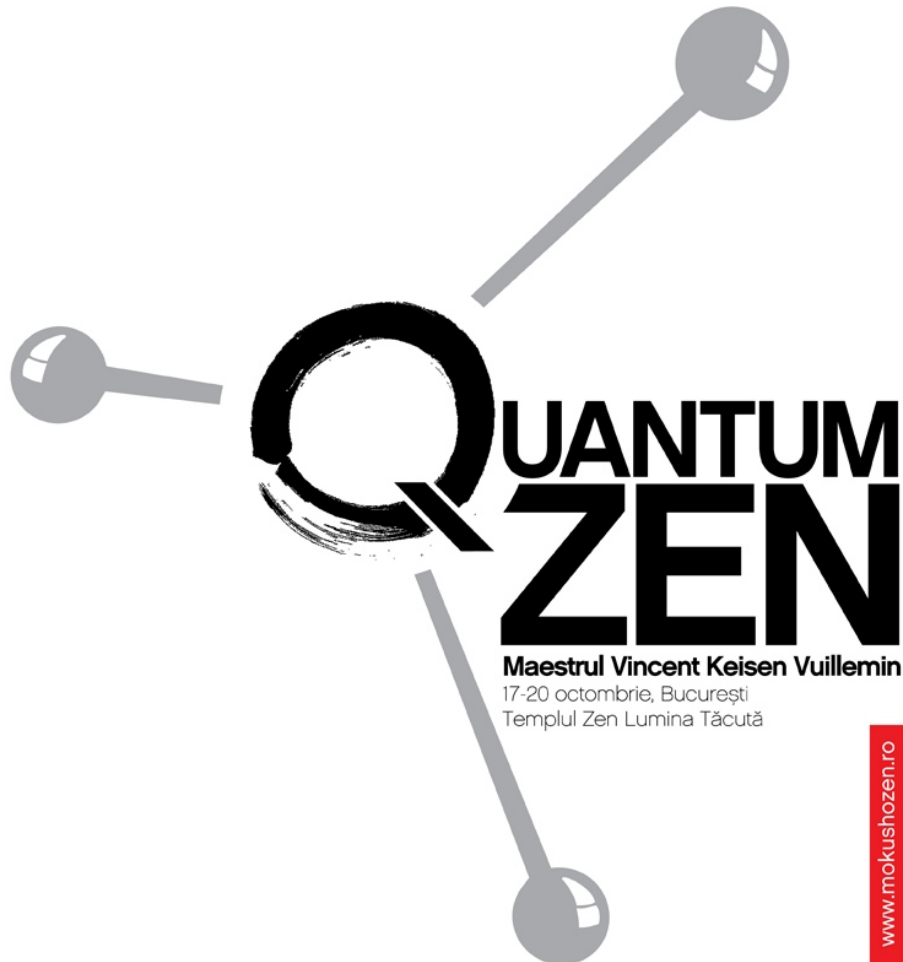


Le moine et sa pratique.



Kusen de Vincent Keisen Vuillemin

Moine zen



Zazen 1

Je voudrais développer quelques enseignements concernant le moine. Qu'est-ce que c'est que d'être un moine.

Une fois Etienne avait été convié dans une radio locale et la dame qui l'interviewait lui posait la question : « *Etienne Zeisler pouvez-vous nous expliquer ce qu'est un moine zen.* » Etienne avait répondu : « *Un moine zen c'est un moine zen.* » Alors la dame lui dit oui, bon d'accord mais pouvez-vous nous en dire un peu plus quand même, en quoi ça consiste et Etienne avait répété : « *Oui, un moine zen c'est un moine zen.* » Alors beaucoup de gens comprennent intuitivement ce qu'il a dit. C'est-à-dire que lorsqu'on est moine zen, c'est ce que l'on est, on a cette forme, cette vie. Bien sûr on est un être humain comme tout le monde mais si l'on regarde au fond de soi-même et que l'on cherche qu'elle est notre véritable identité, ou quelle est notre véritable forme de vie, on se dira aussi : c'est un moine zen.

Lorsque j'ai demandé l'ordination de moine à Etienne, il était toujours pressé pour une chose ou pour une autre, il avait d'autres choses à faire. Et donc il entre et il nous regarde et nous demande : vous avez du café ? Oui, oui, merci Etienne, nous avons du café. Ensuite il me regarde et dit : « *Si quelqu'un demande l'ordination de moine, il n'y a pas de questions à poser.* » Et il part. Lorsqu'un maître donne l'ordination à quelqu'un de la sangha, il la donne comme représentant de Bouddha et non pas uniquement de lui-même. C'est la ligne du sang qui arrive jusqu'à cet instant où comme successeur de Bouddha dans la lignée le maître donne l'ordination.

Qu'est-ce que c'est profondément que le désir de devenir moine. Alors d'une façon assez facile on répond généralement c'est *bodaishin*, l'esprit de la Voie qui pousse l'être humain vers cette dimension spirituelle. Je pense également que le désir de devenir moine est une question de la pulsion de la vie ressentie fortement chez quelqu'un : la pulsion de la vie, de l'appartenance au monde, la compréhension de l'impermanence, de ressentir dans son corps et son esprit puisque le désir de devenir moine ne peut pas être uniquement dans l'esprit sinon ce désir est trop proche des illusions qu'on peut se faire. Cela naît d'un mouvement vital, le désir de pratique du corps, d'affirmation de la paix et de la puissance de la vie. Il y a aussi un côté inconscient dans le désir de devenir moine. Généralement ce désir s'impose à la personne d'un coup, il n'y réfléchit pas consciemment, il y est poussé par une force qui provient du fond de lui-même à laquelle il sait que, s'il regarde la vérité, il ne peut pas s'y soustraire. C'est une démarche de vérité avec soi-même dans le monde.

Il faut donc que chacun regarde bien en lui-même ce qui le pousse à devenir moine. Donc il faut ressentir dans son corps et son esprit cette force de vie d'assurer la condition et la forme de moine pendant le restant de sa vie, ce qui n'est pas anodin du tout. Il ne s'agit pas de devenir quelqu'un d'autre, mais vraiment soi-même.

D'autre part il y a une chose importante que peut-être beaucoup de gens qui demandent l'ordination, ne voient pas. Voyez, quelqu'un a ce fort désir d'être ordonné moine. C'est ça qui le porte, ce désir. Et tout à coup, après avoir dit oui, oui, oui, chanté les sutras, fait sampaï, il se retrouve à l'apéritif, et il est moine. Le désir de le devenir a disparu, il l'est. Il n'y a plus l'idée du moine devant, il l'est. Et donc c'est trop tard pour que les questions qu'il avait avant

réapparaissent. La question qui doit arriver est : je suis maintenant pour toute ma vie un moine, qu'est-ce que je fais ?

Le fait de devenir moine n'est pas là pour aider l'égo. D'une certaine façon ce n'est pas comme ça : avant c'est l'ordination qui aide le moine, quand il l'est c'est lui qui aide la dimension spirituelle. Avant c'est vouloir beaucoup de choses et quand vous l'êtes c'est comme ce que disait Etienne : vous ne pouvez plus rien acheter. C'est comme si vous alliez à la banque avec un billet de cent francs au guichet et vous dites au gars au guichet : je voudrais acheter un billet de cent francs. Voilà à ce moment-là vous êtes moine, poussé par la pulsion de vie. Chacun désire être pleinement vivant, ne pas passer à côté de sa vie, pouvoir réaliser tout son être et donc manifester complètement la puissance de la vie. On peut dire c'est *bodaishin*, ce qui vient du dharma.

Parallèlement nous sommes tous des êtres humains et chacun a ses propres poussées personnelles, ses désirs, ce qu'il voudrait réaliser. Si bien que tout en ressentant ce désir universel, irrésistible, de devenir moine, il voit également ses propres désirs qui sont peut-être d'être accepté dans un groupe, de faire quelque chose, d'être reconnu, de rentrer dans un cercle d'amitiés. Quoiqu'il en soit, que ce soit le dharma ou des considérations personnelles, ce qui compte est que tout ceci se réunisse dans une forte détermination. S'il ne s'agit que de questions personnelles, la détermination ne peut pas être suffisamment forte pour une vie.

L'histoire raconte que Bodhidharma était seul dans une caverne. Eka vient et lui dit qu'il veut pratiquer avec lui, ce qui correspond à lui demander d'être moine avec lui. Et Bodhidharma ne bouge pas, ceci pendant trois jours. On dit même qu'Eka était assis sous la neige et donc qu'il devait avoir très froid. Mais Bodhidharma ne bougeait pas. Si bien que le troisième jour Eka se trancha le bras. Egalement pour devenir moine il faut aussi réaliser que pour soi-même, même si on ne se coupe pas le bras, il va quand même y avoir quelque chose qui va être coupé ou que l'on va couper. Si on comprend ça alors les motivations et les questions personnelles disparaissent. On va forcément trancher quelque chose dans sa vie, ou en tout cas voir les choses de façon différente en étant moine.

Donc il faut une détermination très forte car la pratique religieuse est une histoire de répétition. Quand on a planté une graine et que vous vous êtes engagés à la répétition de la pratique spirituelle, vous arrosez régulièrement cette graine, ce qui est la pratique, et la graine germe. Si vous arrosez vous ne pouvez pas empêcher qu'elle germe et quelle grandisse, et qu'à la limite elle devienne aussi grande qu'un cèdre. Le paysage de votre vie en sera changé. Il est évident qu'il ne sert à rien de planter une graine pour ne pas l'arroser, d'où la répétition. Je dirais même que c'est une pratique continue. Il faut approfondir cette conscience d'être vivant, du dharma, et continuer à comprendre son ego, son karma, et en même temps on est moine. Alors l'être humain étudie son karma mais aussi, à chaque instant le moine par compassion pour lui, tranche chaque jour ce karma.

A Budapest quand nous étions avec Yvon dans le jardin, il a dit clairement : en ce qui concerne les moines, ce ne doit pas être la pratique qui aide le moine, c'est le moine qui doit aider la pratique. L'être humain toujours s'agrippe au mât, c'est le moine qui lui fait lâcher le mât. A la fin ce qui compte c'est que lorsque vous êtes moine, tout cela disparaît. Il n'y a plus rien à demander, il n'y a qu'à donner.

Zazen 2

Il y a un terme pour désigner le moine, c'est le terme de *shukke*. *Shukke* veut dire à la fois hors du cercle familial, et hors de la demeure. Il porte une notion différente, celle de la solitude intérieure du moine, de son indépendance, par rapport à sa famille, ce qui est dit pour des raisons historiques, puisque dans le temps les moines jeunes quittaient leur famille pour entrer au monastère. Aujourd'hui les moines zen continuent à vivre dans le monde, ils partagent leur vie entre les activités quotidiennes et leur pratique religieuse. Alors que veut dire à ce moment-là hors de la demeure, alors que nous vivons comme tout le monde ? Quelle est la signification à notre époque de *shukke*, a-t-elle changé ou est-ce que l'essence reste la même ? Quelles sont les circonstances pour lesquelles nous sortons effectivement de la demeure ?

Même aujourd'hui à notre époque, hors de la demeure, veut toujours dire quelque chose : sortir du carcan familial, de son histoire, de ses liens, et partir. Alors ce n'est plus forcément partir physiquement, puisque chacun par compassion doit s'occuper de ses proches, quels qu'ils soient, mais ne pas y être attaché en esprit de façon à ce que sa vie libre de moine ne soit pas emmurée par un quelconque enclos familial, professionnel, ou autre. On pourrait dire *shukke* c'est le moine libre, or le moine zen évidemment doit être libre. Et donc aussi à la fin de son maître. Etienne le disait: « *S'il vous plaît passez devant, devenez maîtres.* »

Au temps de Nagarjuna pour une vie correcte et éthique les laïcs observaient cinq préceptes, les moines en observaient 250, et les nones 348. C'est vrai le bouddhisme n'a jamais été renommé pour sa grande ouverture aux femmes. Donc les laïcs vivaient selon cinq préceptes ce qui n'est déjà pas mal puisqu'au jour d'aujourd'hui certains gens vivent sans aucun précepte, montant des fortunes avec de l'argent du travail des autres, méprisant les trois-quarts de la planète et de la nature, ou sont tout simplement totalement égoïstes. Cela est vivre sans préceptes. Le monde commun vit sans préceptes. Quelqu'un a demandé, puisque les laïcs vivaient déjà avec cinq préceptes : pourquoi devrions-nous prêter attention aux préceptes des moines ? Et voici la réponse.

« Bien que les deux populations, les laïcs et les moines, puissent obtenir le salut il y a néanmoins une Voie difficile et une Voie facile. Dans leur façon de vivre les laïcs ont toutes sortes de travaux, de jobs, et d'obligations. S'ils veulent concentrer leur esprit sur la vérité et sur le dharma, leurs affaires vont se détériorer et s'ils se concentrent sur la pratique de ces affaires, alors celles qui mènent à la vérité vont de détériorer. Ils devraient être capables de pratiquer le dharma sans choisir ni abandonner l'une ou l'autre, c'est-à-dire les affaires du monde et le dharma, ce qui est appelé « difficile ». Si nous quittons notre vie de famille et que nous quittons aussi la société mondaine, et que nous concentrons notre esprit seulement sur la pratique de la vérité, ceci est appelé « facile ».

Devenir moine, et ainsi pratiquer la vérité tout en vivant dans le monde n'est pas la Voie facile. Dogen relate ce qu'a dit Maître Gigen qui est un des successeurs d'Obaku, et donc c'est plutôt la branche rinzaï. Il dit la chose suivante qui est intéressante : « *En général eux qui ont quitté l'environnement familial ou la vie de famille devraient être capables de savoir intuitivement, de discerner, ce qu'est la vue normale et la vue véritable ; de savoir intuitivement ce qu'est l'état de Bouddha, et ce qui est l'état des démons ; connaître intuitivement la vérité et ce qui est faux ; savoir intuitivement ce qui est commun et ce qui est sacré. S'ils sont capables de connaître tout cela*

intuitivement, alors ils sont appelés des véritables moines, des personnes qui sont réellement sorties de la vie de leur pur karma ».

Alors que veut dire à notre époque hors de la demeure, ou quitter la famille ? Aujourd'hui aussi lorsque l'on parle de hors de la demeure, cela a des aspects bien réels. Ce n'est pas juste qu'une idée ou l'on se dirait : oui, d'accord, il faut que je fasse attention de ne pas trop m'attacher. « Hors de la demeure » a des aspects pratiques, qui demandent des efforts. Sans les efforts et sans la pratique il n'y a pas de vie religieuse et donc pratiquer « hors de la demeure » existe également pour le moine d'aujourd'hui. Sortir de sa vie ordinaire, se libérer des activités mondaines, c'est-à-dire des activités qui sont définies pour nous par la société dans laquelle on vit ; des activités qui sont déterminées par notre famille, notre éducation, notre travail, par les autres, par l'opinion, par ce que l'on désire pour soi-même. Et aussi tout ce qui est déterminé par notre karma.

Qu'est-ce qui est déterminé ? Il faut avoir de l'argent dans notre société sinon on se retrouve dans la misère dans la rue. Il y a l'opinion sur le travail, il y a tout ce que notre famille nous demande et donc la plupart du temps nous sommes pris dans des habitudes et des contraintes. Il faut couper cette dépendance mondaine qui représente pour nous une réelle pression, les gens ont peur de perdre leur travail c'est normal. Au travail ils ont un rapport avec l'autorité qui fait qu'ils n'osent pas dire qu'ils sont moines, ça c'est moins normal. Ils ont de la difficulté à négocier pour partir pratiquer ou alors ils pensent à leurs vacances qui sont plus importantes : « ah ! Qu'est-ce que je vais devenir si je n'ai pas de vacances ? J'ai besoin, il me faut des vacances. » A un moment donné il faut couper ça, ce que Dogen appelait la vie de famille, pour découvrir la vie réelle, la vie responsable, la vie libre. Si on reste dépendant de tous ces aspects de la société, on ne peut pas découvrir la saveur intérieure de l'être libre.

Le moine doit être également responsable. Comment concilier les responsabilités qu'on doit porter en tant que moine et hors de la demeure. Cela a plusieurs aspects. Les responsabilités si on ne saute pas dedans, si on n'y fait pas face, qu'on ne les prend pas à bras le corps, comment voulez-vous à ce moment-là être capable de porter la Voie. Quelqu'un qui fuit ses responsabilités va évidemment fuir la Voie parce que pour pratiquer la Voie il faut faire des efforts, il faut se comprendre soi-même, il faut avoir le courage de se regarder en face et continuer toute sa vie. Mais parallèlement le moine ne s'y attache pas, c'est-à-dire qu'il fait ce qu'il doit faire. Hors de la demeure est ne pas laisser sa vision du monde être entièrement définie par d'autres personnes.

La première chose est donc de comprendre qu'il s'agit pour un moine d'organiser sa vie et son emploi du temps – je dis toujours dans la mesure du possible mais des fois il faut aussi forcer le possible – à partir de la pratique, tenir compte de la pratique du moine, tenir compte aussi de ses activités mais ne pas systématiquement faire passer la pratique en dernier. Tout cela est hors de la demeure : organiser sa vie en tenant compte de sa pratique de moine et ensuite tenir compte des responsabilités que nous devons porter. Ceci est valable pour la pratique dans le dojo, les sesshins, pour tout ce qui concerne la Voie. Donc oui, c'est la Voie difficile.

Zazen 3

Un moine ne pratique pas uniquement pour lui-même, c'est-à-dire égoïstement pour sa santé, pour sa paix intérieure dans laquelle il pourrait se reposer continuellement. Comme être humain il participe de tous les êtres et donc il pratique en tant que représentant de toute l'humanité. Il y a un côté universel, de don universel, dans la pratique de zazen. Chacun doit pratiquer lui-même, c'est à dire que toute l'universalité du bouddhisme et du zen inévitablement doit passer par un être humain qui pratique zazen. Ce n'est pas qu'une idée, il s'agit d'une réalisation. Il y a aussi le côté simplement humain, les faiblesses humaines, les colères, les désirs, les blocages à comprendre et dont il faut se libérer. C'est à la fois une réalisation personnelle et une réalisation universelle, mais le côté personnel ne doit pas prendre tout l'espace, le pas sur le don de sa pratique pour tous.

Il s'agit d'être conscient du côté définitif d'être moine. Le fait d'être moine ne peut plus être changé, le moine est alors comme l'ami de bien qui accompagne toujours l'être humain. Il s'engage également à organiser sa vie à partir de la pratique. Il y a donc un côté universel dont il faut être conscient, mais conscient à la fois que tout cela se fait dans un espace de liberté et non de contrainte. C'est là qu'on voit qu'un bodhisattva ou un moine, une nonne, s'engage à beaucoup de choses mais c'est à lui librement à gérer sa pratique religieuse, sa vie familiale, sa vie mondaine, son argent, son temps, tout ce qui fait partie de la vie puisque dans le zen il n'y a pas de loi absolue, vu que le zen est une Voie religieuse humaine.

Des fois la graine sèche. Elle ne donne pas d'arbre, pas de fruits dans cette dimension spirituelle. Cela ne veut pas dire que cette personne ne donnera pas de fruits dans sa vie, mais en ce qui concerne la transmission du zen pour cette personne-là la graine a séché. Ces personnes doivent se débrouiller avec le fait qu'elles doivent porter en elles ou en eux-mêmes une graine sèche, qui n'est plus animée de cette haute dimension humaine. Un moine possède à la fois une satisfaction véritable de faire partie de la lignée de Bouddha, et l'ouverture à une nouvelle façon de concevoir sa vie, son chemin spirituel avec ses évolutions en continuant à arroser la graine qui lui a été donnée.

Il est dit dans l'Action de Grâce des moines et des nonnes lors de l'ordination : si vous vous retirez du monde du désir vous pouvez certainement obtenir la vraie liberté. C'est pourquoi parmi tous les Bouddhas et parmi les maîtres de la transmission pas un seul n'a manqué de prendre la forme d'un moine. Il s'agit bien sûr de la liberté par rapport à soi-même, à l'intérieur de soi-même, ne pas être prisonnier de son ego. La liberté, c'est ce qu'il y a de mieux, la vraie liberté qui va avec la satisfaction profonde, la tranquillité de l'esprit, une certaine paix active dans la vie. Ce qui est intéressant est qu'il est dit que tous ont pris la forme d'un moine, il n'est pas dit sont devenus des moines. Cela revient presque au même et pourtant le moine lui est sans noumène. L'être humain devient l'être humain, reste l'être humain et il prend la forme d'un moine, ce qui veut dire qu'un moine n'a pas d'identité propre. La forme du moine est la forme de la Voie, du dharma, de la transmission, de l'enseignement, de la pratique. Beaucoup de gens croient que c'est eux-mêmes, l'être humain, qui change complètement, alors que c'est cet être humain-là qui va vivre selon le dharma, selon la Loi, avoir un comportement de moine.

Voilà tout ce que à quoi l'on s'engage lorsque l'on devient moine, la pratique, une vie élevée, faire le bien et savoir qu'à chaque instant on peut changer son esprit, illuminer sa vie, être libre. Tout cela est magnifique et merveilleux et si vous pratiquez tout cela, votre vie deviendra humainement la plus haute.

La plupart des moines considère que la transmission du zen ne doit passer que par certaines personnes et qu'eux-mêmes peuvent rester assis dans les wagons et que la locomotive va tirer le train de toute façon. Oui et non, c'est pourquoi je voudrais parler un peu de la transmission.

Si on prend la transmission générale du zen bien entendu ce grand mouvement contient tout le monde et tout le monde y participe. C'est généralement le cas, les moines, les nonnes font attention et aident les débutants, les guident un peu et font preuve de délicatesse pour leur expliquer les choses de façon à ce que toute la sangha roule bien. Donc la transmission générale du zen passe également par les moines, les bodhisattvas et tous les pratiquants de zazen. Il y a là un rôle, une mission pour les générations futures, pour sauver tous les êtres dont les moines doivent se voir hautement responsables. La pérennité de la pratique de zazen est assurée par l'authenticité de tous. La réalisation de l'illumination de sa vie, la réalisation de la compassion, de la délicatesse, des vœux du bodhisattva est l'affaire de tout le monde, de tous les moines et de toutes les nonnes.

Ce que je voulais dire est que les moines doivent opérer un changement de perspective de façon à ne pas penser que leur rôle est d'être assis dans les wagons et qu'il suffit uniquement de s'accrocher à la locomotive. Ils sont là pour mettre le charbon, chauffer l'eau si c'est une locomotive à vapeur et également conduire, participer, prendre la responsabilité du train. On peut dire : on a les pratiquants de zazen, les bodhisattvas au sens de l'ordination de bodhisattva, les moines et les nonnes, les gens qui ont reçu la transmission du dharma et les véritables successeurs qui vont assurer le futur des sangha. Ce n'est pas exactement la même chose. Beaucoup de gens qui ont reçu la transmission du dharma n'ont finalement assuré aucune succession du tout.

Devenir moine est rejoindre toute cette communauté authentique et participer par ses actions, son esprit, sa pratique, sa foi, à tout ce fleuve de la transmission du zen de façon à ce qu'un jour il arrive véritablement à l'océan.

Zazen 4

Les gens croient toujours qu'ils doivent devenir quelqu'un d'autre dans la Voie, qu'ils doivent devenir comme un autre maître, qu'ils doivent devenir comme un ancêtre, comme un patriarche pour dire des choses aussi intelligentes, alors qu'en eux-mêmes ils sont déjà Bouddha mais ils ne le voient pas. Il s'agit de laisser en soi-même la place, l'espace, la souplesse d'esprit de façon à ce que Bouddha apparaisse. Cela n'a pas grand-chose à voir avec essayer d'agripper un état spécial inconnu. On a soi-même et on doit faire avec soi-même, et soi-même contient bien sûr le fait que nous sommes des Bouddhas vivants.

Alors pourquoi faire le vœu de laisser apparaître et devenir Bouddha, à partir du miroir, non pas à partir de la tuile ? C'est parce que lorsque nous réalisons ce qu'on appelle Bouddha on peut sauver les êtres. L'égoïste ne sauve personne mais Bouddha, oui, sauve les gens. Le voleur ne sauve personne, le diable ne sauve personne, les gens croient qu'ils sont sauvés mais ils se rendront très vite compte que ce n'est pas le cas. C'est dans ce sens que l'on dit seul Bouddha peut sauver tous les êtres. A nouveau Bouddha n'est pas quelqu'un d'autre. Il ne s'agit pas de changer de chemise, de changer de cheveux, de changer de nourriture pour essayer de réaliser cela mais bien d'ouvrir au plus profond de soi-même cette compassion, cette non-séparation d'avec les êtres, cette universalité qui à ce moment-là nous rendra la Voie de Bouddha éclairée. A ce moment on sait ce qu'on fait, on sait où on va, plutôt que de tâtonner ou de croire qu'on est sur le mauvais chemin, ou que la Voie de Bouddha est ailleurs. Elle est sous les pieds de chacun, elle est chaque jour de notre vie.

La vie d'un moine doit tenir compte de ça. Ce n'est pas possible de considérer comme normal de continuer sans y faire face, de ne rien faire, de faire passer la pratique en dernier et de penser à la fois que on est dans la ligne du moine. Ça c'est un point de vue commun pour les moines qui est fort répandu en ce sens que les gens croient parce qu'ils s'asseyent en zazen ils peuvent à part ça faire n'importe quoi, ou considérer n'importe quoi et continuer à faire exactement comme ils veulent, s'organiser comme ils veulent. Quand on fait ça, c'est clair : la pratique spirituelle passe en dernier. Alors qu'un moine, qu'il n'y arrive ou non, doit être conduit, inspiré, et ne pas oublier ses vœux. Il doit faire tout ce qu'il peut pour les mettre en pratique sinon c'est plus un imposteur qu'un moine, quelqu'un qui aurait chapardé l'ordination, qui réciterait les vœux du bodhisattva sans y attacher d'importance, par routine.

Il n'y a pas de lumière sans obscurité, et pas d'obscurité sans lumière. Etienne le rappelait en disant : *« Si vous voulez comprendre la vérité, vous devez comprendre la fausseté. Dans toutes les circonstances, dans tous les aspects de notre vie, la vérité éternelle existe. »* Beaucoup de pratiquants de zazen pensent que la vérité éternelle n'existe que dans l'illumination, que dans tous les efforts parfaits qu'un bodhisattva exerce au cours de sa vie et que le reste fait partie des choses qui devraient être éliminées, enterrées et qui n'existeraient pas dans la voie spirituelle.

Souvent dans le zen, cette partie-là est appelée de façon modérée : les illusions. On pense que les illusions sont semblables à la vase de l'étang qui sert uniquement à faire pousser la fleur de lotus ; et on imaginerait même que lorsque toutes les fleurs de lotus ont poussé, elles ont mangé toute la vase de l'étang et qu'il ne reste plus que l'eau claire. Voilà une illusion : croire que la Voie

des Bouddhas ne contiendrait véritablement que l'eau claire. Si l'on fait ça, il y a le risque bien entendu de devenir un curé dénué de la joie de l'existence. Si on n'arrive pas à prendre tout ce côté-là avec nous, comprendre la fausseté, comprendre l'obscurité, comprendre l'ombre, comprendre la vase de l'étang, c'est-à-dire tous les aspects de notre vie, toutes les circonstances, pas seulement celles qui ont une odeur de sainteté, pas seulement le vent clair du printemps mais aussi la pollution, comprendre que cela fait partie de la vérité éternelle, le voir, l'accepter et aussi l'illuminer, alors nous ne pourrions comprendre tous les dharmas et encore moins les posséder. On a tous des idées sur la Voie, le moine, les maîtres. Justement comme moine on ne doit pas s'attacher à ça mais au contraire essayer de voir la vérité, de voir notre vérité. Car c'est seulement en affrontant notre vérité complète que l'on peut être libre.

Etienne continue : « *Comment faire pour que la vie entière devienne vérité, comment faire pour que toutes les circonstances de notre vie deviennent la Voie.* » Donc comment faire pour que tous nos aspects enfouis, cachés deviennent la Voie. D'abord il faut les voir, les accepter comme la vérité. Tous ceux qui les rejettent en pensant qu'ils ne doivent montrer que leurs aspects parfaits se trouveront non sur la Voie des Bouddhas mais sur la Voie de la perfection où ils finiront par sécher. Tout cela fait partie de la liberté. Lorsque l'on parle de la liberté, c'est la grande liberté qui contient tout. Alors elle contient également tous les aspects de notre vie.

Zazen 5

Embrasser les contradictions. « *Une personnalité incapable d'embrasser les contradictions est étroite et étriquée* », dit Deshimaru. Nous avons tous des contradictions. Il ne s'agit pas uniquement d'arriver à harmoniser son emploi du temps et la pratique de zazen. Il ne s'agit pas seulement de penser qu'il y aurait contradiction entre notre vie commune avec nos occupations, nos soucis comme tous les gens de la rue, et notre dimension religieuse. A la limite ces contradictions-là sont simplement des questions d'organisation de l'emploi du temps. Ce sont des conditions réelles pour lesquelles il faut trouver une solution. Il est plus difficile d'embrasser ses propres contradictions intérieures.

Par exemple si je vous dis : vous êtes tous des êtres humains, vous pensez il n'a pas besoin de nous le dire, on le sait, c'est évident. Si je vous dis dans la pratique de zazen vous êtes tous des Bouddhas vivants peut-être allez-vous penser : pas tout à fait, parce que vous vous faites une idée de la Voie lumineuse, du bodhisattva parfait, du Bouddha transparent. Il est possible que vous voyiez à l'intérieur de vous-mêmes, dans les profondeurs de votre âme, une partie plus obscure. Peut-être pensez-vous alors que cette partie-là, telle le diable, vous empêche sincèrement de considérer que vous êtes des Bouddhas vivants. Là vous êtes en pleine contradiction entre votre aspect lumineux et votre aspect obscur. Vous avez mis le Bouddha vivant sur un piédestal et vous pensez parce que vous avez tous ces côtés un peu compliqués, humains, que vous êtes proches du Bouddha vivant mais que vous n'en êtes pas un. Alors vous n'entrez pas dans la véritable vie religieuse. Si vous faites ça vous allez rester coupés en deux. Vous allez courir après une dimension parfaite que vous n'atteindrez jamais et vous vous priverez du plaisir d'être, entiers et heureux avec ce que vous êtes.

Kodo Sawaki a dit : « *Nous avons besoin d'apprendre le sens de notre vie. Comprendre sa confusion, le fait qu'elle est incomplète et hasardeuse. Nous devons nous installer dans notre vie.* » Il ne s'agit donc pas de courir après un Bouddha mais bien de s'adresser à soi-même, d'embrasser ses contradictions, c'est-à-dire prendre avec soi, accepter sa confusion, sa vie incomplète, ses aspects obscurs et considérer que tout cela fait partie de notre vie et que c'est avec tout cela qu'existe notre vérité éternelle. Ne pas penser que seules les choses qui sont bien font partie de notre vérité éternelle et que les autres devraient rester cachées dans notre esprit. Notre dimension la plus élevée se trouve dans toutes les circonstances de notre vie.

Embrasser les contradictions est également prendre soin de soi-même, ne pas s'échapper d'une partie de soi-même, ne pas négliger une partie de soi-même, prendre aussi bien soin de la belle fleur de lotus que de la vase au fond de l'étang, pour retrouver l'intimité complète avec soi-même. Sinon on vit à côté. Etre moine n'est pas seulement devenir un être compassionné, parfait, gentil, mais c'est la totalité de nous-même qui devient moine, avec tout ce que nous sommes. Il faut accepter. La première chose à faire avec le côté sombre de soi-même c'est de l'accepter, de le sortir du réduit au fond du couloir et de s'en occuper pour apprendre le sens de notre vie, et pouvoir se trouver dans notre vie comme dans notre propre maison. Petit à petit alors l'esprit peut devenir tranquille. « *Votre propre vie, dit Etienne, est la demeure de Bouddha, la vérité la plus haute.* » Ce n'est pas une vérité impossible à attraper, c'est ce que nous sommes si nous arrivons à

accepter ce que nous sommes. Ça c'est la vérité la plus haute, la demeure de Bouddha. Immédiatement.

Lin-chi dit: « *Notre existence véritable est au-delà de toutes choses. Que la terre et le ciel s'écroulent, cela ne m'étonne pas. Que les diables de l'enfer surgissent, je n'ai pas peur. Pourquoi ? Parce qu'il n'y a pas de raison d'éviter quoi que ce soit.* » Que les diables de l'enfer surgissent peut arriver à n'importe qui : le ciel s'écroule, le calme est impossible à rétablir, le souffle se bloque et la tempête déferle. A ce moment-là il n'y a aucune raison d'éviter ce qui se passe, nous habitons toujours dans la demeure d'un Bouddha vivant.

Zazen 6

En ce qui concerne les émotions humaines on ne peut pas mettre des règles comme rentrer du pied gauche, abandonner les pensées. On peut aussi être assailli par le doute ou par la peur. Tout ceci arrive à tout le monde. Et donc soit vous rejetez tout cela en pensant que c'est contraire et destructeur de la Voie pure et transparente du zen des patriarches, à ce moment-là une contradiction fondamentale et rude va s'installer et vous allez souffrir. Soit vous comprenez que toutes ces choses font partie de la vie, qu'elles font aussi partie de ce qui peut être déclenché par la pratique du corps et de l'esprit qui permet également aux diables de l'enfer de sortir, ce qui peut arriver des fois. Ne pas considérer que cela ne devrait pas faire partie de la Voie mais que la Voie englobe tout et que notre existence véritable est au-delà de toutes choses, c'est-à-dire au-delà de la simple paix, au-delà des tempêtes. Nous avons à l'intérieur de nous-mêmes un monde très diversifié avec beaucoup de tendances, des voix contradictoires : comme avoir envie de quelque chose et au même moment ne pas le vouloir, envie de tas de choses et en même temps avoir peur du changement. C'est avec tout cela que nous pratiquons de façon vivante et non pas seulement régie par un code, une posture qui serait moulée, mais au contraire rester souple, flexible, et nous accepter nous-mêmes.

Une chose importante est d'essayer de connaître ça. Tout à coup en zazen vous êtes attrapés par la colère ou vous êtes attrapés par la peur, ou attrapés par la tristesse de la vie, ne l'évitez pas, ne les enfouissez pas pour ne pas les voir mais au contraire essayez de comprendre pourquoi. Petit à petit, de plus en plus profond, comprendre soi-même parce qu'une partie de ce que vous avez véritablement compris peut être oubliée. Ne vous faites pas d'illusions non plus on ne comprend jamais tout. C'est pour cela que dans la Voie des Bouddhas, même les bodhisattvas possèdent ce que l'on appelle des relents. Ils possèdent encore à l'intérieur d'eux des dharmas non maîtrisés, des sentiments qui restent collés à l'intérieur, tout n'a pas disparu, tout n'est pas que calme et tranquillité. Il y a encore un peu de tempêtes. Ainsi les bodhisattvas restent humains. Comme la voie de bouddha est une Voie humaine, c'est avec toute cette humanité que nous la pratiquons. Il ne s'agit pas d'en rejeter une partie ou une autre.

Vous voyez cela n'a rien à voir avec le fait de penser qu'il s'agirait de devenir parfait, d'être un bon disciple, d'être un moine qui n'amènerait aucune critique, qui serait lisse comme un caillou de la rivière, non. On vit aussi bien avec la fleur de lotus qu'avec la vase de l'étang. Si vous refusez la vase de l'étang, si vous ne voulez pas la voir, d'abord elle restera toujours là et finira par vous éclabousser. A la fin ce qui risque d'arriver, même si vous l'aimez, c'est que le lotus se fanera et tombera. Et même si vous ne les aimez pas, les saloperies d'herbes de l'étang pousseront quand même. Alors il faut embrasser ses contradictions et pratiquer avec toute sa vie, pas seulement avec la partie propre et lumineuse mais avec tout. Pratiquer avec tout.

En même temps, n'oubliez pas la compassion pour vous-mêmes, sinon vous allez vous créer une grande souffrance. Aussi faut-il aborder la compréhension de soi-même avec humilité, en gardant cette intimité avec soi-même et en protégeant notre humanité ; en comprendre les causes et les effets et considérer ce processus comme un processus de connaissance et non d'un point de vue accusatoire.

Lorsque Dogen dit : « *Comprendre la Voie est se comprendre soi-même* », cela comprend aussi ces aspects, pas seulement la surface, mais bien plus profond. Pas seulement la fleur de lotus, pas seulement l'eau, pas seulement les feuilles déposées au fond de l'étang mais plus bas encore, la vase. Parce qu'elle fait partie de nous-mêmes, c'est normal. A partir de là, comprendre soi-même, s'oublier soi-même. Cela veut dire que si nous arrivons à accepter et à comprendre les causes profondes de nos actions, nous pourrons alors arrêter d'en être prisonniers et pourrons nous oublier nous-mêmes, oublier notre ego. Ceci donne alors lieu à une ouverture au monde, ce que l'on appelle être certifié par toutes les existences.

Ceci est le moine, le Bouddha vivant.