



西  
叟  
KUSEN

**Kusen de Vincent Keisen Vuillemin**

**Moine zen**



## **Zazen vendredi soir**

En prélude à cette petite sesshin d'un jour et demi, je voudrais faire le vœu avec vous tous que nous soyons tous remplis de joie à pratiquer ensemble. Lorsque des moines et des nonnes, des bodhisattvas et des pratiquants sincères de la Voie de l'éveil se réunissent quittant pour quelques jours leurs activités journalières pour se retrouver en paix, ceci est semblable à toutes les rivières venant de contrées lointaines, de montagnes et de vallées parsemées sur la terre, transportant dans leurs eaux les phénomènes de chaque vie. Toutes ces rivières, d'où qu'elles viennent rejoignent alors l'océan, confondent leurs eaux, leurs couleurs, leurs poissons petits et grands pour se retrouver mélangés dans l'immensité de la grande mer des enfants de Bouddha, celle de tous les êtres. Chaque goutte d'eau alors est une partie de l'océan, indissociable, tout n'est plus que la saveur du dharma et la sangha retourne à la sangha universelle de tous les Bouddhas, de tous les Patriarches et de tous les Maîtres.

Nous venons de pays différents, avec des vies différentes, ce qui nous relie est que nous sommes tous des compagnons et des compagnes de la Voie. La pratique de zazen, qui nous a été transmise pendant des siècles est notre diamant précieux. Bien sûr il a de multiples facettes, toutes brillantes, reflétant la lumière de notre foi intérieure. Mais il est un comme toutes les eaux des océans sont la même eau. Que cette eau soit pure, transparente, légère. Alors faisons le vœu, les vœux du bodhisattva, de la purifier pour en faire don à tous les êtres. Une sesshin est comme si vous lanciez un petit caillou dans un lac, ou même que vous le lanciez dans l'océan, les petites vagues produites finiront toujours par atteindre le rivage même si nous ne les voyons pas, ceci est notre foi, il n'y a aucun doute qu'elles se propageront jusqu'aux bords laissant l'océan calme et tranquille.

Je serai heureux de partager avec vous, pour grandir ensemble, quelques aspects de la Marche héroïque des bodhisattvas qui est accompagnée par le cortège de la pratique des six perfections ou six paramitas. De même que les fontaines, sources, fleuves, rivières et cours d'eau se jettent dans la grande mer, ainsi tout ce que possèdent les bodhisattvas en termes de pratique se retrouve dans la pratique de la Marche héroïque. Avec un esprit

droit, une foi solide, alors nous pouvons tous nous mettre en route et pratiquer cette sesshin.

**Zazen samedi matin, 11 heures**

Quand l'esprit est droit, la foi est solide et quand la foi est solide il est possible de se mettre en route dans la Marche héroïque des bodhisattvas, accompagné du cortège des paramitas. En effet comme dit le sutra du Suramgamasamadhi, tous les samadhi, les libérations, les concentrations, le don, les pouvoirs magiques pour sauver les êtres et les savoirs sont inclus dans la Marche héroïque. Ne laissez pas échapper ne serait-ce qu'une goutte de l'océan des vertus et avec les paramita cultivez l'esprit qui s'efforce d'accroître la source du bien sur la montagne des bienfaits, dit Etienne dans ses commentaires du Tenzo Kyokun de Dogen. Il n'existe aucun lieu séparé de vous-même et la pratique des six perfections n'est pas une pratique spéciale, particulière, elle se situe juste au centre de votre vie. Pour un bodhisattva elle en est l'essence même. Sur la Voie de la Marche héroïque, ne vous laissez pas influencer par vos contradictions, les difficultés, voire même les autres, avancez sans peur comme un héros invincible.

Lorsque le Bouddha s'adressa à Drdhamati, le bodhisattva Intelligence ferme, sur le pic des vautours, il lui dit à propos du don : « Le bodhisattva n'a pas besoin de chercher les richesses pour les donner ». Il sait que toutes ces richesses ne lui appartiennent pas en propre, bien qu'il les possède. Dans son esprit il a déjà donné les richesses qui sont passées par lui et donc peut pratiquer librement le don. Par les vœux du bodhisattva il a déjà donné sa vie et rien ne peut l'arrêter, il est indestructible. Bien sûr les gens du commun pensent qu'ils possèdent les choses en propre, certains même pensent qu'ils peuvent posséder des êtres, des gens, comme des esclaves privés de leur liberté inaliénable de mouvement.

En fait réalisons que nous ne possédons rien en propre, tout vient de la terre et du ciel. Lorsque nous sommes nés nous mesurons à peine 50 centimètres, même notre corps, notre vie provient du cadeau de l'univers. Dans ce cas qui peut-il bien donner quoi que ce soit à qui que ce soit ? Nous échangeons les produits de la vacuité qui ne nous appartiennent pas, il n'y a donc pas de donateur, aucune personne qui reçoit et rien en fait d'existant par lui-même ne peut être donné. Et pourtant nous pouvons beaucoup donner

pour aider tous les êtres, l'humanité, ou notre prochain, celui ou celle que nous rencontrons dans la rue. Et cela à partir de l'esprit de don. Sans cet esprit toutes vos pratiques ne resteront que des exercices inutiles, personnels pour votre bien être, jamais nous ne fleurirez les champs merveilleux de l'éveil, les graines qui vous ont été transmises ne donneront aucune plante, aucune fleur, votre monde restera sec.

Ainsi bien que le bodhisattva sache que tout est déjà donné, il continue sa pratique du don pour élever les êtres, pour aider les possessifs, les avares, leur montrer la Voie du dépouillement, pour qu'ils laissent tomber leur manteau de roi ou leur guenille de mendiant. Bien qu'il voie les êtres comme n'existant pas par eux-mêmes, il continue d'augmenter sa compassion pour eux et ne se lasse jamais de leur donner son amour.

Une fois je me souviens de l'histoire qu'Etienne avait racontée : un homme se promène dans la rue et un mendiant l'accoste. Il veut de l'argent. D'abord l'homme le repousse, mais le mendiant insiste. Alors l'homme continue sa route en feignant de l'ignorer. Le mendiant s'accroche, le tire par la veste, ameute toute la rue, se fait suppliant, se colle à lui. Mais le cœur endurci de l'homme ne bouge pas. Impossible de s'en débarrasser, alors à la fin l'homme abandonne vraiment, il fouille dans sa poche pour trouver de la monnaie, il est d'accord de lui donner quelque chose et lorsqu'il se retourne pour donner des pièces au mendiant, celui-ci a disparu, il n'y a plus personne, comme par magie.

### **Samedi, zazen de l'après-midi**

La perfection du don est la première paramita, elle nourrit toutes les autres. Ces pratiques ne sont pas des essais ou des recherches de devenir parfait soi-même, ce qui serait vraiment une attitude honteuse pour un bodhisattva. Si le bodhisattva pratique les paramita c'est uniquement dans le but d'en posséder les pouvoirs salvifiques. Dans le but d'élever les êtres pour qu'eux même poursuivent alors ce but. C'est très semblable à l'expression qui consiste à dire qu'il vaut mieux apprendre à pêcher aux gens que de leur donner continuellement du poisson mort. Et que chacun devienne maître.

La silaparamita, la perfection de moralité. Evidemment là tout le monde s'attend déjà à ce que le kusen devienne lourd. A ce propos le sutra dit : « Le bodhisattva en Marche héroïque ne s'engage pas à la moralité, mais ne s'en écarte pas. C'est pour discipliner les êtres qu'il semble s'engager à la moralité. Intérieurement il est toujours pur. Pour mûrir les êtres il semble s'adonner aux objets du désir mais intérieurement il est toujours établi en concentration, de moralité pure et parfaitement conscient des défauts de la triple existence. »

La moralité d'un bodhisattva est donc d'un niveau élevé, il ne s'agit pas d'essayer de se comporter comme un curé, attaché à des règles mortes, sans vie. Tout en restant pur en son esprit, il peut lui arriver pour aider les êtres de marcher sur les principes, car les principes c'est comme les planches, quand on marche dessus ça plie. Toujours l'esprit droit. Celui-ci est bien évidemment relié à notre posture droite en zazen. Corps et esprit droits pour montrer la Voie aux personnes perdues dans la fausseté. Comprendre son propre esprit n'est pas chose évidente pour la majorité des mortels. Si chacun voyait à la fois la droiture de son esprit et ses côtés obscurs, alors naturellement par la conscience de sa responsabilité d'aider l'humanité à marcher vers un monde plus tourné vers l'authenticité, chacun naturellement serait amené à pratiquer la perfection de moralité. C'est comme voir son image dans le miroir chaque matin, tel qu'il est, avec transparence tout en voyant le visage d'un bodhisattva et se dire que ce visage animé de l'esprit d'un bodhisattva reflète quelque chose de très précieux, un diamant pour l'humanité. Pratiquer

la moralité pour élever les êtres, c'est mieux. Toujours comme un don, par compassion, sans relâche, car les êtres à sauver sont innombrables.

De même est-il dit : « Le bodhisattva en marche héroïque cultive la patience. En même temps il n'y a rien qu'il cultive, rien qu'il ne cultive pas. Le samsara ne mérite pas de considération et il cultive la patience. N'étant pas attaché au nirvana, il cultive la patience. »

Pour aider les êtres impatients, les gakis, les êtres affamés, le bodhisattva cultive la patience. Possédant le pouvoir de la patience, il est naturellement bienveillant. Il parle tout en cultivant le silence. Donc s'il maîtrise les façons de nager, ce n'est pas pour concourir aux jeux olympiques, mais bien pour sauver ses frères de la noyade. C'est pourquoi Kannon, le bodhisattva Avalokitesvara a mille bras, en fait une infinité de bras, pour tenir tous les êtres dans ses bras et les sauver.

Un jour un voleur était poursuivi par des soldats qui voulaient le tuer. Voyant un temple zen il s'y réfugie et demande au simple moine qui vivait là de le cacher. « Cachez-moi s'il vous plaît car ces soldats veulent ma vie ». Le moine sans penser à sa propre vie le cacha dans un coffre. Evidemment les soldats entrèrent dans le temple avec leurs gros souliers : « Où est le voleur ? » « Pas vu répondit le moine, pas ici ». Les soldats alors dirent au moine : « Soit tu nous dis où il est, soit on te tue. » Tranquillement le moine leur répondit : « Alors tuez-moi. ». Il s'assit en zazen et attendit pendant que les soldats sortaient leur sabre. Le chef néanmoins eût du respect pour ce simple moine et lui offrit de pouvoir avoir une dernière chose. « Un grand verre de saké » dit le moine. Alors tranquillement le moine en zazen ferma les yeux et but son saké calmement. Lorsqu'il eût fini, il ouvrit les yeux et vit que les soldats avaient disparu.



**Samedi, zazen du soir.**

Lorsque le Bouddha, couché, allait mourir, Ananda vint vers lui, vers son Maître bien-aimé et lui demanda : « Si jamais tu meurs, alors que dois-je faire ? » Le Bouddha lui répondit : « Ananda, toujours cultive la vertu de l'énergie. » Alors tous les êtres s'éveilleront dans le champ de l'énergie des bodhisattvas. Les Bouddhas, les Patriarches sont des humains, ils meurent comme nous devront le faire également. Mais l'énergie qu'ils ont transmise, elle, ne meurt pas, elle habite les pratiquants de la Voie, les nourrit toujours, comme l'air qu'ils respirent, le pain qu'ils mangent, l'eau qu'ils boivent et l'amour qui coule dans leur être. Cette énergie-là ne s'épuise jamais, au contraire elle prend vie dans tous ceux qui continuent, encore et encore et encore, encore.

Dans le Suramgamasamadhisutra, le Bouddha dit à Drdhamati : « Le bodhisattva produit une grande énergie à la recherche des bons dharma mais ne développe aucune activité du corps, de la voix ou de la pensée. C'est pour les paresseux qu'il semble exercer l'énergie afin – dit-il – que les êtres imitent mes exercices, mais sur les dharma aucun effort, aucune prise. Il semble actionner son énergie, mais il est intérieurement et extérieurement sans faire aucun effort. Il semble mettre en œuvre tous les bons dharma, mais il ne distingue ni bons ni mauvais dharma. Il semble chercher la vérité, mais en ce qui concerne l'état de Bouddha il ne dépend nullement de l'enseignement d'autrui. »

Pratiquez donc cette énergie inépuisable et enseignez-vous vous-même.

Nul ne peut prétendre suivre sincèrement une voie spirituelle sans prodiguer de grands efforts. Justement c'est là toute la différence. Dans la vie de tous les jours, sans conscience spirituelle, les efforts fatiguent, toujours faire, faire, des fois encore plus, c'est épuisant. Mais si vous possédez l'énergie des Bouddhas et des Patriarches, cette énergie-là ne s'épuise jamais et tous les efforts que vous faites ne vous fatiguent pas, votre énergie se régénère à chaque instant, alimentée par votre foi profonde. Un grand journal français a pour devise : la liberté de la presse ne s'épuise que si l'on ne s'en sert pas. C'est la même chose, plus vous utilisez votre énergie sur la Voie des Bodhisattvas plus elle est grande. Bien sûr si vous cherchez quelque chose pour vous-même, soit vous le

trouvez, ce qui m'étonnerait d'ailleurs beaucoup, et vous arrêtez, soit vous ne le trouvez pas et vous vous épuisez. De la même façon vous arrêterez. L'énergie de la foi intérieure est constamment vivante, plus vous la pratiquez, plus elle grandit. Tous les efforts que vous faites ne la diminuent pas. Ce n'est pas parce que vous aimez deux personnes plutôt qu'une que cet amour en sera réduit à sa moitié. Aussi mettez toute votre énergie dans la pratique de la Voie et dans votre vie quotidienne. Il ne s'agit pas de faire du 50-50%, mais bien d'embrasser tout avec la même énergie.

Souvent les gens disent : « Ah, je suis fatigué. » Bien sûr ça m'arrive aussi. Cela arrive justement lorsque le bodhisattva perd contact avec son énergie spirituelle. Elle est toujours là mais il ne l'a sent plus. Il se retrouve alors sans appui, épuisé. Cultiver constamment sa propre énergie spirituelle, religieuse est un cadeau de la Voie. Protégez-là comme un diamant, surtout ne la perdez pas, c'est votre amie la plus proche, la compagne de votre vie de pratique qui ne vous lâchera jamais. Aussi le Bouddha dit-il plusieurs fois à Ananda, surtout Ananda pratique la vertu de l'énergie, la vertu qui te permettra de continuer contre vents et marées quand je serai mort.

### **Dimanche matin, premier zazen**

« Pour dompter la pensée, le bodhisattva ne s'écarte jamais du samadhi et n'abandonne pas l'état de concentration. Il se montre lui-même en samadhi pour convertir les gens distraits. Quand il apparaît parmi les laïcs, c'est exactement comme s'il était parmi les religieux, et s'il se montre en religieux, il n'a pas l'orgueil d'un moine. Par bienveillance et compassion pour les êtres, il entre dans toutes les activités de la vie quotidienne, mais il demeure toujours concentré, en samadhi. »

Le bodhisattva est bien la grande figure pour notre époque. Se jetant dans la souffrance pour sauver tous les êtres, il vit dans la vie de tous les jours, dans le samsara si vous voulez, c'est là qu'il remplit sa mission, c'est là qu'il engage sa responsabilité de moine de la Voie.

Dans sa vie il est comme un bon navire. Il part d'une rive pour faire traverser d'innombrables êtres jusqu'à l'autre rive. Lorsqu'il est arrivé il retourne en arrière pour faire passer d'autres êtres et ainsi de suite. Il voit les êtres être emportés par les remous du fleuve, par les impuretés du désir, de l'existence, des vues fausses et de l'ignorance, il veut donc les sauver et les conduire à la réalisation de l'éveil. Lui reste toujours en samadhi, possédant la maîtrise de son esprit, et sachant en fait que tous sont déjà sauvés. Pour cela il tient compte du degré de maturité des êtres : si ce sont des auditeurs il leur prêche l'extinction de la souffrance pour leur donner du courage, si ce sont des adeptes du Petit Véhicule il leur prêche les vertus du Mahayana. Ensuite il retourne à d'autres naissances, il retourne à d'autres jours pour sauver d'autres êtres et cela inlassablement.

Le grand bodhisattva accompli ne génère pas la pensée de l'éveil complet pour sauver un seul être, ni même un nombre d'êtres égal aux atomes contenu dans les univers, mais bien pour les sauver tous, sans en rejeter un seul. Lui-même joue dans le samadhi, comme il entre dans le temple et en sort, le samadhi l'accompagne toujours, il ne l'oublie jamais. Zazen et vie de tous les jours sont unité, samsara et nirvana sont identiques, vie et mort sont inséparables, tout est impermanent, vacuité, interdépendance, aussi le samadhi lui-même est-il pour lui un jeu.

Un homme était poursuivi par des tigres affamés qui voulaient le dévorer. En s'enfuyant par malheur il tombe dans un puits où à sa grande surprise il remarque qu'il n'y est pas du tout seul. Un nombre incalculable d'êtres sont déjà dans ce puits, apparemment condamnés à mourir là au fonds de ce puits sans lumière. Mais dans sa vie une fois cet homme avait fait preuve d'une grande compassion pour une araignée. Celle-ci était en train de se noyer dans une rivière alors cet homme l'en avait sortie en lui tendant une brindille et l'araignée avait ainsi été sauvée. Cette araignée ne l'avait pas oublié. Lorsqu'elle vit ce pauvre homme en train de désespérer dans son puits, elle s'approcha du bord et fit descendre un fil d'araignée tout mince, fragile le long des parois du puits jusqu'à l'homme. Celui-ci s'y accrocha et de toutes ses forces se tira vers la sortie. A mi-chemin, fatigué, il se retourna et vit que la multitude des êtres qui étaient dans le puits avec lui avaient aussi commencé à monter derrière lui en s'accrochant les uns les autres au fil de cette araignée. La pensée que le fil allait casser avec tous ces voleurs qui profitaient de son fil lui traversa l'esprit. Si tous ces gens s'y mettent ça va casser, ce fil ne peut pas tenir pour tous. Aussitôt qu'il pensa cela le fil se cassa et l'araignée disparut.

Nul ne peut se sauver lui-même seul, de toute façon.

### **Dimanche matin, dernier zazen**

La dernière des paramita c'est la Prajnaparamita, la plus secrète, la sagesse. La sagesse couvre tout mais en même temps ce n'est pas quelque chose. Qui peut savoir ce qu'est la grande sagesse ? A la fin de l'hiver chacun peut comprendre intimement que c'est la neige qui fait la montagne.

« Le bodhisattva muni de la profonde et merveilleuse sagesse semble exercer les pratiques pour mûrir les êtres, mais en vérité il n'a aucun dharma à pratiquer, et il a dépassé toutes les pratiques. Muni de ce savoir et de cette sagesse, tous les actes qu'il accomplit sont conformes au savoir et à la sagesse et il n'est pas souillé par le fruit de ses actes. » Pourquoi ? Parce qu'il agit uniquement pour le bien de ses frères humains.

Les terres des bodhisattvas sont les terres des êtres. Ils les labourent, plantent des graines pour calmer la faim et la soif des hommes, et s'occupent chaque jour avec amour que les récoltes poussent. Les fruits de ces récoltes ne leur appartiennent pas, ils appartiennent aux générations futures, qui eux-mêmes les replanteront jusqu'à ce que la terre entière soit transformée en champs de bodhisattvas. Il est possible que sauver tous les êtres prendra plus de temps, un temps immédiat ou infini, ce n'est pas si essentiel dans une dimension qui dépasse le temps si court de notre vie. Si un moine venait une fois par siècle effleurer de son kesa le mont Sumeru, même lorsque cette montagne aura depuis longtemps disparu, toujours des bodhisattvas agiront pour le bien de tous.

Nos vœux de bodhisattva, vœux d'aujourd'hui, porteront inmanquablement leurs fruits. Pour nous aujourd'hui, et pendant notre vie, il s'agit de se comporter comme tel comme si nous portions l'immensité de cette œuvre salvatrice. Un voyage de dix mille li commence toujours par avancer un pied. Tout cela est le travail des bodhisattvas, la raison même pourquoi ils sont vivants ici et maintenant.

Alors chacun continuez humblement avec une foi inébranlable, un courage invincible et un amour toujours grandissant.

