

PRÉFACE

Thich Nhât Hanh, le cœur et l'esprit

Cerner le personnage de Thich Nhât Hanh est une entreprise complexe. Elle nécessite une vision claire de nombreux facteurs qui ont déterminé la vie, l'action et l'enseignement de ce grand maître zen. Thây ne dissocie pas l'action politique et sociale de la pratique du zen. Il a su puiser dans la tradition toutes les merveilles de l'enseignement des maîtres qui l'ont précédé tout en se révoltant contre la tradition et en y apportant de profonds changements. Comprendre Thich Nhât Hanh, c'est aussi percevoir derrière l'homme d'action, le poète, l'artiste dont l'immense compassion dépasse toute vue partisane. Le regard de Thây englobe et ne sépare jamais. Ce qu'il nomme « la pleine conscience » est appliqué aussi bien dans les tâches les plus humbles et les plus quotidiennes que dans la vision politique du monde. La vision profonde selon laquelle nous sommes profondément liés aux autres hommes mais aussi à la nature replace sans cesse l'homme au centre d'une totalité aussi vaste que complexe. Pour comprendre le réel, il suffit d'écouter en pleine conscience et de se détacher des vues partisans, des dogmes, des croyances. À la question « Si

vous rencontriez Ben Laden, que lui diriez-vous? », il répondit : « Je l'écouterai. »

Il y a aussi chez Thây, comme chez tout maître zen, un côté provocateur d'une finesse et d'une intelligence merveilleuse. Il va au cœur des choses avec une douceur et une rigueur d'un étonnant alliage. Sa présence est intense, subtile et gracieuse à la fois. Il ne craint pas le contact physique que beaucoup de moines évitent et je me souviens avec émotion de la première fois où il m'a pris dans ses bras, c'était une transmission du silence d'un corps-esprit présent et apaisé.

J'ai rencontré Thây en 1995. Je dirigeais alors une collection de textes spirituels et j'avais un grand désir de publier son merveilleux livre sur la vie du Bouddha, *Sur les traces de Siddharta*. Je le rencontrai à plusieurs reprises les années suivantes, publiai plusieurs de ses livres, devins son disciple et participai aux semaines de l'ordre Inter-Être au Village des Pruniers. J'écoutais ses enseignements, frappé par sa capacité à cerner, quel que soit le sujet abordé, la totalité du bouddhisme en deux heures d'un enseignement intense et généreux. Une transmission de cœur à cœur ou d'esprit à esprit.

Chez Thây, la rigueur n'est jamais sèche. Elle est toujours empreinte d'une grande humanité, d'une douceur, d'une profonde compréhension des êtres et des situations. Il y a chez lui subtilité, fermeté et courage. Toute sa vie, ses prises de position politiques et humanitaires ont considéré les parties adverses, comme s'il regardait au-delà, comme s'il voyait la possibilité de réunir les extrêmes pour le bien des êtres humains et non pour valider le triomphe d'une politique. Cela lui a valu parfois d'être rejeté par les deux camps. Avec une incroyable ténacité, il a maintenu cette position en dépit de toutes les difficultés, et surtout il a su entraîner dans

son sillage des centaines de milliers de militants de tous bords.

Le mérite du livre de Céline Chadelat et de Bernard Baudouin est d'avoir présenté une vision très documentée où les circonstances historiques des conflits qui ont embrasé le Viêtnam sont décrites avec une grande précision, comme le sont les conflits ultérieurs qui ont poussé Thich Nhât Hanh à intervenir. En effet, sans eux, il est impossible de comprendre comment l'idéal humanitaire du jeune moine s'est formé. On voit avec clarté comment la personnalité de Thây s'est forgée au milieu du chaos impérialiste et des ambitions démesurées des diverses interventions françaises, japonaises et américaines. Comment un homme entouré de quelques camarades intrépides a su se dresser contre des systèmes sauvages et sanguinaires. Le Viêtnam est le pays qui a été le plus bombardé de l'histoire. Comment reconstruire sur ces terribles séquelles, comment sortir de la haine et de l'ignorance? C'est tout le combat de Thây et de ses proches, c'est aussi le combat de ses amis comme Martin Luther King Jr. Pas étonnant que Thây ait été nommé pour le prix Nobel de la paix, étonnant en revanche qu'il ait été donné à Henry Kissinger qui, entre Noël et le nouvel an 1972, décide avec Nixon de déverser des tonnes de bombes sur Hanoï et Haïphong pour préparer les négociations de paix. Bilan : mille six cents civils tués.

Céline Chadelat et Bernard Baudouin ont su mêler adroitement la description intimiste du personnage Thây à son action sociale et politique en passant de l'un à l'autre avec une grande fluidité. C'est une réussite, ce livre sur Thich Nhât Hanh fera autorité longtemps.

Daniel Odier
Ming Qing Sifu

PROLOGUE

En cette rentrée de septembre, la matinée est un délice de fraîcheur et de soleil. Je descends allègrement du bus qui me conduit au Sénat, dans le quartier de l'Odéon ; il règne cette quiétude des petits matins où Paris n'est pas tout à fait réveillée. Je m'apprête à assister à une conférence de presse exceptionnelle d'un sage vietnamien dont on m'a vanté la présence et les qualités spirituelles, Thich Nhât Hanh. La conférence de presse est un préambule au week-end de méditation et de marche en pleine conscience organisé dans le quartier de la Défense sous la guidance du sage.

Sont également invités à cette conférence, un économiste, un médecin-psychiatre, un écologiste, tous experts et connus dans leur domaine, et une sénatrice. Au milieu d'eux, la silhouette du maître zen se dessine parfaitement, droite et immobile... Lui semble se contenter d'être lui-même, attentif à la salle, aux murs et aux plafonds qui le reçoivent quelques heures. Sa robe marron et son visage pénétré de douceur lui donnent l'air d'appartenir à un autre espace-temps.

La tonalité de ses paroles, comme un murmure, réveille une part de vulnérabilité enfouie en moi-même. Je me retrouve à écouter, un peu démunie et plus

vraiment critique, les quelques mots prononcés par le maître bouddhiste. Je suis quelqu'un d'averti, puisque ce n'est pas la première fois que je me trouve en présence d'un sage de cette stature. Il se produit toujours la même alchimie, ici se dégage un parfum de douceur et d'intelligence, de cohérence. Quand il propose que les députés méditent une minute avant chaque session parlementaire, je réalise que Thich Nhât Hanh n'est pas un homme soumis à la temporalité de la société. Il paraît suspendu à l'inspir et l'expir de son propre souffle.

Assise sur une chaise les jambes croisées, un dictaphone posé sur ma gauche, j'ai l'air d'une journaliste, mais je ne suis plus vraiment journaliste. J'écoute, je me tais. Voici un être qui nous donne la chance d'être. Sa présence efface le superflu comme si le feu de l'amour avait tout brûlé. Le dossier de presse m'explique que la compassion du maître zen embrasse sans distinction : les hommes et leurs violences, les blessures qu'ils érigent en théories, en concepts, en partis politiques. Tant de vies à lutter, perpétuant le cycle de la souffrance, faute de trouver la connaissance dont le maître assis face à nous semble être une des voies. Lui dit que les bleus de la vie peuvent être gravés dans la pierre ou transformés en nectar. Les hommes cherchent l'amour désespérément, ils confondent l'argent et le succès avec le bonheur, se perdent dans des miroirs hypnotiques et les illusions. Cette douleur de l'humanité, je la ressens depuis mon adolescence. Le maître incarne la pratique du zen, détaché et aimant, telle une flamme jaillissante, éveillant l'intelligence intérieure. Impassible, il boit doucement de ses mains jointes un peu d'eau, sur cette estrade d'une des salles du Sénat. Au sujet de la conférence de presse, je pourrais me contenter de rapporter les faits, mais je choisis de donner une chance à ses paroles.

Lorsqu'il dit que la gauche et la droite ne peuvent exister l'une sans l'autre, il redonne un sens et une profondeur à la réalité. Thich Nhât Hanh nous pousse hors de notre zone de confort. Son enseignement sur la non-dualité invite à voir au-delà des apparences. Sans armes et sans violence, il démolit les paradigmes de la pensée, les élucubrations mentales et les idées pétrifiées. Son action contre la guerre du Viêtnam révèle qu'il appartient à ces improbables consciences qui trouvent la force, envers et contre tout, de faire entendre une autre voix.

Ses paroles et ses actes ne s'accommodent guère du rythme saccadé des médias. Pas de bruit, pas de scandale, seulement le calme, la paix et la sérénité...

Le retentissement médiatique de cette conférence sera presque nul. Peu importe, la douceur a un pouvoir, un autre chemin se dessine. La pleine conscience, déjà largement expérimentée aux États-Unis, est un outil novateur au service des sociétés qui, elles, sont à bout de souffle, un outil aux vertus insoupçonnées auquel Thich Nhât Hanh s'exerce depuis des décennies. En sortant du Sénat vers midi, je me sens apaisée et touchée.

Dimanche, je décide de me rendre à la Défense participer à la marche en pleine conscience, écouter et ressentir l'enseignement du maître. Impossible de ne pas y être.

Ce sera un dimanche lumineux et doux. Trois mille personnes marchant dans la paix entre les tours de la Défense. Dans la salle de la Grande Arche, une moniale entonne un chant aux paroles très simples : « Nulle part où aller, rien à faire, à présent j'ai tout mon temps... » Le public reprend. Je chante ou je ne chante pas ? Telle est la question. Si je chante, ne vais-je pas me perdre, perdre une partie de moi-même ? En étant un peu sincère, je

dois admettre que ce chant me confronte à cette part en moi qui ne sait pas exprimer la douceur *gratuitement*, de façon aussi élémentaire. Et puis, il y a cette part de nous-mêmes qui fixe l'idée que « ces personnes en train de chanter sont bizarres », et que « ce n'est pas très sérieux ». Compliquant encore la chose, je sens mon cœur qui, lui, me dit que je *dois* chanter, qu'il en a très envie. Alors je murmure quelques paroles. Je lâche le contrôle et me sens bientôt nourrie.

Quelques années plus tard, lorsqu'un éditeur me propose de collaborer à l'écriture de la biographie de Thich Nhât Hanh, j'accepte avec bonheur. Être au contact du maître zen pendant toute la durée de l'écriture est un cadeau que je suis incapable de me refuser.

Céline Chadelat

Première partie

LA RÉALITÉ DE LA SOUFFRANCE
DANS LE BOUDDHISME

LE RETOUR DU MOINE ÉVEILLÉ

L'année 2005 aura été la trente-neuvième et dernière année d'exil du moine zen Thich Nhât Hanh hors des frontières du Viêtname. Après plusieurs tentatives infructueuses, l'autorisation de fouler la terre de ses ancêtres lui est enfin accordée par Hanoï, pour une durée de trois mois entre le 12 janvier et le 11 avril 2005.

Si l'exil a voulu condamner à l'oubli le moine parti aux États-Unis porter son message de paix, les années ne l'ont rendu que plus vivant. Il revient en maître éveillé, auréolé de reconnaissance.

Durant les années de séparation avec sa terre natale, inlassablement, Thich Nhât Hanh a semé les graines de paix dans les cœurs et les esprits grâce à la pratique de la pleine conscience. Alors que la violence était souvent brandie comme une évidence, des milliers de personnes, de Paris à New York, se sont pressées pour écouter ses enseignements sur la paix. En tant que maître spirituel, sa renommée le place désormais juste derrière le dalai-lama. Des récompenses prestigieuses sont venues reconnaître son engagement sincère au service des plus fragiles, son courage exceptionnel ainsi que sa détermination à faire éclore l'amour et le respect pour toutes les formes de vie. Le président de la Banque mondiale

Jim Yong Kim a déclaré à propos de son enseignement qu'il permettait « d'être profondément en compassion avec ceux qui souffrent¹ ».

Moine, méditant, défenseur de la paix, poète, écrivain et artiste, l'œuvre de Thich Nhât Hanh embrasse tous les aspects de la vie : comme en témoigne le lien l'unissant à sa terre chérie, il n'y a pas de différence entre l'amour des hommes et l'amour de la nature et de la vie.

À ses trente-neuf années d'exil, qui prirent pour toile de fond la guerre froide, Thich Nhât Hanh associa la sagesse du « regard profond », lui révélant que la paix n'est pas à trouver dans les déclarations spectaculaires, mais qu'elle se cache au fond du cœur des hommes, et qu'il leur appartient de la révéler. Que le changement ne s'impose pas, qu'il commence en soi-même. Qu'au travers des conflits majeurs, se jouent des forces qui bien souvent dépassent les hommes. Mais qu'en dernier ressort, c'est à eux, dans le tréfonds de leur être, de choisir leur manière de participer au jeu de la vie et de la mettre en action. Au sage d'indiquer les directions, humblement.

Dépassant les frontières de sa terre natale, la vie de Thich Nhât Hanh fut consacrée, grâce à la force de la pleine conscience, à apaiser un monde se débattant dans les affres de l'océan du *samsara*² et ses flots de colère, de haine, de souffrance. Il enseigna la pleine conscience autant que celle-ci fut son enseignante. Qu'est-ce que la pleine conscience ? « Elle est l'énergie d'être conscient de ce qui se passe dans le moment présent. Quand vous

1. « Deeply passionate and compassionate toward those who are suffering », Jo Confino, « Thich Nhât Hanh: is mindfulness being corrupted by business and finance? », *The Guardian*, 18 mars 2014.

2. Le cycle des existences conditionnées, marquées du sceau de la souffrance, de l'illusion et de l'impermanence.

êtes pleinement présent, vous êtes pleinement vivant. C'est une façon de vivre profondément chaque instant de votre vie quotidienne. Cette énergie vous protège et éclaire toutes vos activités. La pleine conscience est la capacité de reconnaître les choses telles qu'elles sont¹ », dit-il.

Les stigmates

Les décennies d'exil n'ont pas effacé de la mémoire du Viêtnam son moine charismatique, aux traits harmonieux, aux gestes empreints de douceur et à la parole apaisante. La communauté bouddhiste attend avec une ferveur contenue l'arrivée de « Thây ». Thây est un diminutif marquant l'affection et le respect, signifiant « maître » en vietnamien, et en général adressé à tous ceux qui revêtent l'habit de moine, que l'on appelle les *bhikshus*². La communauté, comptant parmi elle de nombreux jeunes, attend beaucoup de la visite du moine zen. Le pays vit en effet une liberté religieuse extrêmement restreinte.

En 2005, quarante ans après la fin du conflit qui l'opposa aux États-Unis, la terre du Viêtnam porte encore les séquelles de ses divisions. L'Église bouddhiste unifiée du Viêtnam, qui fut fondée par Thây, n'est plus tolérée. Certains de ses dirigeants sont emprisonnés depuis plus de vingt ans. Officiellement, le parti communiste vietnamien proscrit la pratique du bouddhisme hors du cadre autorisé. Le peuple ne peut fréquenter les temples, pratiquer les rituels ou brûler de l'encens.

En autorisant la venue du si populaire moine zen, le pouvoir sait qu'il avance une carte majeure aux yeux

1. *L'Art du pouvoir*, Guy Trédaniel, 2009.

2. *Bhikshu*: terme sanskrit désignant un moine bouddhiste ou hindou.

du monde. L'autorisation accordée à Thây de revenir dans son pays après un si long exil est présentée par le gouvernement vietnamien comme une politique d'ouverture. Le gouvernement a en effet besoin d'asseoir son économie, mais la classification du Viêt Nam dans la catégorie des « pays violant les libertés religieuses » lui interdit d'intégrer l'Organisation mondiale du commerce (OMC)¹.

Le temple de Hué

Profitant pleinement de la durée de séjour permise par le gouvernement, Thich Nhât Hanh entreprend un périple accompagné d'une centaine de religieux et de quatre-vingt-dix laïcs de l'ordre de l'Inter-Être, rencontrant à l'occasion de ses discours et de ses retraites des dizaines de milliers de Vietnamiens venus lui témoigner leur admiration. Bien des jeunes sont attirés par la vie simple et joyeuse des moines et des nonnes des communautés, au point que de nombreuses demandes ne peuvent aboutir faute de place. Plusieurs centaines de jeunes souhaitent recevoir ses enseignements monastiques au Village traditionnel des Pruniers.

Moment phare de son voyage, il se rend au temple Tu Hieu de la ville impériale de Hué. En 1942, c'est dans ce temple, alors âgé de seize ans, qu'il affirme sa vocation spirituelle en empruntant la magnifique voie des bodhisattvas. Notre monde a un besoin crucial de bodhisattvas, ces êtres dont les paroles expriment l'amour, la compassion et l'engagement profond envers tous. D'après la tradition bouddhiste, les bodhisattvas

1. À terme, ce choix sera favorable au gouvernement, puisque le Viêt Nam intégrera l'OMC en 2007.

sont des êtres qui ont épuré leur karma et qui ont réalisé l'éveil mais qui continuent, en raison de leur vœu d'aider les autres êtres, à se manifester dans le *samsara*.

Grâce à leur énergie d'amour et de paix profonde, ces êtres maintiennent l'équilibre des forces subtiles de la planète et transmettent à ceux qui en ont besoin les graines de l'amour, de la paix et de la compassion. D'après le maître zen, tous ceux qui sont sur la voie de la compréhension et de la compassion sont des bodhisattvas. « Les bodhisattvas ne sont jamais fatigués de la souffrance autour d'eux et ils n'abandonnent jamais. Ils nous donnent le courage de vivre¹ », explique Thich Nhât Hanh. Cette approche démontre combien le moine zen ne craint pas d'actualiser les textes bouddhiques en les mettant à la portée de tous. C'est la force de son message : même le pire des hommes a une valeur, il est un bodhisattva en puissance. Une vérité qu'il n'a jamais craint d'affirmer, quelles qu'en soient les conséquences.

Et depuis cette journée de 1942, l'engagement de Thây a inspiré des milliers de personnes, des milliers de bodhisattvas se sont révélés !

D'un point de vue politique et social, Thây affiche sa volonté d'écouter chacun et de comprendre la réalité du pays qui, à nouveau, s'offre à ses yeux. L'héritage colonial français et la guerre d'Indochine, puis l'instrumentalisation idéologique des grandes puissances, la Russie et les États-Unis, ont pris le pays en étau, aggravant les divisions intérieures et laissant finalement un Viêtnam exsangue, rigide, dont le pouvoir ne semble connaître que la répression brutale. Il réalise combien l'insatisfaction des bouddhistes et les conceptions gouvernementales sont difficilement conciliables. Mais

1. Thich Nhât Hanh, *Il n'y a ni mort ni peur*, La Table Ronde, 2003.

sa croyance en l'écoute et en l'échange demeure infail-
libile. Cette capacité d'écoute profonde, dénuée des voiles
du jugement et des projections, constitue certainement
l'un des ferments de l'humilité qui le caractérise.

C'est la foi bouddhiste du jeune moine qui n'a eu de
cesse de le confronter, sans détour, aux difficultés qui ont
jalonné l'histoire du Viêt Nam. L'épreuve terrible de son
pays, il l'a faite sienne. Il a offert à ses semblables le joyau
de la sagesse bouddhiste et la compassion universelle.
Plutôt que le retentissement furieux des pistolets-
mitrailleurs, Thich Nhât Hanh choisit la partition, trop
délaissée, de la paix. S'il doit y avoir un gagnant dans le
drame qui s'est joué aux confins de l'Extrême-Orient,
alors le moine zen est victorieux. Parce que la paix se
gagne à chaque instant. En 2003, dans un discours face
au Congrès américain, il déclarait : « Il n'y a pas de voie
de la paix. La paix est la voie. »