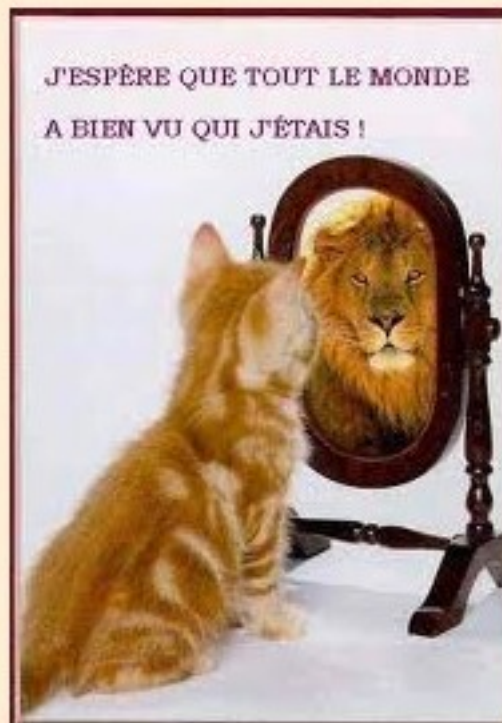


ORGUEIL



L'orgueil fait partie de :

La liste des obstacles au Nibbana

Les étapes Supra-mondaines, les obstacles et les renaissances

(selon le Sutta Pitaka)

Les étapes des fruits de la Voie	Le franchissement des obstacles	Le nombre de renaissances jusqu'à extinction
l'entré-dans-le- courant	1. attachement à l'ego 2. doute en le Dhamma 3. attachement aux rituels	<i>Jusqu'à 7 renaissances dans le monde humain ou des Dieux</i>
le une-fois- renaissant	Les bas obstacles	<i>Une seule renaissance en tant qu'humain</i>
Le non- renaissant	4. désir des sens (les 6) 5. aversion	<i>Une seule renaissance dans un monde de Dieux</i>
<i>l'Aharant</i>	6. désir d'une renaissance dans le monde matériel 7. désir-renaissance- monde-immatériel (monde des Dieux) 8. <i>l'orgueil</i> 9. l'agitation incessante 10. l'ignorance	Les obstacles élevés <i>Pas de renaissance (dernière vie)</i>

Source: Ñāṇamoli & Bodhi (2001), Les discours du Milieu, pp. 41-43.

Les obstacles sont énumérés de différentes façons dans le Sutta Pitaka du Canon Pali et dans l'Abhidhamma Pitaka.

La liste des 10 obstacles vers le Nibbana du Sutta Pitaka

par la croyance en un soi (Pali: *sakkāya-diṭṭhi*)

1. le doute et la non-croyance, en particulier en l'Enseignement du Bouddha (*vicikicchā*)
2. l'attachement aux rites et croyances (*sīlabbata-parāmāsa*)
3. le désir des sens (*kāmacchando*)
4. le mauvais esprit (*vyāpādo* or *byāpādo*)
5. attachement à l'existence matérielle, et à la renaissance pour cela (*rūparāgo*)
6. attachement à l'existence immatérielle, et à la renaissance en sans-forme (*arūparāgo*)
- 7. l'orgueil (*māna*)**
8. l'agitation, inquiétude, impatience (*uddhacca*)
10. l'ignorance (*avijjā*)

Comme indiqué dans la table (extraite du Sutta Pitaka), les 5 premiers obstacles sont les obstacles de bas niveau (*orambhāgiyāni saṃyojanāni*) et disparaissent en devenant un non-revenant; et les 5 derniers sont référencés comme les obstacles de haut niveau (*uddhambhāgiyāni saṃyojanāni*), qui sont éradiqués par l'Arahant.

Source : [https://en.wikipedia.org/wiki/Fetter_\(Buddhism\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Fetter_(Buddhism))

L'orgueil

L'identification aux qualités

par Lama Gendoune Rinpoche

Nous avons déjà fait le tour des trois émotions principales : ignorance, désir et colère. Maintenant nous allons voir un mélange typique de ces trois émotions qui se manifeste comme de l'orgueil.

L'orgueil, ce n'est pas vraiment autre chose que l'ignorance et le désir. On le rencontre partout, en soi-même et aussi comme un phénomène dans des groupes entiers. L'orgueil pose un grand problème sur le chemin spirituel. Si on essaie de le définir, on peut dire : c'est s'identifier à une qualité, réelle ou supposée, de soi-même ou d'une autre personne. Cela veut dire que l'on s'identifie à une qualité que l'on imagine avoir. « Je suis tellement intelligent! », donc on pense que l'on est intelligent, on s'identifie à cela et si quelqu'un vient nous dire que l'on est stupide, alors on se met en colère. Peu importe si on possède cette qualité ou pas, dès qu'on s'y identifie, on est dans l'orgueil.

On peut s'identifier aussi aux qualités d'autres personnes. Par exemple, je me dis : « Mon fils, c'est le premier de la classe, le meilleur de l'école ! ». Cela fait augmenter mon propre orgueil. Je m'identifie comme le père de mon fils qui a une qualité supposée avec laquelle je m'identifie aussi. Comme cela, on peut s'identifier, non seulement avec soi-même, avec sa famille, mais aussi avec le club de sport, avec sa ville et sa nation. ***L'orgueil ne connaît pas de limite.*** Il peut se manifester en n'importe quelle situation, que les qualités soient présentes ou pas. On peut avoir des qualités et être orgueilleux de surcroît. On peut ne pas avoir de qualités et être orgueilleux quand même.

On peut avoir un défaut et en être orgueilleux en le voyant comme une qualité. Par exemple, quelqu'un peut être très orgueilleux d'être un bon voleur. « Je sais tellement bien tricher, m'introduire dans les maisons, etc, je suis le roi des voleurs. Je suis le meilleur dans le mensonge. Je peux tromper tout le monde ». On prend un défaut de caractère comme base de l'orgueil. On s'identifie alors avec des qualités de corruption. On peut même s'identifier avec les défauts de ses proches pour augmenter son orgueil. On pourrait se dire : « Mon fils, c'est le roi des voleurs. Il peut vraiment tout voler. C'est le roi des tricheurs. C'est le roi des bagarreurs. ».

On peut prendre n'importe quoi comme base pour se gonfler d'orgueil. On trouve toujours un objet, quelque chose pour être orgueilleux. Même si c'est l'orgueil d'être le pire du monde, d'être le plus déprimé du monde, d'être le plus mélancolique, d'avoir la plus grande souffrance. « Il n'y a pas une maladie plus grande que la mienne ! ». Tout cela c'est l'orgueil. Quelqu'un qui tient absolument à être dépressif, qui veut absolument rester dans cet état, vous voyez l'orgueil qu'il y a dedans. « Ne me faites pas changer, je suis bien dans ma dépression ! ».

L'orgueil comme résistance au changement et incapacité à se remettre en cause. L'orgueil, c'est une résistance au changement. Il faut voir cela, dans tous les états. L'identification se solidifie et à cause de cette solidification, nous ne souhaitons pas changer parce que tout ce qui vient de l'extérieur et qui pourrait nous faire changer, va contre le mur de notre orgueil : « Je suis bien comme cela, n'essaie pas de me faire avancer, n'essaie pas de me faire changer ». C'est la résistance, l'imperméabilité de l'orgueil. Quand on parle de vivre dans une tour d'ivoire, c'est de cette imperméabilité qu'il s'agit. On se sépare de toute possibilité d'être en contact de manière égale avec les autres. On résiste au changement, c'est comme l'ivoire, c'est très solide.

L'orgueil, c'est cette incapacité à se remettre en cause soi-même. On ne se voit pas, on ne veut pas se regarder soi-même pour découvrir ses défauts. Pour pouvoir changer et transformer ses défauts en qualités, il faut quand même d'abord se regarder. Quelqu'un d'orgueilleux, c'est une personne qui n'a pas cet œil de sagesse qui regarde vers l'intérieur. Il est sûr d'être bien. Il a regardé un peu en surface, il a trouvé quelques qualités suffisantes auxquelles il s'identifie et il s'arrête là. Il ne va pas regarder plus loin. Il a regardé un peu pour trouver quelques qualités et maintenant, les autres doivent respecter ses qualités. « Leur tâche c'est de m'admirer. Parce que moi, je suis bien, j'ai tant de qualités ! ».

Pour quelqu'un d'orgueilleux il faut un public, il faut des gens pour l'applaudir. « Ils sont là pour me faire des louanges, pour faire grandir mon orgueil ». L'orgueil a toujours tendance à vouloir augmenter, toujours plus grand, toujours plus haut et toujours plus aveugle, toujours plus ignorant.

Le sentiment de supériorité

Évidemment l'antidote pour l'orgueil, c'est de voir ses propres défauts. On ne peut pas garder son orgueil si l'on voit ses défauts. Quelqu'un qui est conscient de ses défauts ne peut pas être orgueilleux d'autant plus s'il admet ses défauts en face des autres. Dire quelque chose à quelqu'un d'orgueilleux devient de plus en plus difficile à mesure qu'il se laisse entraîner par ses tendances d'orgueil. Sa tour d'ivoire devient de plus en plus haute et pour l'approcher, il faut surmonter de plus en plus d'obstacles jusqu'à ce que cela devienne impossible de lui dire quelque chose. Lui, il est en haut et regarde de haut tout le monde autour. Il juge tout le monde, parce que lui, il est tellement pur, tellement clair dans l'esprit, tellement sage que c'est facile dans sa pureté de voir tous les défauts des autres!

Étant irréprochable, il peut faire des reproches à tout le monde. Il regarde le monde autour de lui en deux catégories : ceux qui peuvent l'aider à devenir de plus en plus puissant et admiré, donc ses admirateurs potentiels et ceux qui sont dangereux parce qu'ils ne partagent pas l'admiration pour lui, ils peuvent être des ennemis, ils sont dangereux parce qu'ils ne lui font pas de louanges. Donc là, il faut être très vigilant. Comme cela, on n'est pas seulement dans une tour d'ivoire, mais aussi dans une tour de guet d'où on regarde tout le monde. La différenciation entre ce qui est plus haut et ce qui est plus bas.

Le seul intérêt dans l'esprit orgueilleux c'est voir ce qui peut me faire m'élever encore plus et ce qui risque de me rabaisser. Le rabaissement, c'est le pire pour quelqu'un d'orgueilleux. Il craint tout : une critique, un rabaissement, une défaite. Il cherche la victoire, la louange, l'élévation. Quand quelqu'un est tombé dans le piège de l'orgueil, il fait toujours la différence entre ce qui est plus haut et ce qui est plus bas en relation avec lui-même. Nous n'arrivons pas dès le début de notre vie en haut de l'échelle sociale, nous devons commencer quelque part, il y a sûrement des gens qui sont plus haut que nous, qui ont plus de qualités, plus de pouvoir. L'intérêt de l'orgueilleux va être de devenir comme eux, d'imiter leurs qualités, de chercher leurs louanges, leur soutien et leur protection pour finalement grimper plus haut et les dépasser pour pouvoir être le chef plus tard.

On peut accepter encore pour quelque temps, voire quelques années qu'il y ait quelqu'un plus haut que soi, mais ***c'est juste dans l'optique de finalement arriver au sommet.*** Tous ceux qui ne sont pas plus haut, nous essayons de les pousser vers le bas, de créer une distance qui nous permet de dire : « Moi je suis déjà plus haut ». Il n'y a pas de possibilité avec quelqu'un d'orgueilleux de se

rencontrer au même niveau, d'avoir des contacts amicaux au même niveau. Il est insupportable pour un orgueilleux que quelqu'un, d'un niveau égal, lui dise comment il est, comment il lui ressemble, ce qu'il pourrait changer. A partir du moment où l'on admet qu'il y a quand même quelqu'un comme soi, c'est juste pour l'utiliser afin d'aller plus haut. On utilise cette amitié pour aller plus haut et dès qu'on n'a plus besoin de cet ami, on va essayer de se défaire de cette amitié pour être libre de grimper encore plus haut.

Le sentiment de solitude

Voyons maintenant *le sentiment de solitude de quelqu'un qui est orgueilleux*. Pour un orgueilleux, il y a plus haut et plus bas. Il n'y a pas d'amitiés, les amitiés ne sont pas de vraies amitiés, donc quelqu'un qui est orgueilleux se sent très seul. C'est une solitude presque souhaitée, donc pas aussi désagréable qu'on pourrait le penser. Mais, certaines fois, cela devient très encombrant, parce qu'il y a quand même chez un orgueilleux le sentiment de vouloir partager et relâcher. Toutefois, à cause de son orgueil, personne ne veut être avec lui, personne ne peut être avec lui parce qu'il n'accepte pas un contact, un échange mutuel où on se dit des choses, où on se dit ce que l'on pourrait ou devrait changer.

Si dans notre vie nous sommes seuls, nous avons peu d'amis, il faut se demander si la raison n'en serait pas l'orgueil. C'est peut-être la raison pour laquelle nous sommes tout seuls. Si nous n'avons pas de vrais amis, c'est souvent un signe que nous n'arrivons pas à nous laisser approcher par les gens. Nous sommes tellement convaincus de nous-même que nous rabaissons les gens qui veulent s'approcher de nous et personne n'a envie de toujours prendre des coups d'un ami. Nous prenons de la distance, nous le laissons. « Lui ? Laisse-le faire, il n'écoute pas ! Il n'écoute personne ». Nous sommes gentils en surface, mais profondément nous n'entrons en contact avec personne.

Ces quelques explications nous donnent déjà quelques éléments pour voir si l'orgueil est présent ou non en nous-même.

L'orgueil fondamental

On pourrait dire que l'orgueil premier c'est s'identifier avec « moi, je », l'ego et en conséquence, agir avec la pensée que ce « moi » est plus important que le reste du monde. La saisie égoïste et l'orgueil sont, de ce point de vue, la même chose. Quand il y a la saisie égoïste, il y a tout de suite l'orgueil. Les deux sont identiques, on parle de la même chose. Cela c'est l'orgueil premier, la base (comme nous avons vu pour l'ignorance, il y a l'ignorance fondamentale qui est cette illusion de se prendre comme étant existant).

Pour chaque émotion, il y a donc un mouvement de base : pour le désir, c'est de s'attacher à un objet agréable, pour la colère, c'est de vouloir éviter un objet désagréable. Ce sont les émotions fondamentales et tout le reste, ce sont les ramifications de ces tendances.

L'exagération

Une ramification de la tendance de l'orgueil, c'est d'avoir une opinion très avantageuse et souvent exagérée de soi-même. On va trop loin, on exagère, on voit une petite qualité et on s'accroche tellement à cette petite qualité qu'on l'exagère, que l'on va en faire tout un cinéma, même si elle est seulement imaginaire. *L'exagération, c'est un symptôme typique de l'orgueil*. On exagère ses qualités, on exagère ses histoires, ses victoires, ses résultats sportifs, ses aventures amoureuses, etc.

On exagère dans tous les sens.

L'exagération est aussi un remède à l'orgueil. On pourrait tellement exagérer que cela deviendrait une évidence pour tout le monde, que tout le monde éclaterait de rire et comme cela, l'orgueil retomberait. Mais il faut le faire. Il faut exagérer tellement que tout le monde sait qu'on est en train d'exagérer. Là, ce n'est pas très grave, parce que tout le monde le voit, on ne se cache plus, on le voit soi-même, on voit ses tendances, on joue avec comme dans un théâtre et comme cela elles peuvent se dissoudre. C'est un remède, un antidote pour l'orgueil.

Sept types d'orgueil

Nous allons voir maintenant sept orgueils différents

1. L'arrogance

La première forme d'orgueil, c'est l'arrogance. C'est défini ainsi : « s'estimer très supérieur aux gens qui ont les mêmes qualités, les mêmes compétences que soi-même ». On s'estime très supérieur et cela va avec une attitude d'esprit qui repousse les égaux, une attitude d'insolence méprisante. Il y a une attitude agressive qui veut faire une différence artificielle entre moi et mes égaux. Je ne peux pas accepter qu'ils soient au même niveau que moi, donc je fais de petites remarques pour créer des différences, pour les rabaisser et pour m'élever. Stupidement dans l'arrogance, il y a cette attitude-là.

2. La condescendance

La deuxième forme d'orgueil, c'est la condescendance. C'est défini ainsi : « s'estimer très supérieur aux inférieurs ». Là nous parlons de gens qui ont moins de capacités, moins de qualités, de compétences que nous-même dans un domaine particulier et notre attitude c'est de la complaisance prétendue avec laquelle nous nous abaissons au niveau d'autrui. Nous avons cette tendance à dire : « Bon, OK, il ne peut pas mieux faire, je veux bien le rencontrer quand même, je veux bien parler avec lui ».

Il y a souvent une attitude de supériorité bienveillante qui est mêlée de mépris. Nous nous disons : « Lui il ne voit pas grand chose mais moi, dans ma compassion, dans ma bienveillance, je vais quand même lui adresser la parole, je vais quand même lui laisser me faire le thé. Il ne va même pas m'offrir un gâteau mais je l'accepte quand même ». Cela c'est la condescendance.

3. La présomption

La troisième forme, c'est la présomption (ou l'outrecuidance). La définition, c'est : « s'estimer très supérieur aux supérieurs ». Cela veut dire que quelqu'un a plus de qualités, plus de compétences, plus de capacités que soi-même, mais on s'estime quand même supérieur à lui. C'est un orgueil grave ! On ne voit pas ses propres défauts, on ne voit pas les qualités de l'autre et, ne les voyant pas, on s'estime supérieur à lui. Cela arrive souvent dans les entreprises. Il y a quelqu'un qui s'estime supérieur à celui qui connaît vraiment son boulot. Il y a un nouveau qui arrive et qui se prend pour celui qui sait tout.

Ce n'est pas seulement dans le cadre de l'entreprise, c'est aussi avec le maître. On peut rencontrer le maître, peut-être qu'il ne sait pas très bien parler, ne s'exprime pas facilement, on pense alors qu'il n'a pas vraiment compris et on se dit : « Moi, je peux m'exprimer beaucoup mieux, moi je

connais les choses ». Cette attitude de présomption est un gros obstacle sur tout le chemin spirituel.

4. La prétention

Il y a une variation de cette présomption, qui est la prétention. La prétention est définie ainsi : « ***s'estimer à peine inférieur à ceux qui sont très supérieurs*** ». Il s'agit des êtres qui sont très supérieurs, qui ont beaucoup de qualités, beaucoup de capacités et là, l'attitude c'est : « OK, je ne suis pas mieux qu'eux, mais je suis presque comme eux, il ne me manque pas beaucoup! ». Cela, c'est la prétention.

On estime avoir développé une réalisation, une expérience, des compétences presque autant que quelqu'un qui est largement supérieur. On réduit la distance dans son esprit, en se disant : « Je suis presque comme le Maître! Il ne me manque plus beaucoup, il ne me manque qu'un petit peu d'expérience! ». On part de cette supposition. On arrive, par exemple, dans une entreprise et on commence à maîtriser un petit peu les choses, mais on se voit déjà presque comme le « top manager » de l'entreprise, presque comme le chef avec ses trente ans d'expérience. C'est ce qu'on appelle la prétention.

La seule raison pour laquelle cela ne devient pas de la présomption ou de l'outrecuidance, c'est parce que les qualités de cette personne sont tellement grandes, on n'arrive pas à les nier, on n'arrive pas à se dire: « Moi, je suis quand même supérieur ». Ce sont seulement les qualités énormes de cette personne qui nous protègent d'aller plus loin et de dire : « Même lui, il est inférieur à moi » et peut-être qu'il y a un petit peu de sagesse de voir que, quand même, on n'a pas encore toutes les qualités.

5. L'infatuation

Passons à ce que l'on appelle l'infatuation ou la fatuité. C'est défini ainsi : « s'imaginer avoir des qualités plus grandes et réellement existantes ». Là, ce n'est pas une description en relation avec quelqu'un d'autre. Nous sommes maintenant dans un orgueil qui concerne juste soi-même. On peut éprouver de l'orgueil sans avoir quelqu'un autour. On n'a pas toujours besoin de se comparer. Je peux vivre sur une île et vivre dans la pleine illusion de mes capacités. J'estime que je suis un super pêcheur, un super paysan, super courageux.... Je peux m'imaginer plein de choses. J'imagine avoir des qualités plus grandes que celles que je possède réellement et pour cela je n'ai pas besoin d'avoir les autres. Je peux tout seul, m'imaginer que mes capacités dans un certain domaine sont géniales, sans me comparer.

6. L'orgueil totalement éronné

La sixième forme de l'orgueil, c'est ce que l'on appelle l'orgueil totalement éronné. Cela veut dire : « s'imaginer avoir des qualités là où l'on n'en a aucune, ou prendre un défaut comme base d'orgueil ». Il n'y a même pas une qualité comme base de l'orgueil. Je pense que je suis généreux, mais il n'y a aucune générosité en moi. Je pense que je suis compassionné, mais il n'y a aucune compassion en moi ; je pense avoir des qualités, mais en réalité, il n'y a rien. Je pense que c'est facile pour moi d'accepter la critique, mais je ne demande jamais à être critiqué et je ne laisse personne me parler pour me critiquer ; mais je pense que c'est facile de parler avec moi, que tout le monde peut m'approcher, seulement: je n'écoute jamais. Cela, c'est ce que l'on appelle l'orgueil totalement éronné.

La deuxième version de cet orgueil, c'est de prendre comme base d'orgueil ce qui est en vérité

un défaut. Par exemple, on peut prendre son ambition, le fait que l'on se batte afin de grimper dans l'échelle sociale, on prend cela comme une base d'orgueil. « Je suis tellement bien, je peux cogner sur tout le monde et j'avance ». C'est l'orgueil de l'ambitieux, mais l'orgueil est basé sur cette qualité qui ne regarde pas le bien d'autrui, qui se moque du bien-être de ceux qui sont avec lui, qui souhaitent avoir le même bonheur. C'est un état d'esprit complètement égoïste. On prône l'égoïsme comme base de l'orgueil (comme on l'avait déjà dit pour mentir, tuer, voler...). L'orgueil arrive à se servir de tout pour se gonfler et on appelle cela l'orgueil totalement erroné.

L'orgueil peut aller jusqu'au point où l'on peut s'imaginer l'existence d'une qualité, là où en vérité c'est l'opposé, le contraire. Quelqu'un d'avare se prend pour quelqu'un de généreux. Quelqu'un, alors qu'il manque complètement de compassion – on dit en allemand : « qui marche sur des cadavres » – qui tue, qui ne se gêne pas pour toujours imposer sa volonté aux autres sans regarder leur souffrance, se prend pour quelqu'un de compassionné. On peut prendre n'importe quelle qualité, on trouvera toujours des exemples de ceux qui pensent posséder ces qualités en pratiquant le contraire. Je suis pour la paix, mais ce que je fais avec ma parole, avec mes actes, c'est la guerre, le combat partout. Il y a ce discours, cette opinion de soi-même, pas chez tout le monde, mais on le trouve souvent.

7. La suffisance (vanité)

Nous allons regarder une forme d'orgueil complètement différente, la suffisance. Elle est définie comme : « l'autosatisfaction en connexion avec la supposition que les agrégats constituent un 'moi' ». Les agrégats, ce sont notre corps et nos capacités mentales. La suffisance, c'est de trouver une grande satisfaction du fait d'avoir ce corps qui est fait d'organes, d'os, de muscles et de peau, et de se regarder dans le miroir en pensant : « Qu'est-ce que je suis beau, etc » ou de s'identifier avec ses capacités mentales et de se complaire à s'écouter soi-même et de faire jouer ses qualités. Nous regardons notre beauté, notre force et agilité mentale comme un succès personnel, nous nous y identifions tout en nourrissant notre orgueil.

Piégés dans la vanité, cela va être extrêmement difficile pour nous quand, un jour, notre voix se casse, des rides apparaissent partout et notre mémoire défaille. Nous allons lutter contre la vieillesse, mais en vain. Mieux vaut, quand nous sommes encore jeunes, ne pas s'identifier à des qualités impermanentes, mais chercher les qualités véritables de l'homme qui sont l'expression de notre nature de bouddha. Car ces qualités n'appartiennent à personne et sont les mêmes pour tout le monde, elles sont en même temps, un bon remède contre l'orgueil.

L'orgueil comme obstacle majeur sur le chemin spirituel

L'orgueil, c'est l'obstacle majeur sur le chemin spirituel. L'orgueil ferme toutes les portes à la bénédiction, au guide spirituel, à la sangha (c'est-à-dire à la communauté des pratiquants), ferme les portes de la compassion, ferme les portes envers tous les êtres. Il ne faut pas se laisser prendre par l'orgueil. L'orgueil, c'est vrai, c'est un sentiment agréable, un sentiment de bien-être. On ne peut pas avancer, on ne veut même pas prendre refuge, on ne veut même pas s'adresser au Maître en lui parlant de toutes ses difficultés. L'orgueil – il faut le savoir – ne nous pousse pas à nous en débarrasser, parce qu'au début il est ressenti comme étant vraiment un sentiment agréable.

Quand l'orgueil est présent, on se sent riche, on peut partager sa richesse, son abondance, avec les autres. On peut faire don de ses qualités aux autres. On peut être dans cet orgueil bienveillant qui bloque quand même le chemin. Donc faites attention à l'orgueil, parce que c'est la source de tous les obstacles sur le chemin. L'orgueil, ce n'est jamais un plaisir de travailler avec, parce que l'on se défait d'un état de bien-être relatif. Ce bien-être est superficiel bien sûr, mais quand même relativement agréable en comparaison avec les autres émotions.

Le moment où l'orgueil tombe est toujours un moment douloureux. C'est le moment où l'on voit ses défauts, où l'on voit : « Je suis aussi normal que les autres, peut-être même pire, peut-être que j'ai plus de problèmes que les autres ». C'est douloureux, donc on échange un état de bien-être superficiel pour une prise de conscience qui est d'abord douloureuse, mais il faut passer par cette prise de conscience pour sortir de l'orgueil et après on va se sentir mieux.

Quand l'orgueil n'est plus là, finalement nous trouvons le contact avec les autres, nous laissons tomber les murs de notre tour d'ivoire. Là on se sent bien. On trouve des amis, on trouve des compagnons sur le chemin, on trouve vraiment un bien-être. On n'a plus besoin de se protéger autant. A ce moment-là, les qualités de la joie vont se manifester, parce que l'on n'aura plus besoin de se protéger, on n'a pas à protéger l'image de soi-même. C'est la liberté ; mais avant de toucher cette liberté, cette joie, il faut traverser une prise de conscience qui est normalement assez douloureuse et qui dure longtemps.

Il y a toujours des moments de prises de conscience avec une petite libération après, mais la nécessité de voir son orgueil continue sur tout le chemin. ***L'orgueil est la dernière émotion qui reste à purifier sur le chemin spirituel, parce qu'il peut aussi se baser sur des vraies qualités.*** L'orgueil le plus difficile à combattre, c'est l'orgueil qui a de vraies qualités comme base. Quand on a commencé à développer de vraies qualités sur le chemin, c'est là où l'orgueil devient le plus pénible. C'est parce que là, on ne peut pas se dire : « Non, je n'ai pas de qualités ». Il y a déjà des qualités qui sont là, mais c'est difficile de relativiser ces qualités et de défaire l'ego qui est derrière ces qualités, qui veut s'approprier ces qualités.

A ce moment-là, nous avons besoin de nous en remettre complètement au Maître. Quand on n'a pas de qualités c'est assez facile de faire tomber l'orgueil, il faut juste bien regarder en soi-même ; mais quand on a des qualités, c'est très difficile.

La méthode pour vaincre l'orgueil

La méthode pour vaincre l'orgueil finalement, c'est de **regarder l'essence même de celui qui est orgueilleux, le sujet, le « moi » et réaliser que le « je », le « moi » n'existent pas vraiment.** Le sujet, le penseur, l'orgueilleux est vide, est sans essence, il n'y a personne qui a toutes ces qualités. Les qualités d'un bodhisattva ne sont pas la possession d'un « moi », d'un « je ». Réaliser cette vérité profondément, c'est le moyen pour faire tomber l'orgueil qui se construit sur de vraies qualités.

Donc, il faut faire ce travail et utiliser ces moyens et avant tout, il faut regarder directement celui qui est orgueilleux. D'abord voir tous ses défauts et devenir conscient de tous ses défauts ; ensuite, voir que celui qui a des qualités n'existe pas. On n'a pas à nier ses qualités, ce serait dommage, parce qu'elles sont là pour servir les autres, mais l'orgueilleux va servir les autres avec ses qualités en pensant : « Oui, je suis là, je partage ma présence avec tout le monde, je laisse tout le monde en profiter, que tout le monde se réjouisse que je partage quelques moments avec eux ». Cela, c'est l'orgueil.

Le contraire, c'est mettre ses qualités à la disposition de tout le monde comme un serviteur. C'est l'attitude humble de l'esprit. Je suis le serviteur de tout le monde, c'est le sentiment qu'on doit développer. Je ne suis pas là pour m'enrichir des louanges des autres, mais je suis là pour aider la situation, pour partager un peu de mon énergie, ce que je peux peut-être donner. C'est vraiment l'attitude à l'inverse de l'orgueil, c'est vraiment vivre le service, mais aussi ne pas être orgueilleux d'être le plus grand serviteur du monde. Il s'agit d'un service qui est humble, simple, honnête et clair.

S'il y a présence de l'orgueil, il faut le détecter, regarder à l'intérieur, se juger soi-même. Dans ce service aux autres, le « je », le « moi » qui aide, qui sert, va être de moins en moins présent. Il y aura le sentiment de simplement partager l'état naturel. Je suis là avec les autres en toute spontanéité.

La meilleure des choses, c'est de **pouvoir rencontrer une personne qui n'a pas d'intérêt pour elle-même.** C'est la plus grande aide que nous puissions apporter au monde, celle d'être ici de manière désintéressée – pas pour notre propre bienfait – et seulement partager des moments avec les autres et tout le reste se fera tout seul. S'il y a des problèmes, on va discuter des problèmes, ils vont se résoudre aussi. S'il n'y a pas de problèmes, on va partager la joie. On n'a pas d'idées fixes, il n'y a pas le « je », le « moi », l'orgueil qui veut que les autres atteignent l'éveil à travers moi !

En ce qui me concerne, pour mon orgueil, le remède qui m'a le plus aidé, a été de me dire comme le Maître le suggérait : « Si j'étais tellement intelligent, sage comme je le pense, j'aurais dû déjà être éveillé ! Pourquoi est-ce que je ne suis pas encore éveillé ? Pourquoi est-ce que je tourne encore dans le cycle des existences ? Pourquoi est-ce que je traîne encore ici avec toutes mes émotions ? C'est bien la preuve que je ne suis pas aussi sage que je le pense. C'est bien la preuve que j'ai manqué de voir le Bouddha à l'époque où je n'avais pas le mérite pour rencontrer des maîtres.

C'est seulement maintenant que, grâce à la situation, à la bénédiction du Maître, à la bonté du Maître, quelqu'un peut me prendre en charge, me montrer mes défauts et maintenant, peut-être, je peux sortir du samsara. C'est vraiment grâce à la bénédiction des Trois Joyaux, à leur bienveillance que je peux en sortir. Moi, je suis stupide parce que depuis des vies sans fin, je tourne dans le samsara ; alors pourquoi être orgueilleux ? Je dois être très, très stupide, parce que déjà des millions d'êtres ont obtenu l'éveil et moi, je traîne encore. Je ne suis même pas proche de l'éveil. »

En me disant cela, je peux me calmer.

Il ne faut pas arriver dans le dhamma, avec ce sentiment : « Ah, oui ! Ils doivent être contents que j'arrive ! Cela va être un grand rajout au dhamma, cela va renforcer le dhamma que quelqu'un comme moi arrive sur scène ! Le maître devrait être content de m'avoir comme disciple ! ». On ne voit pas que c'est grâce au Maître, que c'est grâce à sa patience de bien vouloir travailler avec moi et de bien vouloir me donner le Dhamma. C'est lui qui prend sur lui de s'occuper de moi, moi qui suis tellement orgueilleux et qui ne vois pas mes défauts. Il me rencontre encore et encore, il me dit la même chose dix fois, cent fois, mille fois ; il me fait toujours le même discours pour que, finalement, cela s'infilte dans ma conscience, que je comprenne un petit peu ce qu'est le Dhamma.

Donc cela c'est le remède à l'orgueil. Souvenez-vous de ces pensées-là pour faire tomber l'orgueil. Il n'y a pas pire que l'orgueil. L'orgueil est la source de toutes les autres émotions : la colère, la jalousie, etc. Quelqu'un d'orgueilleux est quelqu'un de très paresseux du point de vue du Dhamma, parce qu'il ne voit pas la nécessité de se transformer, de changer. Il ne fait pas d'efforts intérieurs, parce qu'il ne voit pas de raison pour en faire. Il est tellement satisfait de lui-même que rien ne peut le faire bouger.

Un orgueilleux bouge au moment où il voit ses défauts, mais avant c'est impossible de le faire bouger, sauf peut-être par la compassion. Parfois on peut motiver quelqu'un d'orgueilleux à faire un travail sur lui-même par sa compassion, en lui montrant comment il fait souffrir les autres et comment il pourrait les aider. On peut lui ouvrir la porte vers le bien de tous les êtres ce qui peut le stimuler à faire un peu de chemin et commencer à se regarder lui-même. Il y aurait encore beaucoup de choses à dire, beaucoup aussi sur le remède à l'orgueil, comment on peut travailler l'orgueil.