ASQUINS 25 MAI 2025

Kusen n°1

Comme d'habitude, j'ai puisé mon inspiration dans mes lectures.

Il s'agit ici du dernier écrit de **François Cheng** : « ***Une nuit au Cap de la Chèvre*** ».

Il nous dit : ***« La Voie est faite d'innombrables « communes présences » qui honorent la Vie… »***

Cette phrase, qui sonne presque comme un koan, illustre à mes yeux l'importance de pratiquer zazen en communauté.

« *La présence des autres change la perception* ». C'est une affirmation que j'emprunte encore à un écrivain, et qui m'a parue particulièrement juste dans le contexte de ma réflexion.

J'imagine, que chacun d'entre nous a expérimenté la différence qui existe entre la méditation solitaire, et celle que l'on fait en compagnie d'autres personnes. La première constatation, je pense, c'est de reconnaître que le laps de temps où l'on est capable de rester *« simplement assis* » sur son zafu, c'est-à-dire pratiquer le vrai zazen, est souvent plus court lorsque l'on est tout seul dans son coin. Quand on est immergé dans un groupe, les minutes s'écoulent différemment. On se sent physiquement solidaire de l'immobilité et de la concentration des autres. Plus important encore, on est inconsciemment stimulé par la puissance sereine émanant de cet ensemble d'individus, occupés tout simplement à se maintenir dans la « vacuité » du shikantaza.

C'est la plupart du temps un échange parfait, une osmose fertile.

*La Voie est faite d'innombrables « communes présences… », e*t, ajoute, François Cheng, ces présences « *honorent la Vie »*

Pour éclairer ce propos, je le cite encore une fois :

« De même que le Cosmos n'est pas un sac crevé où les astres se dispersent au gré de leur rotation, les vies sur terre ne sont pas des poignées de sable jetées au vent… »
« Les êtres sont également vivants dans les autres êtres, à l'image des astres qui brillent de leurs feux entrecroisés, ou des arbres qui se nourrissent de leurs racines entremêlées ».

L'interdépendance entre toutes choses se révèle intuitivement à ceux qui ouvrent vraiment les yeux sur l'univers. Les découvertes scientifiques contribuent à nous faire de mieux en mieux comprendre intellectuellement ce concept. Mais, c'est lorsque notre mental est purifié par le zazen qu'il perçoit plus intimement comment tout un réseau à la fois matériel et spirituel nous relie à **ceux** et à **ce** qui nous entoure.

C'est la raison pour laquelle je vous tiens ces propos, et que je vous encourage à enrichir votre pratique. Etre assidu dans le dojo, assister à des sesshins, partager votre méditation avec des inconnus, recevoir dans le silence les bienfaits d'une commune ferveur, cela est indispensable pour accéder, peut-être, à ce que, faute de mieux, on appelle la « **Connaissance** ».

Kusen n°2

Dans la religion chrétienne, on enseigne qu'il y a trois « vertus théologales » : **la Foi, l'Espérance, et la Charité.**

Quand on prononce les vœux de boddhisattva, ou ceux de moine et nonne, on s'engage à persévérer sur la Voie de la Vie en observant l'enseignement du bouddha, jusqu'à parvenir à la bouddhéité, et « sauver tous les êtres ». On résume cet engagement dans l'expression « prendre refuge dans les Trois Trésors » : **Bouddha, Dharma, Sangha.** A mes yeux, cela correspond exactement au fait de se comporter avec Foi, Espérance, et Charité.

La conduite de celui qui connaît et observe ces principes est entièrement commandée par le respect qu'il porte à tout ce qui l'entoure, et par sa quête de spontanéité positive dans ses rapports avec le monde manifesté. L'enrichissement qui en découle est constant, son apothéose étant l'accession à la sagesse.

Je peux confirmer cela par une nouvelle citation de **François Cheng** : « ***Le mouvement du Cosmos est mécanique et répétitif ; la voie de la Vie, en revanche, est en devenir, comportant étapes et étages qui ouvrent sur de possibles dépassements qualitatifs… »***

Nietzche a dit de son côté : « ***Notre corps n'est pas autre chose qu'un édifice d'âmes multiples*** *».*

Je traduis cela par ma conviction que, au cours de son existence, chacun de nous est confronté à tous les possibles qui s'offrent à l'être humain, depuis la sainteté jusqu'à la monstruosité.

Mais peut-on décider librement parmi ces possibles ? Ou faut-il se référer à la notion de karma pour comprendre les choix, les situations, qui créent les divergences entre les êtres ?

Le chemin que l'on emprunte pour satisfaire une profonde aspiration à ce que l'on peut appeler « le bonheur » ou « la sagesse », n'est parfois qu'une impasse, ou bien il débouche sur un gouffre. D'où l'importance de fréquenter et honorer des maîtres, d'étudier leurs enseignements, de les respecter.

Hélène Dorion, philosophe moderne dit **:** ***« Il n'existe aucun chemin. La quête que nous poursuivons repose en chaque chose approchée, en chaque instant qui délivre ses clartés ».***

« *Chaque instant qui délivre ses clartés* … ». Ce lyrisme fera rire amèrement l'homme ordinaire, qui se heurte à chaque instant à une épreuve, qui souffre, qui a peur, qui désire. Mais celui qui pratique zazen, qui a compris que le désir engendre la haine, la jalousie, la souffrance et la peur, celui-là regarde le monde d'un œil différent et, intuitivement, sans faire de catégories, progresse sur « ***la voie du milieu*** » préconisée par le Bouddha.

Effectivement, la vie quotidienne est la Voie, sans immobilisme (sauf sur le zafu). C'est une succession ininterrompue d'actes et de pensées qui s'enchaînent et qui interfèrent, dans notre évolution personnelle autant que dans celle de ceux que nous côtoyons.

Voilà une certitude qui nous engage à demeurer vigilants, à chaque instant, comme pendant le zazen, où l'on expérimente la patience, la fermeté et l'ouverture au monde infini.