



SESSHIN D'ARZIER

Dirigée par Maître Keisen Vuillemin



18-19 février 2012
Organisée par l'ABZD et le Dojo Zen de Genève
16 Av. Calas 1206 GE Tel +4122 .789.32.93
www.zen-deshimaru.com - www.zen-deshimaru.ch

ZAZEN 1

Il est des fois de bon ton dans le zen de dire : je n'ai toujours pas le satori mais je continue la pratique. C'est un peu semblable à lire un livre et dire : je ne comprends toujours rien à l'histoire mais je continue de lire. Ou je n'ai toujours pas d'amour pour toi mais je continue à sortir avec toi, c'est une pratique. Jean Gabin a dit : le gigot sans ail ça se mange mais ça ne se déguste pas. Le zen sans satori, ça se pratique mais ça ne satisfait pas l'être, même si il est affirmé que zazen est en lui-même satori. Le danger est grand de tomber alors dans un immobilisme de la pratique, une quiétude béate, la routine du zazen, se lever, s'asseoir. Ça va ? Oui, oui, je pratique zazen. Alors tu as une vie illuminée ? Euh ! Alors pour une fois je voulais défendre le point de vue de l'illumination, de l'éveil, du satori, de l'énergie et de la volonté de sortir de notre ignorance. Qui ne désire pas voir le lever du soleil, les montagnes sortir de la brume, écouter vraiment, se pénétrer du bruit de la houle des océans. Alors inutile de se priver du satori, au contraire très important – terme répété à tout bout de champ, important, important- oui joyeusement important le satori, lumineux l'éveil des ignorants, éveillée toute personne sortant du sommeil de sa vie.

Le départ fondamental du bouddhisme réside non pas dans le fait que le dénommé Gautama de la tribu des Shakya quitte son palais doré pour voir un peu le monde, ce que tout un chacun fait à peu près tous les jours, mais bien dans son cataclysme intérieur qui fit exploser son monde de l'ignorance pour en révéler le monde de l'illumination. Au cours de cette expérience il resta simplement ce qu'il était : un être humain. Cette réalisation sortit des profondeurs de son être où toute confusion disparut d'un coup. Il faut dire que la tension qui l'habitait était immense, une tension à la fin intenable entre sa recherche de la vérité, son esprit tendu vers ce qui ne s'appelait pas encore un éveil spirituel, son insatiable aspiration vers ce qui était hors de son atteinte et l'impossibilité dans laquelle il se trouvait de réaliser dans sa conscience l'ultime vérité du monde à laquelle il aspirait. A la fin tout ceci lui apparut d'un coup et il réalisa enfin ce qu'il cherchait de toute son âme, au sein même de sa vie. Comment alors exprimer cela en termes vivants ? Donc le bouddhisme indien est dominé par l'éveil cosmique de Bouddha, englobant lui-même et tous les êtres. Mais rien ne dit ce que fut réellement l'éveil du Bouddha et chaque fois qu'un de ses bodhisattvas le lui demande, le Bouddha dit : oui, oui, je vais vous répondre, envoie ses rayons lumineux, se balade sur un trône doré dans les airs mais à la fin ne dit rien. L'expérience de la vie se fait à chaque instant et le Bouddha ne voulut pas servir un plat réchauffé, surtout que beaucoup risquaient alors de le gober comme un œuf pondu par une autre poule.

Les chinois eux étaient beaucoup plus pratiques, moins ouverts aux légendes merveilleuses. Avec eux l'illumination prit une application aux réalités de la vie. L'éveil devint l'expression directe de la vie intérieure, libérée de son imagination mystique hindoue. Le ch'an date du jour où Bodhidharma arriva en Chine en l'an 520 et dit :

*Une transmission spéciale en dehors des Ecritures ;
Aucune dépendance à l'égard des mots et des lettres ;
Se diriger directement vers l'âme de l'homme ;
Contempler sa propre nature et réaliser l'état d'un Bouddha.*

Ces stances définissent le ch'an et donc lui donnent une identité différente des autres écoles bouddhistes qui existaient déjà en Chine. La graine du bouddhisme indien donnait de nouveaux fruits.

A nouveau lorsque Dogen revint au Japon, muni de l'enseignement de Nyojo, le zen se différençia des autres écoles japonaises telles que le Tendai ou le Shingon, par l'importance du zazen et celle du satori immédiat dans le zen soto.

Tout cela c'est bien joli, mais cela ne peut remplacer ce que nous vivons dans notre époque. Notre époque n'est ni celle de l'Inde ancienne et de ses génies, ni celle des érudits taoïstes, des ermites, ou de la société impériale, ni du Japon féodal. Dans le zen il y a une liberté totale, nous devons l'exprimer à travers notre vie, avec ce que nous avons : notre corps et notre esprit. Qu'est-ce qu'est alors aujourd'hui une vie d'éveil, l'illumination, que faisons-nous du satori ? On connaît bien le samsara, le boulot tous les jours et encore quand on a la chance d'en avoir, les autres, la maladie, les problèmes qui nous tombent dessus, tout peut basculer d'un instant à l'autre. On sait aussi que comme bodhisattvas nous allons rester par notre propre volonté de compassion dans le samsara, là où se trouvent les êtres. Mais que faisons-nous de l'autre côté, le nirvana, le satori a-t-il un sens pour nous, ou l'avons-nous relégué dans le tiroir des légendes pour les petits enfants. En bref aujourd'hui, pour nous, l'illumination de Bouddha c'est quoi ? Le satori est-il important ou non dans ce que nous appelons la pratique ? Qu'est-ce qu'on invente, libres, hors de la poussière des sutras et de la nourriture prédigérée par quelqu'un d'autre ? Pratiquons-nous vraiment le zen vivant, saisissons-nous la vie dans son flux ou essayons-nous de l'arrêter ?

Lin-chi disait à ses moines : attrapez-le vivant, et Etienne disait : le zen c'est la vie. C'est-à-dire le pratiquer à tout instant de la vie. Je désire simplement essayer de nous donner la volonté inflexible, le courage, le désir profond de l'attraper vivant. Attraper quoi ? Quand vous l'aurez attrapé l'espace d'un instant alors vous verrez.

ZAZEN 2

Le satori est une expérience individuelle très intime, il provient de nous-mêmes, une ouverture mentale où notre ignorance s'évanouit, et nous voyons notre vie de façon différente. Ils sont liés, l'ignorance est le départ, l'illumination le retour, le retour à notre véritable maison. Il ne s'agit pas d'ignorer quelque chose, de ne pas connaître l'essence de tel ou tel soutra, ce n'est pas une ignorance qui proviendrait d'un défaut d'activité intellectuelle, mais de rater l'éclairage de ce que nous sommes véritablement. Eclairer notre ignorance demande beaucoup de volonté. En effet il est très facile d'attendre le satori en continuant à s'asseoir, à écouter quelqu'un d'autre et penser que notre monde va magiquement changer. Alors comme ce n'est pas le cas, certains préfèrent dire que le satori n'existe pas et continuent à vivre dans une caverne sombre, beaucoup de restrictions de leur liberté, des règles, des interdits. A la fin ils ne comprennent plus rien et partent à la place de se jeter sans peur dans le combat pour éclairer leur ignorance. Ils viennent dire : je doute et donc pensent que leur doute veut dire que tout cela ne sert à rien.

Chaque fois que j'ai prononcé le terme « doute » avec Yvon, Maître Myoken, chaque fois il a immédiatement affirmé : le doute fait partie de la pratique. C'est à partir de là qu'il faut développer une volonté indestructible d'éclairer nos doutes, de les voir, le vrai travail, la grande affaire commence. Le zazen n'est plus vu comme l'extinction des illusions, mais comme le moyen dynamique d'entrer en contact avec la réalité ultime, la réunion de nous-mêmes, de la vie, d'une renaissance. Alors ne méprisez pas le doute, il fait partie de nous, plongez complètement dans le doute, à la fin vos contradictions internes deviendront fortes et arriveront au point où la seule solution soit qu'elles éclatent. Pour cela les histoires racontent que le clac d'un petit caillou sur un bambou a fait exploser les tensions spirituelles et toc le monde du satori s'ouvre d'un coup. Mais si vous vous contentez de mettre vos doutes sous le paillason, à penser au départ que rien n'est important, jamais bien sûr votre vision du monde ne changera. Si vous partez du feu et de la glace, ça bougera, mais si vous vous contentez de l'eau tiède rien ne se passera. Alors partir du doute et de l'ignorance avec le désir intense de toucher sa vérité ultime est dynamique, est le zen vivant. La quiétude de l'esprit et poser son cul de façon routinière n'est pas le zen vivant, ce n'en est même pas une pâle imitation, c'est juste le monde commun.

C'est un peu semblable à un étang dont l'eau se refroidit bien en-dessous de zéro, mais rien ne gèle. L'étang devrait être un bloc de glace mais ça ne vient pas, comme l'être qui aspire à la résolution de sa vie et de lui-même, tout est là en lui, mais ça ne bouge pas, la tension de l'être devient extrême et tout à coup un canard se pose sur l'étang qui gèle d'un coup. La vie se résout dans l'instant, le monde est clair, on sait qui on est. Pourquoi alors ne pas désirer fortement, profondément ce satori. Eno disait : voir sa véritable nature.

Parce que la tuile ne peut devenir un miroir, les pratiquants peuvent penser que polir une tuile est une activité de moine stupide. Mais comment le miroir apparaît-il si vous ne faites rien ? A force de polir une tuile et de voir qu'elle reste une tuile, la volonté spirituelle forcé au point ultime où sans connexion exprimable de cause à effet le miroir resplendissant apparaît, et effectivement le miroir n'est pas de la tuile. Et le satori n'est pas de l'ignorance, bien qu'ils soient liés l'un à l'autre, pas de satori sans ignorance. Aussi est-il dit que l'école

du zen soto est celle du satori immédiat. Il y a une coupure, des fois exprimée par l'expression que le fonds du baquet ou du tonneau lâche. Mais cela ne veut pas dire qu'il ne faut pas travailler, plonger dans ses doutes, approfondir sa connaissance intérieure, animé d'une grande volonté et d'une grande compassion à la fois pour soi-même et pour tous. Ce travail même est le satori, il n'y a pas que le but, le chemin lui-même est le but. Comment pourriez-vous lâcher le sommet du mât si vous ne commencez pas à grimper jusqu'en haut. Les deux sont liés. Toute la question est alors de lâcher le mât à son sommet, pas à cinquante centimètres du sol bien sûr, mais aussi lâcher le mât n'a plus rien à voir avec le fait de s'y être agrippé jusqu'à son sommet. Lâcher le mât est immédiat, le grand travail de la grimpe prend beaucoup d'énergie de vie et de volonté. Le satori est immédiat, la lutte contre l'ignorance est le travail de la vie. Alors dire : il n'y a pas de satori, ou le satori je n'en ai rien à secouer, pourquoi ? Il donne aussi beaucoup de courage dans la grimpe.

A la fin le satori c'est tout simple. Lin-chi a dit : « *Ne cherchez pas à mettre une autre tête par-dessus la vôtre. Si vous tournez votre lumière vers l'intérieur de vous-même sans délai, et que vous réfléchissiez, et cessiez de chercher des choses extérieures, vous verrez que votre propre esprit et ceux des Bouddhas et des Patriarches ne diffèrent pas les uns des autres. Quand vous avez ainsi atteint cet état de non-agir, on dit que vous avez atteint la vérité.* » Le travail est intérieur. Faire du satori une chose spéciale, magique, une sorte d'extase séparée de l'éclairage de notre ignorance serait semblable à vendre de l'eau au bord de la rivière.

Un peu comme une personne priant Dieu : faites-moi gagner au loto. Et Dieu répond : ok, mais d'abord il faudrait que tu y joues.

Donc illuminer notre ignorance, voilà, celle-ci formant la matière du satori.

ZAZEN 3

Il se trouva dans un monastère que l'abbé devint très vieux et sentait sa mort prochaine. Il se retira donc dans sa chambre pour ne plus en sortir. Les moines se demandèrent donc ce qu'il s'agissait de faire car l'abbé n'avait indiqué aucun successeur et le monastère ne pouvait pas être laissé sans personne à sa tête. Néanmoins aucun d'eux ne voyait ce qu'il pourrait bien dire à l'abbé s'il rentrait dans sa chambre pour lui parler.

Le premier moine qui se décida s'appela de son nom de moine Eveil. Il était très respecté pour sa longue et assidue pratique et il parut à chacun normal qu'il y aille le premier pour demander à l'abbé quelles étaient ses intentions pour la suite. Il frappa donc doucement à la porte et entendant un léger grognement il se risqua à l'intérieur. L'abbé reposait dans son lit, peu confortable, et lui fit signe d'approcher. Je t'écoute lui dit l'abbé. Alors le moine Eveil s'exprima ainsi : Cher abbé, nous nous connaissons depuis des années et vous avez pu me voir agir dans le monastère. Tout au long de ces années j'ai soutenu la pratique de zazen parmi les moines et ai aidé à structurer ce monastère pour qu'à tout point de vue il aye une posture noble. Tous les jours j'ai assuré mes devoirs, participé à toutes les longues sesshins que vous avez décidées et vous-même je vous ai constamment soutenu de façon à ce que vous puissiez assurer votre mission. Mais quand même il n'osa pas lui demander ce qu'il allait se passer pour la suite.

L'abbé l'écouta sans l'interrompre jusqu'au bout, le regarda d'un air gentil et lui dit : Oui, tu as beaucoup fait pour que la pratique reste vivante dans ce monastère. Ton soutien a été constant et je t'en remercie profondément. Tu as toujours été à mes côtés et jamais tu ne t'es opposé à mes décisions dont certaines je te confesse ont dû t'intriguer. Je suis sûr que tous tes frères moines te sont également reconnaissants pour tout ce que tu as fait. Ensuite d'un geste de la main, l'abbé fit comprendre au moine Eveil que l'entretien était terminé. Le moine alors se retira en silence.

Quand il sortit, tous les autres lui demandèrent : alors, alors ? Et bien alors rien dit le moine. L'abbé a l'air effectivement bien fatigué. C'est tout ? demanda le moine nommé Illumination. Dans ce cas alors moi j'y vais. Il frappa à la porte, nouveau grognement de l'abbé et il entra dans sa chambre.

Cher abbé lui dit-il, nous vivons ensemble dans ce monastère depuis de longues années aussi suis-je certain que mon esprit n'a plus de secrets pour vous. Vous savez, depuis trente ans j'ai continuellement essayé d'élever le niveau intellectuel et culturel de ce monastère par l'étude des soutras anciens. J'ai communiqué mes connaissances à mes frères pour les aider à s'élever dans la compréhension du zen et n'ai pas ménagé mes efforts pour leur faire des conférences et leur transmettre tout l'enseignement que j'avais pu acquérir. Je pense avoir contribué d'ailleurs à la renommée dont jouit actuellement ce monastère dans les sphères d'études bouddhiques. En même temps j'ai toujours écouté votre enseignement dans le dojo ou lors des discussions que vous avez eues avec nous. Mais par un sursaut de modestie le moine Illumination eut la délicatesse ou tout simplement n'eut pas le courage de demander à l'abbé ce qu'il allait advenir du monastère après sa mort et qui en prendrait la responsabilité.

Lui aussi l'abbé l'écouta sans l'interrompre et lorsqu'il vit qu'Illumination avait terminé il lui parla en ces termes : Oui, tu as beaucoup fait pour ce monastère. Il est vrai que par ton étude constante et le partage de tes connaissances tu as fortement participé à élever le niveau d'étude ici, ce qui fait que la renommée du monastère s'en est trouvée fortifiée. Cela nous a donc permis de recevoir certains dons de la classe dirigeante dont nous avons tous profité dans notre ordinaire. Aussi je te remercie sincèrement de tous tes efforts et t'appelle à continuer cette voie d'études. L'abbé parut alors très fatigué et le moine comprit que le geste lent de l'abbé indiquant la direction de la porte signifiait que leur entrevue était terminée.

A nouveau à sa sortie tous les moines se précipitèrent en cercle autour de lui, désireux de savoir ce que l'abbé avait bien pu dire ou même avoir décidé. Rien, dit Illumination. Il m'a écouté, m'a remercié et m'a dit de continuer comme ça, c'est tout. La sangha commençait à devenir très perplexe et ne savait plus sur quel pied danser. A ce moment le moine Satori fendit la foule de ses congénères en portant un plateau avec dessus une théière et deux bols. Sans rien dire il s'approcha de la chambre de l'abbé, ouvrit la porte et disparut à l'intérieur. Comment ose-t-il ? dirent tous les moines. Ça c'est un comble Satori qui entre chez l'abbé comme si de rien n'était. Illumination et Eveil en furent tout retournés et prirent une mine choquée.

En entrant dans la chambre, Satori sourit à l'abbé, lui montra la théière qui fumait et les bols et lui dit : il fait bien froid aujourd'hui et je me sens un peu seul. Aussi ai-je pris la liberté de verser une grande rasade du saké de cérémonie que nous a offert le shogun dans la théière, j'ai pensé que cela nous réchaufferait le corps et égayerait aussi nos pensées. En voulez-vous ? Oui c'est une bonne idée, dit l'abbé, j'en boirais bien un bol car moi aussi je n'ai pas trop chaud et me sens un peu seul également. Délicatement Satori servit le thé et l'abbé le but tranquillement sans rien dire, les yeux fermés. A la fin il reposa son bol dans ses mains jointes sur sa couverture et se recala dans ses coussins. Au bout d'un moment Satori pensa que l'abbé devait s'être endormi. Sans bruit il ramassa son bol, la théière et le plateau et s'approcha sur la pointe des pieds de la porte de la chambre pour s'en aller et laisser l'abbé tranquille.

Au moment où sa main toucha la poignée, l'abbé l'appela : Satori, viens ici. Lorsque Satori se retourna vers l'abbé celui-ci lui tendit son bol vide sans rien dire. Dans les mains de l'abbé le bol vide reposait sur le kesa doré à vingt-cinq bandes. L'abbé lui sourit et les lui transmis sans rien dire. Juste quand Satori prit le kesa et le bol leurs mains se touchèrent l'espace d'un instant.

Ce n'est qu'une histoire d'un peu de thé, de saké, de bol vide et de kesa doré, mais dans cet instant le monde entier, leur monde entier se trouva complètement unifié. Même un bol vide ne nous appartient pas, alors que nous le possédons aussi. Dans l'éveil, dans l'illumination de l'instant, notre monde également se trouve entièrement réuni, le miroir ancien apparaît et la tuile disparaît. Une partie du miroir provient de la tuile, mais cela ne suffit pas. Comme pour un bol vide, le bol contient la vacuité, et la vacuité fait le bol.

ZAZEN 4

Je reviens sur comment doit-on se libérer de l'ignorance ? C'est-à-dire comment nous libérer de l'emprise de notre ego ? Car il est vrai que toute démonstration du fait que l'ego ne peut être qu'une sorte de construction sans existence propre ne nous aide guère. Si vous dites à un boulimique d'arrêter de manger tout le temps, ou à une personne anorexique de manger quand même un petit quelque chose, cela ne les aidera pas, ils le savent déjà mais ne peuvent s'arrêter. L'éveil ou l'illumination correspond à l'expulsion de notre ignorance, à l'expulsion de l'emprise de notre ego, c'est la voie de la liberté, dans notre vie elle-même. La liberté cela ne se demande pas, cela se prend. Donc pour extraire notre ignorance il faut de la volonté. Le zen n'est pas une voie spirituelle béate où il serait possible d'attendre que quelqu'un d'autre nous libère. Certains néanmoins croient toujours de manière un peu enfantine qu'un maître va leur servir tout cela sans qu'ils aient besoin de développer de grands efforts.

En zazen nous illuminons notre ignorance et de façon naturelle notre ego devient transparent. En ceci zazen est effectivement la voie du déclin de l'ignorance, du satori et de notre indépendance par rapport à notre ego. Mais voilà nous ne passons pas notre vie en zazen, et notre but ultime est la compréhension profonde de notre être et du monde, l'expérience vivante de notre corps et notre esprit à chaque instant. Alors comme en zazen cela se passe naturellement, les gens voudraient également que cela se passe naturellement, sans efforts, dans leur vie quotidienne et ne comprennent pas pourquoi cela n'est pas le cas : « en zazen tout va bien mais dès que je sors cela n'est plus le cas, je voudrais être zen tout le temps ». Voilà l'illusion. Non ce n'est pas si évident, pour cela, pour que toute notre vie soit en contact avec notre expérience spirituelle intérieure, il faut développer beaucoup de volonté, de courage et aussi d'efforts. Bien que la voie du zen puisse être vue par certains comme la voie de l'extinction, de la paix, voire de la béatitude, il n'en reste pas moins que le chemin qui monte sur la montagne est raide et caillouteux dans la vie de tous les jours. Si vous ne le prenez pas, alors zazen restera un exercice limité à une à deux heures par jour pour ceux qui tout au moins arrivent à pratiquer à ce rythme. Vous avez aussi la possibilité de vous confier au Bouddha Amida, de vous lancer dans le new age pour espérer voir la réalisation de vos illusions, de suivre un gourou qui vous promettra tout à condition que vous payez assez ou de croire que par lui-même zazen va résoudre votre situation sans que vous ayez besoin de la prendre vous-même en mains. Mais ne venez pas alors prétendre que c'est le zen vivant transmis depuis des siècles. Attention, de nos jours beaucoup essaient de banaliser le zen pour pouvoir l'utiliser, des charlatans, la Migros, des stages fleurissent partout avec des gens qui ne pratiquent aucune voie spirituelle sincère mais en font un gagne-pain.

Alors me direz-vous, peut-être, faut-il rechercher ou non la réalisation de notre l'éveil ? Oui et non. Mais si vous ne polissez pas la tuile, il est peu probable dans la plupart des cas que vous le réalisiez et vous risquez d'attendre longtemps. Passer votre vie sans le réaliser n'est guère joyeux. Ce n'est qu'après de longues études et de pratique que Kyogen vécu cette expérience avec son petit caillou et son bambou. A la fois nous sommes tous éveillés et à la fois nous pouvons ne pas le réaliser. Aucun d'entre nous n'est à l'extérieur du dharma comme un poisson n'est jamais en dehors de l'eau s'il est vivant. Mais il ne la voit

pas. Voir alors sa vie et son esprit non pas comme un objet extérieur mais directement est le satori immédiat, immédiat car il se passe dans l'instant.

Il ne s'agit pas de croire non plus que la vraie pratique ne se trouverait qu'après la réalisation du satori, ce n'est pas ainsi. La véritable pratique est établie dans le monde des illusions, dans le royaume du bien et du mal, dans celui de la dualité. Même dans notre pratique imparfaite l'illumination est là, mais nous ne le savons pas. Alors il s'agit de trouver la signification réelle de notre pratique même avant la réalisation du satori. Où que vous soyez l'illumination est là. Il faut accepter les choses comme elles sont. Suzuki Roshi dit : *« Même si vous ne savez pas qui vous êtes, acceptez-vous. Cela c'est vous, dans le vrai sens du terme. Lorsque vous savez qui vous êtes, ce vous ne sera pas votre vous-même réel. Vous pouvez vous surestimer très facilement, mais lorsque vous dites, oh ! je ne sais pas, alors vous êtes vous-même et vous vous connaissez entièrement. Ceci est l'illumination. »*

A la fin continuez toujours votre satori, le satori des Bouddhas même si vous ne pouvez en connaître le côté absolu. Laissez le satori des Bouddhas vous encourager mais ne vous y attachez pas. Laissez l'absolu vous accompagner même si vous ne le voyez pas. Lorsque finalement l'empereur demanda à Bodhidharma : qui êtes-vous, Bodhidharma répondit : je ne sais pas. Il continua ainsi et créa ce qui est appelé le ch'an. De même aujourd'hui, créez ce qui est appelé le zen en Occident.

ZAZEN 5

La voie du zen n'est pas l'autoroute satisfaisante de la logique bien démontrée, il s'agit de notre vie. Nous n'en avons pas d'autre aussi toute réalisation de l'éveil, de l'illumination ou du satori prend place dans cette vie-ci. Profitez de chaque expérience que vous faites tous les jours, soyez attentifs, simplement éveillés, regardez en face votre liberté et ne vous échappez pas. Considérez à la fois que votre vie de tous les jours est en elle-même votre vie illuminée, que Bouddha et vous-même êtes des êtres humains, et considérez à la fois de ne pas relâcher vos efforts dans l'approfondissement de votre pratique, les difficultés elles-mêmes sont l'illumination. Etienne disait : ceci est le satori éternel des Bouddhas.

Lors de son poème d'adieu, Tozan dit :

*A vouloir saisir le vide
Ou courir après l'écho,
Vous vous fatiguez l'esprit !
Une fois éveillé du rêve
Il n'est plus rien à comprendre.*

Ne cherchez donc pas à faire surgir un miroir en brossant une tuile, mais ne vous arrêtez pas de le faire. Restez simples, comptez sur votre foi vigoureuse et profonde, redécouvrez ce que vous êtes réellement sans vous laisser abuser par qui que ce soit, ce qui est la grande affaire, le grand travail de notre vie.

« Etre égaré, c'est avoir perdu l'Esprit originel et errer loin de sa propre demeure. Etre éveillé, c'est redécouvrir sa nature originelle et rentrer chez soi. A partir du moment où on est éveillé, on l'est à jamais et l'on ne retourne plus à l'égaré ou l'ignorance, tel le soleil qui ne peut être obscurci », dit Baso.

La vie passe comme une flèche, très vite les derniers coups du bois résonnent et nous retournons à la terre. Ne perdez donc pas votre temps, éveillez-vous tout de suite ! Rassemblez votre courage dans le zen vivant et continuez.