

## **1<sup>er</sup> KUSEN POUR LE DIMANCHE 11 JUILLET 2021 A ASQUINS**

**« L'important n'est pas ce qu'on fait de nous, mais ce que nous faisons nous-même de ce qu'on a fait de nous ».**

*Cette déclaration de Jean-Paul Sartre m'a frappée parce qu'elle semble tout droit sortie de la bouche d'un bouddhiste zen.*

**« Ce qu'on a fait de nous... » :**

*Nous savons que ce dont nous sommes faits, sur les plans corporel, intellectuel, et émotif, est tout entier issu de nos rapports avec le monde qui nous entoure. Tous les aliments, qui assurent le fonctionnement de notre corps et celui de notre intellect, sont fournis par des sources extérieures. Et leur choix ne nous incombe que partiellement, puisqu'il est fonction de notre milieu géographique et social d'origine. Simplement, nous digérons les uns et les autres, avec des résultats plus ou moins favorables à notre santé physique ou mentale.*

*Nous pouvons rester soumis à cette dépendance, l'augmenter encore, mû par la soif de jouir toujours plus des biens matériels, en accumulant, à notre niveau, richesses ou pouvoir.*

*Mais cela ne permet pas d'échapper aux angoisses liées à maladie, à la vieillesse et à la mort.*

**« L'important est ce que nous faisons nous-même de ce qu'on a fait de nous »**

*Cette réflexion de Sartre sous-entend un refus de la fatalité de notre assujettissement, et une remise en question de nos croyances, et de notre système de vie.*

*Mais la prise en charge consciente de notre **karma** ne peut s'effectuer qu'à partir du moment où nous avons intégré cette notion : « **Ce que nous croyons être nous-même n'est qu'un embryon de ce que nous sommes en réalité** ».*

*Qui suis-je ? pourquoi ? quelle est ma place dans l'Univers ?*

*La question essentielle devient un jour : « **Quelle est donc cette force mystérieuse qui permet de maintenir la cohésion entre toutes les composantes de notre Univers ?** ».*

*C'est le mystère de la Vie.*

*La science n'a toujours pas réussi à définir ce mystère, à le mettre en équations.*

*Une sorte d'appel irrésistible peut nous pousser un jour ou l'autre à entreprendre une quête, à la recherche de cette réponse **dont notre intuition nous révèle des fragments**, mais dont nous éloignent des milliers d'écueils, issus de notre nature ordinaire, qui reste soumise aux apparences, aux préjugés, aux doutes.*

*Cet appel, c'est ce qu'on nomme **l'éveil spirituel**.*

*La première bougie est alors allumée dans **l'obscurité de notre espace intérieur**.*

*De tâtonnement en tâtonnement, à force de pugnacité, l'aspirant que nous sommes fait d'importantes découvertes.*

*Il croyait peut-être jusque-là que son environnement était le responsable de ses propres peurs, de ses propres échecs.*

*Il croyait peut-être jusque-là qu'un être humain est l'association d'un corps et d'une âme, la pureté ou la corruption de ses actes entraînant la pureté ou la corruption de son âme.*

*Il croyait peut-être que se fustiger mentalement, s'infliger des contraintes physiques et morales, était le prix à payer pour assainir l'esprit et obtenir un accès à la Connaissance.*

*Mais, s'il a la chance de pratiquer **Shikantaza**, simplement assis, dans le silence de son mental, s'il demeure dans l'immobilité, uniquement réceptif aux vibrations issues de l'univers et de son propre corps, **qui est lui-même un reflet parfait de l'Univers**, celui qui s'abandonne à elles parvient à l'harmonisation parfaite de son corps et de son mental.*

*Il s'épanouit dans cette **sensation tranquille**, au-delà des sens, et comprend alors la puissante et sereine Réalité de la Vie, en dépit de son mystère.*

*Voilà « **ce que nous pouvons faire de nous** » grâce au vrai zazen, qui nous permet de nous intégrer subtilement, consciemment, **paisiblement**, aux forces qui régissent notre univers*

*Samadhi, satori, transe, euphorie, identification avec une ishta ou un dieu ...qu'importe le nom qu'on lui donne : **cette perception n'est pas un aboutissement**, mais un point de départ.*

*Le point de départ pour une nouvelle aventure qui a pour nom : **la vie de tous les jours**.*