lorsqu'on quitte cet état pour atteindre le Nirvâna que l'état se stabilise définitivement.

Dans la temporalité du samsâra, une vie humaine n'est donc qu'un morceau d'une temporalité infinie. Le karma et ses empreintes karstiques permettent de définir les conditions dans lesquelles on peut renaître. Si elles sont positives, l'individu aura une chance d'accéder à l'Éveil, dans des conditions agréables (beauté, richesse par exemple). Si elles sont négatives, alors l'individu est en

³⁴ CORNU, *op. cit.*, pages 47-48.

³⁵ DAVID-NEEL Alexandra, *Mystiques et magiciens du Tibet*, Paris, Pocket, 1980 (réédition de 1929), page 33.

³⁶ LUDWIG, *op. cit.*, page 242.

quelque sorte condamné à vivre l'enfer, dans des conditions désagréables, telles que la maladie ou la pauvreté. Une autre forme de renaissance est celle des pretas, ces êtres qui vivent parmi les hommes en subissant des tortures et supplices.

La question est de savoir comment échapper au samsâra et enfin atteindre l'Éveil. Car c'est là l'objectif principal de la vie : ne plus renaître, sortir du cycle infernal des renaissances. Pour cela, il faut absolument éteindre tous les désirs, y compris celui de sortir du samsâra. Cette cessation de passions peut se caractériser aussi par la fin de la création d'un karma : s'il n'y a plus de karma créé, alors le cycle des renaissances peut s'arrêter.

Ludwig écrit à ce sujet : « Atteindre l'Éveil, c'est s'affranchir de la Loi de l'acte (karma) et de la Loi de la coproduction conditionnée. Pour y parvenir, il faut supprimer tout désir et, par la connaissance, l'ignorance fondamentale. On y parvient par trois voies : en menant une vie morale, en s'instruisant avec les livres saints et par la méditation. Pour les bouddhistes, la vie d'homme est une chance, car elle seule permet d'entrer dans le nirvâna. Il faut donc en profiter d'autant plus que le nirvâna peut déjà être atteint sur terre mais ce n'est pas l'acquisition des richesses matérielles qui y contribue »³⁷.

Dans le bouddhisme du Grand Véhicule, le Samsâra et le Nirvâna correspondent à la même chose, il n'y a pas de différence entre les deux concepts. C'est que tout est Vacuité dans le Mahayana. Comme le fait remarquer G. Brugault, samsâra et nirvâna « forment un couple en trompe-l'œil [...]. Samsâra et nirvâna sont tous deux sans commencement (*anâdi*) : le bouddhisme fait l'économie des problèmes d'origine ; mais le samsâra est "pourvu de fin" (antavant), puisqu'on peut s'en délivrer »³⁸.

Des orientations diverses jouent un rôle dans le chemin de l'être sur la voie de l'Éveil. On peut dresser une liste non-exhaustive de sept inclinaisons néfastes pour l'individu :

1. le désir sensuel,
2. l'aversion,
3. l'opinion,
4. le doute,
5. la prétention,

³⁷ *Ibid.*, page 243.

³⁸ JACOB André, Encyclopédie de philosophie universelle, Paris, P.U.F. 1998. Tome 2, page 2900.

6. l'instinct de vie,
7. l'ignorance (*avidyā*).

4. La notion de *karma*

Le terme de karma a été beaucoup utilisé en Occident et l'est toujours, le plus souvent d'une manière erronée. Il est fréquent d'entendre que « tel ou telle a un bon karma » car il/elle a bien réussi, gagne bien sa vie, a eu de la chance au cours des dernières années, a une belle voiture, etc. Rien de plus éloigné de la pensée bouddhiste.

Selon Ludwig, le mot karma « désigne simplement une action morale ou immorale, un acte, et aussi les fruits de cet acte mais certainement pas l'origine de la destinée favorable ou défavorable des êtres vivants. Dans une perspective cinétique, on peut dire que, pris dans le contexte du cycle des renaissances (*samsāra*), et de celui de la chaîne des douze liens (*nidana*) d'interdépendance, le karma est la force motrice de la vie (et, aussi, nous le découvrirons, de l'univers) »³⁹.

C'est un concept qui peut être difficile à comprendre car il n'est pas intelligible dans une vision occidentale des choses. Dans la vision bouddhiste, le karma en effet transmigre d'une existence à l'autre et s'additionne.

Pour mieux en saisir la dynamique, il est intéressant de faire le parallèle entre le mot karma et le verbe « œuvrer » : dans les deux cas, il y a un rapport de causalité entre l'acte que l'on pose en œuvrant et le résultat direct ou indirect de l'œuvre. Si les actes que l'on effectue et le résultat de ces actes sont éphémères, ne durent pas indéfiniment, les actes peuvent cependant laisser ce qu'on appelle des « traces karmiques » : des empreintes formées par l'impact d'une ou plusieurs actions, à valeur positive ou à valeur négative – chaque acte ayant une conséquence ou un fruit, appelé (*phala*), qui peut être positif, négatif ou neutre. Les empreintes peuvent rejoindre d'autres empreintes. L'accumulation de ces empreintes karmiques s'ancrent dans le temps, et révèlent ainsi chez l'individu des tendances, des actes automatiques, comme des réflexes innés, qui solidifient l'empreinte karmique dans la durée.

Pour les bouddhistes, le karma favorise les dix vertus, qui sont pour les quatre premières des abstentions. D'après la traduction d'André Bareau du *Sûtra sur la diversité des rétributions des actes adressés par le Bouddha au notable Suka*, ces dix vertus ou actes qui favorisent la vie longue

³⁹ LUDWIG, *op. cit.*, page 153.

sont les suivants : « ne pas tuer soi-même d'être vivant ; exhorter autrui à ne pas tuer ; louer l'absence de meurtre ; ressentir de la joie en voyant qu'on ne tue pas autrui ; si l'on voit autrui menacé de meurtre, s'employer à le sauver ; si l'on voit autrui craindre la mort, apaiser sa pensée ; si on le voit terrorisé, lui donner la sécurité ; envers celui que l'on voit dans l'affliction, produire des pensées compatissantes ; envers celui que l'on voit dans la détresse, produire des pensées de grande pitié ; donner aux êtres de la nourriture et de la boisson »⁴⁰. Les actes non vertueux sont les mêmes que ceux ici cités mais sans ou avec la négation, selon.

5. La notion de *Pudgala*

Un des grands problèmes du bouddhisme est que la notion d'anatmân ou inexistence du Soi pose la question du support du karma. Qu'est-ce qui permet de transporter le karma d'existence en existence s'il n'y a pas de soi fondamental ?

Un courant de pensée bouddhique a trouvé dans la notion de pudgala, qui désigne le soi en tant qu'individu, personne réelle, cet élément qui transmigre d'une existence à l'autre.

Les tenants de cette doctrine se regroupèrent sous le nom de Pudgalavāda, ensemble de cinq écoles anciennes du bouddhisme, qui s'imposa comme le courant dominant du bouddhisme en Inde durant la période où il y était implanté. Malheureusement la plupart des écrits furent perdus quand le bouddhisme disparut de ce pays. Cependant, il n'y a aucun doute qu'ils affirmaient la réalité de l'existence du soi et de l'individu, et qu'ils estimaient que Il se pourrait alors qu'ils voyaient certains aspects ou dimensions du soi comme transcendant les agrégats et les auraient identifiés avec le Nirvana, considéré comme une éternelle réalité, à l'instar des Bouddhistes anciens.

Le terme « pudgala » apparut dans les textes canoniques anciens pour désigner une personne ou individu. La Pudgalavāda est ainsi la doctrine de la personne, ou personnalisme, et les Pudgalavādins des personnalistes.

Le Bouddha ayant enseigné que le soi ne peut être trouvé ni à l'intérieur ni à l'extérieur des cinq skandhas ou de leurs agrégats, la vision des Pudgalavādins est que le soi est une entité réelle qui n'est ni identique aux cinq agrégats, ni différente d'eux. Cela paraît assez paradoxal, au point que certains ont qualifié cette vision d'irrationnelle.

⁴⁰ *Ibid.*, page 164.

Reste qu'elle permet de comprendre la transmigration du karma. Ludwig écrit à ce propos : « Le pudgala se situe à mi-chemin entre les phénomènes composés du samsâra et le phénomène incomposé du nirvâna. La thèse du pudgala peut se résumer de la manière suivante : "le pudgala est désigné par le support, c'est-à-dire les formation karmiques ; son rapport à celles-ci est le même que celui du feu et du bois – ils ne sont ni identiques ni différents – ; le pudgala désigne le lien de continuité entre le passé, le présent et le futur d'un être vivant ; le pudgala est désigné par la cessation qui est l'épuisement des agrégats souillés, mais non par l'annihilation de la personne" »⁴¹.

Ce qui est important à souligner ici, est la pérennité au fil des temps de l'impact des pensées et des actions des individus qui les ont effectuées. Même s'il n'existe pas de soi pour offrir à proprement parler un support à la transmigration, ces éléments, actes, pensées, idées qui forment le karma s'ancrent et survivent à leurs concepteurs.

6. La notion de *Nirvâna*

Souvent utilisé à tort et à travers par les Occidentaux, ce terme mérite lui aussi une définition approfondie. Une partie du Sûtrapitaka, l'Udâna, nous met sur la piste : « Il y a un domaine qui n'est ni terre, ni eau, ni feu, ni éther, qui n'est pas le domaine de l'infinité de l'espace, de l'infinité de la connaissance, lieu du néant, lieu de non-conscience-non-inconscience, qui n'est ni ce monde, ni l'autre monde, ni Soleil, ni Lune. Je nie qu'il soit arrivée ou départ, durée, mort ou naissance. Il est seulement fin de la douleur »⁴².

En mettant fin au cycle des renaissances Samsâra, le Nirvâna permet de se libérer du déterminisme du karma. Il est toutefois compliqué de dire s'il existe vraiment, et ainsi de définir clairement ce qu'il est.

D'après le Sûtra du Nirvâna, cet état a quatre vertus : l'éternité, la joie, le véritable Soi et la pureté. On parle du Nirvâna en lui-même, car il n'existe pas de « sujet nirvâna » ou nirvâné. En d'autres termes : « il est impossible de dire au décès d'une personne qu'elle est entrée dans le nirvâna car – et c'est un concept bouddhique fondamental – il n'y a pas de soi, pas de personne ; pas plus du vivant qu'après la mort. Dans le bouddhisme, même si cela semble paradoxal, le nirvâna n'implique

⁴¹ *Ibid.*, pages 160, 161.

⁴² *Ibid.*, page 224.

en aucune manière l'existence du nirvâné. Ce qui nous amène à parler du double aspect du nirvâna : en ce monde (le nirvâna-existence) et à la fin de l'existence (le nirvâna-anéantissement) »⁴³.

C'est bien ce qui peut être complexe à envisager dans une vision judéo-chrétienne : comme il n'y a pas de soi dans la tradition bouddhique, on ne peut pas dire à la mort d'un individu qu'il va atteindre le Nirvâna. Premièrement, il serait absurde d'affirmer une telle chose. Et puis, le soi n'existant pas, il n'a pas la substance pour atteindre quoi que ce soit.

L'individu qui atteint le nirvâna n'en est pas moins considéré comme un saint véritable. C'est un saint qui a supprimé tout désir et toute cause de renaissance. En mettant fin à ses désirs, le « nirvâné » s'est extrait du cycle des renaissances, du Samsâra. On appelle ce phénomène : « nirvana sans conditionnement restant ». Dans le cas du saint ayant mis fin à ses désirs tout en conservant certains éléments de l'existence tels que les sensations ou corporéités, appelées skandha, on parle de « nirvâna avec conditionnement restant ». Il est donc un nirvâna en le monde de la personne concernée et délivrée.

On appelle Parinirvâna la mort de Bouddha et ainsi son entrée dans le nirvâna. André Bareau, spécialiste du bouddhisme, en fait le récit que nous reproduisons ici en substance :

« Alors, le Bienheureux... entra dans la première méditation. Étant sorti de la première méditation, il entra dans la deuxième méditation. Étant sorti de la deuxième méditation, il entra dans la troisième méditation. Étant sorti de la troisième méditation, il entra dans la quatrième méditation. Étant sorti de la quatrième méditation, il entra dans le recueillement de l'infinité de l'espace. Étant sorti du recueillement de l'infinité de l'espace, il entra dans le recueillement de l'infinité de la conscience. Étant sorti du recueillement de l'infinité de la conscience, il entra dans le recueillement où il n'y a rien. Étant sorti du recueillement où il n'y a rien, il entra dans le recueillement où il n'y a ni conscience ni inconscience. Étant sorti du recueillement où il n'y a ni conscience ni inconscience, il entra dans le recueillement où toute conscience a cessé. À ce moment, Ananda demande à Anaruddha : "Le Bienheureux est-il entré dans le Parinirvâna ?" Anaruddha dit : "Pas encore, ô Ananda. Le Bienheureux se trouve maintenant dans le recueillement où toute conscience a cessé. Autrefois, j'ai appris directement du Bouddha qu'on atteint le Parinirvâna en sortant de la quatrième méditation." Alors, le Bienheureux sortit du recueillement où toute conscience a cessé et entra dans le recueillement où il n'y a ni conscience ni inconscience. Étant sorti du recueillement où il n'y a ni conscience ni inconscience, il entra dans le recueillement où il n'y a rien. Étant sorti du

⁴³ *Ibid.*, page 226.

recueillement où il n'y a rien, il entra dans le recueillement de l'infinité de la conscience. Étant sorti du recueillement de l'infinité de la conscience, il entra dans le recueillement de l'infinité de l'espace. Étant sorti du recueillement de l'infinité de l'espace, il entra dans la quatrième méditation. Étant sorti de la quatrième méditation, il entra dans la troisième méditation, Étant sorti de la troisième méditation, il entra dans la deuxième méditation. Étant sorti de la deuxième méditation, il entra dans la première méditation. Étant sorti de la première méditation, il entra dans la deuxième méditation. Étant sorti de la deuxième méditation, il entra dans la troisième méditation. Étant sorti de la troisième méditation, il entra dans la quatrième méditation. Étant sorti de la quatrième méditation, le Bouddha s'éteignit complètement »⁴⁴.

7. La notion de *Dharma*

Autre notion importante pour comprendre la position de l'être dans le monde bouddhiste, le Dharma désigne habituellement l'enseignement du Bouddha sur la voie à suivre pour atteindre l'Éveil. C'est l'un des trois joyaux du Bouddhisme, avec la Sangha et le Bouddha. Son terme Pâli est Dhamma. Dans son *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme*, Philippe Cornu souligne toutefois que cette notion recouvre en fait un très vaste champ sémantique.

8. Quelques enseignements bouddhistes à méditer

Pour clôturer ce bref exposé sur la perception de l'être dans le bouddhisme, son positionnement au monde, ainsi que sa relation à soi et aux autres, il me paraît intéressant de nous pencher sur les quelques stances suivantes de la Loi :

Verset 19

Même s'il récite beaucoup les écritures,

L'homme nonchalant qui ne les met pas en pratique,

Pareil à un vacher ne surveillant que le bétail des autres.

N'aura aucun des bienfaits de la vie ascétique.

⁴⁴ BAREAU André, *La voix du Bouddha*, Paris, Éditions du Félin, 2001, Collections Les Intemporels, page 60.

Ici, il s'agit d'évoquer le comportement humain consistant à se tourner excessivement vers l'extérieur et les pratiques sans y mettre véritablement d'attention ni de cœur. Une pratique sans sens fait que la présence n'est pas et que la souffrance persistera.

Verset 60

Longue est la nuit pour qui doit veiller,

Longue la route pour qui est fatigué,

Long le cycle des renaissances

Pour le sot qui ne connaît pas la Bonne Loi.

La route vers la sortie de la souffrance et l'éveil est longue et fatigante, interminable et avilissante pour celui qui ne connaît pas les bonnes pratiques et enseignements à respecter afin de se libérer. La libération ne dépend que de cela : une régularité et un sérieux dans les pratiques et les enseignements du chemin spirituel.

Verset 134

Si comme un gong fêlé, tu t'imposes silence.

Tu as atteint le Nibbana [= nirvâna, en pâli],

Ayant éteint en toi toute colère.⁴⁵

Le gong fêlé me rappelle le pratiquant expérimenté : sa fêlure montre qu'il a été d'une grande utilité. Le bruit qui en ressort, ou le non-bruit plutôt, le silence, rappelle l'importance de la présence intérieure, calme, paisible. À cet instant de retour à soi et de présence, la colère est partie, ainsi les états d'âmes ne sont plus, l'attachement et l'illusion se sont évaporés, la personne, après une grande pratique (gong fêlé) est libérée, le Nirvana est atteint.

On comprend ici dans quelle mesure le concept d'absence de soi individuel peut compliquer la perception occidentale que l'on a des concepts bouddhistes, tel le Nirvana (voir la section 6). Car s'il n'existe pas de soi individuel, alors ce n'est pas le soi qui passe en Nirvana. Comment

⁴⁵ LUDWIG, *op. cit.*, page 132.

comprendre dès lors la notion de renaissance ? Qu'est-ce qui peut bien renaître, si ce n'est pas le soi ? Le bouddhisme en tout cas ne postule pas de soi individuel, comme il se passe d'âme au sens judéo-chrétien. Et les cinq agrégats qui sont la base de l'identité s'éteignent après la mort sans perspective de résurrection dans une vie future.

III. La mort au cours de la vie - les chrétiens face à la mort

« En vérité, en vérité je vous le dis, celui qui écoute ma parole, et qui croit à celui qui m'a envoyé, à la vie éternelle et ne vient point en jugement, mais il est passé de la mort à la vie. » Évangile selon Jean 5,24.

A. Étude de la perspective triple : le paradis, l'enfer et le purgatoire

Les notions de paradis, d'enfer et de purgatoire (une notion beaucoup plus récente) sont des notions inhérentes au christianisme. Lorsque l'on étudie la conception que cette religion a de l'Au-delà, on ne peut en effet l'appréhender sans cette perspective triple. Et c'est en fonction de celle-ci que le comportement est influencé durant la vie du croyant : les choix personnels varient à l'aune des notions de bien et de mal, rattachées, pour la première, à la perspective finale d'atteinte du paradis et, pour la seconde, à l'effrayante et brûlante « descente aux enfers ». On parle d'ailleurs bien souvent des enfers, plutôt que de l'enfer au singulier. "Les enfers" correspond au terme qui se trouve dans le Premier Testament, le Schéol en hébreu. L'Enfer, lui se trouve dans le vocabulaire chrétien du Nouveau Testament. L'Enfer, terme solennel par son unité, est *hadès en grec*.

1. Purgatoire et prière pour les défunts

Arrêtons-nous d'abord sur la notion de purgatoire, même si elle est apparue plus tardivement, car elle nous donne de précieuses indications sur le rapport des chrétiens face à la mort. Le Larousse en donne la définition suivante :

Purgatoire nom masculin (latin ecclésiastique purgatorius, du latin classique purgare, purger). *Lieu, état de purification temporaire pour les défunts morts en état de grâce, mais qui n'ont pas encore atteint la perfection qu'exige la vision béatifique. (Reconnu par les catholiques, indécis chez les orthodoxes, le purgatoire est rejeté par les protestants)*⁴⁶.

Il semble donc s'agir d'un lieu de « pause », de transition entre un lieu de perfection divine et un autre, potentiellement moins positif. Cette idée d'une purification *post-mortem* repose sur une

⁴⁶ « Purgatoire », dans *Dictionnaire de français Larousse* (En ligne), <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/purgatoire/65131>, consulté le 24 avril 2022.

interprétation de la première lettre aux Corinthiens 3, 11-15, ainsi que l'explique Isabelle Chaireire : « À propos des prédicateurs de l'Évangile, Paul évoque le jour du jugement au cours duquel l'œuvre de chacun se fera connaître. Le Seigneur se manifestera comme un feu prouvant ce que vaut l'œuvre de chacun »⁴⁷.

Historiquement, la notion de purgatoire prend de l'ampleur à partir des XIIe et XIIIe siècles. Au Moyen-Âge, se renforce en effet l'idée d'un lieu intermédiaire entre l'enfer et le paradis, où des peines seraient subies. De nombreuses représentations populaires montrent ainsi un lieu infernal dans lequel sont infligées les pires tortures. Cette notion fut régulièrement contestée au sein des Conciles, notamment celui de Lyon en 1274, de Florence en 1439, puis lors du Concile de Trente en 1563.

Et pourtant, elle est pleinement inscrite dans la religion chrétienne – je me rappelle mes cours de catéchisme dans lesquels on nous évoquait ce « lieu » de pause, avant l'atteinte si attendue du paradis. À ce sujet, Dennis Gira écrit : « Dans le passé, les théologiens chrétiens ont fait appel à la notion de purgatoire pour expliquer la purification de ceux qui ne sont ni condamnés à l'enfer, ni prêts à "voir" Dieu face à face. Dans l'imaginaire de nombreux chrétiens, ce purgatoire était quelque chose d'assez épouvantable. Il s'agissait d'un "lieu" où Dieu faisait payer le prix fort aux hommes pour tous leurs péchés. Combien de chrétiens de l'Église pré-conciliaire n'ont pas été effrayés par les feux du purgatoire ? Et quel catholique, à l'époque, n'a pas calculé le nombre de prières qui lui étaient nécessaires pour diminuer ce temps de purification ? Ces mêmes catholiques savaient pourtant qu'être là, c'était déjà échapper au pire, et cela rendait ce lieu de tourments presque désirable ! »

Dennis Gira poursuit : « Il n'est pas difficile de comprendre alors pourquoi tant de personnes, confrontées à leur propre sentiment d'inachèvement, sont davantage attirées par la perspective d'une transformation personnelle qui se ferait en douceur et à travers plusieurs vies pendant lesquelles chacun pourrait améliorer sa situation, à son rythme⁴⁸. » On pense ici à l'attrait particulier qu'ont de plus en plus de croyants pour la notion si peu chrétienne de réincarnation, comme nous l'avons vu dans la partie précédente. Et pourtant, selon l'auteur, le christianisme n'a besoin « ni d'un "lieu" où l'homme paierait ses dettes, ni d'une série de vies à travers lesquelles l'homme se rendrait digne à Dieu. Les deux sont exclus dans la cohérence chrétienne parce que

⁴⁸CHAREIRE Isabelle, *La Résurrection des Morts...*, Paris, Éditions Ouvrières, 1999, page 102.

⁴⁹GIRA Dennis, « La réincarnation et la loi mystérieuse de la Croix », dans *Croire, La Croix*, 2005, en ligne : <https://croire.la-croix.com/Abonnes/Theologie/Les-autres-religions/La-reincarnation-et-la-loi-mysterieuse-de-la-Croix> (consulté le 14/09/21), page 17.

c'est sous le regard aimant de Dieu que l'homme sera totalement transformé. Des milliards de vies seraient comme poussière comparées à ce regard, source de toute vie »⁴⁹. Dans le christianisme, en effet, Dieu est Amour et cet amour inonde l'humanité de manière inconditionnelle. Il n'est pas de péchés qui excluraient des malheureux ni de bienfaits qui récompenseraient d'autres « choisis », the *chosen ones* comme on dit en anglais d'un ton tremblant et solennel.

Il est intéressant toutefois de souligner combien cette perspective du purgatoire influença le cours de la vie chrétienne, à travers le comptage du nombre de prières, par exemple, pour s'assurer d'avoir le comportement juste face à Dieu.

La notion de « prière pour les défunts » s'est d'ailleurs développée historiquement avec celle de purgatoire : comme cette dernière, elle avait peu de poids avant les XIIe et XIIIe siècles. Si je m'y intéresse également ici, c'est parce qu'elle appartient à ce moment de transition entre la mort et l'au-delà, et rappelle évidemment le rôle des paroles prononcées par les proches pour naviguer à travers les états intermédiaires des *Bardos* dans la tradition bouddhiste. Cette notion s'appuie sur le deuxième livre des Maccabées, où l'on relate l'histoire d'un combat de résistants juifs contre l'occupant grec. On découvre que certains soldats juifs décédés sont païens. Mais, comme ils sont morts au combat, il semble qu'ils ne soient pas destinés aux enfers. Par contre, comme ils sont païens, il est sûr qu'ils ne vont pas au ciel, ou en tout cas pas immédiatement. Alors apparaît une « prière pour les défunts » qui a vocation à guider ces morts, perdus durant leur vie de par leurs attaches païennes, afin d'atteindre un au-delà qui ne soit pas trop cruel. Une tradition se développe pour ces instants *post-mortem* intermédiaires.

Comme le purgatoire, la prière pour les défunts est contestée dans l'Eglise : l'éventualité que les vivants puissent avoir un rôle dans le cheminement des défunts est impensable. Et pourtant, les orthodoxes, qui rejettent la notion de purgatoire comme les protestants, pratiquent la prière pour les défunts – ils n'excluent donc pas que le défunt puisse avoir une chance après sa mort pour retrouver le droit chemin vers la lumière.

En fait, comme le résume Isabelle Chaireire, il est possible d'utiliser la notion de purgatoire « à plusieurs conditions » : « Il faut d'abord se débarrasser de l'imagerie populaire qui en fait un lieu situé selon l'espace : "Après cette vie Dieu lui-même est notre lieu", écrit Augustin. Ensuite, il ne s'agit pas d'une seconde chance, comme l'est par exemple la réincarnation entendue en son sens occidental mais d'un processus de maturation progressive. Ce processus de purification n'est pas à

⁵⁰*Ibid.*

penser en termes de châtement, mais comme une manière d'assumer progressivement les conséquences de mon péché : "le purgatoire, écrit un théologien, signifie la souffrance que j'ai laissé derrière moi sur terre." S'il en est ainsi le purgatoire peut se penser en termes de variation d'intensité de la présence divine : ce processus de maturation permet de se trouver progressivement dans la communion de Dieu. Plus l'intimité avec Dieu a été forte au long de mon existence (que cette intimité soit explicite ou implicite "quand t'avons-nous vu avoir faim ?"), plus le processus de maturation sera rapide. Cet état de purification progressive provient de la souffrance que je ressens en contemplant l'abîme entre ce que j'ai pu vivre sur terre et la plénitude de l'amour de Dieu⁵⁰. »

Ainsi, le purgatoire doit être compris comme un simple « espace » intermédiaire entre la mort et l'au-delà, permettant à l'individu de se préparer, en fonction de sa foi et de son cheminement spirituel, à rejoindre Dieu, tout en laissant partir le bagage de sa vie. Le purgatoire serait donc un temps de pause béni, afin de digérer sa vie et sa mort, sous couvert de sa foi chrétienne, avant un plus grand voyage vers le Tout-Puissant.

2. L'enfer

À côté du purgatoire, la notion d'enfer renvoie à l'éternité d'un ou des châtement(s) divin(s). Cette vision de la punition éternelle est largement assise sur la doctrine du Christ, ainsi que sur les œuvres des Apôtres. Le cardinal Joseph Ratzinger en fait la liste exhaustive : « Mt 25, 41 ; 5,29 et par. ; 13,42 et 50 ; 22, 13 ; 18, 8 et par. ; 5,22 ; 18,9 ; 8, 12 ; 24, 51 ; 25,30 ; Lc 13, 28) » pour l'enseignement de Jésus ; « 2 Th 1,9 ; 2,10 ; 1 Th 5,3 ; Rm 9, 22 ; Ap 14,10 ; 19, 20 ; 20, 10-15 ; 21-8 » pour les écrits des Apôtres⁵¹. On ne peut donc réfuter le caractère historiquement ancré dans la tradition chrétienne de cet élément.

Et pourtant, si l'on garde à l'esprit l'idée d'un Dieu bon et aimant, accueillant l'humanité entière, on comprend aisément que cette notion de « damnation » ait été difficile à accepter au cours de l'histoire – elle provoqua même de grandes secousses.

Origène, dans son essai de présentation du christianisme intitulé *Peri archôn*, tenta de dresser une vue d'ensemble sur ce sujet. Pour lui, le mal est une réalité inquiétante pouvant conduire à la mort de Dieu ; toutefois, elle permet de faire réaliser la réalité du mal, de dévoiler cette réalité afin de la

⁵¹Ibid., pages 104 -105.

⁵²RATZINGER Joseph, *La mort et l'au-delà, Regensburg*, Friedrich Pustet, Paris, Fayard, 1994, traduction française, page 223.

priver de sa nature irrévocable. Plusieurs auteurs le suivirent dans sa réflexion, notamment de grands noms de l'histoire tels que Grégoire de Nysse, Évagre le Pontique ou encore Diodore de Tarse. La « théorie de la miséricorde », apparue par la suite, fait ainsi écho à celle de « l'attente d'une réconciliation universelle » avec Dieu développée par Origène, adoucissant nettement la perspective de damnation éternelle en exemptant les chrétiens, ou bien en allégeant leurs perspectives de souffrance.

Qu'en est-il aujourd'hui ?

D'abord, l'idée de liberté absolue de l'être subsiste : c'est lui qui est à même de faire le choix, entre se saisir de l'amour de Dieu, inconditionnellement offert à lui, ou de rejeter cette chaleur et d'opter pour la damnation. À ce sujet, Ratzinger use du terme de *bodhisattva* pour désigner Jésus : « le véritable *bodhisattva*, le Christ, va en enfer et vers le vide en souffrant. Mais il ne traite pas les hommes comme des êtres immatures, incapables en définitive d'assumer la responsabilité de leur propre destin. Son ciel, au contraire, repose sur la liberté qui, même au damné, donne le droit de vouloir sa damnation. Le trait distinctif du christianisme se manifeste ici dans sa conviction de la grandeur de l'homme.⁵² » Face à ses choix, l'homme est libre. Libre d'aller vers le bon, le juste ou de se diriger vers le mauvais, en pleine conscience de ce que cela implique. Il s'agit d'une gravité de l'agir humain. La descente de Jésus au Schéol (« séjour des morts », dans la Bible) souligne l'absolue nécessité de cheminer en sa foi afin de se libérer soi-même. Car Dieu ne laisse pas tomber, il laisse cheminer.

Chez des penseurs plus contemporains, notamment Thérèse de Lisieux, l'enfer représente ce que Ratzinger décrit comme « un appel à souffrir dans la nuit obscure de la foi la communion avec le Christ en tant que communion aux ténèbres de sa descente dans la nuit ; à approcher de la lumière du Seigneur parce qu'ils partagent ses ténèbres et servent le salut du monde en oubliant leur propre salut au profit des autres⁵³. » Il faut, dans cette perspective, avoir vécu l'obscurité des ténèbres du Schéol, comme le Christ auparavant l'avait fait pour nous, pour se libérer et ressentir pleinement l'amour de Dieu comme forme de libération. C'est de cette manière-là que l'on rentre en contact avec Jésus, que l'on approche sa lumière après avoir le même vécu des ténèbres. L'espérance chrétienne est alors primordiale et nourrie par les prières, pensées face à l'obscurité possible de la descente.

⁵³*Ibid.*, page 225.

⁵⁴*Ibid.*, page 226.

3. Le paradis

Le « Ciel », plus communément appelé paradis, est l'élément le plus attractif de ce rapport trinitaire. Le Cardinal Ratzinger en donne la définition suivante : « la tradition chrétienne désigne l'accomplissement définitif de l'existence humaine par l'amour accompli à quoi tend la foi. Pour les chrétiens, un tel accomplissement n'est pas simplement une musique futuriste, mais le simple exposé de ce qui se réalise dans la rencontre avec le Christ et de ce qui est déjà présent en elle fondamentalement, selon ses composantes essentielles »⁵⁴. En somme, la notion de paradis désigne un « présent caché », qui a une caractéristique originellement christologique : l'homme peut espérer entrer au paradis lorsqu'il se rapproche du Christ, car cela lui permet de se réaliser en tant qu'être de Dieu.

Dans le Nouveau Testament, le ciel est désigné par le terme de « récompense ». Cela signifie qu'il est la conséquence des actions, du chemin, de la vie de l'homme. Cela indique également que l'homme peut accéder au ciel grâce à l'amour de Dieu qui lui est donné.

Rejoindre le « ciel », « là-haut », ne dénote pas toutefois d'une « sortie du monde ». Le Christ ressuscité, ayant rejoint la Trinité, n'est pas hors du monde, ainsi que l'explique Ratzinger : « Le Christ glorifié n'est donc pas "dépris du monde", mais élevé au-dessus du monde et donc relié au monde. "Ciel", cela veut dire participation à ce mode d'existence du Christ et donc encore une fois perfection de ce qui commence au baptême »⁵⁵. Il est donc donné à l'individu, et ce dès le départ de sa vie religieuse, l'option de se diriger vers le Christ et ainsi d'atteindre le ciel, de se relier au monde. Et si, physiquement, le paradis n'est pas « dans le ciel » ou en un autre lieu, quand on parle du ciel, on évoque en réalité cet « au-dessus » que constitue la communion des saints et le corps du Christ, l'éveil de ce qui est autre, dans l'amour inconditionnel de Dieu.

La conclusion que propose Ratzinger me paraît tout à fait intéressante : « Le salut de l'individu, redisons-le en terminant, ne sera plein et entier que lorsque s'accomplira le salut de l'univers et de tous les élus, qui ne seront pas simplement juxtaposés *dans* le ciel, mais intimement unis comme les membres de l'unique Christ *du* ciel. Alors toute la création sera "chant", jeux désintéressés du décroissement de l'être dans le tout, et en même temps, irruption du tout en chaque personne, joie qui répond à tout et abolit toute question⁵⁶. » Ces lignes permettent de réaliser à quel point le Christ

⁵⁵*Ibid.*, page 243.

⁵⁶*Ibid.*, page 245.

⁵⁷*Ibid.*, page 246.

et le croyant sont liés durant la vie de ce dernier. Ce lien est d'ailleurs indispensable pour nourrir l'espérance chrétienne d'un au-delà lumineux.

Cette atteinte suprême, loin des jeux de l'Ego, et cette représentation de la Joie, me rappellent au fond le but suprême de l'atteinte du Nirvana dans le bouddhisme. Bien que très différents, ces deux éléments spirituels, religieux, signifient bien la mort d'un Ego pour laisser éclore un Soi qui n'est pas perverti par les vices de l'Esprit : on rejoint le Christ dans le christianisme comme on devient Bouddha dans le bouddhisme.

Ainsi compris, le paradis semble indissociable de l'idée plus générale et moins individuelle d'éternité, ainsi que de celle d'apocalypse, dont des prévisions sont faites dans le christianisme. J'emprunte ce parallèle à Odon Vallet : « Le Nouveau testament tient compte de ces angoisses des "cœurs lents à croire" (Luc 24,25). D'un côté, d'après saint Paul, l'esprit nous promet une nouvelle existence à une date indéterminée : "Celui qui a ressuscité Jésus-Christ d'entre les morts donnera aussi la vie à vos corps mortels" (Romains, 8-11). De l'autre, d'après saint Luc, Jésus promet au "bon larron" un bonheur rapide : "Aujourd'hui, tu seras avec moi dans le paradis" (Luc 23,43). Il y a donc un paradis immédiat et provisoire, auquel doit succéder le "monde à venir" (Éphésiens 1,21), cette fin des temps dont nous ne connaissons "ni le jour ni l'heure" (Matthieu 24,36). Elle verra l'avènement des "corps de gloire", cette chair transfigurée qui ignore les différences nationales, sociales et sexuelles : "il n'y a plus ni Juif ni Grec, ni esclave ni homme libre, ni homme ni femme" (Galates 3,28). L'humanité éternelle échappera aux pesanteurs sociologiques et sociales comme à l'impératif de procréation, des contraintes que le nirvâna bouddhique cherche aussi à dépasser, même s'il concerne plus l'homme individuel que la collectivité [...].

« L'éternité apparaît alors comme le terme de l'histoire, une période infinie qui succède au temps mesuré. Mais les contemporains de Jésus croient en une catastrophe imminente, une apocalypse prochaine, annonçant la mort à court terme et le paradis pour demain. À la terreur de la persécution romaine répond l'angoisse de déchirements cosmiques. Tout cela "doit arriver bientôt" (Apocalypse 1,1) : que la terre tremble, que les cieux s'ouvrent, on le redoute et on l'espère. Il n'est guère possible aujourd'hui de comprendre la naissance du christianisme si on ne se représente pas cette ambiance de fin du monde »⁵⁷.

Odon Vallet évoque là un élément central de la perspective chrétienne, celui de la fin du monde, de l'Apocalypse. Face à une perspective d'éternité partagée par certains, avec l'atteinte du paradis par

⁵⁸ VALLET Odon, *Jésus et Bouddha, Destins croisés du christianisme et du bouddhisme*, Paris, Éditions Albin Michel, 1999, page 158.

exemple, nous avons aussi l'option de l'Apocalypse, donc de fin totale et complète, partagée par d'autres. Ces deux visions influencent également la manière d'envisager sa vie : une fin totale n'a pas les mêmes implications que vivre pour l'éternité.

B. Résurrection chrétienne

1. Résurrection, réincarnation

Comme nous l'avons vu en partie II de ce mémoire, la résurrection chrétienne des morts est un des éléments centraux de la foi chrétienne. Elle est proclamée chaque dimanche, et, si l'on en croit les textes des évangiles, croire en la résurrection du Christ est fondamental.

Malgré cela, aujourd'hui, de plus en plus de pratiquants chrétiens disent ne pas y croire et avoir du mal à adhérer à l'idée d'une possible résurrection, que ce soit celle du Christ ou bien la leur. Dans un récent entretien, Guillaume de Fonclare exprime ainsi son interrogation sur la valeur de sa foi, sur la légitimité de son statut de chrétien, dès lors qu'il ne croyait pas en la résurrection : « Alors que j'étais chroniqueur à *La Croix*, j'ai écrit un jour que j'étais un chrétien inaccompli, car je ne croyais pas en la résurrection. Cela m'a valu une volée de bois vert de certains lecteurs mais aussi des lettres sur le thème : "*Je suis content que vous en parliez car c'est aussi mon cas.*" L'un de mes oncles, très croyant, m'a dit qu'il avait beaucoup de peine pour moi, car à ses yeux, c'est le b.a.-ba du catholicisme. Mais pour moi, être chrétien, cela va au-delà de la foi en la résurrection⁵⁸. » Face à lui, Denis Moreau soutient au contraire que la résurrection est un des éléments fondamentaux de la vie du Christ, que c'est bien pour cela qu'il est connu. Y croire lui paraît donc très important. Ce débat m'a saisi d'intérêt parce que, travaillant sur le sujet au moment même de sa lecture, il me sortait de la théologie des textes, des écritures, pour m'offrir un retour à une contemporanéité de la manière de croire chrétienne et surtout des manières de croire individuelles, aussi singulières qu'il existe d'individus. Être chrétien, c'est effectivement croire aussi en la résurrection du Christ, mais il est beaucoup d'autres manières de vivre sa foi sans forcément adhérer à ce morceau de l'histoire chrétienne.

⁵⁹ DE FONCLARE Guillaume, MOREAU Denis, propos recueillis par Bruno Bouvet et Clémence Houdaille « La résurrection, comment y croire ? », dans *La Croix* week-end, 16-18 avril 2022.

Inversement, croire en la résurrection, c'est aussi croire que la mort n'est pas une fin en soi. Qu'elle ouvre sur la possibilité d'un autre monde, sur une dimension sans finitude. Dans cette logique, certains chrétiens sont tentés de croire en autre chose : la réincarnation. Cela fait-il d'eux de mauvais chrétiens? Ces diverses questions gagneraient à être approfondies, tant la modernité apporte avec elle son lot de possibilités nouvelles en ce qui concerne la perspective de la mort. Par exemple, la globalisation ayant facilité les échanges, a permis aux traditions orientales et à leurs conceptions de la réincarnation de faire leur entrée sur des terrains occidentaux, chrétiens ou autres.

Si certains croient en la résurrection, est-ce alors une forme bouddhiste de résurrection ? Ou une forme hindouiste ? D'après Dennis Gira⁵⁹, la réincarnation en laquelle croient beaucoup de chrétiens ne doit pas se comprendre dans la perspective bouddhiste, mais plutôt comme une forme de résurrection. Et le théologien de souligner que la vision qu'on a de la réincarnation en Occident n'a rien à voir avec celle que l'on en a en Orient avec le bouddhisme. Reprenant un article de 1997 de la revue *Dharma*, Gira postule qu'en réalité, les bouddhistes ne croiraient pas en la réincarnation : « D'abord, l'enseignement du Bouddha ne demande pas de croire en un dogme, quel qu'il soit. S'il y a bien quelques bouddhistes pour déclarer croire en la réincarnation, il faut savoir qu'à proprement parler la notion de la réincarnation est étrangère au Dharma [c'est-à-dire à la Loi ou à l'enseignement bouddhique]⁶⁰. »

Si la vision occidentale de la réincarnation comme quelque chose de positif est étrangère à la doctrine bouddhique, il semble finalement plus logique de comparer le nirvana et la résurrection, plutôt que la réincarnation et la résurrection. Dans les deux cas, il s'agit d'une libération promise par les deux Maîtres, Bouddha et Jésus. Et il est intéressant de voir comme la résurrection dans le christianisme est une forme de finalité, de but ultime, de libération finale qui la rend très positive, alors que retourner dans la roue des réincarnations est un enfermement dans le bouddhisme, lui donnant une connotation négative.

⁵⁹ GIRA, *op. cit.*

⁶⁰ Cf. « Visite de Sa Sainteté le Dalai Lama », numéro spécial de la revue *Dharma*, Saint-Hugon (73110 Arvillard), avril 1997, p. 29.

2. La résurrection des corps

Parmi les rites chrétiens en rapport avec la mort et plus précisément la résurrection, le baptême est le tout premier : il se fait généralement peu de temps après la naissance et est très fortement lié à la relation qu'entretient et que va entretenir le chrétien avec le Christ. Par son baptême, un chrétien considère que la mort corporelle est désormais derrière lui, parce qu'elle est donnée au Christ, vécue en lui et avec lui, de sorte que la mort qu'il vivra sera semblable à la sienne : un don d'amour.

Autrefois, la préoccupation chez les baptisés portait surtout sur la résurrection des corps ; l'immortalité de l'âme n'était pas un sujet si important. Aujourd'hui, inversement, l'exhortation à la résurrection des corps est beaucoup moins importante et se fait rare : beaucoup de chrétiens pratiquants n'y croient pas, ne pouvant se projeter dans un scénario qui leur paraît irréaliste.

Toutefois, parmi les religieux (au sens de personnes rattachées à l'Église), la résurrection des corps reste un sujet fondamental.

Benoît XVI rappelle de même : « (Dans l'espérance nous avons été sauvés, Rm 8, 24), "Jésus, qui a dit de lui-même être venu pour que nous ayons la vie et que nous l'ayons en plénitude, en abondance (cf. Jn 10,10), nous a aussi expliqué ce que signifie "la vie" : "la vie éternelle c'est de te connaître, toi le seul Dieu, le vrai Dieu, et de connaître Celui que tu as envoyé, Jésus Christ" (Jn 17,3). La vie dans le sens véritable, on ne l'a pas en soi, de soi tout seul et pas même seulement par soi : elle est une relation. Et la vie dans sa totalité est relation avec Celui qui est la source de la vie. Si nous sommes en relation avec Celui qui ne meurt pas, qui est Lui-même la Vie et l'Amour, alors nous sommes dans la vie. Alors nous "vivons"⁶¹. » Lorsque Benoît XVI évoque « Celui qui ne meurt pas », il s'agit bien de Jésus Christ, immortel car ayant ressuscité. L'ancien Pape souligne le caractère indissociable entre la relation avec celui qui ne meurt pas et la vie : pour être dans la vie au sens chrétien, il faut croire à celui qui ne meurt pas ; il faut adhérer à cette caractéristique de la vie, ou plus précisément de la mort, de Jésus, qu'est le Christ ressuscité.

On retrouve le même discours chez le Pape François : « La logique chrétienne est la logique de l'"après-demain" qui se tourne avec confiance vers la résurrection : la logique du Christ ressuscité. Lorsque nous récitons le Credo, nous prononçons la dernière partie rapidement parce que nous avons peur de penser à l'avenir, à la résurrection des morts. Il est facile pour chacun de nous d'entrer dans la logique du passé, parce qu'il est concret. Il est aussi facile d'entrer dans la logique du présent, parce que nous le voyons. En revanche quand nous nous tournons vers l'avenir, alors

⁶¹ Benoît XVI, Encyclique *Spe Salvi* du 30 novembre 2007, n°27.

nous pensons qu'il est préférable de ne pas y penser. Ce n'est pas facile d'entrer dans la totalité de cette logique de l'avenir. La logique de demain est facile : tous nous mourrons. Mais la logique de l'après-demain est difficile. La logique de la résurrection. Le Christ est ressuscité. Christ est ressuscité et il est tout à fait clair qu'il n'est pas ressuscité comme un fantôme. Un fantôme n'a pas de chair, n'a pas d'os. [...] Soyons en garde contre un certain gnosticisme lorsque nous pensons que "tout sera spirituel" et que "nous avons peur de la chair". Nous avons peur d'accepter [...] la chair du Christ. Une piété de nuances est plus facile mais entrer dans la logique de la chair du Christ, c'est cela qui est difficile. C'est la logique de l'après-demain. Nous ressusciterons comme le Christ est ressuscité, avec notre chair. Le Seigneur s'est fait voir, toucher et il a mangé avec les disciples après la résurrection⁶². »

Encore aujourd'hui, croire en la Résurrection du Christ est ainsi pour certains, dans les textes et chez les représentants de la religion chrétienne, un incontournable qu'on ne questionne pas. Toutefois, rappelons que la résurrection pose question parmi les contemporains - ce sujet ne crée pas l'unanimité.

3. La résurrection dans l'Esprit-Saint

À travers sa résurrection, Jésus dépose dans « la mort » par sa propre mort le germe de la vie. Il y entre avec ce qu'il est ; en d'autres termes, il contraint la mort à assumer le germe de vie immortelle qu'est la relation filiale ou l'Esprit-Saint. Ainsi, dans la foi chrétienne, la mort n'est vaincue que par l'effet de l'engendrement, de la « filiation ». Jésus ressuscité est le « premier né d'entre les morts », ainsi qu'on le lit dans Col 1, 17-20 : « Il est avant toutes choses, et toutes choses subsistent en lui. Il est la tête du corps de l'Eglise ; il est le commencement, le premier-né d'entre les morts, afin d'être en tout le premier. Car Dieu a voulu que toute plénitude habitât en lui ; il a voulu par lui réconcilier tout avec lui-même, tant ce qui est sur la terre que ce qui est dans les cieux, en faisant la paix par lui, par le sang de sa croix. » En d'autres termes, la mission du Christ, Fils de Dieu, est de communiquer aux hommes par l'Eglise, dont il fait son Corps, sa relation au Père (le Saint-Esprit).

À travers ces trois expressions, il faut comprendre que les trois murs qui se dressaient entre Dieu et l'homme ont été abattus : celui de la nature, celui du péché et celui de la mort. Le mur de la nature est tombé avec l'incarnation, lorsque la nature humaine et la nature divine se sont unies dans la personne du Christ ; le mur du péché a été abattu sur la croix par l'offrande d'amour (expiation) ; et

⁶² Pape François, commentaire du 16 septembre 2016.

le mur de la mort l'a été par la résurrection dans l'Esprit-Saint. En somme, le christianisme annonce une espérance sur le terme ultime de notre parcours d'homme, qui assume les deux dimensions de notre nature : le corps et l'âme (en hébreu, le composé des deux s'exprime à travers le mot « chair »).

C'est en ce sens qu'on parle de l'immortalité de l'âme et de son « jugement » à l'heure de la mort – toute chair vient en jugement. Au moment de la mort, l'âme est en effet séparée du corps. Plus exactement, l'âme perd « ce » corps (notre corps actuel) à travers lequel elle s'est manifestée. Le corps est son « lieu » d'expression ; en sa matérialité, il a besoin d'un principe d'animation. Avec la mort, l'âme est privée de ce corps et, en attente de son corps, vient en jugement individuel (ou particulier), qui lui donne de s'unir à Dieu pour la vie éternelle ou d'être damnée – sachant que les âmes qui passent en « purgatoire » sont déjà sauvées et le savent. Au dernier jour, lors du retour du Christ, il est dit que les morts ressusciteront : c'est le « jugement dernier », ou encore le dernier événement de l'histoire ; Jésus jugera l'univers entier et les hommes seront unis au Père ou damnés jusque dans leur corps ressuscité. C'est tout le sens de ces propos de Matthieu 25, 45-46 : *« Il leur répondra : "Amen, je vous le dis : chaque fois que vous ne l'avez pas fait à l'un de ces plus petits, c'est à moi que "vous ne l'avez pas fait". Et ils s'en iront, ceux-ci au châtement éternel, et les justes, à la vie éternelle. »*

4. Le salut

À la grande différence du bouddhisme, le salut chrétien est un salut personnel. Comme le déclare le Père Matthieu Villemot lors d'une conférence sur KTO Télévision catholique en 2017, « Jacques restera Jacques pour l'éternité. Dieu a créé Jacques pour se l'unir éternellement et il l'aime pour lui-même. Il n'y a pas de réincarnation dans une autre personne, ni de fusion dans une totalité, la personne est sauvée en tant que telle. Ce point est capital car il met la personne humaine au centre de la vie chrétienne. Toute personne humaine a droit au plus grand respect, dès sa conception, parce qu'elle est appelée au salut. Ainsi, une large part de la morale chrétienne est liée à son espérance finale. Nous défendons la personne humaine dès cette vie-ci parce qu'elle est appelée à la vie éternelle en tant que personne »⁶³.

La mort n'est donc plus seulement une pédagogie terrible qui apprend à vivre, une menace et une mise en garde : elle est devenue une mort mystagogique, c'est-à-dire une voie pour pénétrer au

⁶³ Père Matthieu Villemot, *Immortalité de l'âme et résurrection de la chair*, KTO Télévision catholique, 2017, en ligne : <https://www.ktotv.com/video/00178203/immortalite-de-lame-et-resurrection-de-la-chair>.

cœur du mystère chrétien. Le chrétien qui meurt peut dire en toute vérité : « J'achève en ma chair ce qui manque à la mort du Christ » (Col 1, 24) et : « Ce n'est plus moi qui meurs, c'est le Christ qui meurt en moi » (Ga 2,20). Dans le christianisme, cet énoncé renvoie à la participation au martyre du Christ : cette mort que sont la foi et l'amour, par quoi j'accepte et consens que ma vie soit saisie par Dieu, ce Dieu qui ne peut-être amour que s'il est trinitaire et ne rend le monde supportable que s'il est amour.

C. Rites funéraires : positionnement des proches qui restent face à ceux qui partent

Avec celui que nous aimons

Nous avons cessé de parler

Et ce n'est pas le silence.

René Char

L'être humain a ce comportement particulier qui le caractérise : il pratique des rites, et notamment des rites funéraires. Ceux adoptés par le christianisme ont évolué à travers le temps, et l'on observe souvent un large fossé entre ce qui est écrit dans les textes, ce qui est réalisé dans les églises, et ce qui est appliqué par les croyants eux-mêmes lors du moment fatidique qui touche l'un de leur proche.

1. Principe

Généralement, les rites funéraires débutent au moment où la personne entourée est mourante et à l'agonie, si agonie il y a. C'est un moment auquel nous ne sommes souvent pas préparés : dans nos vies urbaines et agitées, souvent cliniquement aseptisées de tout rapport frontal à la souffrance et à la mort, nous sommes autant que possible protégés de ce type de moments douloureux. En même temps que l'accompagnement des mourants, débute aussi le travail du deuil. Pour ceux qui restent face à l'absence de l'être aimé et accompagné, c'est un travail intense et émotionnellement chargé.

Début du rite funéraire, l'accompagnement de la personne en fin de vie se poursuit avec la veillée du mort. Puis viennent les obsèques, qui se continuent dans le deuil. Celui-ci implique de respecter

un certain nombre de règles sociales (le port de vêtements noirs en Occident, par exemple, ou l'observation d'interdits). L'impact est aussi psychologique : il nous met face à une réalité de la finitude, du vide, de la perte. Le rite funéraire se perpétue ensuite pendant plus ou moins longtemps, lors de cultes voués au défunt ou de visites au cimetière.

2. La Dormition

Le christianisme orthodoxe a institué un rite funéraire particulier, appelé la « Dormition », par lequel on aide la personne en fin de vie à entrer dans son repos final. Il est important de préciser que ce n'est ici qu'une seule partie de la personne concernée qui s'enfonce dans un sommeil final, tandis qu'une autre partie, elle, s'éveille à autre chose.

La personne accompagnant le mourant vers la fin doit adopter sept attitudes en vue de le libérer, de le soulager avant sa mort. Ces dons, qui doivent s'accompagner de la prière à Dieu, se succèdent dans l'ordre suivant :

1. la compassion,
2. l'invocation ou l'évocation,
3. l'onction,
4. l'écoute,
5. la bénédiction – le pardon,
6. la communion,
7. la contemplation.

3. La compassion

Dans cette première étape du rite, l'attitude de la personne accompagnant le mourant est très importante : elle doit agir sans laisser son Ego s'emparer d'elle. En cet instant si crucial, il ne s'agit en effet plus de soi ni de ce qu'on peut ressentir, mais bien de la personne qu'on a en face et qui s'apprête à affronter la plus grande Inconnue. L'attitude de l'accompagnant doit donc s'accommoder de celle de l'accompagné. Il n'y a pas de règles précises à respecter en la matière, si ce n'est de s'adapter à l'individu qui fait face à la fin de sa vie. À ce moment, il est important de faire preuve de maturité et d'humilité.

4. L'invocation / l'évocation

Il s'agit ici pour l'accompagnant de prier, d'invoquer, d'évoquer la Présence qui a été importante dans la vie de la personne accompagnée. C'est à cette présence qu'il envoie ses prières ainsi que celles de l'accompagné, sans aucun rapport à ses propres croyances. Là encore, l'humilité est le maître-mot.

5. L'onction

Celle-ci est effectuée par l'accompagnant, avec l'accord de l'accompagné qui choisit l'onction qu'il souhaite recevoir – il existe en effet différentes onctions, à l'aide d'une huile consacrée. Dans la tradition chrétienne cette onction se pratique sur tous les centres vitaux de l'être humain, comme au baptême. On enduit ainsi tour à tour le front, la bouche, les oreilles, les narines, le cœur, le ventre, les mains, les épaules, le dos, les reins, les genoux, les pieds. Puis l'accompagnant effectue le signe de croix sur le mourant. Comme le précise Jean-Yves Leloup, on peut accompagner chaque onction « d'une parole brève et signifiante (à voix haute, à voix basse, ou intérieurement), qui donne à ce geste sa fonction de "sacrement" : geste qu'une parole accompagne ou encore de bénédiction ; *bene-dicere* – bien dire – dire une parole bonne sur une souffrance qui l'est moins...»⁶⁴.

Ce rituel est réalisé en gardant à l'esprit que le corps de l'accompagné béni représente la demeure du Christ, au sens des paroles qu'on retrouve dans Jn 14,23 : « Si quelqu'un m'aime, il gardera ma parole et mon Père l'aimera ; nous viendrons à lui et nous ferons chez lui notre demeure ». Ainsi, écrit Jean-Yves Leloup, « Par cette onction symbolisant la présence de l'Esprit-Saint, il est rappelé à la personne "ointe" la présence du Messie ou du Christ qui l'habite et l'accompagne ultérieurement. »

6. L'écoute

À la suite de l'onction, le rituel laisse généralement place à une atmosphère bienveillante, douce, accueillante, à un climat de confiance. C'est le bon moment pour la personne accompagnée de libérer son esprit des derniers éléments restant gravés et vécus comme des déceptions, des non-dits, des choses enterrées au plus profond de soi et pas encore exprimées. Ces confessions permettraient

⁶⁴LELOUP Jean-Yves, *Les Livres des Morts, Tibétain, Égyptien, Chrétien*, Paris, Éditions Albin Michel, 2009, page 485.

au mort de partir avec l'esprit littéralement plus « léger », de se délester du poids des paroles qu'il n'a pas eu l'occasion ni le courage de dire.

Dans ces instants précieux de confession et d'ouverture, le sujet n'est évidemment pas de « tirer les vers du nez » de la personne en fin de vie, de la forcer à avouer des choses qu'elle n'a jamais auparavant exprimées. La bienveillance et la sagesse sont d'or dans ces moments funestes, à propos desquels Elisabeth Kübler-Ross évoque l'*unfinished business*. C'est un moment privilégié de confession des péchés, cadeau offrant au mourant la possibilité de se décharger du poids du passé afin de partir en paix.

7. La bénédiction, le pardon

L'instant consacré à cette étape fait réponse à l'instant précédent. Après avoir pu tout montrer, tout avouer et évacuer les derniers mensonges, les derniers non-dits, la personne accompagnée doit pouvoir ressentir une forme de soulagement profond. C'est en tout cas le but de cette entreprise. Il est important qu'à cet instant précis, la personne accompagnante fasse preuve d'un grand sens de l'accueil chaleureux de ce qui est dit. Elle doit témoigner une qualité de présence, et offrir une parole ainsi qu'une présence infaillible au mourant qu'elle accompagne. Ce qui se joue là est le rôle de la parole personnelle, mais aussi d'une parole « transpersonnelle », où rentre en jeu l'Absolu non-personnel : l'Ego doit être dépassé afin d'atteindre la Présence « divine ».

Généralement, on lit ensuite le prologue de Jean. Puis une formule d'absolution est prononcée : « Ce n'est pas seulement moi être humain au nom de tous les êtres humains qui te pardonne, c'est la miséricorde même du Dieu vivant⁶⁵ ». Ces paroles ne sont pas réservées aux représentants de l'Église, aux prêtres ordonnés par exemple. Elles peuvent être prononcées par quiconque accompagne un mourant, comme en témoigne l'apôtre Jacques : « Confessez vos péchés les uns les autres et priez les uns pour les autres » (Jc 5,13).

8. La communion

Cette étape se tient ultérieurement. Si c'est un prêtre qui s'en charge, on peut alors effectuer l'eucharistie. Sinon, la communion peut se réaliser avec un verre d'eau, de Champagne, ou un gant

⁶⁶Cf. *Ibid.*, page 488.

imbibé d'eau de Cologne posé sur certains endroits du corps ; elle peut même se résumer à enlacer l'accompagné. Tous ces gestes ouvrent à des moments de communion.

9. La contemplation

Après ces événements forts, riches en émotions, il est temps de laisser l'accompagné se reposer tranquillement. Évidemment, l'accompagnant reste auprès de la personne, mais le mourant peut se laisser aller à la contemplation sereine.

Éventuellement, une veillée peut découler de ce moment paisible. Alors, on lira des textes comme des psaumes, des textes sacrés choisis par l'accompagné ou sa famille, l'*Ars moriendi* propre à la tradition (par exemple le *Bardo Thödol*) ou le prologue de Jean.

D. Étude d'un texte religieux autour de la mort : l'*Ars moriendi*

Un texte très important dans la tradition chrétienne, explicitant les étapes à suivre et notamment les tentations du diable auxquelles résister à l'approche de la mort, est l'*Ars Moriendi*. Ce qui signifie : « l'Art de bien mourir ». Si je décide de m'y intéresser de plus près, c'est parce que son contenu et sa forme, bien que tout à fait différents en substance, peuvent être mis en parallèle avec l'approche la plus élevée du *Dzogchen Men ngak dé*, celle que Sogyal Rinpoché a choisie dans le *Livre tibétain de la vie et de la mort*. Dans ces deux cas, il est très important d'avoir un (ou des) « accompagnant » à la personne mourante et à ses proches, et ils offrent des clés afin de vivre ces moments de la meilleure manière possible, dans un cadre plus rassurant pour la personne en fin de vie. C'est aussi un coup d'œil jeté sur l'Après et la manière de « mener sa barque » le mieux possible durant ce voyage des plus importants qui attend le mourant.

Nous explorerons plus en détails le livre des morts tibétain dans la partie suivante, consacrée à la perspective bouddhiste de la mort.

Pour le moment, intéressons-nous à l'*Ars Moriendi*. Ce sermon fut prononcé par le prier dominicain italien du couvent de Saint-Marc le 11 décembre 1496 et imprimé à Florence en 1525. Selon les différentes traductions et éditions latines, cette œuvre est tour à tour, soit un recueil de prières et de méditations, soit un recueil divisé en deux où l'on commence par les exhortations du

diable, dont le but est de pousser le mourant au désespoir, avant d'apporter des réponses, avec les conseils de l'ange l'appelant à avoir confiance.

Les tentations faites par le diable au mourant sont au nombre de 5 :

1/ En premier lieu, le diable tente de faire perdre sa foi au malade. Dans le christianisme, foi et salut sont indissociables : c'est avec la foi que peut débiter le salut de l'individu. En témoigne saint Augustin qui écrit : « La foi est le fondement de tout bien et le commencement du salut aux humains. » Saint Bernard dit aussi à ce propos : « La foi est le commencement du salut humain ; et sans elle aucun homme ne peut parvenir au nombre des fils de Dieu ; sans foi tout le labeur que l'homme fait en ce monde est vain et ne peut aucunement profiter⁶⁶ ». Pour contrer cette tentation, l'ange rappelle l'importance de croire en Dieu et d'avoir confiance en lui, de garder la foi. On lit ainsi chez saint Jean : « Qui ne croit pas est déjà jugé » (Jn 3,18), « Sans la foi il est impossible d'être agréable à Dieu » (He 11, 6). L'ange rappelle que l'Église est conduite par le Saint-Esprit, elle est donc guidée et par là elle montre au mourant que lui aussi, en ayant la foi, verra son chemin funeste illuminé.

2/ En deuxième lieu, le démon tente de désespérer profondément le mourant d'une éventuelle espérance, contre la foi en la miséricorde de Dieu. Face à cela, l'ange rappelle le caractère universel de l'amour du Christ et de sa rédemption. Le Christ serait venu non pas seulement pour sauver les justes mais aussi les pécheurs, ainsi que pour se sauver lui-même – son amour étant total et inconditionnel, contrairement à ce que le démon souhaiterait faire croire au mourant.

3/ En troisième lieu, est convoquée l'avarice : le diable tente de rappeler au mourant ses occupations mondaines et commerciales, ses biens, ses richesses qui emplissaient sa vie terrestre. En réponse, l'ange souligne que c'est cet amour des choses matérielles et superficielles qui est entre lui et l'amour de Dieu, que c'est un obstacle. Aussi, il essaie de rappeler au mourant que la pauvreté est primordiale dans sa relation à Dieu : « *Heureux les pauvres en esprit, etc.* » (Mt 5,3), invoque le Seigneur.

4/ En quatrième lieu, figure l'impatience : le démon exploite là un possible sentiment de désespérance du mourant et tente de lui montrer que Dieu a abandonné l'individu à son immense souffrance, sans rien y faire pour l'en libérer. L'ange est alors présent pour rappeler au mourant la nature fondamentale de la patience pour se libérer et pour la conservation de son âme.

⁶⁷Cf. LELOUP, *op. cit.*, page 449.

5/ Enfin, le diable fait miroiter à l'individu se rapprochant de sa fin une forme de gloire et de reconnaissance face à ses actions dans le monde du commun des mortels. Il cherche alors à développer chez lui un sentiment d'orgueil. En retour, l'ange rappelle au mourant le jugement de Dieu face à la présomption : Dieu tient ce comportement en horreur, de si forte manière qu'il renvoya Lucifer et les siens en damnation éternelle. Il souligne qu'il est important d'être humble lors du moment de la mort, afin d'attirer le regard bienveillant de Dieu.

Aussi, comme l'écrit Jean-Yves Leloup, « toute créature, qui ne sait si elle est digne de la haine ou de l'amour de Dieu, doit bien s'humilier en prenant l'exemple de Monseigneur saint Antoine auquel le diable disait : "O Antoine tu m'as vaincu : quand je veux t'exalter et t'élever par vaine gloire, tu t'abaisse et humilies ; quand je veux t'abaisser et mettre le cœur hors de contemplation, tu te dresses et lèves plus qu'avant." Secondement, le malade doit cogiter que l'humilité plaît tant à Dieu que, principalement à cause d'elle, la glorieuse Vierge Marie le conçut et en est exaltée sur toutes les compagnies des anges en la gloire de paradis »⁶⁷.

Après avoir pu se pencher sur les éléments constitutifs de la perspective chrétienne de la mort, de ses états post mortem, nous avons également pu explorer l'importance de l'accompagnement des morts chrétiens, et les conseils pour le mourant au moment de son décès, dans l'*Ars Moriendi*.

Ce que l'on peut retenir de cette partie est qu'une grande importance est portée sur le principe de résurrection dans le christianisme, bien qu'il y ait bien des divergences à ce sujet au sein même des représentants de la religions et des théologiens. On peut voir que la possibilité de retour à la vie sous sa forme corporelle initiale est tout de même partagée par beaucoup de chrétiens.

Au cours de leur vie, les chrétiens ont tout de même en esprit cette perspective triple de l'au-delà (paradis, enfers, purgatoire), qui sera modelée en fonction de leur comportement, en amont.

La mort est effectivement un sujet très important dans le christianisme, toutefois, il semble que le comportement chrétien durant leur vie ne soit pas aussi influencé par la perspective finale de la mort que chez les bouddhistes.

⁶⁸*Ibid.*, page 479.

IV. Perspective bouddhiste de la mort

Bien que la société moderne occidentale soit très avancée en termes de technologie, la mort reste toutefois pour elle un immense mystère. Elle ne sait pas véritablement de quelle nature est cette fin de vie ni ce qu'il advient des êtres par la suite. C'est un voyage encore éminemment inconnu. La société moderne occidentale semble d'autant plus ignorante face à la mort qu'elle ferme les yeux sur ses mourants et ses vieux, qu'elle met de côté et traite de manière déplorable. Cette attitude est à rattacher à une obsession plus large pour le pouvoir, la force physique, la beauté, le corps contrôlé et altéré, obsession également pour le sexe, les « icônes » intemporellement séduisantes, l'argent : dès qu'une personne perd de sa prestance selon ces critères, sa vieillesse avançant, elle perd de son attrait et est mise au ban dans des établissements spécialisés, loin de nos regards sensibles. Personne ne voudrait subir le sort que nous réservons aux personnes âgées, et pourtant nous continuons à le leur imposer : celles-ci meurent souvent isolées, seules face à leurs peurs et leurs angoisses des derniers moments. C'est une manière bien terrible d'aborder la fin de vie.

Et pourtant on ne sait pas quand la mort va venir nous saisir, elle peut même survenir dans la nuit, demain, subitement et tragiquement. Il n'est pas inutile de garder en tête que nous sommes tous en train de mourir, mais que certains meurent simplement plus tôt que d'autres. La société occidentale a bien tort de se refuser à parler de la mort, de la cacher, de lutter contre elle le plus longtemps possible et par tous les moyens, alors qu'elle gagnerait tant à s'y préparer au cours de la vie. C'est lorsque nous sommes en pleine santé et sains d'esprit que nous devons nous entraîner à mourir.

Et c'est précisément ce qui est effectué au Tibet depuis des millénaires, notamment dans la religion Bön et dans le bouddhisme tibétain : ces deux traditions spirituelles apportent les réponses les plus approfondies face à la mort. Aussi, dans cette partie, nous concentrerons-nous d'abord sur la manière bouddhiste d'envisager la vie, en rapport à la mort ; puis nous étudierons le moment de la mort, et notamment le rôle des proches durant cette période, pour enfin nous tourner vers le moment de la renaissance dans le bouddhisme tibétain.

A. La vie

De mon point de vue d'Occidentale, le bouddhisme de tradition tibétaine a une manière bien particulière d'envisager la vie, conditionnée par la perception tout aussi particulière qu'il a de la mort et de ses suites. Tout compte en effet lors de notre existence : ce que nous avons fait durant notre vie aura un impact sur ce que nous serons à l'instant de notre mort. Pour un bouddhiste tibétain, il s'agit donc de se préparer à sa mort tout au long de sa vie : afin de bien mourir, il faut bien vivre et cela s'apprend.

Cela passe par un entraînement sérieux, le plus souvent accompagné d'un maître, comprenant des exercices de visualisation, des exercices méditatifs et une pratique régulière consistant, par exemple, à se voir mourir, afin de se mettre en condition le plus rapidement possible. Ne sachant de quoi demain est fait – et la mort démontrant souvent son caractère imprévisible –, le but est de ne pas se laisser surprendre, ce qui aurait des effets très délétères sur la conscience au moment de se détacher du corps et de son sort dans les états intermédiaires, ainsi que dans le samsara. Si la nature de notre renaissance future résulte en général des forces karmiques, la qualité de notre prochaine renaissance dépend de notre état d'esprit au moment de notre mort, c'est donc sur lui qu'il s'agit de se concentrer durant sa vie : il importe de cultiver la paix, la bienveillance, la gratitude dans son esprit, afin d'entretenir l'espoir d'une mort sereine. La pratique spirituelle est donc élémentaire tout au long de la vie. Selon le Bouddha, chaque instant de notre existence peut y être consacré. C'est pourquoi la civilisation du Tibet est presque entièrement tournée vers la pratique de l'éveil, qui permet d'apprendre toute sa vie à bien mourir.

Afin de mieux comprendre cette approche propre au bouddhisme tibétain, plusieurs aspects de la vie dans cette tradition spirituelle méritent que nous les approfondissions.

1. L'impermanence

L'impermanence est un des nombreux principes fondamentaux dans le bouddhisme. À ses yeux, l'univers entier est fait d'impermanence : tout change, rien ne dure, rien ne persiste. Quand on s'attache à la permanence des choses qui nous entourent, de nos comportements, de nos sentiments, de nos biens matériels, c'est alors que la souffrance naît. Puisque rien ne perdure, très vite en effet on fait l'expérience qu'on ne peut pas s'assurer de la pérennité des éléments internes et externes. C'est pourquoi le bouddhisme souligne l'importance de ne pas s'attacher aux phénomènes

changeants ni aux éléments extérieurs, mais plutôt de tourner notre attention vers l'intérieur et, de cette manière, faire face à notre propre finitude, à notre destin inévitable : notre mort.

En tant qu'elle est une danse ininterrompue de naissances et de morts, la vie est en effet l'incarnation même de l'impermanence selon cette tradition. En ne s'attachant pas à une fausse permanence, il est donc possible de se tourner vers le sujet de la mort, de s'y préparer et l'accepter. Accepter cette impermanence nécessite toutefois de s'y entraîner, d'entraîner son esprit : la théorie doit s'allier à la pratique. Or la pratique la plus répandue dans le bouddhisme est celle de la méditation. Celle-ci permet de contempler l'impermanence, en se tournant vers l'intérieur tout en gardant ce contact fort avec l'extérieur.

Accepter l'impermanence permettra, à son tour, de développer la compassion, autre élément très important du bouddhisme tibétain pour comprendre son approche de la mort et ainsi de la vie. Sogyal Rinpoché, moine bouddhiste tibétain contemporain, écrit à ce sujet : « Essuyer les tempêtes du changement nous permettra d'acquérir un calme plein de douceur, mais inébranlable. Notre confiance en nous grandira et deviendra si forte que bonté et compassion commenceront naturellement à rayonner de nous pour apporter la joie aux autres. C'est cette bonté fondamentale existant en chacun de nous qui survivra à la mort. Notre vie entière est à la fois un enseignement qui nous permet de découvrir cette puissante bonté et un entraînement visant à la réaliser en nous-mêmes »⁶⁸. S'entraîner à accepter l'impermanence, c'est permettre de développer sa compassion, sa bonté et ainsi laisser une empreinte bénéfique pour l'humanité à notre départ.

2. La possibilité de l'éveil pour tous

Un élément intéressant, et également inhérent au bouddhisme, est la croyance profonde que l'éveil est possible pour tous. Dans l'enseignement du Bouddha, une vérité centrale est en effet que nous sommes déjà parfaits : telle est l'essence naturelle de l'humanité. Cette croyance permet à tout être humain de se projeter vers l'éventualité d'un éveil spirituel. En Occident, les névroses contemporaines ne permettent pas d'envisager la vie de cette manière car, sous les faux semblants de la culture de l'ego et de l'image, les Hommes manquent encore terriblement d'amour de soi. Incapables de percevoir la nature humaine comme déjà parfaite en son essence, ils ne savent réserver la promesse d'éveil qu'à une « élite spirituelle », et non pas à l'ensemble de l'humanité comme les bouddhistes tibétains.

⁶⁹RINPOCHÉ Sogyal, *Le livre tibétain de la vie et de la mort*, San Francisco, Rigpa Fellowship, 1992, 2ème éd. Paris, éditions de La Table Ronde, 2013, page 87.

Le moine vietnamien Thich Nhat Hanh, récemment disparu, fait la description suivante de l'éveil : « Il apparut à Gautama que la prison dans laquelle il avait été enfermé pendant des milliers de vies s'était brusquement ouverte. L'ignorance avait été le geôlier. Son esprit avait été voilé par l'ignorance, de même que la lune et les étoiles sont cachées par les nuages d'orage. Obscurci par des vagues incessantes de pensées trompeuses, l'esprit avait à tort divisé la réalité en sujet et objet, soi et autrui, existence et non-existence, naissance et mort, et de ces distinctions étaient nées des vues erronées – la prison des sensations, du désir, de la saisie dualiste et du devenir. La souffrance de la naissance, de la vieillesse, de la maladie et de la mort n'avait fait que consolider les murs de la prison. La seule chose à faire était de s'emparer du geôlier et de le démasquer. "Ignorance" était son nom. Une fois le geôlier éliminé, la prison disparaîtrait pour ne plus jamais être reconstruite »⁶⁹.

Notre prison est notre mental, notre geôlier, l'ignorance, et notamment l'ignorance de l'essence de notre nature parfaite. Dès lors que, durant notre vie (durant nos vies successives plutôt), nous nous exerçons à éliminer l'ignorance, alors son voile sombre se lève, les souffrances liées à la mort également, c'est à ce moment que peut avoir lieu le véritable Éveil. Selon cette optique, il ne dépend alors que de nous de nous débarrasser de l'ignorance durant notre vie, et ainsi de nous éveiller.

3. La réalisation de la nature de l'esprit

Cette réalisation est ce qui nous permet de comprendre la vie et la mort : elle nous permet d'accéder à notre essence la plus secrète, la plus sacrée. C'est lorsque nous réalisons la nature de l'esprit que nous pouvons atteindre l'Éveil – avec un entraînement adéquat et dans des circonstances appropriées – et mourir non pas dans la peur mais en pleine confiance. Nous sortons alors en effet de l'Illusion : les brouillards du mental se lèvent successivement, permettant d'acquérir la nature de Bouddha, qui n'est pas celle d'un dieu, d'une nature suprême, mais simplement d'un être humain authentique.

Recevoir l'introduction à la nature de l'esprit n'a rien d'un acte compliqué : cela demande simplement de poursuivre durant sa vie une pratique régulière, juste et sérieuse.

⁶⁹*Ibid.*, page 122.

4. La pratique de la méditation

La méditation est une pratique capitale dans le bouddhisme. Elle est directement liée à la manière de se préparer à la mort, puisqu'elle doit intégrer la vie de la personne afin que celle-ci puisse évoluer positivement vers la mort.

En permettant un retour vers soi, « la méditation permet de purifier peu à peu notre esprit ordinaire, démasquant et épuisant ses habitudes et ses illusions pour que, le moment venu, nous puissions reconnaître notre vraie nature »⁷⁰. Le Bouddha réalisa en effet que le samsara, accompagné de ses tourments, était lié au fait que nous ignorons notre vraie nature, et ainsi notre soi authentique, notre conscience pure, latente. Afin de lutter contre cette ignorance et connaître la pureté et la clarté de notre esprit, il importe de le ramener au centre, de le libérer de toutes distractions inutiles. C'est précisément ce que permet la méditation. Pour Sogyal Rinpoché, elle est la seule voie qui mène vers l'éveil : « Apprendre à méditer est le plus grand don que vous puissiez vous accorder dans cette vie. En effet, seule la méditation vous permettra de partir à la découverte de votre vraie nature et de trouver ainsi la stabilité et l'assurance nécessaire pour vivre bien, et mourir bien⁷¹. »

Mais, pour ce faire, il est important d'avoir une pratique régulière, de s'y entraîner pour mieux l'incarner. C'est pourquoi le Bouddha enseigna 84 000 manières de triompher de ses émotions, ainsi qu'un nombre infini de méthodes de méditation. Nommée *shamatha* en sanscrit, *shyiné* en tibétain, la pratique de l'attention en est la première. Trois aspects en sont essentiels : ramener l'esprit en lui-même, le relâcher et se détendre. Tout l'enjeu est d'inscrire la tranquillité de la nature de notre esprit dans la continuité de notre vie quotidienne : il s'agit d'ancrer la méditation dans chacune de nos actions et de nos attitudes.

Si l'on suit cette idée que le méditant bouddhiste doit incarner pleinement sa pratique spirituelle, il est intéressant de faire ici un parallèle avec la figure de Jésus. Sogyal Rinpoché écrit à ce sujet : « Qu'est-ce qu'un grand pratiquant spirituel ? C'est une personne qui vit constamment dans la présence de son être véritable, qui a trouvé la source d'une inspiration profonde et s'y abreuve continuellement. Ainsi l'écrivait l'auteur anglais contemporain Lewis Thompson : "Le Christ, poète suprême, a vécu la vérité si passionnément que chacun de ses gestes, à la fois Acte pur et Symbole parfait, incarne le transcendant". Incarner le transcendant est notre raison d'être dans ce monde »⁷².

⁷⁰*Ibid.*, page 120.

⁷² *Ibid.*, page 123.

⁷³*Ibid.*, page 168.

Incarner pleinement, grâce à la pratique, le transcendant, est la manière la plus efficace de vivre une vie qui promette une mort lumineuse. Que ce soit Jésus ou Bouddha, voilà deux hommes qui ont profondément intégré et incarné cette transcendance.

5. Les quatre Bardos

Dans le bouddhisme tibétain, la vie et la mort sont deux atomes absolument inséparables d'une même cellule, ainsi que le met en lumière *Le Livre des morts tibétain (Bardo Thödol)*, paru en anglais pour la première fois en 1927. C'est cet écrit qui permit à l'Occident d'accéder aux enseignements sur les *Bardos*, révélant l'étendue et la profondeur de la connaissance des bouddhas sur la vie et la mort. À partir de là, de nombreux psychologues, philosophes, journalistes, écrivains se sont penchés sur ses textes et les ont étudiés.

En tibétain, le terme *bardo* signifie « transition » (de *bar* : « entre » et *do* : « suspendu », « jeté ») : il désigne cet intervalle entre la fin d'une situation et le début d'une autre. En effet, dans la pensée tibétaine, la mort est vue fondamentalement comme un passage, qui connaît des états intermédiaires. Ainsi, notre existence peut être divisée selon quatre réalités, qui sont constamment en lien : la vie, le processus de la mort et la mort, l'après-mort et enfin la renaissance. Ce sont les quatre bardos :

- le bardo « naturel » de cette vie ;
- le bardo « douloureux » du moment précédant la mort ;
- le bardo « lumineux » de la Dharmata ;
- le bardo « karmique » du devenir⁷³.

Dans ce développement consacré à la vie dans le bouddhisme tibétain, nous nous intéresserons surtout ici aux deux premiers bardos. Ceux-ci peuvent être définis comme suit :

Le « **bardo naturel de cette vie** couvre toute la période comprise entre la naissance et la mort. Dans l'état actuel de nos connaissances, il peut nous sembler qu'elle représente plus qu'un bardo ou une transition ; mais si nous y réfléchissons, il nous apparaîtra clairement que comparé à l'immense étendue et à la durée considérable de notre histoire karmique, le temps que nous passons dans cette vie est le seul moment, et par conséquent le meilleur, pour nous préparer à la mort tout en nous familiarisant avec les enseignements et en acquérant la stabilité de notre pratique. »

⁷⁴Cf. *Ibid.*, page 205.

Dans sa propre synthèse des bardos⁷⁴, Télé Natsok Rangdröl rappelle que les êtres humains non réalisés souffrent de leurs illusions: sous le joug de leurs empreintes karmiques, leur réalité est modifiée de telle manière que la souffrance est souvent grande. Trois éléments teintent leur vision de la réalité : l'illusion, l'attachement et l'aversion. Éventuellement, cela les entraîne à vaguer dans le *samsāra*. Selon le maître tibétain, la perception de la réalité dépend très largement du niveau de pratique et des facultés des individus : pour ceux ayant des facultés excellentes, la présence est leur Réalité spontanée ; ils savent reconnaître les trois éléments vus ci-dessus ; pour eux, « tout ce qui apparaît est la roue de la sagesse primordiale »⁷⁵. Au contraire, les individus demeurant dans l'ignorance totale, dans l'illusion, de leur naissance à leur mort, nourrissent leur empreinte karmique de mauvaises imprégnations. L'attachement, l'ignorance, les illusions ne leur permettent pas d'avancer sur un chemin spirituel permettant la libération. Ils perdent leur temps à gâcher les précieux instants de leur vie en banalités et mondanités – voilà ce qu'est leur réalité. C'est pourquoi Télé Natsok Rangdröl donne des indications sur la pratique à suivre afin de sortir de ces illusions. Il insiste sur l'importance de suivre un maître, ainsi que de s'entraîner et mettre en pratique ses recommandations à travers une pratique régulière et sérieuse, soulignant que « quelles que soient les méthodes, le but dans ce *bardo* actuel doit être de se libérer en cette vie-ci afin d'échapper aux *bardo* à venir, ou, si cela est au-delà des capacités du pratiquant, de se préparer aux *bardo* à venir en pratiquant assidûment dans cette vie, la nuit comme le jour⁷⁶. »

« Le **bardo douloureux du moment précédant la mort** s'étend du début du processus de la mort jusqu'à l'arrêt de ce que nous appelons la "respiration interne". Puis ce processus atteint son apogée au moment de la mort : l'aube de la nature de l'esprit – ce que nous appelons la "Luminosité fondamentale" – se lève⁷⁷. » Le « BARDO DU MOMENT PRÉCÉDANT LA MORT se situe entre le moment où nous contractons une maladie incurable ou entrons dans un état physique qui s'achèvera par la mort, et la cessation du "souffle interne". On le qualifie de "douloureux" car, si nous ne sommes pas préparés à ce qui nous arrivera au moment de la mort, nous ferons peut-être l'expérience d'une souffrance extrême⁷⁸. »

⁷⁴Voir la dernière section de cette partie.

⁷⁵ CORNU Philippe, *Le Miroir de la Vigilance qui clarifie complètement le sens général des états intermédiaires Bar do spyi don thams cad rnam pa gsal bar byed pa dran pa'i me long : Une synthèse des bardo selon les courants sarma et nyingmapa*, 2022, page 5.

⁷⁷*Ibid.*, page 9.

⁷⁸RINPOCHÉ, *op. cit.*, page 206.

⁷⁹*Ibid.*, page 445.

Pendant ces intervalles, il y a possibilité d'Éveil : nous avons la possibilité de nous libérer au cours de notre vie entière, ainsi qu'au moment de notre mort. Les enseignements sur les bardos sont un peu comme la boîte à outils nous permettant de reconnaître ces possibilités de libération, afin de les utiliser. Toutefois, la période de bardo est un moment d'intense instabilité, de doute profond, qui rappelle les moments d'oscillation entre clarté et confusion que l'on peut ressentir au cours de notre existence. Au sein même de la vie, le bardo se vit au fond à chaque fois que nous connaissons des moments de naissance et de mortalité, dans cette alternance constante entre noir et blanc. En fin de compte, chaque moment composant notre vie est un bardo : nos pensées et émotions viennent de l'essence de l'esprit, elles naissent pour ensuite s'éteindre et le processus recommence dans l'intervalle d'un état émotionnel à un autre.

Le bardo naturel de cette vie tire son immense importance du fait que c'est dans l'instant présent qu'il faut se préparer aux bardos : la meilleure façon d'atteindre l'éveil dans cette vie est en s'y préparant, de même qu'inversement, il faut atteindre l'éveil dans cette vie afin de se préparer aux bardos.

Ce qu'il faut bien comprendre aussi, c'est que les schémas karmiques, façonnant et conditionnant les perceptions de l'individu, modifient notre perception de la réalité : ce que l'on estime comme étant « réel », n'est pas la Réalité suprême mais seulement une expression de notre karma, de notre vécu, de nos expériences, traumas, etc. C'est une vision karmique, parmi à peu près 8 milliards d'autres. Pourtant, la manière dont nous menons notre vie à l'instant présent a une très grande importance sur la manière dont nous allons vivre notre mort et l'après-mort. Dans le bouddhisme, on retrouve six mondes ou royaumes d'existence : le monde des dieux, celui des demi-dieux, celui des humains, celui des animaux, celui des esprits avides et celui des enfers. Chacun d'eux est le résultat de l'une des six émotions négatives prédominantes : l'orgueil, la jalousie, le désir, l'ignorance, l'avidité et la colère⁷⁹. C'est dire si l'état d'esprit dans lequel nous nous trouvons à ce moment précis, avec l'émotion positive ou négative qui y est rattachée, va influencer la personne que nous serons à notre mort. Il faut donc s'employer à le libérer dès maintenant, dans le courant de notre vie qui, selon le bouddhisme, est une opportunité pour nous de purifier notre caractère et notre esprit dans la perspective de notre fin. Afin d'avoir la possibilité de transformer notre avenir karmique, il faut donc mettre de la conscience dans nos actions quotidiennes. De cette façon, on évite de tomber dans l'illusion et on se protège d'un l'éventuel retour dans le Samsara.

⁸⁰*Ibid.*, page 220.

L'égo étant le plus grand adversaire sur ce chemin spirituel, c'est lui qu'il faut régulièrement combattre, grâce à une pratique et un entraînement sérieux pour lesquels le bardo naturel de cette vie nous fournit des outils précieux, comme l'explique Sogyal Rinpoché : « Il existe dans le bouddhisme tibétain une éducation spirituelle fondamentale, normale et élémentaire, un entraînement spirituel complet au bardo naturel de cette vie, qui nous fournit le vocabulaire essentiel, l'ABC de l'esprit. Les bases de cet entraînement constituent ce que l'on appelle "les trois outils de sagesse" : la sagesse de l'écoute et de l'entente, la sagesse de contemplation et de réflexion, et la sagesse de méditation". Grâce à ces outils, nous sommes amenés à nous éveiller de nouveau à notre vraie nature et à découvrir, puis à personnifier, la joie et la liberté de notre être véritable – ce que nous appelons "la sagesse qui réalise le non-ego"»⁸⁰. L'écoute, l'entente et la méditation nous permettent ainsi de nous libérer de la tyrannie de l'égo, de sortir des illusions que celui-ci place devant nos yeux, dans nos pensées, nos sentiments même, et ainsi réaliser le non-ego. En tibétain, l'égo est appelé *dak dzin*, ce qui signifie « s'accrocher à un moi » : preuve que l'égo est une tentative angoissée de s'attacher à une identité, dans l'absence de la véritable connaissance de soi. Or, comme il n'y a pas de vérité sous-jacente, l'égo est destiné à échouer. En vérité, celui-ci est lié à une immense peur de l'inconnu et de la perte de contrôle – qui n'est rien d'autre que la peur terrible de la mort.

Ce qu'il est important de retenir de ce passage sur la vie dans le bouddhisme tibétain, est que la vie elle-même est un entraînement constant pour bien vivre sa mort. Dans cette tradition, la mort est omniprésente : c'est le sujet principal de la vie et il s'agit de travailler intérieurement, grâce à diverses pratiques de méditation par exemple, afin de se libérer des illusions donc de la souffrance. Se cultiver profondément est tout aussi essentiel, notamment en se plongeant dans les écrits, en se nourrissant de toutes les traditions, en s'ouvrant aux autres et en s'éduquant à travers eux – quelles que soient les voies empruntées, le chemin spirituel est primordial. De ce point de vue, la présence d'un maître est particulièrement importante : dans le bouddhisme tibétain, les bouddhas et les bodhisattvas sont en effet à notre service, ils sont là pour nous accompagner et nous aider ; à nous solliciter cette aide, de les appeler et de leur demander guidance, en passant par un maître. Ce qui me rappelle les paroles du Christ : « demandez et il vous sera donné ».

Cette conception bouddhiste de la vie est bien différente de celle du christianisme, où l'existence est consommée sans un travail approfondi sur le moment de la mort. Celle-ci est envisagée, décrite,

⁸¹*Ibid.*, page 229.

crainte évidemment (et ce ne sont pas les chrétiens seulement qui la craignent, c'est l'humanité entière), mais cela ne conduit pas à s'entraîner à bien mourir : on s'attache beaucoup plus aux actions durant la vie face aux autres et à Dieu. Par ailleurs, la vie chrétienne, bien qu'accompagnée de prêtres, de pasteurs ou autres représentants de l'Église, ne donne pas une aussi grande importance à la présence d'un maître spirituel, déjà réalisé, guidant vers l'éveil. Chez les bouddhistes, les maîtres guident la vie spirituelle ; Bouddha rappelle la nécessité d'en avoir un pour atteindre l'éveil et l'importance de la dévotion qui leur est due.

B. Mourir : la libération de la souffrance ?

Dans le bouddhisme, les accompagnateurs sont très importants au moment de la mort : il est primordial d'aider les mourants à assumer du mieux possible ce difficile moment. Comme les nouveaux-nés, ces derniers sont en effet sans défense ; ne pouvant vivre de manière autonome et se débrouiller seuls, ils ont besoin d'accompagnateurs afin de bien mourir comme les premiers en ont besoin pour bien débiter leur vie.

Entre mort et renaissance, le défunt passe en effet par plusieurs phases transitoires, ainsi que l'explique Odon Vallet : ces phases « durent quarante-neuf jours, pendant lesquels il peut hésiter sur sa voie. Au cours de cette période, les fidèles peuvent l'aider à trouver la lumière étincelante de l'Esprit et à fuir les apparences trompeuses. Une telle intercession des vivants n'est pas sans rappeler la prière pour les défunts chrétiens⁸¹. Il y a en effet un réel parallèle à établir entre l'accompagnement des personnes dans le bouddhisme et dans le christianisme, notamment au regard de la présence, de l'accueil, ainsi que de la manière de psalmodier des chrétiens qui rappelle les proches guidant la conscience du mort à voix haute dans le bouddhisme.

1. Processus de la mort

Dans la perspective bouddhiste tibétaine, il existe deux causes de la mort : la mort prématurée (accident, maladie, obstacle) et la mort liée à l'épuisement de la durée naturelle de la vie (selon Padmasambhava). Ce dernier est directement lié au Karma de l'individu : nous disposons d'une certaine durée de vie qu'il est très difficile d'étendre, sauf chez les pratiquants avancés du yoga.

⁸² VALLET Odon, *Jésus et Bouddha, Destins croisés du christianisme et du bouddhisme*, Paris, Éditions Albin Michel, 1999, page 174.

Pour ce qui est de la mort prématurée, certains textes bouddhistes (les bardos notamment) mentionnent qu'il y aurait des signes annonciateurs de mort prochaine, comme des rêves types ou encore des travaux sur l'ombre de la personne - sa forme, sa couleur peut donner des indications sur une éventuelle mortalité arrivant. Si la personne est avertie, elle peut effectuer des pratiques afin d'allonger sa durée de vie (Voir la dernière partie sur le Corps d'arc-en-ciel).

La position préconisée pour mourir est celle dans laquelle le Bouddha termina sa vie : allongé sur le côté droit, en position du « lion couché ».

Au moment de la mort, l'approche bouddhiste tibétaine distingue deux phases de dissolution : une dissolution externe des sens et des éléments, et une dissolution interne des états de pensée et des émotions. Il faut savoir en effet que dans cette tradition, l'existence entière est déterminée par les cinq éléments (terre, eau, feu, air et espace) qui forment notre corps et le maintiennent en vie ; ce dernier est également composé de centres d'énergie, de souffles qui circulent à travers lui par des canaux, les essences étant contenues à l'intérieur de ces canaux. Dans la tradition tantrique du Tibet, le corps est perçu plus précisément comme un système psychophysique consistant en un réseau dynamique de canaux subtils, de « souffles » ou airs intérieurs, ainsi que d'essences : ils sont appelés respectivement *nadi*, *prana* et *bindu* en sanscrit ; *tsa*, *lung* et *tiglé* en tibétain⁸². Ce sont ces divers éléments qui se dissolvent au moment de la mort. Le bouddhisme tibétain parle à cet égard d'un retour à l'« état originel » : le corps et l'esprit se désagrègent, tout se désagrège. Alors, les émotions toxiques de la colère, du désir et de l'ignorance – les émotions racines du samsara – se détachent, laissant place à un intervalle (un bardo).

Sogyal Rinpoché résume ainsi le processus de la mort : « Comprendre ce qui se passe avec le processus de la mort, avec ses dissolutions internes et externes : l'envisager comme *un développement graduel, une apparition de niveaux de conscience de plus en plus subtils*. Ceux-ci émergent parallèlement aux phases successives de dissolution des composantes du corps et de l'esprit, tandis que le processus tend graduellement vers les révélations du niveau de conscience subtil entre tous : la Luminosité fondamentale, ou Claire Lumière⁸³. »

Dans sa propre synthèse des bardos, Télé Natsok Rangdröl suit le découpage du *Dzogchen men ngak* dé pour décrire le bardo douloureux du moment de la mort. Il s'agit du Cycle très secret insurpassable (*Yang gsang bla na med pa'i skor*), où la claire lumière fait partie intégrante du bardo

⁸²RINPOCHÉ, *op. cit.*, page 450.

⁸⁴ *Ibid.*, page 463.

suivant. Dans ce bardo-ci, le maître se concentre sur la période des phases de dissolution : « Il y a quatre volets dans l'explication détaillée du mode d'émergence de la mort en général, que ce soit pour les yogis ordinaires ou les gens du commun : l'exposé du mode de dissolution des éléments extérieurs ; celui des facultés des sens et des sphères psycho-sensorielles ; celui du mode de dissolution des pensées discursives grossières et subtiles internes, et plus spécialement le sens des instructions sur le transfert de conscience ou *p'owa* (*'pho ba*)⁸⁴. » Puis, il se penche sur la disparition des cinq souffles principaux, la dissolution des cinq éléments en parallèle avec la destruction des canaux, des roues et des cinq souffles principaux qui appuient les éléments. Généralement, les dissolutions des éléments sont envisagées selon celles se trouvant dans les textes tantriques : terre dans l'eau, eau dans le feu, etc. S'ensuit la présentation des premières dissolutions, celle des cinq souffles principaux, puis de celle des cinq souffles secondaires, suivie de la description de la destruction de la faculté et de la base des sens. Ensuite, il y a dissolution de l'air dans la conscience, et les dissolutions subtiles des éléments dits internes, pour lesquels Tsélé Natsok Rangdröl évoque le *Kālacakratantra* (tib. *Dus Kyi 'khor lo*). Les dissolutions se produisent toutefois de manière incertaine, car elles sont fortement dépendantes des facteurs physiologiques et des circonstances de la mort de l'individu.

2. Quitter le corps

Maintenant que le bardo du moment précédant la mort se lève sur moi,

J'abandonne toute envie, désir et attachement,

J'entre non distrait dans le clair éveil de l'enseignement

Et éjecte ma conscience dans l'espace de Rigpa non-né.

A l'heure où je quitte ce corps fait de chair et de sang,

En lui je reconnais une illusion transitoire⁸⁵.

Au moment où l'on quitte le corps, toute l'identification que l'on s'était fait de lui s'écroule et il est important de ne pas s'y accrocher – ce à quoi l'on s'entraîne durant la vie entière. Ainsi détachée du corps, la conscience voyage et traverse une série d'états intermédiaires, les fameux bardos.

⁸⁵CORNU, *op. cit.*, page 10.

⁸⁶RINPOCHÉ, *op. cit.*, page 437.

La reconnaissance de la nature de l'esprit muet doit permettre à la personne, à ce moment où son esprit quitte son corps, d'être lumineux. Alors peuvent se dissiper les ténèbres. « *Ainsi, s'il nous est possible de reconnaître la nature de l'esprit dans le bardo de la même manière que nous sommes capables de la faire à présent, lorsqu'elle est introduite par le maître, il n'y a pas le moindre doute que nous atteindrons l'éveil. C'est pourquoi, dès ce moment même et grâce à la pratique, nous devons nous familiariser avec la nature de l'esprit* »⁸⁶.

Pratiques et règles à respecter au moment de la mort

L'état d'esprit au moment de la mort a une importance capitale : la dernière pensée, la dernière émotion va avoir un effet déterminant sur l'avenir immédiat (même si une vie bonne a été menée auparavant). Or cet état d'esprit est grandement influencé par la qualité de l'atmosphère entourant le mourant. Aussi, des maîtres bouddhistes conseillent-ils aux proches de ne pas être présents au chevet du mourant afin de ne pas polluer l'atmosphère avec des émotions négatives, de tristesse ou d'attachement. Selon le *Bardo thödol*, les pleurs et sanglots de proches seraient ainsi perçus comme des bruits de tonnerre et de grêle par la conscience, qui gagnerait à s'en passer.

Dans la mesure du possible, la personne mourante doit respecter les règles suivantes : abandonner l'attachement, c'est-à-dire tout abandonner intérieurement et extérieurement (détachement des biens en les distribuant par exemple, des amis, de la famille...) ; expliquer très clairement ses volontés pour éviter, lors du Bardo du devenir, les querelles des proches ; enfin, entrer dans la claire conscience (de l'enseignement) et aider le proche à unir son esprit à son maître en mourant.

La prière est très importante à ce moment-là, car elle permet d'unir son esprit à l'esprit de sagesse du Bouddha et crée une empreinte positive dans l'esprit de la personne.

Trois pratiques sont essentielles en cet instant crucial : demeurer dans la nature de l'esprit ou évoquer l'essence du cœur de notre pratique ; le transfert de la conscience par la pratique du po'wa (au moment de la mort, le pratiquant éjecte sa conscience, l'unit à l'esprit de sagesse du Bouddha) ; enfin, nous en remettre au pouvoir de la prière, de la dévotion et des bénédictions des êtres éveillés.

Tsélé Natsok Rangdröl donne lui aussi des conseils de ce type pour préparer la mort et l'approcher de la meilleure manière. Il importe notamment ne pas être trop rigide car tout dépend des conditions de la mort. Le conseil le plus important à suivre afin d'intégrer le bardo douloureux du moment de la mort à la voie est le renoncement à tout lien à des possessions, à des objets, même des objets

⁸⁷*Ibid.*, page 441.

sacrés. Le maître évoque également la confession, le *guru yoga*, et la nécessité d'être accompagné d'un maître, d'une personne guidant le mourant. Le *guru yoga* permet de faciliter l'attention aux différentes dissolutions, ce qui permet d'accomplir la pratique du *p'owa* (tib. *'pho ba*) ou transfert de conscience au bon moment, lorsque cesse la respiration externe⁸⁷.

3. Aide spirituelle aux mourants

Il est assez affligeant de constater en Occident l'absence presque totale d'aide spirituelle proposée aux mourants afin de les accompagner au mieux. Ces derniers meurent souvent seuls, délaissés face au moment le plus angoissant de leur vie. La seule attention qui leur est généralement faite est d'être présent à leur enterrement. D'où la grande détresse psychique au moment de la mort chez les Occidentaux. Il est bien beau d'envoyer des personnes marcher sur la Lune, mais que vaut cette prouesse si nous ne pouvons pas aider nos mortels à terminer leur vie dans la spiritualité et la décence ? Donner espoir et permettre au mourant de trouver le pardon devrait être une obligation morale.

Le droit de mourir accompagné des meilleurs soins spirituels semble être nettement mieux respecté chez les bouddhistes. Au Tibet, les individus ont d'une part une certaine connaissance par rapport à la mort, et la relation plus ou moins suivie avec un maître durant la vie permet de ne pas se retrouver esseulé dans les moments qui précèdent sa fin. D'autre part, il est tout naturel d'adresser ses prières aux mourants et de leur apporter une aide spirituelle lorsqu'ils la demandent.

Une pratique très courante proposée au mourant tibétain est le *Po'Wa*⁸⁸. Cette pratique repose sur des visualisations, en veillant notamment à visualiser le Bouddha / une présence spirituelle au-dessus de la tête du mourant. Cet effort au moment de la mort est très important, que ce soit pour les accompagnateurs ou les accompagnés s'ils en ont la force : on peut par exemple imaginer les tumeurs quittant le corps et s'évaporant, ou une lumière divine nous inondant, etc.

L'accompagnant peut aussi lire un extrait du Livre des Morts tibétain : « *Ô fils, fille d'une lignée d'êtres éveillés, ce que l'on appelle "mort" est maintenant arrivé, adopte cette attitude : "Me voici arrivé au moment de ma mort. Maintenant, au moyen de cette mort, je vais adopter uniquement l'attitude de l'esprit illuminé, celle de l'amour et de la compassion. J'atteindrai l'illumination*

⁸⁸CORNU, *op. cit.*, page 18.

⁸⁹Voir notre Partie VI.

parfaite pour le bien de tous les êtres conscients qui sont aussi illimités que l'espace... » (page 400).

Comme dans le christianisme, on retrouve cette importance de ne pas laisser le mourant dans la peur, la haine, l'amertume au moment de sa mort, mais de l'inviter à prier pour les autres, à emplir son cœur de compassion envers les personnes souffrantes, mourantes comme soi. Le développement de la compassion peut se faire à travers le *Tonglen*, une pratique qui permet de modifier la perception de sa souffrance et ses états émotionnels, Sogyal Rinpoché souligne ainsi « combien le monde et l'expérience que nous en avons seraient transformés si chacun d'entre nous durant sa vie et à l'heure de sa mort, pouvait, avec Shantideva et tous les maîtres de la compassion, dire cette prière :

Puissé-je être le protecteur des abandonnés,

Le guide de ceux qui cheminent,

Et pour ceux qui aspirent à l'autre rive,

Etre une barque, un pont, un gué.

Puissé-je être pour tous les êtres

Celui qui calme la douleur.

Puissé-je être médecin et remède,

Puissé-je être celui qui soigne

Jusqu'à la guérison complète

Tous ceux qui souffrent en ce monde.

De même que l'espace,

La terre et les éléments,

Puissé-je toujours soutenir la vie

Des êtres en nombre illimité.

Et tant qu'elles ne seront pas libérées de la souffrance,

Puissé-je aussi être source de vie

Pour les créatures innombrables

Qui peuplent l'espace infini »⁸⁹.

4. Positionnement des proches qui restent face à ceux qui partent

On l'aura compris, le positionnement des proches est très important. Leur attitude face au mourant et l'atmosphère que crée cette attitude va avoir une influence sur l'esprit de la personne dans ses derniers instants. Aider quelqu'un à bien mourir est la plus grande œuvre de charité qui soit et, cela, qu'importe la tradition religieuse et spirituelle.

Sogyal Rinpoché donne un certain nombre de conseils de maître bouddhiste tibétain à l'intention des proches du mourant, que nous reproduisons ici car ils résument bien ce que doit être l'attitude de ceux qui restent face à ceux qui partent :

* Le principal est d'être aussi présent que possible face à la mort. Il n'y a en réalité rien à faire ou à dire de précis, la présence est beaucoup plus importante que le reste.

* La communication doit être sereine et sincère. Il ne doit pas régner une atmosphère de peur.

* Il est important d'accueillir les émotions du mourant, et plus largement tout ce qui vient de lui, sans prendre ces éléments personnellement. Il ne faut pas juger ou tenter d'imposer ses croyances, son idéologie spirituelle, sa foi à l'autre,

* Il importe de ne pas exiger trop de soi car nous ne sommes pas là pour sauver la personne.

* Il ne faut rien attendre en retour : l'aide doit être inconditionnelle et détachée des bavardages de l'égo.

* L'important est de témoigner d'un amour inconditionnel face à la personne en souffrance, de se mettre à sa place. Pendant ce moment final, ce dont la personne a réellement besoin est d'être aimée et acceptée.

La pratique de Tonglen (donner et recevoir en tibétain) permet de développer cette indispensable compassion. Comme l'explique Sogyal Rinpoché, à travers cette pratique, « nous *prenons sur nous, par la compassion*, toutes les souffrances diverses, mentales et physiques, de tous les êtres – leurs peur, frustration, douleur, colère, culpabilité, amertume, doute, agressivité – et leur *donnons, par notre amour*, tout notre bonheur, bien-être, sérénité, apaisement et plénitude⁹⁰. » La personne accompagnante prend sur elle la souffrance de l'accompagné. La personne en face, un peu soulagée,

⁹⁰RINPOCHÉ, *op. cit.*, page 405.

⁹¹*Ibid.*, page 376.

aide en retour l'autre à développer sa compassion. Cette pratique permet aussi de travailler avec l'égo, en acceptant de prendre les souffrances des êtres et de laisser de côté ses propres peurs et le bavardage de l'égo. Mère Thérèse est une figure qui incarne bien cette pratique du donner et recevoir ; ses paroles sont complètement en accord avec l'essence spirituelle de Tonglen :

« Nous avons tous l'ardent désir d'être avec Dieu dans son royaume, mais il est en notre pouvoir d'être dans son royaume avec Lui en cet instant. Cependant, être heureux avec Lui, maintenant, signifie :

Aimer comme Il aime.

Aider comme Il aide.

Donner comme Il donne,

Servir comme Il sert,

Sauver comme Il sauve,

Être avec Lui chaque heure et chaque seconde,

Le rejoindre là où il a pris les apparences de la détresse⁹¹.

Cet amour si fort et puissant a réalisé de nombreux miracles. C'est à lui qu'il faut se vouer lors de la pratique de Tonglen.

* Pour développer une compassion pure et authentique, il importe ainsi de se reconnecter avec sa propre finitude, d'affronter sa propre peur de la mort. L'assistance vers la mort est au fond comme un miroir : on y voit les reflets de sa propre finitude. L'importance de l'assistance aux mourants est qu'elle nous fait regarder la mort en face. La peur est normale, il faut la reconnaître et même en parler à la personne en face de soi.

* Il importe aussi d'aider à traiter les affaires non réglées : si le mourant éprouve par exemple des regrets, un attachement malsain, qu'il n'est pas réconcilié avec celui qu'il a été et ses actions, cela va lui nuire au moment de la mort. C'est le rôle de l'accompagnant de lui offrir la possibilité d'exprimer cela.

* Il faut savoir dire adieu : ne pas s'accrocher à la personne en train de mourir car s'y attacher lui causerait du tort ; elle pourrait s'empêcher de se laisser aller et de mourir en paix. « Christine Longaker a découvert que, pour être capable d'abandonner tout attachement et de partir en paix, le

⁹²*Ibid.*, page 381.

mourant a besoin d'être tranquilisé sur deux points, en termes explicites par ceux qui l'aiment. Il doit tout d'abord recevoir d'eux l'autorisation de mourir et, ensuite, être assuré qu'ils iront bien après son départ et qu'il n'y a pas lieu de s'inquiéter pour eux⁹². »

* Il importe d'offrir une mort paisible en installant, selon les enseignements bouddhistes, un autel avec des offrandes dans la chambre du mourant.

* Il ne faut pas déranger le corps pendant un certain temps après le décès, car il est crucial que l'esprit soit aussi calme que possible dans les instants que précèdent la mort, dans le silence et la paix.

C. États intermédiaires et renaissance

« Sous l'emprise des perturbations du désir, de l'aversion et de l'ignorance, des karma (actions) contaminés sont accomplis. Ils établissent des potentialités en l'esprit sous forme de prédispositions. À la fin d'une vie, une personne possédant de telles inclinations renaît dans l'existence cyclique avec un corps et un esprit en harmonie avec ces causes contaminées⁹³. »

1. Sortie du corps

Au moment de la mort, la chaleur quitte le corps, soit par la partie supérieure pour les personnes ayant eu des karmas défavorables, soit par les pieds pour ceux ayant eu des actions favorables. Puis la chaleur se concentre dans le cœur, dont sort la conscience. C'est donc par le cœur qu'en définitive la conscience quitte le corps lors de la mort.

Plus précisément, le processus de sortie du corps peut prendre des formes différentes selon la nature de la renaissance : « Un être devant rentrer en tant qu'habitant des enfers quitte le corps par l'anus ; en tant qu'esprit affamé par la bouche ; en tant qu'animal par les voies urinaires ; en tant qu'être humain par l'œil, en tant que dieu du royaume du Désir par le nombril ; comme yaksha par le nez ; comme dieu aux accomplissements magiques ou en tant qu'"humain probable", par l'oreille. Si l'on

⁹²*Ibid.*, pages 338-339.

⁹⁴Sa Sainteté le XIVe Dalai Lama, extrait de Causeries données en 1972 sur la « Moyenne Exposition de la Voie » de Tsong kha pas, pages 89a. 1-92a.5.

doit renaître dans la sphère de la Forme, la sortie s'effectue par le milieu du front, et par le sommet de la tête dans le cas d'une naissance dans le royaume du Sans Forme. Ces points sont établis selon le huitième chapitre du *Tantra SAmputa (Samputa)* »⁹⁴.

Alors débute l'état intermédiaire – sauf pour ceux qui renaissent dans le domaine du Sans Forme : espace infini, conscience infinie, « néant »⁹⁵.

Il est important de connaître les détails des facteurs influant sur l'état intermédiaire car ils sont les bases de purification, au moyen des corps illusoires (purs et impurs). On retrouve la pratique lors de la phase de développement du Mantra de l'incomparable Yoga.

2. État intermédiaire

Lorsqu'il traverse cet entre-deux, l'être intermédiaire a déjà la forme qu'il aura lors de sa renaissance. Il n'a plus alors le désir de réintégrer son corps, même s'il garde en tête la forme de son corps antérieur. Il a conservé aussi ses cinq sens : il peut voir ainsi les autres êtres intermédiaires de sa propre nature, dieux, demi-dieux, humains, animaux, esprits affamés ou habitants des enfers.

Plus précisément, l'être intermédiaire présente cinq caractéristiques, dont la liste est dressée par Hopkins et Lati :

1. Il possède toutes les facultés des sens.
2. Puisqu'il est né spontanément, tous ses membres principaux et secondaires sont achevés simultanément.
3. Puisqu'il possède un corps subtil, il ne peut être détruit, même par un diamant.
4. Hormis des lieux de naissance telle la matrice d'une mère, rien ne peut lui faire obstacle, pas même des montagnes, clôtures, etc.
5. Sous la force des pouvoirs karmiques il peut se déplacer en un instant, là où il le désire. Même un Bouddha ne peut l'en empêcher⁹⁶.

⁹⁵HOPKINS Jeffrey, LATI Rinpoché, *La Mort, l'État intermédiaire et la Renaissance dans le Bouddhisme Tibétain*, Saint Michel en l'Herm, Éditions Dharma, 1979, page 11.

⁹⁶*Ibid.*, page 61.

⁹⁷HOPKINS et LATI, *op. cit.*, page 58.

3. Renaissance

« Le » *Sutra de l'Enseignement à Nanda sur l'Entrée dans la Matrice* » expose que pour qu'un être intermédiaire prenne renaissance dans la matrice d'une mère, trois conditions favorables doivent être réunies, et trois conditions défavorables doivent être absentes. Il faut :

1. Que la mère soit exempte de maladie et dans une période de non-menstruation.
2. Que le mangeur d'odeurs (l'être intermédiaire) se tienne dans le voisinage et souhaite pénétrer.
3. Que le mâle et la femelle se désirent et s'unissent.
4. Que la matrice de la mère soit libre du défaut d'être, en son centre, semblable à la forme soit d'une graine d'orge ou de la taille d'une fourmi ou de la bouche d'un chameau. Elle ne doit pas plus se trouver obstruée par des vents, de la bile ou des humeurs.
5. Que ni le père ni la mère n'aient une semence défectueuse. Ce qui signifie soit que la semence ou le sang ne descendent pas ou que l'un descende avant l'autre ou que, bien que descendant ensemble, l'un d'eux soit gâté.
6. Que le mangeur d'odeurs soit libre du défaut qui consisterait à ne pas avoir accumulé une action (*karma*) pour naître en tant que l'enfant de ce mâle et de cette femelle et qu'eux-mêmes soient également libres de la faute de ne pas avoir accumulé une action pour devenir son père et sa mère⁹⁷. »

D. Synthèse du bardo lumineux de la Réalité et bardo du devenir

Il s'agit ici d'étudier *Le Miroir de la Vigilance qui clarifie complètement le sens général des états intermédiaires*, synthèse des bardos selon Télé Natsok Rangdröl, maître ayant étudié les transmissions appartenant au courant nyingmapa et kagyüpa. Cet enseignant du bouddhisme tibétain détenait la transmission du *Karling Shitro* aussi bien que celle des *Dzogchen Nyingthig* et des doctrines des *tantra* nouveaux dans le courant kagyü. À la demande de Kelden Mönlam, il entreprit l'écriture d'un ouvrage sur les bardos, avec la mission de produire un travail clair sur la manière dont se manifestent ces états de transition de la réalité et dont s'ordonnent les pratiques

⁹⁷ *Ibid.*, pages 67-68.

autour d’eux, à la fois dans les traditions ancestrales, dans le Mantra Secret et dans les écoles plus contemporaines. Cela donna l’ouvrage intitulé en tibétain *Bardo spyi don thams cad rnam pa gsal bar byed pa dran pa'i me long*. L’approche choisie par le maître est la même que celle de Sogyal Rinpoché, celle du *Dzogchen Men ngak dé*. Il ne s’agit pas de celle du *Bardo Thödröl*, le *Livre des morts* tibétain que nous avons mentionné précédemment.

Nous nous baserons ici sur la traduction faite par Philippe Cornu. Sont étudiés dans celle-ci les mêmes quatre bardos évoqués au début de cette partie pour comprendre la notion de vie dans le bouddhisme tibétain : le *bardo* naturel du lieu de naissance, le *bardo* douloureux du moment de la mort, le *bardo* lumineux de la Réalité et enfin le *bardo* karmique du devenir. Chaque *bardo* est traité selon trois angles : sa définition essentielle, son mode de manifestation et les conseils oraux correspondants. Je me permettrai, dans cette dernière partie, d’offrir un résumé très succinct de cette traduction, afin d’apporter quelques éléments de compréhension sur les deux derniers bardos dans la perspective bouddhiste des suites de la mort.

Philippe Cornu dresse ce tableau très compréhensible afin de résumer la présentation du « Cycle très secret insurpassable du Dzogchen » en quatre bardos :

Tab 1. : Les quatre *bardo* du Cycle très secret insurpassable dans le Dzogchen Men ngak dé ⁹⁸.

	<i>bar do</i> où l'on demeure naturellement (= du lieu de naissance)	<i>bar do</i> du moment de la mort	<i>bar do</i> de la Réalité	<i>bar do</i> du devenir
début	sortie de la matrice maternelle	début de la maladie mortelle	lever de la claire lumière	production d'un corps mental et lever d'apparences karmiques instables de type onirique
type de perceptions	Apparences concrètes liées au <i>karman</i>	effondrement des perceptions de la vie lors des dissolutions.	Vacuité-luminosité puis apparences pures de la Réalité absolue	Apparences instables liées aux tendances du <i>karma</i>
fin	début de la maladie mortelle	cessation de la respiration interne	coucher des apparences de la présence spontanée	entrée dans la matrice de renaissance

1. Le *bardo* lumineux de la Réalité

Ce *bardo* n’est en principe mentionné que dans les textes du *Dzogchen men ngak dé* et ne figure jamais dans les écrits exclusivement dédiés aux *tantra* nouveaux (*Six Yogas, Lamdré, Jordrouk*).

⁹⁸CORNU Philippe « Le Miroir de la Vigilance qui clarifie complètement le sens général des états intermédiaires Bar do spyi don thams cad rnam pa gsal bar byed pa dran pa'i me long : Une synthèse des *bardo* selon les courants sarmapa et nyingmapa », 2022.

Tsélé Natsok Rangdröl en définit l'essence en s'appuyant sur les enseignements tantriques liés à la fusion-dissolution des deux gouttes essentielles dans le *cakra* du cœur.

L'auteur aborde le bardo de la Réalité selon le Cycle du *Dzogchen men ngak dé*. Il distingue deux types de claires lumières : la claire lumière du Corps absolu de pureté primordiale et la claire lumière du Corps de parfaite plénitude. La première correspond à la phase appelée « dissolution de l'espace dans la claire lumière », alors que la seconde commence avec la phase de « dissolution de la claire lumière dans l'union », puis se poursuit au cours des phases suivantes du bardo de la Réalité.

La maître insiste sur l'importance de se préparer à reconnaître la claire lumière : « Les yogis qui ont maîtrisé la claire lumière du sommeil reconnaîtront sans difficulté la claire lumière fondamentale du moment de la mort. Ceux qui ont pratiqué la voie des moyens habiles (tib. *thabs lam*) ou les *Six jonctions* (tib. *sByor drug*) reconnaîtront les signes de la claire lumière métaphorique comme des indices du Corps absolu. Ceux qui ont pratiqué *thögal* reconnaîtront leur propre éclat lumineux dans les sons, les lumières et les rayons, les déités, etc., qui surgissent dans la phase de la claire lumière du Corps de jouissance de la présence spontanée⁹⁹. »

Selon la pratique et la capacité de la personne, les résultats différeront. De cette manière, les meilleurs ayant pratiqué, ayant maîtrisé *trekchö* mais aussi parcouru les trois premières visions du *thod rgal*, ceux-là pourront accomplir le Corps de lumière (tib. *'od sku*) ou corps d'arc-en-ciel (tib. *'ja' lus*) à leur mort – ou même de leur vivant, pour les plus éminents des pratiquants qui accomplissent le corps d'arc-en-ciel du grand transfert (tib. *'ja' lus 'pho ba chen po*)¹⁰⁰.

Enfin, le maître soutient que la présence du *tathāgatagarbha* chez tous les êtres reste le fondement des pratiques Vajrayāna, bien qu'il y ait diverses approches.

2. Le bardo du devenir

Le maître nous livre la définition suivante : « Qu'est-ce donc vraiment que ce *bardo* du devenir ? Une fois le corps et l'esprit séparés, si l'on n'a pas reconnu la claire lumière, les sons, les lumières et les rayons, etc., tout cela s'évanouit. La période [qui se déroule] depuis le moment où les

¹⁰⁰ *Ibid.*, page 29.

¹⁰⁰ Voir notre dernière partie.

empreintes karmiques de l'illusion commencent à se lever jusqu'au moment précis où l'on entre dans la matrice de la vie suivante est appelée *bardo* karmique du devenir¹⁰¹. »

Puis l'auteur procède au détail du processus du passage dans ce bardo – point de vue découlant largement des vues *nyingmapa*, mais acceptables par des adeptes non dogmatiques de la tradition *tsarma*. Ce bardo dure jusqu'à sept semaines, bien qu'il puisse se prolonger des mois, voire des années dans des cas spécifiques.

Le maître place le moment du « jugement des morts » au milieu de ce bardo du devenir : « La "pesée des actes" correspondrait ainsi symboliquement au moment où commence à s'exprimer le *karma* producteur de la vie suivante. La scène prend ainsi une signification symbolique plus précise : elle illustre sous une forme dramatique et imagée cette période de transition où s'estompent les effets du *karma* résiduel de la vie passée pour laisser place à l'expression croissante des tendances du *karma* projetant l'individu vers la vie suivante¹⁰². »

Pour ce qui est des pratiques associées à ce bardo, le maître revient sur l'importance de considérer toutes les apparences comme un rêve, de ne pas s'y attacher au cours de son vivant ; ainsi le défunt pourra reconnaître que les manifestations effrayantes se montrant à lui ne sont que des créations de son esprit, qu'elles ne sont pas réelles. Puis Tsélé Natsok Rangdröl dit que le défunt doit se détacher des choses matérielles et de l'attachement aux êtres avant sa mort. Il conseille également de demeurer dans une méditation d'« égalité de la Présence-vacuité » ou « félicité-vacuité » afin de fermer la matrice.

Après d'autres éléments qu'il serait trop long d'aborder ici, Tsélé Natsok Rangdröl conclut son traité. Il rappelle l'importance de l'état d'esprit durant les rituels pour le défunt. Il faut rester bienveillant et avoir de bonnes intentions car un quelconque acte mauvais pourrait contrarier l'esprit, et aurait des conséquences néfastes sur sa renaissance. Enfin, il évoque le fait qu'avoir pratiqué le *dharma* toute sa vie évite bien des souffrances et que la pratique, l'entraînement de l'esprit à la familiarité doit se faire au cours de la vie même, dès que possible.

Cette brève étude des différents bardo nous permet de réaliser l'ampleur des éléments et concepts liés au moment de la vie, de la mort, de la renaissance et des états intermédiaires dans la tradition bouddhiste tibétaine. Sa complexité est frappante, tant il y a d'éléments, de sous-éléments, de petites précisions à garder en tête ainsi qu'un nombre de pratiques impressionnantes.

¹⁰²CORNU, *op. cit.*, page 37-38.

¹⁰² *Ibid.*, page 40.

Ceci met en lumière l'importance que certains bouddhistes peuvent accorder à la mort, qui a l'air beaucoup plus vivante que la vie elle-même. Il est intéressant, en comparant ces deux états de l'être, de réaliser la complexité de la première face à la seconde. Une telle conception de la mort influence la vie des bouddhistes, tant la mort y est omniprésente, et les pratiques consistant à s'y préparer, indispensables.

Cette perception de la fin, non comme véritable fin car la renaissance se trouve généralement au bout, est bien différente de la perception chrétienne de la mort. Dans le christianisme, on l'a vu, la vie a une grande importance pour elle-même et la mort n'est pas autant évoquée que dans le bouddhisme : on ne se prépare pas toute sa vie à sa mort, ce n'est souvent qu'au moment fatidique ou un peu avant que l'on entreprend une préparation, bien plus légère que celle pratiquée au Tibet.

Toutefois, d'après ce que nous avons pu voir, l'accompagnement des proches est tout aussi considérable : permettre le détachement, la confession, la clarté, faciliter la libération des émotions négatives, ne pas polluer avec des émotions et des pensées alourdissant le départ du mort, favoriser une atmosphère positive, etc. doivent permettre de « bien mourir », même si la vie qui a précédé ce moment n'y a pas été entièrement consacrée.

La notion de renaissance implique en effet une grande responsabilité au niveau de l'individu, ces actions, comportement, intentions vont avoir un impact sur la durée, et pour leur éventuelle renaissance. Cela implique une grande responsabilisation du vivant. La vie ne doit pas être passée inconsciemment, gâchée. Sa valeur est inestimable de part la puissance des implications qui peuvent en advenir par la suite. Les bouddhistes tibétains sont, durant leur vie, des pratiquants, s'entraînant à bien mourir.

VI. Le corps d'arc-en-ciel

A. Corps arc-en-ciel dans la tradition bouddhiste

1. Définition

Avant d'aller plus avant, il importe de nous entendre sur une définition claire de ce qu'est le *Corps arc-en-ciel* dans le bouddhisme tibétain. Celle que propose Philippe Cornu dans son *Dictionnaire Encyclopédique du Bouddhisme* nous semble une base solide pour notre réflexion : « **corps d'arc-en-ciel**, TIB. 'ja'-lus. Résultat de la pratique de thögal et de longdé. Les pratiquants du Dzogchen manifestent le corps de lumière ou "corps d'arc-en-ciel", quand leurs éléments grossiers ont réintégré leur nature lumineuse. Il existe plusieurs sortes de corps de lumière selon la capacité du yogi.

I. Le corps d'arc-en-ciel du grand transfert

(TIB. 'ja'-lus 'pho-bas chen-po) est le corps de lumière suprême. Seuls les yogis qui parviennent au terme de la quatrième vision du thögal le manifestent. Lors de l'épuisement des phénomènes dans la réalité, l'aspect matériel du corps commence à s'évanouir et, si le yogi se concentre sur "un doigt de matière", il accomplit ce corps où la matière est transmuée en lumière. Il se perçoit lui-même comme translucide et insubstanciel, mais les autres, qui ont toujours une vision karmique ordinaire, continuent à la percevoir sous son apparence habituelle. Le yogi ne meurt pas et peut demeurer indéfiniment ici-bas pour œuvrer au bien des êtres. Il est dit que Padmasambhava et Vimalamitra dans l'école Nyingmapa et Tapihridza dans l'école Youngdroung bön obtinrent ce corps du grand transfert.

II. Les autres types de corps de lumière sont atteints au moment de la mort. Il en existe quatre types :

1. Comme l'espace (TIB. Nam-mkha' Ita-bu). Le corps grossier se dissout complètement en particules et rejoint l'espace absolu de la pureté primordiale. On compare cela à l'air contenu dans un vase qui se mêle à l'air extérieur quand le vase est brisé. C'est le résultat du trektchö, mais il n'y a pas formation d'un corps de lumière.
2. Comme meurent les dākinī (TIB. mkha' -' groshi-ba'i Ita-bu). Le corps grossier est présent et disparaît d'un seul coup dans l'invisible, comme le font les dākinī. C'est le résultat de la pratique de Longdé.

3. Comme un feu (TIB. me Ita-bu). Le corps grossier est comme consumé en masse de lumière. C'est l'un des résultats de thögal au moment de la mort.
4. Comme un vidyādhara (TIB. rig'-dzin Itabu). Le yogi dissout son corps grossier en un corps de lumière qui demeure visible aux êtres pour les aider. Cette transformation s'accompagne de phénomènes lumineux et sonores. C'est également un résultat de thögdal.

La pratique de thögdal brûle le karman résiduel du pratiquant, mais ce dernier peut se réaliser en conservant un peu de karman lié au corps. À sa mort, il présentera de nombreux signes de l'abhisambodhi ou Éveil manifeste, sons, lumières, diminution de taille, parfums, arcs-en-ciel, et après la crémation de ses restes, on retrouvera des petites perles de couleurs (TIB. Ring-bsrel) et autres reliques. Parfois ses yeux, sa langue et son cœur demeurent intacts. Certains yogis dissolvent partiellement leur corps grossier qui rapetisse, d'autres ne laissent derrière eux qu'ongles et cheveux si le processus s'achève. Lorsqu'un maître manifeste de tels signes, ses disciples proches bénéficient d'un transfert de mérites et de sagesse »¹⁰³.

De son côté, Grégoire Langouet décrit le corps d'arc-en-ciel de la manière suivante : « Ce corps d'arc-en-ciel (tib. *ja' lus*) est ainsi nommé du fait des phénomènes lumineux qui l'accompagnent et de la dissolution pour le yogi du corps physique cristallisé à partir des éléments primordiaux, quand ces derniers rejoignent leur vraie nature, les cinq luminosités fondamentales de la sagesse. Il est une expression de l'immense compassion des êtres éveillés qui montrent ainsi la véritable nature de la réalité à ceux qui sont encore plongés dans l'illusion »¹⁰⁴. On retrouve une description précise de la voie à suivre afin d'atteindre le corps d'arc-en-ciel chez les Nyingmapa et les Bönpo. Celle-ci dépend évidemment de la pratique du yogi, qui peut prendre différentes formes;

2. Bouddhisme Vajrayana et Dzogchen

Une autre voie est le *Dzogchen*, qui, dans le bouddhisme tibétain ainsi que dans la religion bön, permet d'atteindre la perfection innée de notre esprit.

Selon Nida Chenagstang, le bouddhisme Vajrayana est une tradition dans laquelle on retrouve volontiers le phénomène du corps d'arc-en-ciel. Cette branche du bouddhisme est introduite au

¹⁰³ CORNU Philippe, *Dictionnaire encyclopédique du Bouddhisme*, (2ème Éd), Paris, Éditions du Seuil, 2006., page 144.

¹⁰⁴ CORNU Philippe, LANGOUET Grégoire, « Dzogchen tibétain : des origines chrétiennes ? Résurrection et corps d'arc-en-ciel », *Revue théologique de Louvain*, 52, 2021, page 30.

Tibet au 7^e siècle, lors du règne de Songtsen Gampo, l'empereur qui unifia l'empire tibétain. C'est à cette époque qu'apparaissent les premières statues du bouddha au Tibet : « Les légendes racontent que Padmasambhava, appelé Guru Rinpoche au Tibet, réussit à soumettre les forces négatives du Tibet et établir le Bouddhisme Vajrayana, le système le plus adapté à la situation. Les traditions de Tripitaka et du tantra Externe furent, en ce temps-là, considérées comme la base de ce qui fut ensuite appelé la tradition Nyingma, la plus ancienne école Bouddhique tibétaine, qui devint la fondation de toutes les autres traditions bouddhiques tibétaines »¹⁰⁵. Après une période d'éradication du bouddhisme au Tibet entre le 9^e et le 11^e siècle, le bouddhisme prend de nouveau de l'ampleur au Tibet au 11^e siècle. Cet essor est favorisé par les transmissions d'Alisha, un moine indien, qui enrichit les lignées survivantes de la tradition Nyingma avec son ajout du bouddhisme Mahayana et différents enseignements du Vajrayana. Quatre traditions principales sont ainsi comprises dans le bouddhisme tibétain : Nyingmapa (8^e siècle), Kagyupa (11^e siècle), Sakyapa (11^e siècle) et Gelugpa (14^e siècle).

Commune au bouddhisme tibétain et à la religion bön, la voie du *Dzogchen* voit sa codification s'achever au 14^e siècle (Longchenpa), avec des écrits remontant jusqu'aux 8^e et 9^e siècles. Cette voie d'éveil a pu être transmise en Occident à la suite de l'exil des Tibétains. À son sujet, Gégouire Langouet écrit : « Souvent enseigné à la suite d'un long chemin bouddhiste au sein du Grand véhicule (Mahāyāna), et après des pratiques préliminaires et principales du Véhicule de Diamant (Vajrayāna), il en constitue l'apex sous le nom d'Atiyoga (ou *mahāsandhi*), "yoga suprême", tout en s'en distinguant tant par son origine historique que par ses pratiques »¹⁰⁶.

Précisément, le Dzogchen désigne l'esprit qui est à l'origine de toutes choses, le point d'origine de tous phénomènes : dans cette tradition, c'est l'esprit qui est à l'origine de l'univers et de la conscience, non le contraire comme communément accepté. C'est notre ignorance, innée, qui nous influence et nous pousse à avoir des illusions : les phénomènes nous entourant, que nous percevons comme concrets, nous apparaissent duels. C'est une illusion qui nous tire vers le bas, nous influence et nous pousse à rester dans la souffrance. Or en réalité, l'Univers est vide ; vide mais lumineux, donc pur. C'est précisément selon cette idée, avec cette perception de la réalité, qu'est envisagée pour le corps physique la possibilité de regagner sa nature primaire qui n'est que lumière et néant. Pour les proches du défunt, ceux témoins de son décès, il semble alors bien que celui-ci disparaît : ainsi serait validée l'hypothèse du « corps d'arc-en-ciel ».

¹⁰⁵ *Ibid.*, page 59.

¹⁰⁶ CORNU, LANGOUE, *op. cit.*, page 30.

B. Po'wa ou transfert de conscience

1. Définition

La pratique du transfert de conscience ('pho ba) au moment de la mort a vocation à « faciliter le passage vers la mort et éviter les états intermédiaires (bardo) en renaissant dans les champs purs d'un bouddha »¹⁰⁷ (extraits du Longchen Nyingthik de Jigmé Lingpa, XVIII^e siècle). Présente en Inde dans le système des *Six Yogas* de Nâropa (1016-1100), cette méthode se trouve toutefois mentionnée plus tôt, sous le nom de *samkrantiyoga*, dans le *Tantra des quatre sièges*, qui date du VIII^e ou IX^e siècle.

Philippe Cornu la décrit de la manière suivante : « Le principe du *P'owa* consiste, à l'instant précis où cessent les forces vitales, à diriger le principe conscient du mourant hors de son corps pour l'envoyer dans un champ pur de bouddha*, pour lui éviter le pénible passage par les états intermédiaires ou *bardo* (px) qui risquent fort de l'entraîner vers une renaissance indésirable »¹⁰⁸.

Précisions ici que la plupart des Occidentaux ne comprennent pas la différence entre le corps et l'esprit, c'est pourquoi beaucoup ont du mal à saisir qu'il y a une vie après la mort. En croyant que le corps est la personne même, lorsque le corps s'éteint, ils se retrouvent souvent à penser : « Comment puis-je continuer ? Où suis-je après la mort ? »

Le fait est que le bouddhisme ne dit pas que l'on existe de façon permanente, ou que le « nous » de cette vie se prolonge inchangé dans la suivante. Quand le bouddhisme parle de renaissance, il postule que notre conscience change de forme, qu'elle prend un autre corps. Pourquoi ? Parce que de toute façon, nous sommes constamment en train de nous accrocher à quelque chose ; lorsque notre relation avec un corps se termine, nous nous accrochons naturellement à quelque chose d'autre. La conscience prend alors un autre corps, selon un processus que le bouddhisme appelle renaissance.

¹⁰⁷ CORNU Philippe, « Le "P'owa", transfert de conscience », dans *Le Point Référence*, Vol. 1, no.63, p. 70-71, mai-juin 2016, <http://hdl.handle.net/2078.1/179860>, page 1.

¹⁰⁸ *Ibid.*, page 1.

2. Qui doit pratiquer le transfert de conscience et quels sont ses avantages ?

Si ceux qui ont atteint l'illumination au cours de leur vie n'ont pas besoin de transférer leur conscience, ceux qui ne l'ont pas atteinte et ont besoin d'une autre vie sont en devoir de le faire.

Il faut préciser à cet égard que, du point de vue bouddhiste, la vie et la mort humaines sont des événements d'égale importance. Il n'y a aucune raison de penser que la première est plus importante que la seconde. Nous voulons tous une vie heureuse mais les yogis himalayens, eux, ont aussi à cœur d'avoir une mort heureuse, plutôt qu'une mort désastreuse, malheureuse ou confuse. Certaines conditions accablantes, telles qu'une maladie grave ou des pensées erronées, ou encore la saisie et l'attachement, empêchent ainsi les yogis de mourir d'une mort parfaite ; c'est pourquoi ces derniers pratiquent le po-wa avant que de telles conditions ne se produisent. S'ils se sentent coincés dans leur corps d'attachement à la gravitation des sens sans pouvoir en sortir (à cause du karma, de la force vitale ou de toute autre raison), ils vont par exemple s'entraîner de manière à se libérer et faciliter le transfert de leur conscience hors de leur corps de gravitation des sens, en appliquant le moment venu la technique de méditation appropriée. De nombreux moines et méditants tibétains ont utilisé ces méthodes au moment où ils sentaient que leur heure était venue.

Car il faut choisir le bon moment pour transférer sa conscience : effectué au mauvais moment, cela deviendrait un suicide. Pour cela, il importe de se fier aux signaux de mort imminente déterminés scientifiquement, qui indiquent quand il est approprié de s'engager dans le po-wa ; on trouve ainsi dans les traités de médecine des explications détaillées des signes internes et externes qui peuvent apparaître lorsque la mort est proche.

Mais il est également possible de changer cette situation. Dans une certaine mesure, selon la pensée bouddhiste, nous pouvons en effet changer toute circonstance, y compris un manque d'énergie vitale. La vie étant une force énergétique, lorsqu'elle diminue, nous pouvons la réactiver dans notre système nerveux. Les bouddhistes ont ainsi des méthodes pour prolonger la vie et retarder l'apparition de la mort.

Pourquoi alors transférer la conscience ? Si la mort arrive, le transfert naturel de la conscience arrive de toute façon ; pourquoi dès lors le provoquer ? La raison en est que nous mourons généralement à cause de la maladie et que, si elle est trop avancée, celle-ci nous submerge et nous empêche d'y faire face. Aussi importe-t-il de transférer notre conscience avant que la maladie n'ait atteint ce stade, alors que nous sommes encore en relativement bonne condition. Sinon, c'est comme se suicider. C'est dire s'il faut pratiquer le po-wa en ayant une bonne compréhension des

signes et signaux de la mort imminente, car c'est lorsque la personne atteint un certain point où elle a encore le contrôle qu'elle peut l'utiliser.

3. Comment procéder concrètement ?

Il existe des informations techniques extrêmement détaillées sur la façon de procéder au transfert de conscience. Nous retiendrons que pour l'effectuer, il importe de mettre la concentration et l'énergie dans le bon canal et de l'empêcher de prendre le « mauvais chemin » (lorsque la conscience quitte le corps par le mauvais orifice comme la bouche, le nez, le nombril ou les orifices inférieurs). Il s'agit donc de faire sortir la conscience par la couronne de la tête. Si nous pouvons ouvrir cette porte et, à travers elle, séparer consciemment, délibérément et attentivement notre esprit de notre corps, nous nous donnerons alors la possibilité de choisir notre prochaine renaissance de la meilleure façon et d'aller ensuite continuellement de vie heureuse en vie heureuse. Tel est le principe essentiel du po-wa.

Il est important aussi de noter que, même si la personne a été bonne, gentille et aimante durant toute sa vie, si, au moment de sa mort, elle ne peut y faire face et part en colère par exemple, elle détruit tout ce qu'elle a accompli de positif dans sa vie. Inversement, même une personne qui a fait des choses incroyablement négatives peut dire adieu à toute sa négativité si elle utilise parfaitement la méthode du po-wa au moment de sa mort et part avec un esprit clair et net. Puisque la mort est une sorte de destination finale, il faut s'assurer d'être libéré au moment où elle advient. Si c'est possible, alors on est assuré d'une prochaine vie parfaite.

Les yogis doivent cependant se préparer avant de s'engager dans le po-wa. Outre diverses techniques à pratiquer, ils doivent s'assurer qu'ils ne sont pas attachés à un seul atome de matière, qu'ils ne s'accrochent pas à un seul objet. C'est la chose la plus importante : ce qui fait obstacle à une bonne mort, ce qui est craintif, c'est l'esprit de saisie. Tout objet qui suscite l'attachement au moment de la mort devient une source de confusion et conduit à une mauvaise prochaine vie. Aussi, les Tibétains qui vont bientôt mourir donnent-ils traditionnellement tous leurs biens, de sorte qu'au moment de leur mort, ils ne possèdent plus rien. Il est aussi dit qu'ils transfèrent leur conscience vers une « terre pure » : du point de vue bouddhiste, celle-ci n'est pas un endroit qui attend l'individu, mais « pure » signifie que cette terre est le reflet de l'esprit pur et clair. Toute manifestation environnementale, bonne ou mauvaise, vient de l'esprit ; elle n'existe pas vraiment à l'extérieur, de son propre côté, là dehors.

Il existe aussi diverses techniques de méditation pour conserver et augmenter l'énergie vitale qui quitte le corps par les différents orifices au moment de la mort. Ces méditations aident à conserver cette énergie et à prolonger ainsi la durée de vie. La respiration est par exemple examinée : si le souffle est irrégulier, s'il sort plus fortement d'une narine que de l'autre, cela peut être un signe de mort prochaine. Ce sont des signaux d'alarme plus qu'autre chose si le pratiquant en est conscient : s'il enquête et remarque ce déséquilibre, il peut modifier le rythme de sa respiration et prolonger sa vie par la méditation.

Si l'on suit cette logique, on comprend que le transfert de conscience ne se fait pas uniquement par l'esprit. La force énergétique du mouvement de la respiration physique est également exploitée en utilisant certaines techniques de méditation qui recourent à la respiration. La pratique de ces techniques implique également une concentration sur les chakras, comme ceux du cœur et du nombril, la méditation sur ces divers points apportant des réalisations et des expériences différentes. En d'autres termes, le bouddhisme tibétain fait appel à des ressources physiques, et pas seulement mentales.

Ces techniques de *P'owa* sont enseignées au vivant lors d'une retraite de sept à vingt jours : « Selon le *Longchen Nyinthik*, cycle tantrique et dzogchen découvert par Jigmé Lingpa (1730-1798) au XVIIIe siècle et très pratiqué de nos jours, le pratiquant se visualise sous la forme d'une déité féminine rouge, la dâkinî Vajrayoginî, et son esprit sous forme d'une lettre lumineuse (*Hrih*) au centre de son cœur, là où se dresse le canal subtil central, vertical qui, de l'ombilic, rejoint le sommet de la tête ou « orifice de Brâhma* ». C'est en s'aidant du souffle interne ou *prâna* qui circule les canaux, d'une intense dévotion et d'un son propulseur qu'il pousse sa conscience vers le haut puis la projette dans l'espace au-dessus de lui, là où il a visualisé la présence d'Amitâbha, et il unit sa conscience au cœur de ce bouddha. Puis il la fait redescendre dans son propre cœur et ainsi de suite jusqu'à ce que l'orifice supérieur de sa tête suinte, gonfle ou s'ouvre légèrement, signe que le passage est ouvert et qu'à sa mort, il lui sera aisé de se transférer. Tel est le *P'owa d'entraînement* décrit ici. Afin que la pratique n'abrège pas la vie, on la fait suivre d'une courte pratique de longévité en récitant le mantra* d'Amitâyus, "Vie infinie", un autre aspect du bouddha Amitâbha »¹⁰⁹.

¹⁰⁹ *Ibid.*, page 1.

4. Le P'owa dans les textes

Texte retraçant la pratique du Po'wa, tiré de l'article de Philippe Cornu « Le "P'owa", transfert de conscience » (2016) :

« Ho !

Au centre de la Terre Bienheureuse, champ pur né de lui-même et spontanément présent,

Avec toutes les caractéristiques au complet,

J'apparais sous la forme de Vajrayoginî,

Avec un visage, deux bras, le corps rouge,

Je suis debout, nue, je tiens lame courbe et coupe crânienne

Et de mes trois yeux, je regarde le ciel ;

Au centre de mon corps s'étire le canal central

Aussi droit qu'une flèche de bambou,

Clair et vide, tel un tube lumineux creux.

Ouvert et évasé au sommet de la tête,

L'extrémité inférieure sous l'ombilic.

Au-dessus du nœud situé au centre du cœur,

Au-dessus d'une sphère de souffle subtil vert clair

Ma conscience se manifeste sous la forme d'une syllabe HRIH rouge.

À la distance d'une coudée au-dessus du sommet de ma tête

Apparaît le Bouddha Amitâbha, "Lumière Infinie",

Le Corps paré de toutes les marques majeures et mineures au complet.

Avec une fervente dévotion, récitez cette prière trois fois :

Ô bienheureux, Arhat, Parfait Bouddha Amitâbha,

Nous nous prosternons devant toi, te faisons des offrandes et prenons refuge en toi !

Puis :

Emaho ! En Akanishtha, la dimension absolue manifestée d'elle-même,

Se trouve un espace d'intense dévotion où s'interpénètrent des rayons d'arc-en-ciel.

Là, notre propre maître-racine, personnification de tous les objets de refuge,

Non pas dans son aspect ordinaire, mais dans un corps rayonnant de lumière,

Est l'essence même du Bouddha Amitâbha.

Avec une intense dévotion, je te prie :

Accorde-moi ta bénédiction afin que j'accomplisse la voie du P'owa ! Accorde-moi ta bénédiction afin que je me rende en Akanishtha !

Puissé-je conquérir le royaume de l'Espace de la Réalité ultime !

Prononcez HRIH (cinq fois) puis PHAT !

Prière au bouddha Amitâyus

Amitâyus, toi qui es mon guide vers l'Éveil,
Qui supprimes toutes les causes de mort prématurée, sans exception,
Toi qui protèges tous les êtres qui sont dans la souffrance et sans secours,
Bouddha de Vie Infinie, accorde-moi refuge et protection !

Prière pour les mourants

(Seulement pour les mourants ou au moment de notre mort)

À présent que je meurs, ma conscience et son support
Se dissolvent dans le cœur du Bouddha sous la forme d'une brume lumineuse
Ayant atteint le plein éveil dans l'égalité indivisible de cet espace
Puisse ma manifestation parer le champ de Sukhavâti !

*Si vous pratiquez ceci continuellement, en signe d'accomplissement
votre fontanelle gonflera et il apparaîtra au sommet de votre tête
un peu de sérum. Vous deviendrez peu à peu capable d'y insérer un brin d'herbe.*

Alors, le Corps d'Amitâbha fond en lumière et se dissout en moi ;

Je deviens ainsi instantanément Amitâyus, «Vie Infinie».

Dites cent mantras d'Amitâyus, dédiez les mérites et faites des prières d'aspiration. Cette pratique n'endommagera pas votre vie. En fait, par la vérité de l'interdépendance, elle dissipera tous les obstacles à la vie. Sur la voie du Mantrayana secret qui recèle de vastes moyens habiles, ce P'owa peut vous mener vers l'éveil sans méditer. Prenez-en donc plus soin encore que de votre cœur ou de vos yeux ! Samaya!

Jigmé Lingpa (1730-1798), *P'owa du Longchen Nyingthik, traduction originale*

Prière finale à Amitâbha pour renaître en Sukhavâti :

EMAHO

Ô Merveille !

Merveilleux Bouddha de Lumière Infinie,

Vous avez à votre droite Avalokiteshvara le Seigneur de Grande Compassion,

À votre gauche, le Bodhisattva aux Grands Pouvoirs, Vajrapani,

Et vous êtes entouré par une foule illimitée de Bouddhas et de Bodhisattvas*.

Le bonheur et le bien-être sont incommensurablement merveilleux

En ce domaine paradisiaque que l'on appelle la Terre Bienheureuse.

Aussitôt que j'aurai transmigré hors de cette vie,

Puissé-je y naître sans l'interruption d'autres existences

Et y voir le visage de "Lumière Infinie", Amitâbha !

Bouddhas et Bodhisattvas des dix directions,

Accordez votre grâce afin que les vœux

Que j'ai ainsi formulés s'accomplissent sans obstacles !

TADYATHÂ PAÑCANDRIYA AVABHODHANI SVÂHÂ (*Qu'ainsi mes cinq facultés des sens s'éveillent !*) »

Chögyur Lingpa (1829-1870), *Prière à Amitâbha*, Traduction originale¹¹⁰

C. Hypothèse : Jésus, un corps arc-en-ciel ?

Si le corps arc-en-ciel est un sujet séduisant, plus séduisante encore est la tentation de comparer le corps arc-en-ciel à la résurrection. Peut-il être affirmé pour autant qu'il existe un lien entre le phénomène tibétain et la résurrection de Jésus ? Ce sujet suscite de vives interrogations parmi les spécialistes dans le domaine, du côté du bouddhisme comme du côté du christianisme.

Commissionné par son maître spirituel, le frère David Steindl-Rast, pour trancher cette question, Francis V. Tiso s'est ainsi penché sur le cas de Khenpo A Chö, dont son entourage témoigne qu'il a été corps d'arc-en-ciel à sa mort¹¹¹. Ce qui suit est un bref résumé de sa réflexion.

¹¹⁰ *Ibid.*, pages 3-4.

¹¹¹ TISO Francis V., *Rainbow Body and Resurrection, Spiritual Attainment, the Dissolution of the Material Body, and the Case of Khenpo A Chö*, North Atlantic Book, 2016.

Si la résurrection du corps est déjà présente dans le judaïsme tardif, dans le christianisme le plus ancien ainsi que dans l'islam – la notion de corps reconstitué était même présente encore plus tôt dans la religion iranienne avec le zoroastrisme –, toutes les traditions tibétaines ne sont pas convaincues que le corps arc-en-ciel se produit littéralement, bien qu'il y ait une certaine idée que l'atteinte de la bouddhité à l'état incarné est un signe authentique de ce que le tantrisme est censé divulguer. Par exemple, les « événements entourant la manifestation du corps arc-en-ciel par le moine Bonpo Rakshi Topden en 2001 suggèrent que nous sommes effectivement sur un terrain risqué : le neveu du moine a essayé d'impliquer les journalistes, a essayé de mesurer le cadavre avec un mètre ruban, a essayé d'attirer l'attention. Les autorités chinoises ont été alertées, le neveu a été arrêté et le corps du moine a été incinéré en secret. Malgré ces tristes événements, Loppon Tenzin Namdak, chef de l'ordre Bonpo, nous a assuré cette même année que le corps arc-en-ciel est une réalité, qu'il n'est pas qu'une métaphore, qu'il n'est pas qu'une décoration hagiographique.

Si l'on doit faire un lien entre corps arc-en-ciel et résurrection, c'est parce que ces deux notions reviennent à qualifier l'ultime fin comme non mauvaise. Elles sont toutes deux la confirmation ultime qu'une personne était sur la bonne voie depuis le début : une confirmation qui vaut mieux qu'une promotion, mieux qu'une canonisation, mieux qu'être reconnu comme la réincarnation de l'abbé précédent.

Il faut rappeler ici que la manière avec laquelle la vie prend fin et ses suites sont importantes : la façon dont l'individu meurt et dont on se souvient de lui après son décès, dont on lui rend hommage, permet aux gens d'exprimer toutes sortes d'émotions : de l'admiration et l'adulation à la moquerie et à la jubilation, en passant par le regret, la colère et la tristesse. Chez les grandes figures de l'histoire des religions, leur mort est scrutée de manière plus approfondie et détaillée que n'importe quelle autre, sans clémence aucune pour les fins qui sont jugées « mauvaises ». Prenons l'exemple qui nous intéresse de la crucifixion : depuis des dizaines de siècles, les prêtres ou autres religieux brandissent le crucifix en déclamant des sermons effrayants au sujet des croyants et de leur fin éventuelle. Aussi, rares sont ceux qui, chez les croyants des diverses religions, se figurent qu'il n'y a en réalité pas de mauvaise fin en soi.

Ce qu'il faut pourtant comprendre, c'est que le corps arc-en-ciel et la résurrection sont tous deux des affirmations qui font état de possibilités humaines réalisables par tous les sujets humains sous certaines conditions. Ce qui a été imaginé comme ayant eu lieu chez une personne peut être imaginé comme ayant lieu chez n'importe qui, indépendamment de la foi subjective ou du point de vue d'une personne particulière.

Ainsi, la doctrine chrétienne de la résurrection ne se limite pas à la résurrection de Jésus ; au contraire, saint Paul nous dit : « Si les morts ne ressuscitent pas, il s'ensuit que le Christ n'est pas ressuscité. » (I Corinthiens 15, 16) La résurrection du rédempteur se répète spirituellement dans la vie des rachetés et sans équivoque à la fin de l'histoire avec la résurrection des corps de tous les êtres humains.

Dans la pensée bouddhique classique, cette notion d'un Dieu créateur infiniment transcendant dont l'acte ineffable de création entraîne la sortie et le retour en accomplissement est formellement niée. L'une des plus grandes faiblesses de la philosophie bouddhiste classique et des présentations théistes non-dualistes dans les religions indiennes est ainsi qu'il n'y a apparemment pas de grand dessein, du moins aucun accessible à l'esprit humain ordinaire. Comme le souligne David Germano dans son étude magistrale de l'approche dzogchen (translittération tibétaine : rdzogs pa chen po, la « grande perfection »), il semble toutefois qu'à un certain moment de l'évolution du bouddhisme tantrique, une tentative ait été faite pour exprimer un grand dessein au-delà des rouages du karma. L'éventail des textes [dzogchen] n'est rien moins que stupéfiant et constitue une révolution radicale dans l'histoire de la pensée bouddhiste, qui prend pour base tout ce qui l'a précédé, mais qui se préoccupe avant tout d'aller au-delà de ces systèmes d'ordre inférieur en explorant la nature finale de l'Univers lui-même et la façon dont cette nature influe sur notre état actuel de désespoir existentiel, la possibilité de libération spirituelle et la nature de l'Éveillé (c'est-à-dire un Bouddha).

Comme le maître dzogchen Namkhai Norbu l'explique très clairement, ce n'est que dans le dzogchen tibétain, tant bouddhiste que bonpo, que nous trouvons le corps « tel qu'il est » en union avec les facteurs mentaux – depuis l'éveil primordial de la conscience jusqu'à la fin de la conceptualisation lorsque, retournant à l'état naturel primordial, le corps se dissout dans un corps arc-en-ciel, le 'ja' lus, qui est complètement ouvert à toutes les possibilités et donc capable de bénéficier sans limite aux êtres sensibles.

Aussi, la doctrine chrétienne de la résurrection mérite d'être considérée comme une source primaire pour la notion de corps arc-en-ciel telle qu'elle se développe dans le milieu dzogchen du Tibet impérial. Cela ne veut pas dire que c'est la seule source, mais elle semble cruciale pour l'ensemble du développement, qui est loin d'être achevé dans la période précédente – ce qu'on appelle la seconde diffusion du bouddhisme au Tibet (considérée comme postérieure à l'an 1000 et se terminant peut-être avec les derniers contacts entre les Tibétains et les panditas bouddhistes indiens dans les années 1500).

Non seulement la résurrection corporelle est une doctrine distincte et résolument chrétienne, mais elle est soutenue par les affirmations des mystiques chrétiens de la tradition syriaque sur le mysticisme de la lumière et ses effets sur le complexe corps-esprit humain. Ces affirmations ne se retrouvent pas dans d'autres traditions mystiques d'Asie centrale, mais sont attestées par un vaste corpus de littérature datant de la période de la première diffusion du bouddhisme au Tibet. En même temps, avec tout le respect dû au travail d'un certain nombre d'autres chercheurs dans le domaine des études sur le dzogchen, il ne fait guère de doute que les manichéens, les yogis, les taoïstes, les bouddhistes Ch'an (et autres), les zoroastriens, les peuples chamaniques et musulmans ont joué un rôle dans cette remarquable conversation spirituelle le long de la grande route de la soie.

Conclusion

Ce travail autour de la finitude dans le bouddhisme et le christianisme nous a permis de mesurer toute l'importance qu'avait la perspective de la mort et des états post-mortem dans la vie des croyants des deux religions.

Il m'a semblé particulièrement frappant de découvrir à quel point le rapport à la mort, chez les bouddhistes tibétains, était, depuis des millénaires et encore aujourd'hui, central dans la conduite de leur vie. Dans cette tradition, c'est en effet toute son existence que l'on passe à préparer sa mort. Il faut dire que la façon dont on meurt dans le bouddhisme, et notamment les états intermédiaires que traverse la conscience, impliquent des conséquences tout à fait sérieuses – renaître dans le monde des animaux par exemple, un monde dont il est très difficile ensuite de sortir. Il est donc indispensable de s'être préparé très assidûment à ces moments, afin de « bien mourir ». Cela prend la forme d'une vie entière consacrée à se libérer de la souffrance, à lutter contre l'attachement aux choses, et notamment à l'idée de soi, cette fausse bonne idée qui serait de se soumettre à une identité liée à l'égo. Afin d'y parvenir, les pratiques qui ont cours encore aujourd'hui, à commencer par la méditation, sont multiples et l'accompagnement par un maître est importante. La vie du pratiquant bouddhiste est tournée vers l'intérieur, consacrée à lutter et à travailler, le regard porté vers soi, pour se « perfectionner », devenir le plus libre possible en acceptant l'impermanence et la vacuité de toute chose. Ce chemin spirituel est crucial dans la vie des croyants bouddhistes et doit être soigneusement parcouru. Alors, les plus évolués d'entre eux spirituellement, appelés yogi, peuvent aspirer à devenir corps d'arc-en-ciel – mais c'est un destin très exceptionnel qui n'attend que les plus grands maîtres.

Au cœur de la vie du chrétien, la place tenue par la perspective de mort et de « l'après » est surtout à inscrire dans la relation qu'entretient le croyant à un autre, Dieu, une puissance pouvant juger de ses actions et de son destin post-mortem. C'est essentiellement cette relation à un tiers et le fait que son salut en soit finalement dépendant qui joue sur la manière dont le chrétien va vivre sa vie. Si autrefois, au temps d'une Église vénale, on pouvait « acheter sa place au paradis », désormais, il s'agit de vivre sa vie d'une manière qui permet de s'offrir l'horizon d'un au-delà lumineux : respecter la morale chrétienne et le comportement qui en découle, ne pas pécher, nourrir sa foi ; mais également entretenir sa relation à Dieu, à soi, par la prière notamment, ainsi qu'aux autres. Pour autant, le chemin spirituel ne m'a pas semblé aussi important dans le christianisme que dans le bouddhisme tibétain : l'accompagnement par un maître n'est pas si prégnant ; j'ai plutôt eu la

sensation d'une infantilisation, avec cette relation qui unit Dieu au croyant comme un père et son enfant, une relation où le jugement est omniprésent – de même que l'amour. Quant à la mort proprement dite telle que l'appréhende le christianisme, celle-ci n'a pas autant de ramifications et de développements que dans le bouddhisme étudié ici. Bien que l'approche de la mort et l'accompagnement des mourants convergent dans les deux traditions – il est important d'offrir une fin apaisée et accompagnée au mourant –, j'ai trouvé dans la première nettement moins d'éléments concernant la mort en elle-même et ses états post-mortem que dans le seconde, où de tels éléments semblent plus clairement définis : le christianisme ne connaît pas par exemple les concepts de karma, de renaissance, d'empreintes karmiques, de samsara, de nirvana ou encore de bardo, comme les développe le bouddhisme, avec son importante littérature consacrée aux moments après la mort de l'individu et ses conseils pour « bien » vivre en amont sa vie (ainsi du *Livre tibétain de la vie et de la mort*, ou encore du *Bardo Thödol*).

En fait, la mort semble tellement vivante dans le bouddhisme, elle semble avoir été tellement étudiée et analysée, décrite comme ayant des branches, des parcelles bien précises et complexes, sertie de conseils de préparation, qu'il apparaît évident de passer sa vie de bouddhiste à préparer un si passionnant voyage. Moins de conseils sont apportés dans la tradition chrétienne : c'est la vie qui y semble la plus importante ; plutôt que de bien mourir, il s'agit surtout de bien vivre, dès le sacrement du Baptême, comme un chrétien digne de l'amour de Dieu, digne de la mort du Christ et de ses agissements en faveur des pécheurs.

Le temps m'a manqué pour traiter de tous les aspects de mon sujet. Dans un format plus approfondi, j'aurais par exemple abordé la fin de vie volontaire, pour tenter d'expliquer ce qui amène à faire le choix de la mort dans le bouddhisme (à travers une étude du cas de l'immolation de prêtres, au nom de revendications politiques, et une réflexion sur sa signification dans la tradition religieuse), ainsi que dans le christianisme (à travers une étude des cas du suicide, de l'euthanasie, des martyrs).

Il m'a semblé aussi qu'un travail ultérieur pourrait étudier la raison pour laquelle la tradition bouddhiste, avec ses conseils et ses pratiques autour de la mort, persiste de façon plus solide dans notre monde contemporain que la tradition chrétienne, qui perd en force aujourd'hui face au matérialisme de l'Occident.

Bibliographie

Articles

CORNU Philippe, LANGOUET Grégoire, « *Dzogchen* tibétain : des origines chrétiennes ? Résurrection et corps d'arc-en-ciel », *Revue théologique de Louvain*, 52, 2021, page 30.

CORNU Philippe, « Le Miroir de la Vigilance qui clarifie complètement le sens général des états intermédiaires Bar do spyi don thams cad rnam pa gsal bar byed pa dran pa'i me long : Une synthèse des bardo selon les courants sarmapa et nyingmapa », 2022, page 5.

CORNU Philippe, « Le "P'owa", transfert de conscience », dans *Le Point Référence*, Vol. 1, no.63, p. 70-71, mai-juin 2016, <http://hdl.handle.net/2078.1/179860>, page 1.

GIRA Dennis, « La mort du côté de Jésus et de Bouddha », *La Croix*, 21 juin 2006.

GIRA Dennis, « La réincarnation et la loi mystérieuse de la Croix », dans *Croire, La Croix*, 2005, en ligne : <https://croire.la-croix.com/Abonnes/Theologie/Les-autres-religions/La-reincarnation-et-la-loi-mysterieuse-de-la-Croix> (consulté le 14/09/21).

DE FONCLARE Guillaume, MOREAU Denis, propos recueillis par Bruno Bouvet et Clémence Houdaille « La résurrection, comment y croire ? », dans *La Croix week-end*, 16-18 avril 2022.

RAY Reginald, « Death of the Buddha », *Buddhist-Christian Studies*, Vol.13, 1993, pp. 168-179.

Conférence

Père Matthieu Villemot, *Immortalité de l'âme et résurrection de la chair*, KTO Télévision catholique, 2017, en ligne : <https://www.ktotv.com/video/00178203/immortalite-de-lame-et-resurrection-de-la-chair>.

Ouvrages généraux

ARIÈS Philippe, *Essais sur l'histoire de la mort en Occident du Moyen Âge à nos jours*, Paris, Éditions du Seuil, 1975.

BAREAU André, *La voix du Bouddha*, Collections Les Intemporels, Paris, Éditions du Félin, 2001.

CHAREIRE Isabelle, *La Résurrection des Morts...*, Paris, Éditions Ouvrières, 1999.

CORNU Philippe, *Dictionnaire encyclopédique du Bouddhisme*, Paris, Éditions du Seuil, 2006, édition augmentée.

DAVID-NEEL Alexandra, *Mystiques et magiciens du Tibet*, Paris, Pocket, 1980 (réédition de 1929).

HARVEY Peter, *Le bouddhisme, Enseignements, histoire, pratiques*, Paris, Éditions du Seuil, 1993.

HOPKINS Jeffrey, LATI Rinpoché, *La Mort, l'État intermédiaire et la Renaissance dans le Bouddhisme Tibétain*, Saint Michel en l'Herm, Éditions Dharma, 1979, page 11.

JACOB André, *Encyclopédie de philosophie universelle*, Tome 2, Paris, P.U.F. 1998.

LELOUP Jean-Yves, *Les Livres des Morts, Tibétain, Égyptien, Chrétien*, Paris, Éditions Albin Michel, 2009.

LEWIS Clive Staple, *Les fondements du christianisme*, Valence, Éditions Lire La Bible, 2014, 9e édition.

LUDWIG Quentin, *Le Bouddhisme, Histoire, courants religieux, cultures*, Paris, Eyrolles, 2007, 2e édition.

RATZINGER Joseph, *La mort et l'au-delà*, Regensburg, Friedrich Pustet, Paris, Fayard, 1994, traduction française.

RINPOCHÉ Sogyal, *Le livre tibétain de la vie et de la mort*, San Francisco, Rigpa Fellowship, 1992, 2ème éd. Paris, éditions de La Table Ronde, 2013.

ROUX Jean-Paul, *JÉSUS*, Paris, Éditions Fayard, 1989, page 397.

TISO Francis V., *Rainbow Body and Resurrection, Spiritual Attainment, the Dissolution of the Material Body, and the Case of Khenpo A Chö*, North Atlantic Book, 2016.

VALLET Odon, *Jésus et Bouddha, Destins croisés du christianisme et du bouddhisme*, Paris, Éditions Albin Michel, 1999.

Autres

Benoît XVI, Encyclique *Spe Salvi* du 30 novembre 2007, n°27.

Pape François, commentaire du 16 septembre 2016.

Sa Sainteté le XIVe Dalai Lama, extrait de Causeries données en 1972 sur la « Moyenne Exposition de la Voie » de Tsong kha pas, pages 89a. I-92a.5.

« Visite de Sa Sainteté le Dalaï Lama », numéro spécial de la revue Dharma, Saint-Hugon (73110 Arvillard), avril 1997, p. 29.