

« C'est quand

on ne

sait plus

où on en est

qu'on y est ! »

Pierre
(Cahier de cuisine)

Zazen sans rien gagner (fin)

« Le monde dans sa totalité n'est jamais caché » – les myriades de choses qui apparaissent clairement en face de nous sont elles-mêmes la manifestation complète du Soi originel : c'est ce qu'exprime Maître Dogen par Genjo-koan. Ce terme exprime l'enseignement de la nature absolue de la réalité, que nous le croyions ou pas, que l'on pratique ou pas, quelles que soient nos circonstances personnelles. Ce n'est donc pas quelque chose de « distant » que nous atteindrions par un effort humain impliquant foi et pratique. Mais c'est plutôt dans l'autre sens : parce que foi et pratique sont déjà l'activité humaine à l'intérieur de la réalité, c'est déjà quelque chose d'« intime », de « proche ».

Néanmoins tant que nous vivons alourdis par nos pensées et nos émotions, il ne sera jamais possible d'avoir foi dans ce « présent absolument parfait ». Nous sommes toujours en train de créer, par ces pensées et émotions, l'impression que dans le présent, il y a quelque chose en trop, ou quelque chose qui manque. Nous regardons toujours ce présent imparfait avec

No.116 – Mars 2007

SOMMAIRE

Zazen sans rien gagner (fin)

Un regard sans haine... Serge

La cloche de Kin-Hin, Pierre

En vrac



DAISHIN

*Journée de zazen
à Paris
samedi 10 mars
avec Joshin Sensei.*

*Réouverture
de
La Demeure sans Limites,
le jeudi 5 avril
avec Jôkei Ni.*

doute : « Est-ce que c'est vraiment bien comme ça ? », et nous ne pouvons être tranquilles. Et nous faisons des efforts, petit à petit, ou dans une grande explosion, pour attraper la « perfection », passant ainsi notre vie avec la peur, soit de ne pas avoir ce qu'on veut, soit de perdre ce qu'on a obtenu. Malheureusement, malgré tous nos efforts, même en manipulant ou en développant nos pensées et émotions, il ne sera jamais possible de cette façon d'atteindre le « présent absolument parfait ».

7. Cette réalité de la « véritable forme de toutes les choses », le « monde dans sa totalité qui n'a jamais été caché », ce Genjo-koan ne peuvent être attrapés ni avec la pensée, ni avec l'émotion. La lutte – de l'esprit qui cherche à gagner quelque chose – elle-même nous empêche d'expérimenter directement ce secret grand ouvert. Ce n'est que lorsque nous sommes seulement assis, ayant abandonné la poursuite des idées imaginaires que nous avons construites dans notre tête à propos de cette « perfection » qu'il est possible de rencontrer le présent, qui, depuis le début, n'a rien en moins, ni rien en plus. C'est pourquoi, l'expression « la forme véritable de toutes les choses » indique simultanément la « réalité » et le problème ou le thème que nous

devons pratiquer et vérifier.

Lâcher cet esprit qui recherche le gain est une condition absolue pour que le soi soit capable de s'ouvrir et de s'abandonner complètement au présent et pour que le présent puisse imprégner le soi abondamment et sans limite. Dire « imprégner » ne signifie pas que c'est l'arrivée de quelque chose de nouveau. Mais c'est réaliser le vivant, un moi inter-connecté avec tous les êtres. Zazen n'est pas un processus visant à avoir quelque chose mais une pratique : comment laisser le soi être présent maintenant – ce qui est complètement différent à la fois dans sa qualité et sa dimension. « Rien à gagner » : on peut dire que c'est une expression qui aide à clarifier que zazen n'est pas une activité, dont le résultat serait « gagner » quelque chose. Ce n'est pas pour avoir, mais pour être.

8. Quand nous entendons que zazen est seulement « s'asseoir tranquille sans rien chercher », il y en a sûrement parmi nous qui pense : « Quoi ! Une chose aussi simple que ça ! C'est une perte de temps et d'énergie de faire ça. Il n'y a qu'une personne paresseuse et inutile qui pourrait perdre du temps à ça ». Autrement dit, on peut entendre « rien à gagner » comme une situation sans aucun challenge, aucune valeur, si bien que le zazen ressemblerait à « un chat qui dort au soleil dans la véranda »... Sans doute que la critique mentionnée ci-dessus provient de cette sorte de compréhension de zazen.

En réalité, zazen sans rien gagner ressemble plutôt à « un dragon qui approche de l'eau, un tigre qui s'ébat dans la montagne » (Fukanzazengi). Si cette sorte d'élan, de vie et d'enthousiasme ne remplit pas le corps et l'esprit, alors ce ne sera pas cette sorte de zazen. Dans le zazen-sans-gain, l'important se place sur le moment, là où l'on est, pas sur ce qui

va être gagné à la fin. En d'autres termes, c'est un processus, pas un résultat ; ainsi chaque moment est important, exactement aussi important qu'un autre moment et aucun moment ne peut être négligé. C'est parce qu'il n'y a rien à gagner qu'il est demandé une diligence continue. Dès que cette diligence disparaît, l'esprit retourne à l'esprit-de-gain, ou à la négligence, ou la paresse et l'assise bien droit sans rien gagner va s'écrouler.

Ainsi cette pratique sans esprit-de-gain est la chose la plus pure et la plus simple, et pourtant jamais simple ! On pourrait même dire qu'il n'y a rien de plus difficile.

Le temps passé à s'asseoir sans rien gagner et sans rien « faire » peut sembler, en termes de marché, du temps gaspillé car rien du tout n'est produit. Pourtant, comme nous l'avons dit plus tôt, c'est là que le soi peut rencontrer la perfection absolue du présent, qui va imprégner le soi – et il n'y a pas de plus grand cadeau.

Zazen n'est pas pour les personnes paresseuses qui tournent le dos au monde. Mais c'est une chose recommandée à tous, occidentaux ou asiatiques, homme ou femme, quel que soit l'âge. Car la perfection absolue du présent est toujours là : le moment présent parfait éveille (suscite) le moment présent parfait suivant ; à l'intérieur de ce moment est incluse la vigueur, (l'énergie) qui va amener le moment suivant. Il ne suscite pas le moment suivant parce qu'il est imparfait, et va vers la perfection mais plutôt parce qu'il est une perfection sans cesse renouvelée.

*Rév. Issho Fujita dans « Dharma Eye »,
le Journal du Soto Zen.
Traduction Joshin Sensei.*

Un regard sans haine...

Dans la vie quotidienne je suis entouré de gens qui ne comprennent pas. Je m'en suis encore rendu compte avec le message de ma carte de vœux. Ce message est le même depuis plusieurs années, je change seulement la date. Le message est le suivant : « Serge vous souhaite ce qu'il y a de mieux pour l'année 2007, et surtout d'arriver à porter un regard sans haine sur le monde et sur tous les êtres, quoi qu'il se passe ». Il y a ceux qui croient que je veux les culpabiliser et les rabaisser en leur donnant des leçons ; moi je suis capable d'être comme ça, et vous pas. Il y a ceux qui baignent dans un angélisme et qui sont contents car ils pensent que je suis comme eux. Et il y a ceux qui analysent et qui me répondent : nous avons été très sensible au message de bonne année, encore que je sois persuadée qu'on vit dans un monde hyperviolent où l'on ne peut résister que par la violence.

Je peux répondre à ça. Je pourrais demander à cette personne ce qu'il y a de si violent dans son quotidien. Alors là elle me parlerait des guerres, des injustices, et des tas d'autres choses qu'elle reçoit de manière exhaustive et en condensé toutes les six heures par les canaux de l'information. Je pourrais lui dire que la compassion, c'est autre chose que de regarder cet étalage de violence, autre chose aussi que la condamnation et la révolte qui en découle. Je pourrais lui dire que je parle de sa vie à elle, de la vie de chacun dans son présent en dehors de toute virtualité. Il y a donc bien le point de vue de l'intérieur de notre pratique et le point de vue de l'extérieur. Beaucoup de gens sont avertis des différences de point de vue. Ils conçoivent très bien le point de vue physique, par exemple on monte sur le toit de sa voiture et de là le réel est différent de quand on est au volant de cette même voiture. Ils ont bien intégré aussi le point de vue intellectuel qui consiste, quand on veut en changer, à se mettre à la place de l'autre comme on dit. On imagine qu'on est l'autre et l'on voit le monde à travers ses

préoccupations et ses ennuis. Et il y a le point de vue de notre pratique, qui n'en est peut-être pas un, qui consiste à comprendre le réel comme quelque chose de pas extérieur à nous. Le problème avec ce "point de vue" c'est que l'on ne l'a pas adopté. C'est lui qui nous a adopté.

C'est très difficile de faire partager cette idée avec les autres. Comment toucher le coeur des gens ? Cette vue sur le monde et toutes les choses arrivent à nous comme la conséquence d'autres choses. Ces choses-là je les trouve très simples. Vous les connaissez.

J'ai trouvé un moyen habile pour être avec les autres qui manquent d'eau dans certains endroits, pour vivre dans le même monde qu'eux. J'ai mis face au lavabo une photo de personnes qui transportent de l'eau dans des seaux, probablement d'un point d'eau vers leurs habitations. Cette simple image peut changer notre manière de vivre.

Serge

La cloche de Kin-Hin

Cette coupe de métal doré qui repose sur son coussin rose et que l'habitude apprend à frapper convenablement du petit maillet de bois pour lui faire sonner les zazens ou la fin de kin-hin, il m'est arrivé une fois de la saisir d'une main pour l'approcher de moi : heurtée par le bois, elle n'avait émis qu'un son sec, creux et piètre. Presque un non-son, un bruit ridicule. J'en avais sans plus déduit qu'elle ne sonnait vraiment que sur son coussin. Aujourd'hui, parvenus à la fin du kin-hin, me trouvant éloigné de la place où repose la petite cloche et mu autant par la paresse que par l'idée de responsabiliser un pratiquant de fraîche date que sa marche avait conduit à sa hauteur, j'ai fait signe à ce dernier de sonner la fin de notre

déambulation. Il la prit en main, l'éleva, la frappa et l'inévitable fiasco survint qui le surprit.

La séance achevée, je voulus, tout fier, lui expliquer comment s'y prendre. C'est alors, lui parlant, la cloche reposant sur son coussin que je faisais résonner, que s'objectiva ce qui se passait : non seulement un banal phénomène physique de vibration mais ce que nous faisons de nous-mêmes. A enserrer et corseter à pleines mains notre esprit, nous l'empêchons de réverbérer et de s'épanouir. Laissez tranquille sur son coussin, le son peut se produire, libre et ample, sans fin, au-delà des limites de notre ouïe.

Désormais, petite cloche, je vois en toi une leçon, simple comme un son clair, dans ma prétention à instruire une véritable instruction, et dans le désir de tirer le monde à soi, le meilleur moyen de le rater !

Pierre

En Vrac

La cuisine-vie : une suite incessante de micros-décisions ; en pointillés, on trébuche – dans la foulée, ça marche !

Pierre (Cahier de cuisine)

Quand on a envie de quelque chose, Surtout en ce qui concerne la nourriture, On prend sans se poser de question. Prendre. Ou être pris par notre propre avidité ? Mais quand on n'a rien, Même la nourriture ne nous appartient pas. Et on réalise que manger ne va pas de soi, Ce n'est pas une valeur établie. Tendre son bol prend alors une toute autre dimension. Et quand on le reçoit rempli de nourriture, On ne peut que dire : Merci, merci du fond du cœur.

Céline

Jokei n'a pas toujours raison quand elle dit : « Dans la cuisine, on met d'abord un tablier... et après on voit »... J'ai mis plusieurs fois le tablier... Je vois toujours pas !

Brigitte (Cahier de cuisine)

* * * * *

Daishin est le bulletin de la Sangha des étudiants de Joshin Sensei. Il ne peut exister que grâce à votre participation.

Nous attendons vos textes, textes personnels, extraits de lecture, autres...

Pour vous y abonner, merci d'envoyer un chèque de 15 euros/an à La Demeure sans Limites, Riou la Selle, 07320 St. Agrève.

Ordre : ASSOCIATION L'ARBRE DE L'EVEIL.