

KUSEN N°1 - 2 JUIN 2024 à ASQUINS

Une nouvelle déferlante s'est abattue sur le monde au moment où j'écris ces lignes.

Ainsi se manifestent violence, jalousie, intolérance, vanité, cupidité, mensonge...

Un véritable tsunami qui nous inquiète et nous interpelle, nous, adeptes de la doctrine pacifiste du bouddha, nous qui essayons de respecter des préceptes radicalement opposés à ces débordements de haine.

Que nous disent les maîtres, qui, tout comme nous, ont été confrontés aux vicissitudes de l'histoire compliquée des hommes ?

Dans la vie de tous les jours, peut-être faut-il adopter ce conseil du philosophe stoïcien Marc-Aurèle qui déclare : « **ô dieux, donnez-moi le courage de changer les choses que je peux changer, la sérénité d'accepter celles que je ne peux pas changer, et la sagesse de distinguer entre les deux** ».

Dans cette perspective, la **vigilance** est indispensable, car l'émotivité, qui semble actuellement prendre le pas sur toutes les caractéristiques de la nature humaine, nous empêche souvent de prendre le recul nécessaire pour réagir paisiblement.

Qu'est-ce qu'agir, alors que, dans notre philosophie, on prône le non-agir ? **Le non-agir c'est agir** avec une spontanéité et un désintéressement absolu, c'est l'action sans but et sans profit personnel, mushotoku.

Or, sachant que **l'interdépendance universelle se manifeste en permanence** et rétablit toujours l'équilibre dans ce samsara tumultueux, nous avons un moyen encore plus efficace pour nous maintenir dans les rangs du contre-pouvoir qui s'oppose à la folie dévastatrice de l'ignorance et de la perversité.

Par notre comportement, devenu paisible grâce à la force de notre pratique, nous avons la possibilité, dans notre environnement immédiat, de reconforter les esprits tourmentés, et de participer au maintien de cet équilibre.

Aussi est-il important d'entretenir cette qualité acquise par le zazen et de se souvenir que « **La vie quotidienne est la Voie** ».

Vimalakirti, dans un entretien avec Nagarjuna disait :

« **Ne pas abandonner les principes de la Voie et en même temps se livrer aux activités d'un simple mortel, c'est l'assise silencieuse** » (autrement dit, zazen).

Le Sutra du Diamant se termine par ce verset : « **Ainsi dois-tu considérer ce monde mouvant : une étoile à l'aube, une bulle dans un ruisseau, un éclair dans un nuage d'été, une lampe qui vacille, un fantôme, un rêve...** » (traduction de Kenneth Sanders)

Lorsque notre esprit est « **vaste** », comme le disait Shunryu Suzuki, quand **l'oubli d'un soi imaginaire** nous permet de fusionner spontanément avec ce qui nous entoure, cet état d'équanimité et de transcendance se manifeste. Alors, notre **compréhension est Connaissance**, et non plus Savoir, nos actes spontanés sont dénués de désir et d'attachement.

Utilisons tous nos outils pour y parvenir : il y a avant tout la **pratique du zazen**, qui développe notre intuition métaphysique, il y a la **réflexion sur les enseignements** des sages, et il y a l'obéissance consciente à leurs **prescriptions**. Ils doivent nous permettre d'acquérir et de mettre en œuvre les deux vertus essentielles définies par le Bouddha : la **Connaissance et la Compassion**.

Pour l'Eveillée, Connaissance et Compassion sont comme **les deux ailes de l'Oiseau** : elles permettent d'évoluer en toute liberté dans **un espace sans limites**.

KUSEN N°2 – 2 JUIN 2024 à ASQUINS

Echapper à « *l'illusion de soi-même* ».

Cela signifie : avoir **toujours présente à l'esprit** l'idée que le « soi-même », l'ego, est tout simplement un être fantoche, façonné par une éducation, par un environnement, par tout un contexte, familial, social, historique, géographique et même politique. Chacun individu est imprégné de savoirs et de sentiments glanés tout au long de son existence mortelle, un individu qui se croit unique et original, mais qui n'est qu'un ramassis de miettes laissées par d'autres.

Le soi-même que l'on chouchoute, c'est une illusion, la pire de toutes.

En prendre conscience est une victoire, et non une désillusion.

Le mot « désillusion » sous-entend la déception, et, dans ce cas, l'amertume de découvrir que l'on n'est pas ce que l'on pensait être, ou ne pas être.

Au contraire, savoir que l'on « est » au-delà des frontières imposées par l'ego est un soulagement !

Dans tous les cas, échapper à « *l'illusion de soi-même* » rend lucide, et modifie considérablement notre appréhension de l'existence. Il en découle une **ouverture extraordinaire sur ce qui nous entoure**, un dépassement continu des limites qui nous confinent ordinairement dans l'espace restreint de notre personnalité civile.

Et l'on embrasse alors largement le monde visible et invisible dont on n'est qu'une infime manifestation, on évolue dans un espace illimité.

« *Si on s'abandonne à la vie entière, on s'adonne à la liberté* » disait le maître Sekito Kisen.

Un savant a déclaré que nous sommes de la « **Poussière d'étoile** ». Une grande découverte de la physique moderne.

Savoir que la matière dont nous sommes faits contient, parfois sous la forme de traces infimes, tous les éléments chimiques de la soupe cosmique originelle, savoir que notre élan vital n'est autre qu'une réplique de l'énergie primordiale, voilà qui nous confirme que, seule, notre apparence humaine nous différencie de ce que nous considérons comme extérieur, ou étranger.

Ce qui nous amène à conclure que nous avons **naturellement** la capacité de nous établir dans une sorte de symbiose entre nous et le reste de l'univers. Cela implique d'oublier nos préjugés, de laisser libre cours à notre **intuition**, de repérer les signaux, prodigués par notre environnement, qui nous intègrent à l'infini de l'espace.

L'admettre intellectuellement est une chose, mais cela reste lettre morte si on ne se donne pas les moyens de l'expérimenter.

Et cela se fait, spontanément, inconsciemment, naturellement quand, immergé dans le silence particulier entretenu pendant le zazen, on s'abandonne à l'épanouissement tranquille de son être.

Par la force d'un zazen assidu, le consentement à cette façon de percevoir le monde finit par s'établir durablement en nous, et à rayonner à travers nos actes. La vie quotidienne devient la Voie.

Maître Hakuin disait : « *Avec le temps qui s'écoule, le disciple voit dans tout ce qui se présente à lui le miroir de lui-même, et il devient, étant reflété en tout, un précieux miroir en retour* ».

Il est évident que cet état d'esprit n'est nullement un vecteur d'indifférence au monde sensible, d'attentisme, ou de fatalisme, bien au contraire. Et il dépasse également la notion d'empathie, car il induit une **implication totale et sereine** dans le samsara, ce contexte compliqué dans lequel on évolue.

C'est ainsi que, en l'espace d'une courte vie, on parcourt un bout du chemin de **la Connaissance et la Compassion**, les paramitas fondamentales.