

# La sagesse du dalaï-lama

## Préceptes et pratique du bouddhisme tibétain



Louis Dubé

Peu de chefs religieux bénéficient d'une réputation aussi enviable que celle de Tenzin Gyasto, chef spirituel et temporel du Tibet bouddhiste, qui se fait aussi appeler *Sa Sainteté le dalaï-lama*. Nombre d'Occidentaux voient en lui un modèle de sagesse et de spiritualité. Ses discours font toujours appel à la compassion et à la non-violence pour trouver des solutions pacifiques aux conflits mondiaux, incluant celui qui l'oppose à la Chine. Cela lui vaudra d'ailleurs le prix Nobel de la paix en 1989. Les préceptes et la pratique du bouddhisme tibétain méritent-ils la reconnaissance mondiale qu'on accorde à son chef ?

**S**ans posséder une connaissance profonde du bouddhisme, on peut tout de même en évaluer les préceptes du point de vue logique et surtout apprécier son influence sur la société tibétaine. Comme dans la plupart des religions, il existe plusieurs écoles bouddhistes qui regroupent plus de 300 millions de fidèles à travers l'Asie, entre autres en Chine, en Thaïlande, au Vietnam, en Birmanie et au Sri Lanka. Je n'évoquerai ici que la tradition tibétaine.

### Bouddhisme tibétain

Le dalaï-lama a beaucoup écrit sur le sens de la vie et l'art du bonheur. Ses enseignements se fondent sur une interprétation de textes du V<sup>e</sup> siècle av. J.-C., attribués à Siddhartha Gotama, dit le Bouddha (« l'Éveillé »), et des commentaires de grands sages qui ont suivi et s'en sont inspirés.

Sans prétendre avoir saisi la profondeur des enseignements du lama, je crois comprendre qu'ils se basent sur l'aspiration humaine fondamentale d'éviter la souffrance. Il faut donc en reconnaître l'origine et suivre la voie qui mène à la cessation de la souffrance <sup>1</sup>. Cette voie s'appuie sur une meilleure connaissance des aspects négatifs de notre psychisme et sur un certain détachement des choses matérielles.

La pratique de la méditation semble primordiale pour atteindre un état de conscience « éveillé » et une grande maîtrise de soi. Des pensées négatives, telles la haine et l'envie, font obstacle à la méditation <sup>2</sup>. Ces pensées perturbatrices doivent être éliminées par la reconnaissance de leur réalité éphémère. La compassion et la bonne entente permettent de s'adonner pleinement à la méditation pour parvenir à la « libération » des pensées illusives, accédant ainsi au « nirvana ».

Conscience existentielle, maîtrise de soi, compassion pour tous les êtres vivants qui souffrent, voilà de louables approches ! De plus, elles ne semblent pas faire appel à une divinité extérieure dont il faudrait suivre à la lettre les prescriptions révélées à de présumés saints prophètes. Par la méditation, chacun participerait à sa transformation personnelle, guidé par des méthodes léguées dans des écrits de sages avérés.

### Société tibétaine

On pourrait penser que ces pratiques spirituelles promouvant la paix intérieure et le respect d'autrui conduiraient à une société idyllique où régneraient la justice et l'harmonie. L'histoire ancienne et récente du Tibet semble, à bien des égards, indiquer le contraire.

## Mot du rédacteur

Pendant des siècles, la société tibétaine a évolué sous la forte influence du bouddhisme, au point où le chef religieux était aussi considéré comme un chef politique. Cette association du politique et du religieux perpétua, jusqu'au milieu du XX<sup>e</sup> siècle, un système féodal abusif entretenu par la noblesse et les moines.

Avant que la Chine n'envahisse le Tibet en 1950, plusieurs centaines de milliers de moines (et de nonnes) vivaient dans quelque 6000 monastères<sup>3</sup>. Les religieux représentaient environ 10 % de la population du Tibet. Étant donné qu'il y avait très peu de nonnes, presque 20 % de la population mâle était moine. Cette haute proportion est particulière au bouddhisme tibétain ; la Thaïlande, par exemple, n'aurait que de 1 à 2 % de sa population mâle dans cette catégorie<sup>4</sup>.

Puisque le travail des moines est essentiellement religieux, une certaine partie de la population devait pourvoir à leur subsistance : les serfs, qui représentaient, selon certaines estimations<sup>5</sup>, 60 % de la population (dont un petit pourcentage controversé d'esclaves) et les nomades environ 20 %. Les serfs travaillaient sans rémunération sur des terres appartenant à de grands propriétaires terriens. Les nomades gardaient des troupeaux de yaks et de moutons appartenant en grande partie aux classes privilégiées. De récentes statistiques chinoises précisent que 62 % des terres arables appartenaient soit à la hiérarchie religieuse (37 %), soit aux aristocrates (25 %)<sup>6</sup>.

Un système complexe de taxes permettait au gouvernement, aux aristocrates et aux religieux de profiter du travail de la plus grande partie de la population. Les serfs qui ne pouvaient payer les taxes exigées s'endettaient, souvent à des taux usuraires. De plus, ils devaient pourvoir eux-mêmes à la « corvée du transport », l'une des charges les plus importantes, soit prêter gratuitement aux agents du gouvernement, sur présentation du permis approprié, les animaux requis pour leur permettre de se déplacer sur les terres qu'ils cultivaient<sup>7</sup>.

Les contrevenants aux lois du servage et les criminels encouraient de sévères punitions : de 100 à 1000 coups de fouet, selon l'offense ; amputation de main, de jambe ou des yeux pour les crimes les plus graves<sup>8</sup>. La fréquence de ces peines barbares, surtout au XX<sup>e</sup> siècle, est controversée.

Un système aussi injuste ne peut se maintenir qu'en tenant la population dans l'ignorance et la vulnérabilité. Des statistiques chinoises citent un taux d'alphabétisation<sup>9</sup> de moins de 10 % avant 1950, alors qu'aujourd'hui, sous le régime chinois, plus de 95 % des jeunes tibétains fréquenteraient l'école primaire. Selon cette même source, l'espérance de vie aurait augmenté de 36 ans (ce qu'elle aurait été sous la gouverne des lamas) à 67 ans aujourd'hui<sup>10</sup>.

## Système monastique

Un aussi grand nombre de moines requiert un système efficace de recrutement. Seule une faible minorité de citoyens choisira librement le célibat et une vie de prière. Au Tibet, c'étaient en majorité les parents de jeunes enfants qui les remettaient aux autorités des monastères pour en faire des moines. Typiquement, les jeunes garçons avaient entre 7 et 10 ans au moment de leur entrée dans la vie monastique<sup>11</sup>. Si les effectifs obtenus « volontairement » n'étaient pas suffisants, ils étaient conscrits. Mais pourquoi aussi jeunes ?

C'était évidemment un honneur de suivre la tradition religieuse et d'avoir un moine dans la famille. Chez une population pauvre, c'était aussi une façon de réduire le nombre de bouches à nourrir à la maison. Puisque théoriquement un moine pouvait quitter les ordres, d'autres considérations l'incitaient à demeurer moine. Les défréqués obtenaient peu de sympathie de la population et même de leur famille ; ils devaient aussi travailler plus dur pour gagner leur vie, car ils avaient déjà perdu tout droit ou avantage provenant de leur famille<sup>12</sup>.

Le quatorzième dalaï-lama a suivi un parcours particulier pour devenir moine, car il représente la réincarnation du lama précédent. Deux ans après la mort de ce dernier (en 1933), le régent du Tibet vit en songe près d'un lac sacré un monastère au toit doré et une maison aux étranges gouttières. Deux ans plus tard, on retrouve un temple et la maison dans laquelle se trouvait un étonnant bambin de deux ans (Lhamo Dhondrub) qui identifia des objets ayant appartenu au treizième dalaï-lama comme étant les siens. Rebaptisé Tenzin Gyatso (Océan de sagesse), il fut ordonné moine novice à l'âge de quatre ans. Commença alors pour lui une vie d'étude stricte au palais du Potala dans le but de le former à devenir le prochain dalaï-lama. Sur l'avis d'un Oracle d'État, il fut nommé chef spirituel et temporel du Tibet à l'âge de quinze ans, bien qu'il ne termina ses études que quatre années plus tard<sup>13</sup>.

Les dates de naissance et de décès des treize premiers dalai-lamas<sup>14</sup>, réincarnés l'un de l'autre, indiquent que les périodes de régence (disons vingt ans entre chaque règne effectif) sont aussi longues que les périodes de règne. D'autres sources estiment qu'un régent dirigeait le pays plus de 75 % du temps<sup>15</sup> ! On note aussi que les quatre dalai-lamas précédant le treizième sont morts en bas âge, probablement avant d'avoir pu accéder au trône. Se pourrait-il que le régent courant ait voulu perpétuer son intendance ? Il semble assez clair que superstitions et intrigues ont présidé à l'avènement du quatorzième dalai-lama et de ceux qui l'ont précédé.

### Rites religieux

La grande place accordée à la religion et le nombre énorme de moines pour la soutenir a généré une quantité impressionnante de rites religieux fondés sur la superstition. En voici quelques-uns :

Nous avons tous entendu parler de l'omniprésent moulin à prière au Tibet. Il suffit de le faire tourner en récitant le mantra (une prière) approprié pour attirer la bienveillance de divinités sur soi, purifier son karma (ses actions) et accumuler du mérite pour une future réincarnation heureuse.

La musique sacrée semble aussi jouer un rôle important dans nombre de rites. Les ondes sonores purifieraient des souillures physiques et psychologiques. Cymbales, trompes, cloches et tambours produisent des arrangements musicaux complexes comportant de multiples significations variant selon les traditions<sup>16</sup>.

Les pèlerinages à différents lieux sacrés, entrepris avec sincérité, peuvent aussi purifier toute une vie de karma négatif. Certains pèlerins se prosternent constamment tout au long du périple, de la façon suivante (parmi d'autres) : ils se couchent par terre, y déposant une pierre du bout des mains ; se relevant près de cette pierre, ils la reprennent, puis la déposent du bout des mains en se couchant de nouveau sur le sol. Ce processus de déambulation permet – à force de laborieuses et méritoires répétitions – de faire le tour d'un temple ou de toute une ville. Dans ce dernier cas, cela peut prendre plusieurs jours<sup>17</sup>.

### Pseudoscience tibétaine

Une philosophie, religieuse ou non, faisant appel à autant de superstitions voudra se donner, sous certains

aspects, une apparence de scientificité. Astrologie et médecine traditionnelle tibétaine reposent sur des principes clairement pseudoscientifiques.

On consulterait des astrologues pour toutes sortes de raisons, semblables à celles qui ont cours dans les sociétés occidentales : avenir d'un nouveau-né, compatibilité de fiancés et date du mariage, moment propice pour semer ou se lancer en affaires. Souvent, l'astrologue local est un lama, car plusieurs de ses prédictions concernent la pratique religieuse : rituel approprié à la suite d'un décès, date et type de cérémonies monastiques, ou encore méthodes pratiques pour réduire la souffrance<sup>18</sup>.

La médecine traditionnelle tibétaine est aussi reliée à la vision spirituelle du bouddhisme, les médecins invoqueraient d'ailleurs l'aide des déités de la guérison pour soigner. Les maladies ne seraient que des symptômes de problèmes psychiques et refléteraient un déséquilibre entre les trois « humeurs » (souffle, bile et lymphes)<sup>10</sup> du patient. Les médicaments seraient confectionnés de terre, d'herbes, de métaux précieux, de sève, d'écorce, etc. Le médecin personnel du dalai-lama excellerait dans l'élaboration de médicaments et l'examen du pouls, duquel il tirerait une profusion d'information sur chaque organe<sup>19</sup>.

### Science et spiritualité

Le dalai-lama n'a pas de formation scientifique. Cependant, il aurait un grand intérêt pour la science parce que « [...] tout comme le bouddhisme, [la science] cherche à comprendre la nature de la réalité au moyen d'une investigation critique ». Et il ajoute que « si l'analyse scientifique devait démontrer que certaines affirmations du bouddhisme sont fausses, il nous faudrait alors accepter les conclusions de la première et abandonner les affirmations du second<sup>20</sup>. » Ces propos démontrent une grande ouverture – surprenante chez un chef religieux.

Pourtant, il soutient que la conscience constitue une réalité séparée du matériel, et obscure pour l'esprit « non éveillé ». La réincarnation dépendrait de mécanismes « très subtils » de la loi du karma, soit d'un certain compte des bonnes et mauvaises actions d'un individu. Dans ce cas, il faut se fonder sur l'autorité des textes sacrés du Bouddha<sup>21</sup>.

Il suggère aussi qu'on ne doit tout de même pas avoir une confiance totale dans la science, en rappelant des

## Mot du rédacteur

catastrophes liées à celle-ci, telles Hiroshima, Tchernobyl, Three Mile Island et Bhopal<sup>22</sup>. En cela, il confond la recherche scientifique et les décisions humaines – politiques ou autres – de se servir de la technologie à mauvais escient. Il souhaite de plus une étroite collaboration entre science et spiritualité. Si par spiritualité il entend éthique, alors presque tous les humains seront d'accord avec lui.

## Exil salutaire

En 1959, après 10 ans de négociations infructueuses avec les autorités tibétaines, la Chine communiste prit le contrôle du Tibet et abolit tous les privilèges des moines et des aristocrates. Le dalaï-lama s'enfuit en Inde, où il réside depuis près de 50 ans et dirige, autocratiquement selon certains, une communauté de plus de 100 000 autres Tibétains exilés. Il semble acquis qu'il profita de l'aide de la CIA pour s'opposer au régime communiste chinois avant et après son exil du Tibet<sup>23</sup>.

Pourtant, on ne devrait sans doute pas lui en tenir rigueur. Il était, après tout, plutôt jeune (entre 15 et 25 ans) durant cette période. De plus, depuis quelques dizaines d'années, il prône les droits humains, la non-violence et la paix, valeurs qu'il a probablement apprises davantage de ses contacts avec l'Occident que de la pratique du bouddhisme au Tibet. On dit même qu'il reconnaît les erreurs du passé féodal du Tibet, tels le servage oppressif, les énormes taxes et les dettes héréditaires<sup>24</sup>. Il serait d'ailleurs, aujourd'hui, en faveur de la démocratie pour le Tibet.

Depuis 1959, les autorités chinoises ont mis fin au servage et aux taxes exorbitantes. Elles ont amélioré le système routier et établi des écoles laïques, brisant ainsi le monopole des moines sur l'éducation d'une minorité privilégiée. Elles ont aboli les peines médiévales, mais ont elles-mêmes été accusées de brutalité dans l'imposition d'un changement de système, surtout durant la Révolution culturelle des années 1966-1976. On connaît aussi leur intransigeance vis-à-vis des dissidents et la brutale répression qui souvent s'ensuit. Toutefois, le bilan de la gérance chinoise au Tibet apparaît plutôt positif pour la majorité de la population.

## Réincarnations justificatrices

Le dogme de la réincarnation semble constituer un aspect fondamental du bouddhisme tibétain. Les quatorze dalaï-lamas représenteraient la forme humaine de la même conscience qui se réincarne dans

différents corps à travers les siècles. Bien qu'on allègue qu'ils auraient atteint la « sainteté » et pourraient quitter le cycle des réincarnations, les dalaï-lamas reviennent généreusement sur terre pour aider les autres humains à évoluer vers le libérateur nirvana.

Il n'en est pas de même pour l'individu ordinaire. Chaque nouvelle réincarnation lui donnerait l'occasion de s'améliorer pour éventuellement parvenir à cette libération finale du cycle des vies. Si ses actions sont bonnes, il progresse sur le chemin de l'éveil. Si ses actions sont mauvaises, il régressera dans une vie plus difficile et malheureuse dont il aura peine à sortir.

Les réincarnations successives sont considérées par les bouddhistes tibétains comme une loi immuable de l'univers conscient. Elle peut inciter les gens à bien agir sous peine de conséquences graves dans une vie future. Mais elle a aussi l'effet pervers de faire accepter avec fatalisme et résignation une vie courante misérable ; celle-ci découlerait de mauvaises actions dans une vie passée oubliée, alors que leur situation présente pourrait sans doute être beaucoup améliorée par des politiques plus justes. Évidemment, pour les privilégiés, elle sert de justification à continuer de mener une vie de confort aux dépens des plus pauvres. Il semble bien que la hiérarchie religieuse et les aristocrates tibétains se soient servis de ces excuses pour perpétuer un régime féodal abusif qui les avantageait.

Évidemment, le principe même de réincarnation n'est soutenu par aucune donnée empirique. La prétention qu'un jeune enfant de deux ans ait reconnu des objets ayant appartenu à un lama précédent, donc qu'il en est la réincarnation, demeure anecdotique. Les études qui veulent prouver la réincarnation par des souvenirs impossibles à inventer autrement n'ont jamais été publiées dans des revues scientifiques. La prétention n'est donc pas démontrée ; elle demeure dogmatique et infalsifiable.

Elle suppose, par ailleurs, une loi complexe qui ferait un bilan exhaustif des bonnes et mauvaises actions de chaque individu, selon une pondération basée sur l'intention réelle de l'individu posant ces actions. De plus, elle lui accorderait dans une vie future ce qu'il mériterait précisément, et cela, malgré les aléas de catastrophes naturelles et d'imprévisibles actions d'autres humains. Même un dieu omniscient et tout-puissant peinerait à réaliser ce tour de force.

