

Question-14 : Chaque être humain comporte deux parties : le corps et l'esprit. Si on peut soigner les maladies du corps par des médicaments prescrits par le médecin, par quels procédés soigne-t-on la maladie de l'esprit selon le Bouddhisme ?

Pour être heureux, il faut que le corps et l'esprit soient tous les deux en bonne santé. Il ne suffit pas de s'occuper le corps sans s'intéresser à l'esprit. Quand l'esprit est malade, on n'est pas heureux non plus. Si on soigne les maladies du corps par des médicaments prescrits par le médecin, on soigne l'esprit par l'effort personnel, par la volonté, par les conseils des sages, exceptées quelques maladies comme la folie ou les maladies psychosomatiques.

On voit ainsi que pour soigner la maladie de l'esprit, on ne dépense pas d'argent pour acheter des médicaments comme dans le cas des maladies du corps. Mais le problème vient du fait qu'on ne veut pas se soigner même si on se sait atteint de la maladie de l'esprit. C'est par exemple, le cas de certaines personnes dépendantes des filles, des drogues ou des jeux de hasard, qui préfèrent souffrir que guérir.

Quelqu'un qui n'est jamais satisfait de ce qu'il possède et qui veut toujours plus, est-il heureux ou malheureux ? De même, quelqu'un qui éprouve de la haine, de la colère, de la jalousie ou la volonté de nuire aux autres, est-il heureux ou malheureux ? Le Bouddha a dit

« Il n'y a pas de joie, de bonheur, égal à la paix, à la tranquillité, au calme de l'esprit ». (Natthi Santi Param Sukham).

Ainsi pour atteindre cette paix de l'esprit, il faut s'efforcer de développer et de maintenir la bonté, la compassion, la tolérance. Voici quelques extraits des paroles du Bouddha :

"Jamais par la haine, la haine n'est apaisée; mais elle est apaisée par la bienveillance. C'est une vérité éternelle".

Il ne peut y avoir ni paix ni bonheur pour l'homme tant qu'il **désire et a soif de** conquérir et de subjuguier son voisin. Comme l'a dit encore le Bouddha :

"Le vainqueur provoque la haine, et le vaincu est tombé dans la misère. Celui qui renonce à la victoire et à la défaite est heureux et paisible".

La seule victoire qui amène la paix et le bonheur est la victoire sur soi-même.

"On peut conquérir des millions dans la bataille, mais celui qui se conquiert lui-même, lui seul est le plus grand des conquérants".