



西
島
Vincent Keisen Vuillemin

Kusen de Vincent Keisen Vuillemin

Moine zen



ZAZEN, 8 h 30

Le zen est l'essence du bouddhisme, c'est-à-dire son cœur le plus épuré, débarrassé de la plupart de ses rites, croyances, cérémonies, et tout son tralala de couleurs ; reste alors la foi pure sans objet, la foi dans l'être humain et sa propre foi intérieure. La liberté ou plutôt la libération de chacun est l'essence même du zen. A son niveau le plus simple mais également le plus profond, le zen est destiné à libérer le potentiel caché de l'esprit de chacun. Il ne faut pas l'oublier, et voir au-delà des efforts que demande la pratique, au-delà de suivre le sangha, au-delà de tout ce qu'il est bien de faire, il faut surtout garder présent à l'esprit que le zen est d'abord la Voie de la libération. Quoi de plus merveilleux que d'avoir l'esprit libéré et non paralysé par ses propres pensées, ses émotions, ses peurs.

Il peut arriver lorsqu'on parle de la Voie, que les gens s'imaginent un satori, une illumination, un éveil, qu'ils ne connaissent pas, comme un monde magique, pour l'instant impénétrable mais qui un jour avec suffisamment de pratique de la méditation, de suivre l'enseignement d'un maître par exemple apparaîtra, comme si le voile du temple allait se déchirer par magie. N'ayez pas l'esprit du mendiant. Il s'agit de soi-même, que la Voie est soi-même, que Bouddha Shakyamuni était un être humain comme nous et que son expérience est l'expérience de chacun. Chacun, s'il le veut bien, s'il en a le désir profond, le courage, la fidélité et s'il en possède la confiance, fera la même expérience avec tous les êtres, et vivra chaque jour dans un monde renouvelé de liberté.

La liberté ou la libération de soi-même ne peut être demandée à qui que ce soit. « S'il vous plaît donnez-moi la liberté », pas possible, prenez-la vous-même, inventez votre propre liberté. Ceci est le vrai travail de la Voie, le chemin de Bouddha, ne plus dépendre de l'opinion des autres, connaître intimement son esprit, qu'il devienne transparent. Dans l'histoire de notre univers, à une période donnée la température est devenue plus basse, les particules élémentaires ont ralenti leur agitation et la lumière a pu passer sans se cogner partout, le monde de la lumière est né, il est devenu transparent, le monde est devenu observable. Même chose avec votre esprit, si celui-ci se cogne partout, impossible d'observer quoi que ce soit, lorsqu'il devient transparent, alors la vision de la réalité peut devenir claire, votre monde peut être illuminé.

La Voie de la libération peut être pratiquée au milieu de notre vie de tous les jours, au milieu des autres, la Voie de l'esprit droit, de la confiance en soi, peut être pratiquée au milieu du monde des dragons. Etienne disait : le zen, c'est la vie. Si vous ne voulez pas l'appeler le zen, appelez-le la vie. Et dans la vie, la libération c'est mieux. Alors la question n'est pas la libération, c'est évident, libération de tous sans rejeter qui que ce soit, mais comment faire, quoi faire, chaque jour, dans le monde des dragons dans lequel nous sommes tous plus ou moins plongés. La Voie de la libération dans la vie quotidienne, c'est un peu plus difficile qu'en zazen, mais c'est le mérite d'être vivant.

ZAZEN, 11 h

Chacun crée le monde dans lequel il vit. La façon dont nous voyons les choses, dont nous observons ou réagissons aux phénomènes de notre vie, se trouve dans notre esprit. Notre liberté réside dans notre vision du monde, et notre libération consiste à rendre cette vision illuminée, éveillée. Tout en aidant chacun à illuminer son propre monde par son propre éveil.

Prenez par exemple un moine de la Voie de la libération, sortant de son temple, ou du dojo, n'ayant rien à faire ou devant se presser pour aller au travail. Il pleut. « Quelle chance il pleut ». Cette pluie le ramène à ses racines, à la nature, l'eau à boire, la fraîcheur. Il profite de faire l'expérience d'abandonner la peur d'être tout mouillé, sur un crâne rasé quelle importance de toutes façons, ses habits sécheront. Il en profite même pour se rappeler que les nuages qui passent dans le ciel sont le reflet de sa propre impermanence, qu'ils sont alimentés par l'évaporation de l'eau des océans, et cela lui rappelle également le cycle de sa vie. La pluie devient vivante, elle fait partie de son monde illuminé, la terre est proche, le ciel est présent, alors ce moine est content, il sourit aux personnes dans la rue, leurs journées sont traversées par un rai de lumière.

Mais un mendiant. « Ah merde, il pleut ». Il pense que peu de gens seront dans la rue, personne ne s'arrêtera, son gain sera très faible. Le monde devient étranger, hostile, différent, séparé, opaque. Alors il accroche les gens avec son esprit de mendiant, qui le repoussent, la journée devient démoniaque pour tous.

Un roi lui se dit « La pluie, vite mes gens, un parapluie, mes bottes, je vais salir mes beaux habits, mais où est mon carrosse, ils ne vont quand même pas me laisser moi un roi, le maître de cette contrée sous la pluie comme n'importe qui ». Ou alors il rentre dans son palais, passant à côté de profiter de ce jour différent, à créer, n'en tirant aucun enseignement sur sa condition ni sur lui-même, empêtré dans ses conceptions et l'idée qu'il a de lui-même. Bon, dans la Voie de la libération il faut laisser tomber ses guenilles de mendiant de la Voie et abandonner ses beaux habits de roi. Et décider de son esprit.

Huonglang a dit:

« Celui qui a déjà franchi la barrière continue librement. Celui qui demande au portier si c'est d'accord ou non est celui qui n'a pas encore franchi le passage. »

Du début à la fin, tous les enseignements des Maîtres zen ont été sur la libération, la liberté de voir, la liberté d'être, la liberté de vivre. Tous ont considéré la Voie comme celle de la libération intérieure.

Huanglong a pensé : le zen se propose de libérer les gens, c'est-à-dire libérer leur esprit des préoccupations continues auquel il est soumis. Pour cela inutile d'abandonner sa vie de famille, de devenir végétarien, de pratiquer l'ascétisme ou de s'envoler pour un endroit tranquille et finalement s'enfermer dans la cave des fantômes du zen mort pour se satisfaire d'images subjectives. Il s'agit d'étudier son esprit dans tous

les actes de la vie quotidienne, tirer son propre enseignement de tous les phénomènes que nous rencontrons, simplement être normal, autonome où que vous soyez, car la réalisation de l'éveil, la libération se trouve en vous-même où que vous soyez. La Voie n'est pas un chemin tracé par quelqu'un d'autre qu'il faudrait absolument retrouver et suivre pour arriver au gîte d'étape, ce n'est pas comme le chemin de Compostelle, avec des églises sur le chemin où vous pourriez faire tamponner votre carnet, telle sesshin un tampon, camp d'été deux tampons, ordination trois tampons. La Voie de la libération, la source de la libération vient de votre propre cœur. Il n'y a aucun chemin tout tracé qui peut apporter la paix et la satisfaction à un être humain, ce chemin il doit le tracer lui-même. Bien sûr les enseignements des anciens maîtres aident, mais lorsque vous connaissez votre propre cœur, alors tous ces enseignements sont en vous-même, le secret du zen est en vous-même, nul besoin de le chercher ailleurs.

Il faut trouver Bouddha, soi-même, le monde de la libération dans sa vie de tous les jours, ceci avec la pratique de l'éveil, continue, approfondie et sincère. Ayez confiance et la réalisation de l'éveil est garantie, tous les Bouddhas l'ont affirmé.

Le truc de départ est de contrôler son esprit, couper les pensées négatives avant qu'elles deviennent réelles, apprivoiser ses émotions avant qu'elles deviennent envahissantes, tout cela représente un travail intérieur continu, une vraie pratique, c'est la pratique de la Voie aussi, et surtout, il n'y a pas que zazen, il faut également apprivoiser son esprit, avec une volonté inflexible.

Ainsi Yaunwu dit :

« C'est pourquoi les sages font attention au commencement, ils sont attentifs aux avertissements. Même l'eau qui coule goutte par goutte, si elle ne s'arrête pas, peut de façon ultime changer un verger plein de fruits en un lac. Une flamme, si elle n'est pas éloignée, finira par brûler un bosquet.

Lorsque l'eau est comme un fleuve et que le feu fait rage, le désastre est déjà en train d'arriver – même si vous voulez aider, il n'y a aucun moyen. Dès longtemps il a été dit, « Si vous ne portez aucune attention aux moindres actions, de façon ultime celles-ci encombreront la grande vertu. »

ZAZEN, 14 h 30

Lingyuan a dit :

« Lorsque vous taillez et polissez un caillou, tant que vous le grattez et le frottez vous le ne voyez pas décroître, et pourtant avec le temps il sera usé. Lorsque vous plantez un arbre et que vous en prenez soin, vous ne le voyez pas grandir, mais avec le temps il devient grand.

Lorsque vous accumulez des vertus grâce à une pratique continue, vous n'en voyez pas le bien, mais avec le temps cela arrive. Si vous abandonnez le juste et allez à l'encontre de la vérité, vous n'en voyez pas le mal, mais avec le temps vous pérez.

Lorsque les pratiquants y réfléchissent jusqu'au bout et le mettent en pratique, ils développent de grandes capacités et irradient une excellente réputation. Ceci est la voie qui n'a jamais changé, ni aujourd'hui ni jamais. »

Chacun son rythme sur la Voie de la libération. Se dépouiller un peu de son karma est une longue et grande étude, des habitudes prises, des injonctions de tout le monde dans son enfance, ou au travail, des fois même de l'exploitation. Trouver sa propre vérité est une grande affaire, tout en restant humble, à l'écoute, sans discrimination abusive, se débarrasser de ses préjugés, devenir petit à petit un vaisseau de l'éveil où tous peuvent embarquer, qui supportera les vagues et fera corps avec l'océan. Chacun son rythme car la Voie est comme l'océan, plus vous plongez plus elle est profonde, elle est comme une montagne, plus vous grimpez loin, plus elle est haute. La Voie est comme la Terre : plus vous allez loin, plus elle est étendue. Alors inutile de se précipiter, d'essayer d'accrocher quoi que ce soit, de toute façon un jour chacun connaîtra le but ultime de l'éveil merveilleux, ceci demande une réflexion de toute une vie.

Maître Bian dit à Hunrong :

« Les moines qui n'ont aucune vertu intérieure sont semblables à des bateaux brillamment peints qui prennent l'eau – si vous mettez dedans des mannequins et les posez sur la terre sèche ils ont l'air parfaits, mais une fois qu'ils naviguent sur des rivières et des lacs, dans le vent et les vagues, ne sont-ils pas en danger ? »

Il ne s'agit donc pas d'une libération commune, du style de se dire, tout va bien, je fais ce que je veux, je suis ma propre liberté en ne m'occupant de rien d'autre, je navigue avec mon petit bateau dans ma baignoire ou dans le port aux eaux tranquilles et huileuses. Non, il s'agit de porter la Voie même dans les quarantièmes rugissants, de hisser ou de rouler ses propres voiles sans demander quoi faire, ou prier pour du secours, mais faire naviguer le bateau et libérer la Voie pour tous, mais pour cela libérer d'abord son propre esprit, sinon impossible d'aider qui que ce soit sur le chemin de la liberté. Un bateau sans gouvernail ne peut traverser au-delà, encore moins montrer le chemin de la crique aux eaux claires et transparentes. Ainsi l'esprit clair et transparent du moine peut-il montrer le chemin de la véritable libération.

Huanglong dit au grand homme d'Etat Wang Anshi :

« Quoi que vous décidiez de faire, vous devriez toujours rendre le chemin devant grand vous ouvert et libre, de telle façon que tout le monde puisse l'emprunter. Ceci est la réflexion d'un grand homme.

Si le chemin est étroit et périlleux, que les autres ne peuvent l'emprunter, alors vous-même n'aurez aucun endroit pour y mettre les pieds non plus. »

Le vœu du bodhisattva est de libérer tous les êtres. Pour cela il doit également se libérer lui-même, mais sa propre libération n'est pas son but ultime. Il est aussi difficile de se libérer soi-même que d'aider qui que ce soit à s'ouvrir à la Voie de la vérité et de la compassion. Car comment voulez-vous libérer qui que ce soit de ses labyrinthes intérieurs si vous-même ne connaissez pas cette légèreté de l'esprit ? Ceci est la Voie, le reste se perd dans le mysticisme, la religion, les croyances, voire les sectes. Mais d'autre part pour être libéré véritablement soi-même, alors faut-il également que le monde entier soit libéré. C'est-à-dire qu'il réalise qu'il a toujours été libre, que chacun a toujours été libre.

La libération est de réaliser ça, que nous sommes de tout temps libres. Il ne s'agit pas d'accrocher une liberté inconnue et extérieure, mais bien de réaliser la sienne, avec tous les êtres, c'est-à-dire de n'exclure aucun être de cette réalisation, d'englober tout le monde, tout son monde, dans l'illumination donnée par cette liberté. Bon pour ça, il faut s'en occuper chaque jour, avec la pratique de zazen, avec notre vie, c'est la Voie, la grande affaire de la vie de chacun. Ce qui vous satisfera vraiment, et sera bien pour tous.

Continuez, toujours continuez, chaque jour, la réalisation de l'éveil est de chaque jour, de chaque instant, la vie est courte, ne perdez pas votre temps.

ZAZEN, 16 h

Lingyuan dit :

« Un ancien maître dit, « En étudiant la Voie de la libération, réaliser est difficile ; lorsque vous l'avez réalisée, la préserver est difficile. Lorsque vous pouvez la préserver, la mettre en pratique est difficile. » Lorsque vous porterez la Voie en vous-même, ceci sera encore plus difficile que la réaliser et la préserver.

Généralement parlant, la réalisation et la préservation sont une question d'effort continu et de persévérance affermie, luttant seul de votre côté ; mais la pratique demande un esprit égal et un engagement de toute la vie pour vous oublier vous-même et aider les autres.»

A la fin, aucune doctrine, rien à dire : juste la pratique, porter la Voie en soi-même, l'enseignement de soi-même à soi-même. Le zen est une question de vivre totalement et libre, de voir le monde comme totalement libéré et aider chacun à libérer son monde. Voilà, c'est comme ça que je le vois, faites-en ce que vous voulez, l'important est votre propre libération, votre monde, votre esprit, et que vous-même aidiez les autres. Continuez avec courage et détermination, c'est la Voie de la vie, tant qu'on est vivant.