

**Mondo de la sesshin d'Arzier -
9-10 février 2008
Maître Keisan**

Première question :

Je me pose des questions à propos de l'esprit de Roshin : là où je travaille, on ne peut pas dire que l'ambiance soit propice à l'éveil. Il y a beaucoup de mesquineries, un monde étroit, avec des médisances. Alors je voulais savoir si, par rapport à tout ça, je devais développer davantage Roshin, un esprit de tolérance, ou bien claquer la porte et partir.

Réponse :

Je pense que toute personne qui, comme les moines d'aujourd'hui, où en fait on ne se coltine pas uniquement les quelques ratiocinations ou petits vinaigres à l'intérieur d'un temple, où en fait entre préparer la bouffe, nettoyer les escaliers, suivant les jours, il n'y a pas grand-chose, mais au contraire où on est confrontés tous les jours avec, disons, le monde du travail, c'est-à-dire..., c'est bizarre de devoir dire « avec les gens comme tout le monde », ce serait mieux si les gens comme tout le monde étaient un petit peu plus comme nous. Mais enfin dans un monde où l'on peut voir que les gens sont de plus en plus égoïstes, souvent dans des relations de travail qui deviennent de plus en plus difficiles, évidemment les gens ont tendance à se regrigner de plus en plus sur eux-mêmes, et donc quelle est l'attitude à adopter ? C'est toujours deux choses : d'abord il n'y pas vraiment de loi je crois - je réponds par la connaissance du travail aussi -, il faut s'adapter aux circonstances, il faut aussi s'adapter aux gens. Si vous prenez un incroyant mordicus et que vous lui balancez un coup de Bible sur la figure, ça ne va pas l'aider. Donc il faut s'adapter, il faut être souple avec les gens, et à la fois, il ne faut pas non plus commencer la route de la compassion stupide qui consisterait à penser qu'on doit être absolument gentil, compatissant avec tous les crétins qu'on est obligés de côtoyer. C'est-à-dire que le zen est aussi à la base... , il y a aussi le sabre. Ca c'est la difficulté. L'autre côté c'est l'enseignement. Evidemment si tu vivais dans un monde, puisque tu es enseignante, si tu vivais dans une école où tous les enseignants sont parfaits, où les enfants apprennent bien, où il y ait une ambiance fantastique, bon voilà, ça c'est le monde idéal, ce serait parfait, seulement sur le plan de la connaissance de soi, sur le plan du monde, quel en serait l'enseignement ? Il ne faut pas oublier que là au milieu il faut ne pas seulement penser à : « Comment je vais aider tous les autres ? », ce qui est une bonne chose, il faut aussi penser : « Quel est l'enseignement que je vais en retirer moi-même ? » Il faut quand même que ça soit des conditions un petit peu win-win. Sinon, comme tu dis, alors qu'est-ce que je fais ? Est-ce que j'abandonne ? Est-ce que je vais partir ? Moi je ne suis pas du tout en faveur, dans la vie que l'on doit mener tous les jours en dehors du dojo, de dire : « Ah, je vais commencer à abandonner ci, je vais commencer à abandonner ça ». Au contraire, plus c'est difficile, plus l'enseignement est grand et plus le bodhisattva doit faire face.

Maintenant, qu'est-ce qu'il faut faire ? Ca dépend de chacun. Il y a des jours où il faut sabrer, il y a des jours où il faut patienter. Ca me rappelle un truc en Mondo : une fois quelqu'un avait demandé à Etienne : « Ah ! Il y a quelqu'un franchement qui m'énerve, je le supporte pas, il me fait chier tous les jours, j'ai envie de lui envoyer une tarte, mais je me dis : je dois abandonner. Qu'est-ce que je dois faire ? » Etienne avait dit : « File-lui une tarte et abandonne après ! » Donc ça dépend.

Qu'est-ce qu'on peut faire ? Je crois que d'abord c'est notre propre attitude. C'est pas parce que les autres sont cancaniers qu'il faut faire la même chose, c'est pas parce qu'ils ont une mentalité suivant les jours petite qu'il faut abandonner soi-même sa droiture qui vient de sa pratique de la Voie. C'est pas parce qu'ils se conduisent comme des gens du commun qu'il faut abandonner notre attitude de moine et de nonne. Et petit à petit – voilà, c'est la vertu de l'exemple, c'est-à-dire plus quelqu'un se conduit comme une personne de haute qualité, de haute spiritualité dans sa vie et avec ses collègues, plus elle sera respectée. Et même les andouilles que ça risquerait peut-être de faire rigoler - quoique personnellement ça ne m'est jamais arrivé de voir quelqu'un rire de ça, jamais -, petit à petit ils ne vont plus pouvoir, eux, se conduire de la même façon. C'est comme si au milieu de la nuit il y a un phare, et bien les gens voient clair. C'est évident, inexorable, automatique, ça se passe de façon automatique. Il faut garder son attitude digne, penser quelle est son attitude de moine. Pas forcément se perdre, se demander : « Qu'est-ce que je dois faire ? Comment est-ce qu'il faut que j'aide machin ? Il est tellement con, je vais jamais y arriver », et finalement tout ça risque de finir en eau de boudin. Parce qu'il y a des gens aussi, plus vous les aidez, plus vous leur filez des trucs, plus ils en demandent, plus ils ont soif et plus ils considèrent normal que vous soyez là à leur service. Et ça il faut pas faire. Il y a un moment, peut-être, où il faut arrêter. Mais c'est l'attitude digne du moine qui va petit à petit empêcher de façon naturelle les autres personnes de continuer avec leur esprit commun. Automatiquement ça va les impressionner. Parce que patienter ça veut dire : « Ah, ça me fait chier, mais je veux patienter. » Pouf, là c'est pas très bon pour soi-même, mais il faut être sûr de soi, continuer à avoir confiance en soi.

Tu as certainement une notion de la collégialité dans l'enseignement, de ton enseignement, de comment ça doit se faire. Si tu es droite dans tes bottes avec ça, tu continues comme ça, et petit à petit tu verras qu'ils arrêteront de se marrer dans les coins et de foutre le bordel partout, ils pourront plus, en tous cas en ta présence. C'est comme ça je pense que tu vas les aider, plutôt que d'essayer de t'occuper directement d'eux-mêmes. Il faut aussi voir qu'on est pas là pour distribuer des poissons à tout le monde, on est là pour que les gens comprennent comment il faut pêcher eux-mêmes. Donc il faut pas leur donner des sucres, il faut qu'ils sachent comment aller les chercher eux-mêmes. Et pour ça il faut qu'ils voient que comme ils sont, c'est une chose, mais que là au milieu il y a une nonne, et c'est pas tout à fait la même chose, c'est pas tout à fait la même droiture, et ça ça va les toucher à la fin. Je crois que c'est comme ça qu'il faut faire, plutôt que de penser : comment est-ce que tu vas faire ? Ca ne veut pas dire qu'il faut considérer que les gens doivent se démerder – oui, c'est vrai qu'ils doivent se démerder. Respecter les gens, c'est aussi penser qu'ils sont capables de se débrouiller, et il faut les aider de temps en temps aussi. Mais les aider dans le sens de Daishin, pas les aider dans le sens de leur truc 'sucettes', ça, ça ne sert à rien. Sinon ils vont continuer à consommer. Il faut les élever, élever leur esprit, et ça c'est par ce que tu dis, c'est par comme tu es.

Voilà, tu continues avec ta Voie, et soit c'est eux qui partiront, soit ils suivront, mais il ne faut pas abandonner ça, il ne faut pas abandonner sa mission d'élever l'esprit de l'humanité, même si c'est des gens dont on pense qu'ils sont de toute façon tellement cons qu'ils pigeront jamais rien. Bon, ça peut arriver, des gens comme ça il y en a pas mal, mais il faut continuer, parce que c'est un vœu et on a pas promis... On a dit qu'on allait tous les sauver, oui. On sait qu'on n'y arrivera pas, mais on a fait ce vœu, et ce vœu, on ne peut pas l'abandonner. A partir de là chacun, chaque moine doit savoir, doit décider lui-même ce que ça veut dire pour lui, comment faire. Moi je te dis comment je ferais moi, c'est ce que j'essaie

de faire au travail et je peux te dire que... Quand je dis : « Moi je dois partir » « Ah oui, mais il faut absolument que tu voies quelqu'un, on va te mettre un rendez-vous à huit heures et quart », je dis : « Non, à huit heures et quart je suis au dojo, les rendez-vous, pas avant neuf heures. » « Ah bon, Ok, alors on va faire à neuf heures. » Voilà, il faut continuer à affirmer la présence de Bouddha. Dans les détails c'est toi qui vois. Mais n'abandonne pas ! Abandonner c'est abandonner le champ aux autres qui vont gagner, et il ne faut pas, il ne faut pas les laisser prendre le terrain.

Deuxième question :

Je vais quand même te demander en détail là-dessus : comment je fais, comment je trouve l'équilibre, comment je trouve le rythme, entre toi et moi, entre Daishin, entre Kishin, entre corps et entre inspiration-esprit, entre pratique et vie quotidienne, comment, comment j'équilibre ?

Réponse :

S'il y avait une recette, je te la donnerai. Qu'est-ce que je peux... ? Bon, d'abord Roshin, tu connais, tu connais bien Roshin. C'est le même esprit d'amour que tu as pour Avinona. Elle grandit bien, tu lui donnes énormément, là tu peux vérifier, en fait que tu donnes beaucoup d'esprit des parents en regardant ta fille. Je pense que tu n'as pas de doutes là-dessus.

Question : si beaucoup. Parfois j'en ai pas du tout, et parfois j'en ai plein.

Réponse : Ah, alors c'est ça. Oui, bon, moi aussi, je dis ça, pourquoi ? Je dis ça parce que ça fait vingt ans que je réfléchis à ça sur l'enseignement d'Etienne, ça fait vingt ans que je me dis aussi : « Mais comment est-ce que je vais arriver finalement dans ma vie à équilibrer Kishin ? Parce que moi je suis pas comme beaucoup d'entre vous, je suis pas un être spécifiquement joyeux, pour moi c'est un problème la joie, d'être plus joyeux, je suis plutôt un être angoissé. Kishin pour moi c'est difficile, j'essaie, j'ai fait des efforts. Daishin, la plupart du temps ça va, mais j'ai aussi, comme tout le monde, mes périodes où je considère que je ne suis qu'un vulgaire usurpateur, un moins que rien, que je ne suis pas du tout à ma place, et je perds confiance, et je suis obligé de faire des efforts pour remonter, pour remonter en me disant : « Non, Vincent, si tu commences sur cette voie-là, tu commences à regarder des choses qui sont personnelles, alors que justement, Daishin, tu dois te laisser prendre par la grandeur des Bouddhas, des patriarches, de la Voie. Arrête tes conneries à penser à toi, justement tu es le dépositaire de tout cela, et si tu commences à te poser des questions sur ta propre valeur, tout ce que tu fais c'est que tu pollues Daishin, tu le minimises, tu le ramènes à toi alors qu'au contraire tu dois être pénétré de la joie et de la force d'avoir la chance de pratiquer zazen. »

Et Roshin, bon, j'ai trois enfants, ça va, mais quand je regarde ma vie passée je ne suis pas certain d'avoir toujours été le père qu'il fallait. C'est quand même con pour un moine de la Voie de passer plus de vingt ans à ne pas réussir véritablement à réaliser Kishin, Daishin et Roshin, et pourquoi ? Tout le monde est la même chose. Il n'y a personne qui va dire : « Ah oui, alors moi pas de problème, Kishin je possède, Daishin, c'est là, Roshin, je suis le père, le grand-père de tout le monde, tout le monde c'est mes enfants, donc je vais m'occuper de tout, n'ayez crainte, je suis là. » Non, c'est pas comme ça, c'est un processus dynamique. Et zazen et la vie quotidienne : il n'y a pas tout à coup une vie dans laquelle on a plus besoin de pédaler, où on a tout compris, où tout va tomber là, comme les noisettes dans les plaques de chocolat, pas du tout, il faut toujours pédaler, il ne faut pas oublier Kishin, il ne faut pas oublier qu'en fait au fond de nous, on a cette joie, mais que parfois, on met une sorte de

couvercle par-dessus. Il faut s'en rappeler, il faut faire des efforts, il faut voir la nature, se rappeler que tout l'univers est éveillé, qu'il fait beau, que Bouddha a eu un plaisir énorme quand il a vu l'étoile du matin et que nous aussi. Alors à ce moment-là Kishin revient.

Ou bien Daishin, se dire aussi qu'on ne peut rien comprendre à la Voie de Bouddha si on essaie de la voir du côté personnel. « Qu'est-ce que c'est pour moi ? Est-ce que je possède l'éveil ? Est-ce que je suis dans la Voie ? Est-ce que je suis bien sur les rails ? Est-ce que je ne suis pas en train d'être un vulgaire hors-la-Voie, un usurpateur, quelqu'un qui dit des tas de choses mais qui est incapable de comprendre ou de réaliser rien du tout ? » Ca c'est pas important. Ce qui est important c'est de comprendre que nous-mêmes on est un être humain et qu'on porte en nous-mêmes la Voie de toute l'humanité, de tous les êtres.

Question : Alors c'est la foi ?

Réponse : Oui, bien sûr que c'est la foi ! Et quand on a la foi..., ce qui est terrible c'est effectivement qu'il y a beaucoup de gens qui n'ont pas la foi, qui n'ont foi en rien, qui sont complètement perdus dans leur vie. Et donc quand on a la foi, bien sûr on a beaucoup de compassion pour ceux qui n'ont pas beaucoup la foi et on souhaite que toute personne ait la foi. Mais la foi c'est pas comme la croyance, la foi c'est une confiance, c'est le corps et l'esprit, c'est une énergie interne. On croit toujours qu'on ne trouve pas l'équilibre. En fait, premièrement, de façon naturelle, on fait tous ce qu'on peut. Du moment qu'on pratique zazen, il faut avoir la confiance que chacun fait tout ce qu'il peut au mieux. Mais tout à coup nous on vient et on rajoute quelque chose qui commence à grignoter l'esprit : « Est-ce que c'est bien ? Est-ce que je suis vraiment le mieux que je pourrais ? » Là ça commence à devenir le cancer de l'esprit du moine. Au contraire, on peut se dire que ça va, parce qu'il faut que ça aille, puisque le bodhisattva est là pour les autres, y compris pour lui-même.

Mais le doute revient toujours. Alors quand le doute vient, il vaut mieux aller jusqu'au fond du doute, jusqu'au fond, douter de tout, et après tu sauras ce que c'est jusqu'au fond de douter de tout, de douter de la Voie, de douter de toi-même, de douter de Roshin, de douter de ta vie, de penser qu'il ne va y avoir que ta mort. A ce moment-là tu peux voir que finalement, ça va très bien, ça va très bien. Il n'y a pas de problèmes.

Troisième question :

A Amange le maître zen nous a dit d'avoir un maître et moi je me pose la question et je pose la question : qu'est-ce qui détermine le choix du maître ? Est-ce qu'on peut suivre plusieurs maîtres ? Est-ce que c'est intuitif, comment est-ce qu'on détermine ça ?

Réponse :

Il y a de tout ! Bon, je vais pas te dire autre chose évidemment que ce que je pense. Je vais peut-être choquer un certain nombre d'entre vous d'ailleurs, donc préparez-vous ! Puisque beaucoup d'entre vous ne connaissent pas Etienne, je vais commencer par là. Quand je suis allé à la Gendronnière, j'avais pratiqué peut-être deux jours, et, arrivé à la Gendronnière, c'était Etienne qui était responsable du samu. Pour des raisons x ou y, moi qui ne connaissais rien, au bout d'un jour et demi je me suis retrouvé responsable des abords de la Gendronnière, parce que celui qui était responsable s'est barré et m'a dit : « Démerde-toi ». Et donc j'étais avec Etienne qui m'a demandé : « Combien de personnes tu veux pour le samu ? » J'ai dit : « File m'en cinq, ça doit aller ». Et voilà. Bon ça c'est une façon qui peut se passer. C'est-à-dire que moi, du moment que je l'ai vu, la première fois, pour moi la question ne s'est même pas posée. C'était tellement évident que dans ma vie la pratique de zazen et lui-même

n'étaient absolument pas séparés. Je n'ai eu aucun doute sur la personne au départ, et d'autre part, j'ai toujours été rempli d'amour pour lui. D'un coup, c'est un peu ce qu'on peut appeler le coup de foudre. Je l'ai vu : sa voix, comme il était, comme ça, ça m'a plu directement, immédiatement. C'est une grande chance. Il y a des gens qui rencontrent un maître, ça peut être un maître zen, ça peut être un maître des arts martiaux, ça peut être un maître d'écriture, un maître de littérature, un maître de physique, je sais pas, et tout à coup pour eux, immédiatement, la question que tu as posée disparaît. Pour moi dans le zen, avec Etienne, c'était comme ça, et bien entendu c'est une grande chance.

Ca c'est une chose. Maintenant, est-ce qu'il faut pratiquer avec un maître ou pas ? Il y a deux choses, j'explique un petit peu ce que je pense. D'abord il faut dire que maître de la transmission, avec un gotsu, là, les jouets, tout ça, c'est une fonction, c'est une fonction, c'est-à-dire que de Bouddha ça s'est transmis de maître de la transmission en maître de la transmission, et donc ceux qui possèdent la transmission ont une fonction, et cette fonction est de transmettre. Voilà, c'est une fonction, comme le tenzo a la fonction de faire la bouffe, le responsable du samu que ça soit propre partout, le responsable du service que chacun ait à manger. Voilà, c'est une fonction dans le zen.

Maintenant si tu parles d'un maître, c'est une relation... On ne parle plus de la fonction là, on parle de la relation avec une personne, et bien entendu les rapports avec quelqu'un c'est les rapports d'un être humain avec un être humain. Ca existe également dans la transmission. A la fin il y a un moment exact où se passe la transmission, un moment exact où c'est en fait la réunion et la transmission entre deux êtres humains. Il y a tout un cérémonial, et tout et tout, mais c'est juste ça, la fusion de deux êtres humains. Considérer que quelqu'un est ton maître pour moi c'est ça. Maintenant les questions d'enseignement, il y a énormément de gens qui peuvent enseigner. Des questions d'ordination. Et les ordinations elles sont données uniquement par les personnes qui possèdent le pouvoir de donner les préceptes, parce qu'elles possèdent les préceptes, donc les maîtres qui donnent les ordinations sont des maîtres de la transmission parce que justement dans le shiho il y a le don des préceptes.

Dans la relation... Je déteste le terme de disciple. Pendant toute sa vie Etienne n'a jamais prononcé, n'a jamais dit de qui que ce soit : « C'est mon disciple », jamais. Et je ne le ferai jamais, pour moi, ça n'a pas de sens. Pour d'autres ça a un sens, chacun est différent, je ne critique personne. Puisque tu me poses la question à moi, je te réponds : pour moi les trucs « disciple », ça n'a pas de sens. Moi d'une certaine façon je suis maître pour moi-même. Je suis maître moi-même. S'il y a des gens qui viennent avec moi, ils font ce qu'ils veulent. Etienne, quand il conduisait un bus, il ne regardait pas qui était dans la remorque. Si pour quelqu'un c'est important d'avoir des rapports avec son maître, alors je trouve qu'il faut que ça soit son maître, c'est-à-dire que pour moi dedans il y a beaucoup d'amour, il doit y avoir des choses inexprimables, comme le regard, la complicité, le même esprit, savoir instinctivement presque ce que pense l'autre. Pour moi c'est ça, ça a toujours été comme ça.

Evidemment à ce moment-là quand il meurt c'est assez difficile. A ce moment-là tu dois faire autre chose, tu dois reprendre sur toi-même, et donc tu es obligé de t'enseigner toi-même. Mais il ne faut pas croire que seuls les maîtres peuvent donner un enseignement, il y a beaucoup de gens qui peuvent donner un enseignement tout à fait profitable, ça n'est pas forcément lié à la question de l'enseignement. Une fois Stéphane avait dit cette chose-là que je trouvais tout à fait exacte : « Dans le zen, si vous savez quel chemin suivre, vous avez peut-être une carte de géographie, vous avez quelqu'un qui vous montre des indications, et alors

vous croyez que tout ça c'est un maître. Mais vous pouvez très bien vous débrouiller aussi par vous-mêmes avec la pratique. Bon et tout à coup vous arrivez devant une forêt qui est bourrée de tigres. Vous êtes au pied de votre vie, devant une forêt qui est bourrée de tigres, et vous devez la traverser, seul. Et ce que vous savez, c'est que des maîtres l'ont traversée avant vous, et donc vous pouvez la traverser. »

Pour moi dans le zen chacun doit devenir maître, tout le monde doit devenir maître, c'est ce que disait Etienne : « Vous devez pratiquer au-delà des Bouddhas. Continuez, enseignez, devenez maître ». Alors quelqu'un lui avait demandé : « Pourquoi c'est important d'être maître ? » Il avait dit : « C'est mieux ». Dans la Voie, il y des gens qui restent peut-être un petit peu comme des auditeurs. Il y a d'abord connaître, réaliser, pratiquer, et il y a aussi le fait dans Roshin, Roshin c'est lié à posséder la Voie. Ca veut dire quoi ? Ca veut dire être certain qu'en fait la Voie c'est pas les autres, c'est pas quelqu'un d'autre qui possède la Voie, c'est pas machin qui est maître de la transmission, c'est pas lui là-bas qui possède la Voie et moi un jour peut-être que je comprendrais ce que c'est. La maîtrise c'est se dire justement : le bodhisattva pour l'humanité, c'est moi, je dois le faire. Qui possède la Voie ? C'est ma vie. Et voilà la maîtrise. Devenir maître c'est ça. C'est savoir qui on est, ce qu'on doit faire. Il faut se démerder soi-même. C'est ce que chacun doit faire. Maintenant, il y a toutes les aides possibles, imaginables.

Voilà, je t'ai un peu donné le spectre, mais à la question qui pour moi est quand même une question assez plate si je puis dire – « Est-ce que c'est obligatoire de pratiquer avec un maître » -, moi je réponds : « C'est à vous de savoir, c'est vous qui devez savoir ». Il y a des gens qui sont touchés par des moines anciens, qui désirent pratiquer avec eux, d'autres sont touchés directement par la posture et la Voie. Moi dans le temps j'ai pratiqué avec plusieurs maîtres que j'aimais beaucoup, j'ai fait de la montagne avec Roland Rech, j'ai pratiqué avec Rafu, j'ai fait des sesshins avec Evelyne de Smedt, avec Michel Bovay, avec Messner. Je dois avouer que c'est seulement il y a une quinzaine d'années que j'ai fait des sesshins avec Stéphane, avant j'ai pratiqué aussi avec beaucoup d'autres, j'ai pratiqué avec Etienne pendant cinq ans, mais comme il est mort, je n'ai pas pu continuer.

Ne vous faites pas d'illusions, un jour ou l'autre votre maître mourra. Pas forcément demain, mais un jour ou l'autre il mourra parce qu'il est plus âgé que la plupart d'entre vous. Et ce jour-là, qu'est-ce que vous ferez ? Vous devrez pratiquer vous-mêmes comme un maître, avec vous-mêmes. Moi ce qui m'intéresse c'est le zen adulte.

Quatrième question :

Je me demande souvent quelle peut être la raison de notre existence et j'ai un petit souci, je n'arrive pas à apporter une réponse claire. Peux-tu m'apporter quelque lumière là-dessus ?

Réponse :

C'est pas étonnant que tu trouves pas de réponse, parce que ça fait certainement partie des vingt-quatre ou quarante-huit questions auxquelles le Bouddha a refusé de répondre ! La raison de notre existence, savoir pourquoi l'on est né. Moi je simplifie le problème en ce sens qu'il y a une certaine évolution, on avait des parents, du sperme, des trucs comme ça, on est nés, voilà. Evidemment on peut se poser cette question là : pourquoi on est né comme être humain et pas comme blatte ? Dans le zen, je crois pas qu'on cherche le pourquoi de notre existence, mais ce qu'on doit en faire. La question c'est : tu vis maintenant, le genjokoan c'est : qu'est-ce que je dois faire de mon existence ? Comment, comme être humain, qu'est-ce que je dois faire pour justifier véritablement, non seulement pour moi, mais pour

l'humanité entière et l'univers auquel j'appartiens, qu'est-ce qui justifie maintenant le fait que je sois un être humain vivant ? Pour moi c'est ça la question. Je me permets de transposer ta question et c'est la réponse à cette question-là qui te donnera la réponse à la justification de pourquoi tu es né, pourquoi ta vie, pourquoi tu es dans cet univers-là. De trouver la justification de tout ça maintenant. Je pense que si on cherche une justification purement personnelle, pour soi-même – je ne dis pas que c'est ce que tu fais, j'explique pour tout le monde –, si on cherche une justification purement personnelle : « Qu'est-ce que moi je fous là et quelle est la justification que je sois là moi ? », il y a peu de chances de trouver une réponse, il y a peu de chances de trouver une réponse qui nous satisfasse. Pour trouver une réponse à ça il faut chercher quelque chose de plus grand. Alors qu'est-ce qui est plus grand ? Pour moi c'est justement ce qui est inexprimable, la vie spirituelle, la vie religieuse.

On ne peut pas expliquer la vie spirituelle, la vie religieuse. C'est comme expliquer l'amour, comment expliquer l'amour ? Prenez vos cahiers, vos crayons, je vais dicter : « L'amour c'est... » Ca rime à rien ! Tout ceci il faut le trouver à l'intérieur de soi-même. Déjà être un être humain est la forme si l'on peut dire la forme la plus élevée dans la conscience de ce qu'a généré l'univers jusqu'à aujourd'hui. Et donc bien entendu on va commencer à se poser des questions et à chercher des réponses parce qu'on a ce niveau de conscience. Et il ne faut pas oublier qu'on est des êtres humains mais on est aussi des bêtes, comme les bêtes, des êtres vivants comme les plantes, comme tout. En plus on a la conscience. Il y a déjà beaucoup de questions qui sont répondues et qui sont résolues parce qu'on fait partie du tout. Et maintenant on voudrait quelque chose de plus, c'est normal, on voudrait quelque chose de plus, on voudrait savoir pourquoi, pourquoi on est là, comment s'est développée notre conscience, ce qui fait que nous soyons quand même différents d'une pâquerette. Et de façon plus évoluée on se demande aussi à ce moment-là : « A quoi je sers ? » Si je suis capable de savoir tout ça, à quoi je sers ?

Alors comme je disais, je pense qu'il faut prendre la question par l'autre bout, c'est-à-dire par ce qu'on fait dans la vie qui apporte cette justification-là, par la pratique du bien au sens spirituel, l'amour, la compassion pour toute l'humanité. Etre ce qu'on peut appeler un être humain à part entière, comme les Indiens qui nous parlent des hommes qui sont des vrais hommes. Et c'est quand on aura laissé tout ça nous pénétrer à l'intérieur de nous-mêmes, dans notre cœur, dans nos os, dans notre sang, dans notre moelle, qu'on sera véritablement jusqu'au bout des véritables et des vrais êtres humains, ce qui est Bouddha, un véritable être humain. A ce moment-là, on saura exactement pourquoi on est là. Mais pas l'inverse.

Cinquième question :

- Le zazen est une pratique à la fois énergétique et matérielle. Elle s'appuie sur un état de pensée, de conscience, mais durant le culte il y a des conditions externes : chacun chante...
- Ce que tu appelles le culte, c'est la cérémonie ?
- Le matin, l'Hannya Shingyo. Donc les conditions externes sont importantes, la pratique c'est le Mahayana, mais aussi Hinyana. Je ne comprends pas pourquoi on s'aligne sur la même hauteur, sur la même fréquence quand on chante, pourquoi on a pas chacun la nôtre.

Réponse :

- Tu comprends, si au milieu du grand air de *Dom Juan* il y a quelqu'un qui chante *Frère Jacques*, ça va pas faire tout-à-fait le même effet ! C'est simplement parce que

sinon ça fait de la dissonance, c'est le bordel. Si on chante pas un peu à l'unisson... D'autre part, pourquoi on chante tous sur le même rythme, on pourrait chanter chacun sur un rythme différent ? Il n'y a pas de problème, mais disons à ce moment-là l'Hannya Shingyo c'est un petit peu comme l'air des lampions.

- Mais ça ferait résonner les organes un petit peu à l'intérieur, en utilisant notre timbre.
- Pourquoi, parce que le timbre auquel on chante, ça te va pas ? Tu préférerais un autre timbre ?
- Non, c'est l'ouverture, c'est l'ouverture, c'est une histoire de partielles et d'harmonies.
- Je ne suis pas aussi musicien que toi, alors explique.
- Dans la bouche il y a une cavité qu'il faudrait ouvrir pour utiliser des partielles, des harmonies.
- Ah d'accord, mais ça on est d'accord qu'on chante comme des pieds, l'Hannya Shingyo c'est pas *Fidélité* ! Pourquoi est-ce qu'on chante l'Hannya Shingyo ? Ça dépend comment on le chante. Le chanteur d'opéra va exprimer beaucoup avec le haut du corps. Chanter un sutra est plus une résonance du corps entier que véritablement ce qu'on pourrait appeler un chant, « tralalala ». Tandis que KAN JI ZAI BO (avec une voix profonde), c'est plus un mouvement du diaphragme, du corps. Il y a plusieurs raisons. C'est rituel. C'est un sutra qui est répandu vraisemblablement dans toutes les écoles bouddhistes, donc en chantant ceci, comme toutes les écoles bouddhistes chantent le même sutra, le plus ancien, on se raccorde aussi à l'unisson avec toutes les différentes écoles. Maintenant je crois que pour l'Hannya Shingyo on a pris l'habitude..., tout dépend comment on l'entonne, parfois ça va, parfois ça va pas, parfois il y a des hommes qui se croient obligés d'entonner ce machin beaucoup trop bas, alors qu'il ne s'agit pas d'avoir un ton très bas, mais il y a des harmoniques basses qui viennent dedans. Bon alors si c'est trop haut, toc toc, ça va pas.
- C'est l'organe, les garçons ont une mue, les filles...
- Oui, oui, d'accord, alors chacun fait un effort aussi pour que ça soit quand même un peu harmonieux. Mais si tu es sensible aux harmoniques, tu vas entendre dans l'Hannya Shingyo qu'il y a plusieurs harmoniques. Les femmes chantent quand même plus haut, les hommes plus bas, mais c'est un peu la même tonalité, tu trouves pas ?
- Non, parce que j'écoute peut-être pas assez.
- Ce serait intéressant : une fois ne chante pas, écoute et après dis-nous, comme tu es très sensible à ça. Peut-être qu'on ferait bien de chanter un peu différemment. Je dois dire que depuis vingt ans que je chante l'Hannya Shingyo tous les jours, j'y fais plus hyper attention. C'est-à-dire, qu'est-ce que j'aime ? J'aime d'abord un, quand ça traîne pas comme un escargot, je suis plus sensible disons à l'énergie qu'il y a. Si les gens roupillent en zazen, après l'Hannya Shingyo, pouf, ça fait le style...
- Je me suis mis à chanter fort l'Hannya Shingyo durant des zazen où on a rendu hommage à des personnes décédées.
- Quand il y a des kitos ? Oui, alors ça c'est la grande joie, parce que tout le monde peut gueuler comme il veut. Il n'y a pas de raison de ne pas le faire. Si tu as envie de chanter l'Hannya Shingyo très fort, vas-y ! Moi-même, je dois faire attention, parce que si j'y vais comme je voudrais y aller, on n'entendrait personne d'autre. En plus quand c'est le Fukanzazengi et que j'y vais, Stéphane râle en disant que je chante trop fort. Mais pourquoi pas, si tu as envie de chanter fort, chante fort, il y a suffisamment

de gens qui susurrent cette Hannya Shingyo, on n'entend rien du tout, comme s'ils avaient peur de sortir un quelconque son. Si tu as envie de chanter beaucoup plus fort, vas-y !

- Pas chanter fort, mais différemment.
- Personne ne t'empêche de faire ça. Tu verras bien. Si les trois-quart des gens te disent : « Ecoute, franchement tu nous casses les pompes à chanter de cette façon »... Tu verras bien. Mais tu es libre, tu es libre de faire ça. Il ne faut pas tout d'un coup s'inventer des règles fixes.
- Ca vient de loin...
- Si toi tu es sensible à ça, OK, débrouille-toi avec ça, chante différemment. Ce qui est important à mon avis, c'est d'y mettre de l'énergie, d'y mettre du cœur, de chanter quelque chose, c'est là que doit transparaître aussi la joie. On est restés immobiles pendant une heure et demie, tout à coup sans rien dire en plus on a l'occasion de chanter : il faut y aller. Ce qui est plus ennuyeux c'est qu'effectivement il y a beaucoup de gens qui croient que l'Hannya Shingyo c'est faire : (d'une voix inaudible) KAN JI ZAI BO... Non, il faut y aller, moi je pense qu'il faut y aller. Si tu veux y aller, vas-y. Mais tu ne peux pas non plus considérer que tu vas dire à tous les autres comment ils doivent chanter, parce que tous les autres chantent comme ils veulent. Toi, chante comme tu veux, tu verras bien. Comme tu es musicien, si tu chantes sur une autre tonalité, tu verras tout de suite ce que ça va donner. Tu vas t'en rendre compte toi-même. Mais alors chanter plus vite ou plus lentement, alors ça ça fout le bordel, s'il te plaît pas ! Ce qui est important, comme toute chose, ce qui est important dans l'Hannya Shingyo c'est la joie, la joie de chanter. C'est un ancien sutra, tout le monde le chante, on en prend l'habitude, ça résonne, et puis après, on a chanté, on a fait notre boulot, on peut passer à autre chose, on est contents, c'est bon, voilà ! Il ne faut pas en faire tout un plat. Ok ?