

Méditation et poésie 2.

8

*« Mes chers disciples, cesser de transmigrer sur les six chemins.
Il est difficile de comprendre la vérité ultime du Dharma.
Aussi cesser de somnoler, je vous en prie,
Car cent années passent aussi vite qu'une boule qui roule. »*

Ce poème du *Eihei Koroku* comme tous les poèmes de ce recueil était réservé aux disciples les plus proches, chaque poème est une parole guide qui invite voire incite à la pratique de la voie. Dans le premier vers, il est fait référence aux « six chemins » de la transmigration, « les six voies vulgaires, les six états vulgaires » commente Deshimaru. Philippe Coupey à son tour évoque « les six chemins qui représentent la roue de la vie, le tourbillon incessant des naissances et des morts, ... », il les associe à des états psychologiques sans toutefois les y réduire dans la mesure où ces états tentent de décrire quelque chose de plus profond que la dimension psychique mais celle du corps/esprit en interrelation avec le tout. Les six états sont repris par les commentateurs qui illustrent chaque chemin dans lesquels nous pouvons nous reconnaître dans le quotidien. Le monde des dieux (*deva*) qui consiste à désirer créer le paradis, matériel, psychique, être bien et en sécurité, vivre dans une jouissance déconnectée du tout. Le monde des guerriers (*assura*), dans la peur de perdre cet état d'insouciance, le désir de garder, la possession, la jalousie conduit à cet état d'être sur le qui vive, en conflit pour préserver son paradis. Le monde des humains (*ningen*), l'état de l'homme ordinaire en prise à la rivalité et la compétition qui cherche à protéger, voire imposer sa vue de l'esprit. Bien que se rendant compte par moment que les peurs et les illusions influent sur cette vue, ils y restent attachés dans le quotidien. Dans cette intuition à leur attachement à une condition illusoire les humains cherchent la voie de s'en libérer et interrogent les différents systèmes qui prônent la libération, les approches thérapeutiques diverses et variées qui proposent un détachement de la souffrance, un sens à l'existence. Dans cette vue de l'esprit qui ne considère qu'un aspect des choses, K. Sawaki répétait qu'il fallait voir les deux aspects. Le monde animal (*chikusho*), où l'instinct prime, le plaisir immédiat est quêté. Le travail, les contraintes et les responsabilités sont ignorés, rejetés et mis à distance. Un autre chemin, celui des êtres affamés (*gaki*), habités par des désirs et des passions non satisfaits, désirs de nourriture, de sexe, d'argent et d'honneur. Dans la tradition orientale, les *gakis* sont représentés par une petite bouche et un gros ventre, toujours occupés à manger dit Ph. Coupey, sans parvenir à satiété, que la nourriture soit matérielle ou non. Le monde infernal (*naraka*), l'enfer, dit Deshimaru, c'est un état de désespoir, de désillusion, de colère et de haine qui conduit au désir de meurtre, au crime ou au suicide.

Ces différents états sont des chemins de transmigration, passage de l'un à l'autre au quotidien, dans une vie, dans l'éternité ; Dōgen invite ses disciples à « cesser de transmigrer ». Six mondes qui illustrent la dynamique de nos pensées, de nos fantasmes, des états d'être qui oscillent entre conscience et inconscience. Ph. Coupey évoque différentes questions qui se posent à tout pratiquant ; « comment se libérer de cette idée que nos pensées sont la vérité, comment être avec soi-même, comment ne pas se décourager d'être toujours tourmentés par les mêmes choses, par nos désirs, comment se défaire de l'emprise du mental ? ». Être au-delà, indique maître Deshimaru. Ni chercher à supprimer, ni chercher à s'attacher à ces phénomènes, certains récits de dialogues entre maîtres et disciples font état de cette dimension d'aller au-delà. « Jour et nuit, laissez toutes choses venir dans votre esprit et y résider. Laissez votre esprit et toutes choses vivre ensemble », voilà comment maître Dōgen instruit ses disciples.

Dans le second vers Dōgen dit combien il est difficile de comprendre la vérité, qui peut la comprendre? Une phrase suffirait et c'est parfois déjà de trop. Comprendre sans conscience, au delà de la conscience, la voix de la vallée, dit Deshimaru; *mujo seppo*. C'est comme entendre un *kusen* non avec l'intelligence mais avec le corps, non dans la langue mais au delà de la langue. Ph. Coupey pose la question de « comment se libérer de cette idée que nos pensées sont la vérité ? », il reprend une histoire à propos de Maître Eno. Un moine vantait les mérites de son maître de faire disparaître cent pensées, Eno l'interpelle sur la profondeur d'esprit d'une telle disposition et lui répond ; que lui Eno n'a pas un tel don, mais que lorsqu'il fait face au monde extérieur, de nombreux esprits montent en lui, sinon comment sa sagesse pourrait-elle grandir ? Il reprend aussi l'histoire de Jōshu et du chat, *mujo seppo* est sans parole et Jōshu répond par un geste, écrit Coupey, répondre à partir de soi, du corps que je suis, du *hara* dirait Dürckheim. En effet, comment être dans le quotidien dans cette disposition d'esprit ? Et Deshimaru de suggérer « you must be beyond », être au delà. Maître Dōgen disait encore; « jour et nuit, laissez toutes choses venir dans votre esprit et y résider. Laissez votre esprit et toutes choses vivre ensemble ».

« *Aussi cesser de somnoler, je vous en prie,* », exhorte Dōgen, il n'y a pas de temps à perdre est- il souvent entendu, chaque instant est précieux, durant les assises, en *sesshin*, il arrive que des personnes dorment ; somnolence, fatigue, épuisement mais aussi se laissent porter par les pensées qui éloignent, ne dormez pas alors que le chemin est celui de l'éveil. Une exhortation qui touche aussi bien le corps que l'esprit, alors qu'il n'y a pas de temps à perdre. « Éveillez-vous à vous même ! », rappelle Coupey et « abandonnez corps et esprit », phrase de Nyojo qui a éveillé Dōgen.

Le quatrième vers nous y renvoie inexorablement, comme si la mort c'est pour les autres et que nous ne sommes pas concernés souligne Deshimaru, or la pratique nous ramène à la condition normale et la conscience de cette réalité, la pratique nous harmonise avec la réalité de la vie sans trop s'illusionner. On y est plus ou moins sensible. Ph. Coupey l'illustre par la parabole des quatre chevaux, chacun perçoit plus ou moins clairement cette impermanence que nous vivons.

9

Hommage au tenzo

« *Le samadhi d'Unmon est actualisé dans un grain de poussière
Et il a fait tourné la roue du dharma
Pourtant sur son épaule un plein baquet tout en remplissant les bols
Ainsi se transmet la certification vivante du souffle du Bouddha.* »

Dōgen fait référence à Unmon qui a transmis la voie, parfois de manière dur comme le rappelle Deshimaru, « ... Il donnait le *kyosaku* en toutes circonstances ». Ce poème est un hommage au *tenzo*, au cuisinier du temple, qui est une fonction importante, Dōgen lui-même a été touché par les paroles d'un *tenzo* lors de son séjour en Chine, il en a été bouleversé au point d'écrire un texte qu'il consacre à cette tâche spécifique dans un temple; le *Tenzo Kyokun*. Maître Unmon était *tenzo* et lors d'un monde un moine lui pose cette question: « Quel est le *samadhi* de *jin jin*, de la minuscule poussière? ». Et Unmon de répondre; « Dans le sel, il y a du riz, dans le baquet, de l'eau ». Dans notre vie, toutes choses se rapportent au *samadhi* de *jin jin*, petit, petit, ... précise Deshimaru, c'est le *samadhi* de la concentration, le contraire des comportements négligés, remarque qu'il fait lors de son *kusen* afin d'éduquer ses élèves lors du *samu* à la cuisine. Prendre soin de chaque aliment dans sa préparation afin de transmettre cette énergie à ceux qui font *zazen*, ne rien gaspiller, ni jeter, en faire un don(*fuse*). Deshimaru raconte l'histoire d'une vieille femme pauvre qui fait don de son eau de rinçage de riz dans une époque où l'on risquait la mort en soutenant le bouddhisme et il invite à se tenir dans une telle attitude comme le *tenzo*, celui qui fait *samu* à la cuisine, comme le *tenzo* qu'à

rencontré Dōgen qui se consacrait totalement à sa tâche et a transmis cela à ce dernier. Deshimaru reprend une citation de Dōgen ; « Même un seul grain de riz, même l'eau qui a servi à le laver, même une goutte de cette eau, même un morceau de concombre, d'aubergine, de carotte, le moindre petit morceau de légume ne doit pas être jeté ». Sacrée leçon à notre époque où l'on voit s'amonceler des déchets, le gaspillage dans cette société de consommation, quel chemin de la goutte d'eau que l'on gaspillerait aux tonnes d'aliments que l'on jette ? Un enseignement à l'éveil de cette conscience des conséquences de nos petits gestes du quotidien.

Ph. Coupey, reprend quelques fragments de l'histoire de Unmon, la rencontre avec son maître qui a été brutale et oriente son « style » de transmission qui à son époque était respecté. Il conte quelques mondes entre maîtres et disciples qui ont pu aussi être plus doux que la réputation qu'il a pu avoir. Par exemple, « Qu'est ce que le bouddha ? Un bâton à merde, répond Unmon. »

Qu'est ce qu'un grain de poussière, *jin jin*, petit petit, ... les gestes simples du quotidien sont une myriade d'étoiles qui ne brillent qu'à travers cette porte ouverte qu'est la présence à soi et à l'instant. Ph. Coupey évoque cette présente dans l'observation et la concentration, en *kinhin* et en *zazen*, dans les circonstances de chaque jour, « la voie sainte se trouve aussi dans le petit ».

Il poursuit avec l'expression de « faire tourner la roue du dharma », expression retrouvée dans les premiers enseignements du Bouddha, qui renvoie dans le même temps, me semble-t-il à l'enseignement et à la transmission.

Le dernier vers dans son évocation de certification et de transmission de souffle vivant explicite ce lien de transmission de Bouddha jusqu'à Unmon, par son travail de *tenzo* et de don de soi dans la simplicité du quotidien sans recherche de profit. *Mushotoku*, répétait souvent Deshimaru, pratiquer sans but, ni profit, faire une action ou un don sans but, ni esprit de profit.

Comme nous l'avons vu plus haut, la place accordée au *tenzo* est de première importance et intimement associée à la transmission telle que l'a vécu Maître Dōgen l'illustrant ici avec Unmon.

Deshimaru poursuit le commentaire de ce poème lors de *kusen* et revient sur la responsabilité de cette place de *tenzo*, il dit « la responsabilité de faire la cuisine pour les moines est un grand *fuse* et finalement un mérite infini ». De cet hommage au *tenzo* il l'étend à l'ensemble des fonctions qui organisent un temple, dans son souci de construire la *shanga* en marche à la Gendronnière, il intime chacun dans l'enseignement qu'il délivre de pratiquer dans cet esprit de don, *mushotoku*.

10

« *La sagesse merveilleuse et naturelle elle-même est la vérité, le tathagata.*
Pas la peine d'utiliser des livres sur le bouddhisme, le confucianisme.
Pendant zazen, sur la chaîne en corde tressée, la bouche tournée vers le mur
Une seule réalité vaut mieux que mille mensonges. »

« *La sagesse merveilleuse et naturelle elle-même est la vérité, le tathagata.* », cette sagesse, en sanscrit *tathata* signifie aussi « ainsité » ou *suchness* en anglais comme nous le rappelle Ph. Coupey. Dans ce poème, Dōgen souligne combien l'étude passe par la simple assise, que la « vérité authentique se trouve là où se trouve la plus grande simplicité » écrit Deshimaru. Quel équilibre trouver entre l'étude des livres et la pratique, lire des livres, lire à travers la pratique. Bien souvent les écrits nous éloignent de la simplicité, de l'« ainsité ».

Les textes du bouddhisme, du confucianisme, du taoïsme, du judaïsme, du christianisme, de l'islam ou de quelle qu'autre sagesse partent de la simplicité de l'expérience pour chercher à décrire l'expérience et finissent par complexifier l'essence de cette « sagesse merveilleuse et naturelle ». Pour Deshimaru, la crise sociétale résulte du fait que la civilisation est devenue tellement compliquée, aussi importe-t-il de revenir au simple, « *shikantaza* », *zazen*. Dans la simple assise, la sagesse surgit du corps tout entier, Deshimaru fait référence à son ami Paul Chauchard qui parle de « bioconscience », pour lui ses travaux sur les hémisphères cérébraux ont mis en évidence un

déséquilibre entre un développement excessif du gauche au détriment du droit auquel on attribue cette ouverture à la « mystérieuse sagesse ». La simple assise favorise l'équilibre entre ses deux hémisphères, entre la pensée et la non pensée, un état particulier indescriptible que Dōgen appelle « *hishiryō* ».

« La réalité ne se trouve pas dans les livres » rappelle Ph. Coupey, toutefois l'étude trouve son sens, pas tant dans un but d'accumuler un savoir mais dans celui de transmettre ce dont on est traversé par l'étude et la pratique. Coupey souligne ce phénomène social dans les librairies où les livres sur la méditation abondent, débordent d'écrits sur les « anciens » que beaucoup consomment plus qu'ils n'étudient. Le rapport à l'étude, lecture et écriture se pose, qui est celui qui lit et qui est celui qui écrit ? En lisant forgeons-nous de la sagesse ? En écrivant forgeons-nous de la sagesse ? Ou fabriquons-nous une maison de paille qui au premier souffle du vent s'éparpillera ?

Coupey reprend une histoire racontée par Etienne Zeissler qui se passe dans une maison de papier, une bibliothèque :

« Un moine faisait zazen dans la bibliothèque d'un temple. Le bibliothécaire le voit et voici le dialogue :

- Que fais-tu là, pourquoi ne lis-tu pas les soutras ?
- Je ne sais pas lire.
- Pourquoi ne demandes-tu pas à un autre moine de te les lire ?

A ce moment-là le moine croise les bras et dit :

- Cette lettre là vous la connaissez ?

Le bibliothécaire ne dit rien.

E. Zeissler commente ainsi; « Nous devons saisir comment devenir le soutra vivant. Notre vie doit pas être à demi imprimée, à demi cuite, mais devenir le soutra vivant. »

« *Pendant zazen, sur la chaîne en corde tressée, la bouche tournée vers le mur. Une seule réalité vaut mieux que mille mensonges.* » Le soutra vivant, la pratique réalisation de Dōgen, l'état de conscience *Hishiryō* ne peut se réduire à des mots, ne peut être décrite, même si beaucoup s'y essaient. Décrire, c'est séparer le sujet et l'objet, écrit Coupey, or aller de la pensée à la non pensée et de la non pensée à la pensée, l'essence de la voie ne peut être décrite. *Shikantaza*, la bouche tournée vers le mur, la simplicité de l'action du moment, l'observation-concentration dans cette réalité vaut mieux que mille mensonges. Que sont ces mille mensonges ? Coupey fustige ceux qui écrivent des livres sur la voie en ayant quitté le lieu de la pratique, pour lui malgré la qualité des textes, s'il en est, ce ne sont que « le doigt montrant la lune ». Ainsi s'éloignant de la pratique, nous nous éloignons de la pratique réalisation, le mental venant opacifier la réalisation de l'essence. Deshimaru rappelle la méthode de *zazen*, « une méthode est mieux que dix mille choses plus ou moins justes », tel est le sens profond de ce poème de Dōgen, l'enseignement pour les lettrés dit-il. Face au mur, *zazen*, *shikantaza*, maîtres et disciples assis face au mur, dans cette tenue transmise au fil des siècles, « en état d'observation et de concentration, rappelle Coupey, dans un engagement total, sans s'économiser, chacun seul dans sa posture au milieu de tous les autres dans le *dojo* ».

*« Shu et setsu existent depuis les temps les plus reculés.
Qui peut atteindre et comprendre la source fondamentale ?
Le son du vent dans les pins résonne en vain dans l'oreille d'un sourd.
Et la goutte de rosée suspendue aux feuilles de bambous tombe souvent
près du frais reflet de la lune. »*

Le poème précédent évoquait l'enseignement à apporter à un homme intelligent, sage, or celui-ci est dédié, dit Deshimaru à l'homme du zen. Il traduit les termes de *shu* et *setsu* afin de permettre d'en clarifier le sens dans notre pratique. *Shu* renvoie au principal, au fondamental, à l'éveil pour soi-

même, alors que *setsu* renvoie à la forme, la conférence, le sermon, au satori pour les autres écrit Deshimaru. Les deux sont nécessaires sur la voie, à la manière de deux jambes pour marcher, sans dualisme mais dans l'unité de l'être. Il importe de pratiquer dans cette perspective en soi et avec les autres, ne tenir compte que d'un aspect peut se révéler dangereux, dit Deshimaru décrivant ceux qui cherchent l'éveil pour soi et n'arrivent plus à s'harmoniser avec le monde actuel. Il attire notre attention sur notre vie, le temps qui passe, que tout s'écoule comme un fleuve que l'on ne retient pas, alors s'étudier, s'observer soi-même au cours d'une *sesshin* nous envoie à l'expérience de l'essence, à s'harmoniser dans cette impermanence. Quelque soit la durée de l'existence, elle s'écoule, Deshimaru utilise souvent la métaphore de la bulle à la surface de l'océan qui apparaît et disparaît ou de l'image du cercueil afin de secouer les pratiquants dans leurs illusions.

Shu et *setsu* ensemble, pratiquer l'éveil en soi-même mais non pour soi-même, unir le principe et la forme, le corps et l'esprit, si l'un est exact l'autre est exact souligne Deshimaru. Ph. Coupey écrit que l' « on peut également dire que le *satori* est nécessaire, car ensuite nous pouvons le redonner. Le profit personnel devient alors profit pour les autres ». Dōgen ramène au Japon ce qu'il a eu de son maître Nyojo, il le partage et l'enseigne, mais Coupey porte notre attention sur le *satori* qui peut être un concept, une illusion de liberté, conduisant à l'erreur. Il rappelle que peu de temps avant sa mort, Maître Deshimaru parlait beaucoup de *satori* mais n'a jamais dit que c'était la liberté.

Qui peut atteindre et comprendre la source fondamentale ? Ph. Coupey écrit que « cette relation maître-disciple a sans doute toujours existé », et cette dimension de transmission d'une sagesse dans une relation et une expérience intime se réalisaient naturellement, dans des sociétés où l'ego prenait une place différente. Toutefois il nous rend attentif à ne pas tomber dans l'erreur « de croire que notre ego peut devenir le cosmos, ce qui n'est qu'illusion. En fait, comme la pratique du zen le fait découvrir, ce sont les existences du cosmos qui visitent et certifient l'esprit : le *satori* entre en nous. Il ne vient pas de nous ».

Obtenir la sagesse en unissant *shu* et *setsu* sans les opposer, passer de l'un à l'autre dans une harmonisation constante et sentir qu'ils ne font qu'un. Le poème de Dōgen est un support pour l'enseignement de Deshimaru, il reprend sans cesse les indications pour ses disciples, la forme, la posture, revenir constamment à l'essentiel dans le temps de la *sesshin*. Il s'agit de comprendre comment nous passons souvent notre vie en vain souligne Coupey. Deshimaru pose la question de « comment s'observer soi-même? », chaque geste du quotidien est une occasion de s'observer et de s'harmoniser, parmi plusieurs exemples qu'il donne dans la vie courante lors d'une *sesshin*, il pose la question de l'attitude juste, être exact, comme faire sonner la cloche de manière juste ni trop fort ni trop faible, le juste son plein de vitalité ; « les sons doivent être exacts », sinon l'on se trompe de direction.

La profondeur du poème indique la juste direction et invite à la pratiquer. Dans le même sens, Deshimaru cite un autre poème :

« L'oiseau sauvage chante inconsciemment
Inconsciemment la fleur s'ouvre ...
Il y a le rocher, couvert de mousse, c'est l'esprit du zen.
C'est l'homme en zazen, assis inconsciemment. »

Que veut dire ce poème au delà de sa dimension esthétique, quelle en est sa profondeur ? Comment vivre l'indication de ce texte dans le quotidien ?

Ne s'attacher ni au principe fondamental ni à la forme, ni à *shu* ni à *setsu*, mais laisser se réaliser *shu* et *setsu*. Deshimaru parle de foi régissant notre vie au sein de ce principe vital, aussi ne rien fixer, laisser couler. Laisser couler aussi la forme qui s'actualise sans rien fixer, la vieillesse, la maladie, ... Les sens bien souvent nous trompent, nous illusionnent, mais par la pratique de *hishiryō* cela s'équilibre en soi. « Sourd, aveugle, muet, ne pas voir, ne pas entendre, ne pas être influencé par les autres ou par l'environnement. C'est cela. Si on arrête les sens dit Deshimaru, la conscience *hishiryō*, le *samadhi*, la bioconscience apparaît ». Qu'en est-il du bruit du vent dans les

pins ?

La goutte de rosée suspendue aux feuilles de bambous tombe souvent près du frais reflet de la lune, se présente à la manière d'un *koan* avec l'image régulièrement de la goutte de rosée et le reflet de la lune. Existe-t-il une seule goutte de rosée dans laquelle la lune ne s'y refléterait pas ? Ainsi en est-il de la nature de bouddha à la manière d'un phénomène cosmique et universel. Dōgen invitait régulièrement à entendre l'enseignement de la nature, la rivière chante le dharma, comme chaque phénomène chante le dharma, cela est la manifestation du bouddha, de dieu et *zazen* c'est devenir intime avec cela. Coupey précise que Dōgen enseigne que la réalité (*inmo*) n'est pas transmise par les six sens, « la réalité se situe en dehors du temps et de l'espace et n'est nullement différente de notre vraie nature ». Comme nous le rappelle Coupey le pin symbolise souvent le pratiquant qui cherche à calmer les sens pour devenir « une conscience universelle » et le reflet de la lune dans la goutte de rosée se révèle être l'instant fugace où l'esprit apparaît.

12

*« Les nuages se dissipent dans le ciel bleu, les grues volent paisiblement.
Les vagues déferlent sur le rivage ancien, un banc de poissons passe, doucement.
Même celui qui, avec effort et attention, accoste au rivage, devra encore (au sommet du mât) faire
un pas supplémentaire. »*

Un poème difficile à saisir nous dit Deshimaru, une expression subtile de Maître Dōgen qui invite à approfondir sa pratique. Dans l'enseignement du zen nous nous confrontons souvent à ce qui semble un paradoxe, « Vous devez y aller ! Ce n'est pas possible... » qui me fait aussi penser à un autre poète R. Char lorsqu'il écrit; « l'impossible nous ne l'atteignons pas mais il nous sert de lanterne ». Dans ce sens comme l'évoque Ph. Coupey la symbolique du nuage ne se rapporte pas ici au moine zen, *unsui*, mais aux pensées qui se présentent à nous voire qui nous assaillent.

L'expression poétique de Dōgen, la dimension esthétique, les images qui suscitent le beau, comme les peintures et les calligraphies feraient penser que le zen ne se réalise qu'au milieu d'un beau paysage, renvoyant à l'intellectualisme de l'occident. Deshimaru souligne et prévient cette dérive et rappelle combien le zen consiste en l'actualisation, ici et maintenant, de son essence véritable, sa vraie nature dans chaque action du quotidien relié à tous et au tout. Dans la pratique de l'assise, les pensées se présentent, nul est besoin de s'y attarder, ni de regarder ces nuages mais de se laisser glisser dans « l'état d'esprit du *samadhi* en fusion avec le cosmos ».

Coupey à la suite de Deshimaru fait référence à Wanshi dans son texte ; *Zazenshin*: « Nous devons casser la perception séparée des deux faces de la lumière et de l'obscurité et laisser tomber l'enveloppe de peau autour de notre corps, pleine d'illusions, compliquée et fausse ? Si cela se passe, à ce moment le vrai corps et le vrai esprit de *datsu raku* (enlever rejeter) sont réalisés ». Ceci fait profondément écho à la parole qui avait touché Dōgen auprès de son maître Nyojo. Coupey en citant ce texte insiste dans le sens du dépassement de toute opposition. « Comprendre sans toucher les choses » dit Wanshi, une perception subtile dans notre dimension d'être qu'il importe d'approfondir. « Dépassez toute opposition ; écrit Coupey, c'est aussi ne pas s'attacher à l'observation des pensées, les laisser s'évanouir dans le ciel bleu, ne pas être trop influencé par les phénomènes extérieurs et intérieurs. Voilà l'enseignement d'une grande liberté : les nuages se dissipent, ne laissant que le ciel bleu dans lequel volent les grues, sans obstacle, librement ».

« Les vagues déferlent sur le rivage ancien, un banc de poissons passe, doucement » poursuit Dōgen.

Il ne s'agit pas de voir et resté attaché à la scène esthétique mais d'approfondir par la pratique, il ne s'agit pas de se complaire dans une situation mais de s'engager dans un nouveau pas, aller plus loin encore et encore, passer de *shiki* à *ku* et de *ku* à *shiki*, insiste Ph. Coupey, ne demeurer sur rien mais se laisser se transformer instant après instant. « Comment vivre ici maintenant ? » demande Deshimaru, « ... voilà ce qui est important... », la pratique implique des difficultés, s'harmoniser

avec les autres et le cosmos n'est pas simple, aller au delà de l'égoïsme et de l'orgueil conduit à traverser des souffrances et psychiques et mentales nous précisent les deux auteurs. L'un d'eux nous rapporte l'histoire du paysan qui veut tirer sa vache hors de l'étable mais dont la queue reste coincée, « l'ego, c'est une affaire difficile ». Toutefois la pratique et l'étude, renouvelées dirait Castermane, au quotidien approfondie la dimension religieuse, spirituelle et laisse se réaliser naturellement, la sagesse, la compassion, la foi, l'ego s'estompe, la tranquillité se dévoile.

Pourtant il y a encore un pas, un pas supplémentaire à faire, au dessus du mât, en soi, « abandonnant toujours et encore l'ego, dit Deshimaru, on peut devenir vraiment libre », on entre dans la montagne diraient les anciens. Chaque action, chaque geste est l'occasion de s'harmoniser avec l'environnement, « c'est l'esprit religieux authentique, la vraie foi ».

« Le poème de Dōgen, écrit Coupey, symbolise la méditation naturelle et inconsciente à travers laquelle apparaît la condition originelle de l'homme, son véritable esprit qui va lui permettre le faire un pas de plus au dessus du mât ».

13

*J'ai transmis la Voie d'Ouest en Est
Pêchant la lune et labourant les nuages,
je regrette le goût de l'ancien.*

*La poussière rouge du social s'élève mais ne parvient pas jusqu'à nous.
Dans la montagne profonde et par une nuit neigeuse, dans l'ermitage d'herbes.*

Deshimaru a consacré plusieurs *kusen* à ce poème. Il commente en introduisant de cette manière : « Le sujet, c'est Dōgen. La voie, le Zen. De l'Ouest, c'est à dire de l'Inde au Japon. Même le monde vulgaire, la poussière qui s'est envolée ne peut nous parvenir, ici, dans la montagne profonde, dans l'ermitage fait d'herbes et de neige ». En effet, à cette époque Dogen vivait à Eihei-ji dans la forêt, loin du monde social, dans ce sens ce poème s'intitule « *zazen* ».

Les histoires de transmission jalonnent la tradition du zen, ce premier vers fait référence à l'arrivée de Bodhidharma en Chine où il a apporté la pratique de *zazen*. Deshimaru a pu être surnommé le bodhidharma des temps modernes en apportant cette pratique du Japon en Europe. Il poursuit en contant le parcours de Bodhidharma et son arrivée en Chine, sa rencontre avec l'Empereur Wu. Bien que des écrits et des sutras aient pu circuler entre les pays par différentes traductions, la transmission de la voie obéit à la pratique de la réalisation qui répond à la question de la nature originelle sans mérite. La légende rapporte cet échange entre Wu et Bodhidharma, l'empereur lui demandant qu'est-ce que le vrai Bouddhisme et ayant construit plusieurs temples, quels mérites pouvait-il en attendre ? La réponse de Bodhidharma fut tranchée, bien que les idéogrammes soient difficiles à traduire, le sens qui s'en dégage renvoie au fait qu'il n'y a pas de sainteté et qu'il n'y a aucun mérite à attendre. Ce *mondo* illustre la rencontre entre ces deux hommes qui n'a ensuite pas donné lieu à d'autres relations, bodhidharma rompit avec ce qui peut symboliser l'aristocratie et le pouvoir d'alors. Cette distance d'avec ce qui constitue le savoir et les pouvoirs est souvent de mise pour ceux qui représentent des figures de sages. Bodhidharma poursuivit son voyage et finit par s'installer dans une grotte et pratiqua simplement *zazen* durant neuf ans. Deshimaru poursuit son *kusen* en contant la visite d'Eka à Bodhidharma par une nuit enneigée. Un autre *mondo* célèbre qui raconte qu'Eka se tranche le bras afin de montrer sa détermination à poursuivre la pratique de *zazen*. Eka était dans une recherche authentique, une recherche de la foi véritable, « la paix de l'esprit, l'esprit sans peur ni tourmente », écrit Deshimaru. Alors Bodhidharma demande à Eka; « montrez moi votre esprit », et Eka de dire; « c'est impossible », aussi cela est réalisé reprend Bodhidharma. « L'esprit est infini, sans limite », commente Deshimaru, il est impossible de réduire les phénomènes de la vie en catégories, remonter à la source du zen c'est se laisser guider par *mushotoku* et *hishiryō*, sans but, laisser cela se réaliser du tréfonds de soi-même. « Dans le zen *soto*,

zazen en soi est le *satori* ». Dans son *kusen*, Deshimaru énumère différents maîtres qui ont transmis la voie, Dōgen reçu la transmission de Nyojo et de son voyage en Chine revint au Japon pour le propager. Aujourd'hui, cet entretien se passe entre Deshimaru et les Européens, après que Kodo Sawaki lui ait transmis le *shiho*.

« *Pêchant la lune et labourant les nuages, je regrette le goût de l'ancien.* »

Dans ce vers, Dōgen indique l'importance de la simplicité et d'aspirer aux saveurs anciennes. Bien des maîtres zen vivaient dans le dénuement, pratiquant des métiers peu mis en valeur, la vie doit être libre et non fixée sur des catégories scientifiques, l'esprit de compétition, le pouvoir ou les idéologies qui peuvent se radicaliser. « La guerre et le confort sont les objectifs de la science », commente Deshimaru, aussi le zen aspire au goût ancien, *mushotoku* et *hishiryo*. Il poursuit en disant qu'« aspirer au goût des anciens n'est pas le fait du grand nombre, pourtant telle est la vie religieuse. Regarder les étoiles, pêcher la lune, labourer le nuage, c'est *zazen*, la vie de *zazen* ». « La saveur dont il parle rappelle Coupey, n'est autre que la foi », la foi de Bodhidharma, la foi d'Eka, la foi en *zazen*.

Le titre de ce poème est *Sanko* et désigne en même temps la vie dans la montagne et dans la forêt. La vie dans la nature, suivant l'ordre cosmique, détaché de « j'aime-je n'aime pas », coïncider avec les règnes retrouvés lors d'une *sesshin* dans le silence et le calme. Ces lieux de la nature, forêts, montagnes, représentent l'esprit nous dit Coupey, qui pendant la pratique se réalise à l'instar de « la poussière rouge du social », du monde vulgaire ou du profane comme le souligne Deshimaru. *Sanko* écrit Coupey peut signifier « lumière de la forêt » qui nous fait penser à la « lumière silencieuse de maître Wanshi, « briller d'une lumière intérieure sans toucher l'objet » en étant assis simplement en *zazen*.

14

Combien de fois ai-je joui de ma vie tranquille dans le montagne?

*Je lis sans cesse le Soutra du lotus
Sous un arbre, dans la forêt, il n'est plus utile de savoir à quoi je suis
attaché ou bien ce que je déteste.
On peut voir la couleur de la lune, entendre le son de la pluie.*

« La montagne est très calme » nous dit Deshimaru, la pratique nous conduit à entrer dans la montagne, dans ce qu'elle recèle de plus calme et la *sesshin*, pratique intensive, se révèle comme un chemin direct vers la montagne.

Le poème de Dogen semble louer la vie solitaire de moine dans les montagnes, écrit Ph. Coupey et, bien que d'anciens maîtres chinois aient vécus ainsi comme Daibai Hōjō par exemple, Dōgen vivait dans un monastère dans une vie communautaire avec la charge qui en découlait. La pratique en solitaire doit être menée avec prudence au risque de se perdre, aussi dans ce texte il nous faut entendre cette tranquillité dans la montagne à l'image d'une *sesshin* où la pratique avec d'autres personnes peut en favoriser voire en stimuler la régularité.

Aujourd'hui les montagnes sont pavées de marcheurs, de skieurs et de différentes activités humaines, une activité grouillante qui relève plus d'une agitation que du recueillement. Est-ce cela jouir de la montagne ? Kodo Sawaki disait toujours : « Dans la montagne il n'y a pas de montagne. ». Aussi pouvons nous lire sous la plume de Deshimaru ; « la montagne sera tranquille comme notre esprit intérieur pendant *zazen* ». Lorsque l'on s'assoit en *zazen*, les bruits de l'activité humaine se révèlent de manière plus manifeste, les bruits du quotidien sont perçus plus intensément, y-t-il un lieu profondément calme ? Où se trouve le calme ?

« Ce qu'il faut, c'est un esprit calme. ».

« Combien de fois ai-je joui de ma vie tranquille dans le montagne ? », écrit Dōgen, le quotidien, la

pratique, les *sesshins*, nous confrontent à cette réalité du bruit et du calme, du bruit à l'extérieur comme à l'intérieur, ce qui nous interroge sur la manière dont nous pratiquons. Le mental prend le relais du bruit extérieur et l'augmente à l'intérieur, l'agitation intérieure fait autant de marcheurs et de skieurs dans sa montagne en soi. Comment devenir intime avec tout cela ? Comment devenir intime avec ce qui se présente avec la nature ? Écoutons ce poème de Dōgen :

« La couleur de la montagne
La voix de la vallée,
Tout pour moi est la voix de Bouddha Shakyamuni. »

Pratiquons-nous avec cet esprit afin d'entrer dans la montagne ?

« *Sous un arbre, dans la forêt...* », la nature représente ce miroir précieux du *samadhi*. Dans la pratique les sens perçoivent au delà des sens, on ne regarde plus avec les yeux on voit, on n'écoute plus avec les oreilles on entend, ... on entre dans cette transparence du miroir précieux du *samadhi* dont nous parle Tozan. Est-il besoin de s'attacher à ce que l'on aime ou que l'on n'aime pas, cela devient semblable, voilà la profondeur du poème de Dōgen. Coïncider avec l'ordre cosmique par la voie de *zazen*. Ph. Coupey écrit « Car pendant *zazen* les six sens, y compris la conscience, ne deviennent pas seulement tranquilles, ils deviennent *ku*, avant de redevenir *siki* à la sortie du *dojo*, ... Aller de *siki* en *ku* et de *ku* en *siki* est pratiquer cette transformation, même si celle-ci est invisible ».

« *On peut voir la couleur de la lune, entendre le son de la pluie.* ». La profondeur des sens s'éveille au rythme de la pratique, s'ouvrir à *hishiryō*, à ce qui advient au delà du mental et de la pensée. Deshimaru poursuit en citant ce poème:

« La lumière de la lune
Reste pure et claire dans l'esprit.
Même les vagues s'y brisent
Et se transforment en lumière ».

Zazen est un chemin pour devenir intime avec soi-même, pour entrer dans la montagne, lentement, imperceptiblement. La pratique du zen n'est pas « en vue de ... », sans entraînement, sans combat cela se réalise au delà de la dualité, simplement réaliser ses potentialités dans ses activités du quotidien. Bien que des efforts soient nécessaires, doucement s'efface cette perspective de « en vue de ... » et apparaît « l'esprit cosmique » comme le souligne le commentateur.

C'est un chemin de transformation comme nous le rappelle J. Castermane, une pratique qui nous transforme imperceptiblement.

Revenant sur le récit de Eno, le sixième patriarche, qui dans son poème a dit « L'arbre de la Bodhi n'est pas un arbre, le miroir pur n'a pas d'existence, toutes les existences sont rien, aussi où devons nous nettoyer ? ». Ces métaphores concernant l'esprit nous enjoignent à être attentif à la manière dont nous pratiquons. « La voie veut dire comprendre son esprit » écrit Deshimaru, c'est devenir transparent à l'Être essentiel nous dit Dürckheim, suivre l'ordre cosmique naturellement.

Ph. Coupey cite encore l'*Hannya Shingyō* : « Dans *ku* il n'y a plus ni oreilles ni yeux » et lui de poursuivre : « c'est pour entendre et voir profondément, entendre le sermon sans paroles ».

Mars 2020

René Monami