

## Le Discours sur les Quatre Sortes de Nourriture

(Sutra de « la chair de l'enfant »)

Voici ce que j'ai entendu un jour quand le Bouddha était au monastère d'Anatapindika, dans le parc de Jeta, près de la ville de Sravasti.

Ce jour-là, le Bouddha dit aux moines : « Il y a quatre sortes de nourriture qui permettent aux êtres vivants de se développer et d'entretenir la vie. Quels sont ces quatre nutriments ? »

Le premier est la nourriture comestible, le second est la nourriture des impressions sensorielles, le troisième est la nourriture de la volition, le quatrième est la nourriture de la conscience.

« Bhikkhus, comment un pratiquant devrait-il considérer la nourriture comestible ?

Imaginez un jeune couple avec un jeune bébé, un garçon dont ils prennent soin et qu'ils élèvent avec tout leur amour. Un jour, ils décident d'amener leur fils dans un autre pays pour y vivre. Ils doivent traverser les difficultés et les dangers d'un désert. Au cours de leur voyage, ils se trouvent à court de provisions et souffrent extrêmement de la faim. Il n'y a pas d'issue pour eux, et ils envisagent le plan suivant : « Nous n'avons que notre fils, que nous aimons de tout notre cœur ; si nous mangeons sa chair, nous pourrions survivre et arriverons à surmonter cette situation dangereuse ; si nous ne mangeons pas sa chair, nous allons mourir tous les trois ». Après cette discussion, ils choisissent de tuer leur fils. Répandant des larmes de douleur et grinçant des dents, ils mangent la chair de leur fils, juste assez pour se maintenir en vie et sortir du désert.

Le Bouddha demanda : « Pensez-vous que ce couple mangea la chair de leur fils parce qu'ils voulaient se réjouir de son goût et parce qu'ils voulaient que leur corps aie les nutriments qui le rendraient plus beau ? »

Les moines répondirent : « Non, vénérable Bouddha. »

Le Bouddha demanda : « Est-ce que ce couple se forçait à manger la chair de leur fils de façon à survivre et à échapper aux dangers du désert ? »

Les moines répondirent : « Oui, vénérable Bouddha ».

Le Bouddha enseigna : « Moines, chaque fois que nous ingérons de la nourriture comestible, nous devrions nous entraîner à la regarder comme la chair de notre fils. Si nous méditons dessus de cette façon, nous aurons une vision claire et profonde ainsi que la compréhension permettant de mettre fin aux perceptions erronées au sujet de la nourriture comestible ; alors, notre attachement au plaisir des sens pourra se dissoudre.

Une fois que notre attachement au plaisir des sens est transformé, il n'y a plus aucune formation interne concernant les cinq objets de plaisir sensuel dans le noble disciple qui s'applique à l'entraînement et à la pratique. Tant que les formations internes nous attachent encore, nous continuerons à revenir dans ce monde.

Comment le pratiquant devrait-il méditer sur la nourriture des impressions sensorielles ? »

Imaginez une vache qui a perdu sa peau. Où qu'elle aille, les insectes et les asticots qui vivent dans la terre, dans la poussière, et dans la végétation, s'attachent à la vache et lui sucent le sang. Si la vache s'allonge sur la terre, les asticots dans la terre vont s'attacher à elle et se nourrir d'elle. Qu'elle s'allonge ou se tienne debout, la vache va être irritée et souffrira de la douleur.

Quand vous ingérez la nourriture des impressions sensorielles, vous devriez pratiquer pour les voir sous cet éclairage ; vous aurez la vision profonde et la compréhension qui mettront fin aux perceptions erronées concernant la nourriture des impressions sensorielles. Quand vous aurez cette vision profonde, vous ne serez plus attaché par les trois sortes de sensations [plaisant, déplaisant, neutre]. Quand il n'est plus attaché aux trois sortes de sensations, le noble disciple n'a plus besoin de faire d'efforts, car tout ce qui devait être fait a déjà été fait.

Comment le pratiquant devrait-il méditer sur la nourriture de la volition ?

Imaginez qu'il y ait un village, ou une grande ville, près d'un puits de charbon ardent. Il n'y a plus de fumée, seules les braises rougeoyantes. Maintenant, il y a un homme intelligent, avec suffisamment de sagesse, qui ne veut pas souffrir, qui ne veut que le bonheur et la paix. Il ne veut pas mourir. Il pense : « Par là-bas, la chaleur est très grande ; bien qu'il n'y ait pas de fumée et qu'il n'y ait pas de flammes, si je dois aller dans ce puits, il n'y a aucun doute que je mourrai ». Sachant cela, il est déterminé à quitter cette grande ville, ou ce village, et à aller ailleurs.

Le pratiquant devrait méditer ainsi sur la nourriture de la volition. Méditant ainsi, il aura la vision profonde et la compréhension qui mettent fin aux perceptions erronées concernant la nourriture de la volition. Quand il arrive à cette compréhension, les trois sortes de désirs sont achevées. Quand ces trois désirs sont achevés, le noble disciple qui s'entraîne et pratique n'aura plus de travail à faire, parce que tout ce qui devait être fait a déjà été fait.

Comment le pratiquant devrait-il méditer sur la nourriture de la conscience ?

Imaginez que les soldats du roi aient arrêté un criminel. Ils l'attachent et l'amènent devant le roi. Parce qu'il a commis des vols, il est puni par des gens qui percent son corps avec trois cent couteaux. Il est assailli par la peur et par la douleur jour et nuit.

Le pratiquant devrait regarder la nourriture de la conscience sous cet éclairage. S'il le fait, il aura la vision profonde et la compréhension qui mettent fin aux perceptions erronées concernant la nourriture de la conscience. Quand il a cette compréhension concernant la nourriture de la conscience, le noble pratiquant qui s'entraîne et pratique n'aura plus à faire d'effort, car tout ce qui devait être réalisé a déjà été réalisé.

Quand le Bouddha eut parlé ainsi, les moines furent très heureux de mettre les enseignements en pratique.