

# *La Perle Révélée*

## *Premier jour*

### ***Introduction***

Ce que nous faisons est si simple ... les larmes m'en montent aux yeux. Laisser tout ce qui est en venir à un repos complet – et voir ce qui apparaît alors.

Simple, n'est-ce-pas? Mais pour le soi qui cherche, cela est loin d'être facile. Pourquoi? Parce que le soi cherche et veut saisir – par l'entremise de tous ses sens. Par la vue, l'oreille, l'odeur, la saveur, le toucher (sensations corporelles), et, plus que tout, par l'esprit (le sens du mental) : la pensée, l'émotion, la volonté, l'espoir, le désir.

Ainsi donc cette merveilleuse pratique du zazen, qui permet d'une façon toute naturelle le relâchement de cette tendance à saisir et à retenir qui est à la racine même de l'expérience des sens. Il ne s'agit pas seulement de nos pensées superficielles ou de l'intellect – ce n'est là que la pointe de l'iceberg. Confirmez-le pour vous-même. Non pas seulement y penser, mais ce n'est pas non plus l'absence de pensée. C'est la tendance de l'expérience des sens à tout saisir et retenir qui est enfin apaisée – puis **voir** ce qui apparaît alors. Que reste-t-il lorsque tout repose, lorsqu'il n'y a plus aucune chose? Alors, vous saurez ce qui doit être fait.

Les manuels du zazen le décrivent ainsi :

*Pour découvrir la perle, calmez les vagues.  
Lorsque l'eau est claire, la perle se révèle d'elle-même.*

C'est là l'essence d'un zazen authentique. Pour trouver la perle, calmer les vagues de l'esprit et l'expérience des sens. Dans l'eau claire, la perle se révèle d'elle-même.

### ***La Grande Question de la Vie-et-Mort***

Hier soir, dans sa causerie d'introduction, Guus van Osch nous a généreusement présenté sa version de « la grande question de la vie-et-mort. » Il l'a fait de façon à ce que chacun d'entre nous puisse s'en faire sa propre idée. Il y a de nombreuses expressions de ce genre dans le Bouddhisme, mais elles pointent toutes fondamentalement vers la même chose – ce qui est là, directement sous nos pieds. Ce n'est donc pas si difficile, une fois que l'on s'y ouvre.

Des termes tels que *dukkha*, la première noble vérité : toutes les conditions sont dans un état de *mal-aise*. Comment peut-on y trouver l'apaisement? On l'appelle aussi *samsara*, c'est-à-dire le cycle incessant de la naissance, du vieillissement, de la maladie et de la

mort. Différentes façons de parler de ce *mal-aise* si profondément enraciné et pourtant ultimement illusoire de l'existence du soi.

La grande question de la vie-et-mort ou de la naissance-et-mort (« Vie et mort » et « naissance et mort » sont les traductions d'un même terme qui comprend deux caractères en Chinois. Le premier caractère signifie à la fois vie et naissance.) Il n'est donc pas question seulement de vivre ou seulement de mourir. C'est la grande affaire de la vie-et-mort. Au complet. Au cœur même de notre vie, même dans ses moments les plus intensément ressentis, la mort rôde sous nos pieds, n'est-ce-pas? Dès notre naissance, n'introduisons-nous pas la mort dans la vie?

Cette grande question de la vie-et-mort est cruciale dans le Bouddhisme. Dans la mesure où nous le percevons clairement, notre pratique devient plus naturelle. La question se trouve sous nos pieds. Impossible de la résoudre en persistant à vivre une vie centrée sur soi. Mourir ne la résout pas non plus. Voilà pourquoi nous avons cette merveilleuse pratique du zazen. La posture elle-même nous indique la voie à suivre. Nous n'allons nulle part, nous ne cherchons plus à échapper à notre situation. Nous nous assoyons plutôt jambes croisées afin de bien soutenir notre pratique. Nul besoin de s'asseoir en lotus complet, bien que ce soit là une façon très équilibrée d'ouvrir les hanches. Cela permet au ventre d'être stable et détendu et au dos de se redresser d'une façon naturelle. L'on peut alors se consacrer entièrement à la question.

Il en va de même avec nos mains qui reposent sur nos cuisses. Nous ne nous grattons pas au moindre picotement et ne regardons pas nos montres. De telles choses ne nous limitent plus. Les yeux et les oreilles restent ouverts; si une alarme se déclenche, nous l'entendons et réagissons. Mais nous ne cherchons rien par l'entremise des sens. Nous n'en avons plus besoin. Après tout, nous en avons déjà assez vu, entendu, senti, touché et goûté, n'est-ce-pas? Et nous avons pensé jusqu'à ne plus pouvoir penser. Nous savons déjà où cela mène. Nous sommes déjà passés là, nous l'avons déjà fait.

Cette grande question de la vie-et-mort n'est pas réellement différente de ce que **vous** êtes – qu'est-ce que c'est? Voici l'entrée précieuse. C'est ici même que l'illusion du soi qui est la source même de la souffrance se dissout. Nous cessons d'être abusés par de simples états d'esprit, par des façons de faire ceci ou d'être cela. Le corps et l'esprit complètement engagés dans la pratique nous le révèlent. Qu'attendez-vous?

Le Bouddhisme évoque souvent le médecin examinant les symptômes et prescrivant le médicament nécessaire. Si, dans votre délire, vous n'avez pas clarifié cette grande question de la vie-et-mort, du soi tentant de s'agripper à lui-même, alors vous essayez probablement de vous guérir sans connaître la maladie dont vous souffrez. Cela peut vous amener à souffrir davantage. De grâce, voyez ce qui est sous vos propres pieds. Là, se trouve votre entrée la plus précieuse.

## Le Soi comme Cyber-espace

Permettez-moi de clarifier tout cela le mieux possible. Comparons le soi, la totalité de notre expérience sensible incluant nos pulsions et désirs, à ce qui apparaît sur l'écran de notre ordinateur. Après tout, nous y poursuivons parfois certains de nos désirs passagers, n'est-ce-pas? Lorsque notre esprit et notre cœur s'emballent, nous pouvons nous trouver piégés par ces désirs, en devenir les esclaves virtuels. Dans le cyber-espace, il nous est possible de voir et d'entendre à peu près tout ce que nous désirons. Mais en sommes-nous satisfaits? Ou cela ne nous amène-t-il pas à être davantage agités? Que faire?

Une retraite comme celle-ci est une alternative possible : une atmosphère appropriée, un environnement, un horaire et la possibilité d'être guidé, tout cela est disponible. Mais, attention. Nous ne sommes pas ici afin de remplacer une chose par une autre, par exemple, notre site internet actuel ou notre économiseur d'écran par une bande sonore zénistique et apaisante de *shakuhachi*. Ou nous raser la tête, changer notre nom, porter des robes et obtenir un certificat. Pourquoi? Simplement parce que le soi qui cherche à saisir reste présent. Sous différentes formes, bien sûr, mais c'est toujours là, n'est-ce-pas? Toujours en quête de quelque chose, toujours incapable d'en arriver à un apaisement définitif. Et cela parce que nous sommes toujours attachés, esclaves du cyber-espace, de ce grand ensemble qu'est le *mal-aise* de la vie-et-mort projeté sur l'écran. Alors, qu'allons-nous faire?

Fermer l'ordinateur. Non pas changer d'écran ou de site internet, mais débrancher la machine. L'illusion du soi démêlée à sa racine même. Les illusions douloureuses et les envies destructrices, abolies. C'est très simple, mais pour le soi qui lutte et se débat, jamais facile. Au début, cela peut même être déstabilisant, surtout lorsque notre pratique n'est pas encore intégrée dans notre vie. Car ce que nous croyions être la réalité est maintenant disparu. Tous les sons et paysages familiers où nous étions absorbés et engloutis s'effacent. Lorsque nous débranchons la machine, l'écran s'éteint et il n'y a plus aucune image, aucun son. Si nous nous identifions à eux, les pourchassant avec avidité, alors l'écran vierge peut sembler très déroutant. « Il me faut mon ordinateur, mes sons, mes images! »

Qu'est-ce qui est réel? Lorsque nous fermons l'ordinateur, l'écran s'éteint. Mais cela nous permet de **voir** : « Wow! (Regardant autour de lui) Le ciel est **là**! La pièce est **ici**! (Se frappant la poitrine) **Voilà** mon corps! Non pas ce qui était reflété sur l'écran du soi. Quelle folie de l'avoir cru, alors que la réalité a toujours été ici! » Une fois calmées les vagues de l'illusion du soi, la perle se révèle.

Qu'est-ce qui est réel? Vous est-il déjà arrivé de vous lever le matin et, à moitié endormi, de trébucher sur votre ordinateur et d'aller en ligne? Qu'y avait-il donc **avant** que vous le fassiez? (Rires)

La pratique authentique du Zen commence lorsque ce grand ensemble, l'esprit et l'expérience sensible, en vient à ne plus agir. Dissous. Arrivé à sa fin une fois pour toutes. La machine débranchée. La toile emmêlée du soi enfin démêlée. De façon à ce que vous puissiez **voir** ce qui est réellement là avant que vous ouvriez la machine, et non pas seulement son pâle reflet sur l'écran du soi.

Peut-être vous inquiétez-vous ou doutez-vous ? : « Puis-je vraiment réussir cela ? Après tout, peu y arrivent. Il y a des gens troublés qui prétendent être des enseignants, mais combien, parmi eux, sont vraiment éveillés ? Vous dites que c'est simple, mais, à mes yeux, c'est tout sauf simple. J'en ai vraiment assez de toute cette merde de Bodhisattvas innombrables ! » Si de tels doutes sont présents en vous, c'est bien – mais pouvez-vous en rester là ? Allez-vous abandonner parce que, pendant un certain temps, cela vous semble difficile ? Vous emprisonnez-vous vous-même pour ensuite vous plaindre qu'il soit difficile de vous libérer ?

Nous nous asseyons donc correctement. Nous nous asseyons *au travers*. De cette façon, nous voyons *à travers*. S'asseoir et voir *à travers* nos envies les plus intenses, nos illusions les plus profondes. S'asseoir et voir *à travers* notre doute le plus profond ? Qui est derrière tout cela ? Avez-vous vu cela ? Qui est derrière tout cela ? Voilà la grande question de la vie-et-mort – et sa conclusion. C'est aussi simple que cela.

Lorsque c'est utile, vous pouvez toujours rallumer l'ordinateur. Mais qu'est-ce qui est réel ? Les sons et les images réfléchies sur l'écran du soi ? Qu'est-ce que – à défaut d'un meilleur mot – l'expérience elle-même ? Après tout, tout ce qui vaut la peine d'être expérimenté n'est-il pas ainsi ?

Si vous n'avez jamais goûté du café, vous pouvez toujours regarder des images, tout lire sur le sujet : l'histoire, la culture, les variétés de grains, les différentes saveurs, les modes de torréfaction, et ainsi de suite. Mais vous pouvez aussi en prendre une gorgée (prend une gorgée de son breuvage). Ah ! **Ça**, c'est du café ! Enfin, c'est du thé, mais ça va aller. (Rires)

Notre expérience immédiate est bien ainsi, n'est-ce-pas ? Incarnée, mais sans être réfléchie par le soi, sans aucune sorte de manipulation. Sans besoin d'aucun mouvement, d'aucune parole ou pensée : pourtant, tout est révélé. L'entrée est toujours là – et on la reconnaît dès que l'on cesse de s'agripper aux choses. Donnez-vous en la preuve à vous-même : sans utiliser votre corps, votre bouche ou votre esprit, la réalité est totalement révélée. Maintenant, amenez tout cela à la vie dans votre corps, votre bouche et votre esprit !

Quelqu'un a-t-il une question ? Sentez-vous à l'aise.

**Participant :** Comment puis-je être certain de ne pas simplement être en train d'allumer un écran différent ?

**Jeff** : Observez attentivement et vous le verrez. Plus l'écran s'assombrit, plus il devient clair. Les sons, images et pensées familières sont absentes, mais rien ne vient les remplacer. Il y a, au contraire, une grande clarté et un grand calme. Avec le temps, tout reprend sa place – mais non pas comme nous le **voulons**. Gardez les yeux bien ouverts; vous verrez.

Vous ferez sans doute quelques détours en chemin : vous égarer dans un courant de pensées au sujet de ceci ou cela, visiter un autre site internet. C'est OK. Si vous pratiquez correctement, vous verrez bientôt où cela vous mène et vous serez moins tentés de le faire. Ces détours perdent leurs attraits. Si vous deviez explorer chaque détour possible, vous passeriez sans doute le reste de votre vie à visiter des impasses. Cependant, une fois que vous percevez clairement la futilité de toutes ces évasions, vous pouvez les laisser aller, une fois pour toutes. Cela n'est pas allumer un nouvel écran.

**Participant** : Comment composer avec un manque de 'grande confiance'?

**Jeff** : Vous croyez en manquer?

**Participant** : Peut-être.

**Jeff** : N'êtes-vous pas ici? Pour ceux qui ne le savent pas, vous venez tout juste de terminer une retraite ailleurs, n'est-ce-pas? Et vous avez maintenant investi des efforts considérables afin d'être ici, dans cette retraite. Je ne m'inquièterais pas trop d'un manque de confiance. (Rires) Déversez plutôt cette énergie dans votre pratique. Peut-être êtes-vous inquiet parce que vous doutez parfois? Alors, doutez! Et continuez votre pratique. Qu'est-ce qui vous inquiète vraiment?

**Participant** : Ça ne va pas assez vite!

**Jeff** : Mettez votre énergie dans la pratique.

### **Le Sermon de la Fleur**

Dans la tradition Zen, le sermon de la fleur est considéré comme marquant la toute première transmission et, à cause de cela, est l'un des textes fondateurs du Zen. Il s'agit d'une légende, mais elle est utile.

Le Bouddha allait prononcer un sermon. De nombreuses personnes s'étaient rassemblées. Quelqu'un lui avait donné une fleur. Le Bouddha était connu pour sa 'parole d'or'. Il pouvait répondre à tous avec justesse et éloquence. Mais, ce jour-là, il brandit une fleur. Sans un seul mot.

Voyant cela, tous attendaient un sermon, pensant : « C'est une belle fleur. Maintenant, enseignez-nous quelque chose. S'il-vous-plaît, éclairez-nous. » Tous, sauf l'un des disciples les plus avancés de Gotama qui, lui, avait bien compris le sermon éloquent qui venait d'être prononcé. Simplement en levant une fleur. Et ce disciple-là sourit.

Alors Gotama ouvre sa grande bouche et commence à parler de forme-sans-forme, de transmettre cela et ainsi de suite. (Rires) Mais cela est secondaire. Le point essentiel est déjà là en levant simplement la fleur. Et en souriant. Tout est là.

Qu'y avait-il dans l'esprit du Bouddha lorsqu'il a levé la fleur? Était-ce la même chose que lorsqu'il a parlé, ou était-ce différent? Et qu'y avait-il dans l'esprit de son disciple lorsqu'il a souri? D'où venait ce sourire?

Cela est-il vraiment si difficile, si rare? Que cherchez-vous vraiment? Peut-être cherchez-vous ce qui vous empêche de sourire? C'est d'une simplicité sublime – quoi que impossible à projeter en entier sur l'écran du soi. Abandonnez le rêve de votre écran d'ordinateur et entrez dans la réalité! Alors, en souriant, votre sourire ouvrira tous les autres. Et ce sourire se trouve déjà sur tous les visages.

## Deuxième jour

### **Qu'arrive-t-il ensuite? Un coup de tonnerre!**

Qu'arrive-t-il ensuite? Nul besoin de s'en préoccuper. Il vous suffit de vous donner entièrement à la pratique. Lorsque les conditions justes seront réunies, lorsque le fruit sera mûr, vous verrez.

Voici un exemple quelque peu dramatique de ce qui se produit lorsque de telles conditions sont réunies. Il s'agit de l'expérience vécue du moine Chinois qui a rassemblé la collection classique de koans, le *Mumonkan*, la *Barrière Sans Porte*. Wumen Hukai (1183-1260) avait connu l'éveil après avoir longtemps et durement travaillé avec le célèbre koan « Mu de Joshu », koan qu'il a par la suite placé en tête de sa collection. Lors de son éveil, Wumen (Mumon) écrivit un poème. De rigueur pour un moine Chinois. Le voici :

*Un coup de tonnerre sous le ciel bleu!  
Partout, tous les êtres ouvrent les yeux.  
Tout ce qui existe sous le soleil se prosterne immédiatement.  
Le mont Sumeru bondit et danse.*

Quelque peu zénistique, un peu exagéré. Mais exprimant sa réalisation. Je le cite ici car ce poème offre un contraste intéressant avec celui d'un laïque Chinois, Zhaobian (1008-1084), célèbre en Chine mais pratiquement inconnu en Occident. Ce dernier a vécu au

11<sup>ème</sup> siècle et est mort une centaine d'années avant la naissance de Wumen. Zhaobian était un homme du peuple et vivait dans un petit village. Il en vint cependant à occuper un poste élevé en tant que magistrat au gouvernement et devint même le tuteur du prince. Le soir, après son travail, il s'assoyait souvent en zazen dans son bureau.

Une nuit, pendant un orage, cela s'est produit. Son poème :

*Assis en silence dans le bureau,  
penché sur l'accoudoir,  
l'esprit-source immobile,  
clair comme l'eau.*

*Un coup de tonnerre là-haut ouvre ma couronne,  
éveillant celui que j'ai toujours été.*

La couronne réfère au haut de la tête. Qui s'est alors éveillé? Il est difficile de traduire « Éveillant celui que j'ai toujours été » comme signifiant le soi ordinaire, l'homme de tous les jours. Comparez cela à la rhétorique enflammée de Wumen où tous les êtres ouvrent les yeux et le mont Sumeru danse.

Un poème de maturité écrit par un laïque sage pratiquant au coeur du monde. Se peut-il que le moine Wumen ait emprunté son coup de tonnerre au laïque Zhaobian? Pour ce dernier, c'était un coup de tonnerre au-dessus de sa tête. Pour Wumen, une métaphore convenable.

À la suite de son poème, Zhaobian écrit que tout était clair et qu'il ressentait de la joie. « Il n'y a rien dans l'univers », ajoute-t-il, « qui ne soit pas ainsi. » Puis il continue en disant : « Mais ceux qui sont attachés au monde ne peuvent l'entendre et considèrent plutôt cela comme des pouvoirs magiques. » Tout à fait. Incompris, cela est perdu et transformé en pouvoirs mystiques et magiques.

Lorsque Zhaobian prit enfin sa retraite, il écrivit un autre poème. L'un des symboles de son autorité en tant que magistrat consistait en une pochette où il rangeait le sceau avec lequel il oblitérait les documents officiels. Son poème de retraite :

*Le sceau doré porté à la taille maintenant rangé.  
Cela aussi a peu d'importance.*

*D'autres cherchent le vieil homme dans son « élégant cabinet de travail »  
Mais je ne suis que le quatrième fils de la famille Zhao du village Ke.*

« Élégant cabinet de travail », c'est ainsi que les gens désignaient le bureau du laïque Zhaobian; lui-même ne le considérait pas « élégant ».

« Je ne suis que le quatrième fils de la famille Zhao du village Ke. »

Bien que partout connu pour être un homme sage capable de résoudre les problèmes du monde, il se voyait lui-même comme un homme simple, d'humble origine. Comparez ce poème avec le précédent et vous y reconnaîtrez la même humilité, la même liberté exprimée tout au long de sa vie laïque active à l'égard des statuts et rangs sociaux. Quelque chose que nous pouvons prendre en considération encore aujourd'hui en tant que laïques. Mais il n'est pas nécessaire d'imiter.

Quelqu'un a-t-il une question ou une préoccupation?

**Participant :** Il y a quelques années, j'ai vécu une expérience, non pas d'illumination ou d'éveil, mais de confusion totale. Pouvez-vous en dire quelque chose?

**Jeff :** Ici, il n'y a même pas d'éveil; où y aurait-il donc de la place pour de la confusion? En nous donnant à la pratique, nous en arrivons à un point où nous ne savons plus qu'un plus un égale deux. C'est une sorte d'obscurité totale. Nous devons laisser aller toutes les idées arrêtées et préconçues que nous chérissons. Arrivés là, nous n'en savons même plus assez pour être confus. Bien sûr, ce n'est pas là la fin du chemin. Mais l'on peut dire que cela vaut mieux que de penser que l'on sait tout. N'est-ce-pas là que nous sommes en pleine confusion? Parlez-vous d'une confusion en rapport avec votre vie quotidienne, une situation de crise, par exemple?

**Participant :** Pas seulement dans ma vie quotidienne. Cela en est venu à inclure la méditation, tout autant que ma vie quotidienne et mes pensées.

**Jeff :** Les repères familiers avaient disparu?

**Participant :** Oui.

**Jeff :** Voilà où la grande confiance trouve sa place. C'est OK de ne pas savoir. Mais nous devons tout laisser aller. Voilà pourquoi une retraite comme celle-ci est une opportunité précieuse.

**Participant :** Merci.

### **Jouons maintenant**

À l'âge de 15 ans, durant l'été de 1969, j'ai fait de l'auto-stop jusqu'à Woodstock, la mère de tous les festivals de musique. Je crois me rappeler qu'à la mi-temps de cet événement incroyable, Ravi Shankar monta sur scène avec un joueur de tabla et d'autres musiciens. Dans l'auditoire, à peu près personne ne savait ce qu'était un sitar. Quoiqu'il en soit, dès qu'il a commencé à en jouer, nous avons été fascinés, mais curieusement habités d'un sentiment d'étrangeté et de désorientation. Je me souviens d'avoir

distinctement pensé : « Wow, c'est vraiment étrange. » On aurait dit que tout le monde était sur le point de faire un mauvais ‘trip’ de LSD.

Mais nous étions jeunes et ouverts d'esprit, alors nous sommes restés. Et cette musique nous a amenés là où nous n'étions jamais allés – la délicatesse des mélodies et la complexité des rythmes étaient renversantes! Lorsque les derniers échos de musique se sont tus, tout le monde, votre serviteur inclus, a bondi sur ses pieds en criant, réservant une ovation debout à Ravi. Quelques minutes plus tard, il prit le micro et dit : « Merci beaucoup. Nous avons fini d'accorder nos instruments. Maintenant, nous allons jouer. » (Rires)

Nous étions naïfs, mais capables d'une grande confiance. N'est-ce-pas là que se trouve actuellement le Bouddhisme en Occident? Nous avons écouté attentivement les instruments qui s'accordaient et en avons conçu toutes sortes d'idées. Il nous faut maintenant entendre la musique – et apprendre à accorder notre propre instrument.

Afin d'instruire un musicien, Gotama Bouddha utilisa un jour la métaphore d'accorder un instrument. Si les cordes de l'instrument sont trop ou pas assez tendues, le son de l'instrument en est affecté. Une fois l'instrument bien accordé, une belle musique devient possible.

Nous sommes ici en retraite intensive. Mais nous avons le temps de nous reposer, de manger des repas nourrissants, d'aller nous promener et de faire des exercices, de façon à ce que le corps et l'esprit restent bien accordés.

### **Troisième jour**

#### **Cesser de chercher**

*Pour la goutte de pluie, la joie est d'entrer dans la rivière  
La souffrance intolérable devient son propre médicament*

*En voyageant au-travers de la tristesse,  
les larmes se changent en soupirs;  
Nous apprenons ainsi comment l'eau meurt dans l'air.*

*Lorsqu'après l'orage, les nuages se dispersent,  
N'est-ce-pas d'avoir pleuré jusqu'à la fin toutes leurs larmes?*

*Vous voulez connaître le miracle – comment le vent polit le miroir?  
Regardez : la mousse luisante verdit au printemps.*

*C'est l'ouverture de la rose qui crée le désir de voir.  
Devant chaque couleur et en chaque circonstance,  
Puisse votre œil rester ouvert pour ce qui advient.*

D'un Ghazal de Ghalib (1797-1869)

Dans le langage plus prosaïque du Zen, l'on pourrait dire : *Cesser de chercher*. C'est là l'essence du véritable Zen Rinzai : être vraiment libéré de toute quête. Terminée. En finir avec la naissance-et-mort, le *mal-aise*.

En finir avec le désir de faire ou d'être quelque chose, n'importe quoi. Et, à partir de là, faire ce qui doit être fait. Le soi-disant « miracle » : « *Regardez : la mousse luisante verdit au printemps.* » L'un des textes classiques du Zen, *Enjoying the Way*, se termine en disant :

*Assis sereinement et sans souci :  
Le printemps arrive, l'herbe reverdit d'elle-même.*

Les Bouddhistes Zen osent même l'évoquer par des mots comme *pisser* et *chier*. Ou *quand vous devez partir, vous partez, quand vous devez rester, vous restez*. Une liberté complète.

Cependant, pour le soi, cela est du confinement : « Je dois partir – mais je veux rester! » Lorsque le soi en vient à sa propre fin, lorsque nous en avons vraiment fini de chercher, faire ce qui doit être fait **est** la liberté même. Le soi peut-il enrouler son esprit autour de cela? (Rires)

Dites-moi, d'où tous ces Bouddhas viennent-ils? Le soleil du matin vous a-t-il nourris? Deviendrez-vous aussi énormes que la citrouille qui est dans le jardin? (Rires)

Un jour, un vieil homme demanda à un maître Chinois : « Quelle est l'essence de l'enseignement du Bouddha? » C'est-à-dire, la vérité vivante du Bouddhisme. Le maître répondit : « Ne rien faire de mauvais. Que le bien. » Ce sont là les deux premières lignes d'un ancien *gatha* qui exprimait l'essence du Bouddhisme : « Ne rien faire de mauvais. Ne faire que le bien. Purifiez votre esprit. Voilà la voie de tous les Bouddhas. » Le vieil homme répondit : « S'il en est ainsi, même un enfant pourrait le dire. » Le maître répondit à son tour : « Même si un enfant peut le dire, un vieil homme n'arrive pas à le faire. » Le vieil homme se prosterna et s'en alla. C'était Bai Juyi / Po Chi-I (772-846), un laïque pratiquant le Zen et l'un des plus grands poètes Chinois de tous les temps.

### **En voyant les fautes d'une autre personne, je corrige les miennes**

Avez-vous vraiment cessé de chercher? Voyez ce qui se produira dans les prochains jours lorsque vous reviendrez à la maison et au travail. Arriverez-vous à ne pas vous oublier

vous-même et à faire ce qui doit être fait? Ou en viendrez-vous à être agacés en voyant à quel point les autres ne sont pas éveillés? S'il vous semble qu'ils ne vous comprennent pas ou ne vous apprécient pas, cherchez vos propres aveuglements, pas les leurs. Un dicton Japonais bien connu énonce que : »En voyant les fautes d'une autre personne, je corrige les miennes. » Alors le monde devient notre *dōjō*, le lieu de notre pratique. Tous les êtres deviennent nos maîtres et en apprenant de chacun, notre pratique ne peut que mûrir et s'approfondir.

De grandes fautes ont récemment été mises à jour dans le monde du Bouddhisme, tant ici en Europe qu'aux États-Unis. Des scandales liés au pouvoir, à la fraude, à l'argent et au sexe ont révélé à quel point de soi-disant maîtres et enseignants étaient en fait corrompus.

Alors, n'allez pas croire que vous leur êtes inférieurs en tant que laïques. Ne cherchez pas davantage à les dépasser. Mais être laïque, ce n'est pas être moins. Disons-le franchement : il vaut mieux être un laïque sincère qu'un faux moine. La responsabilité ultime de tous ces scandales repose sur les épaules de tous ces faux enseignants; c'est triste à dire, mais parfois ceux qui ont le plus besoin d'aide cachent leur misère derrière des robes et se croient dès lors libérés. Leurs victimes, leurs élèves, doivent cependant reconnaître leur propre naïveté et leurs propres besoins. Que cherchaient-ils qui ait permis à de telles perversions de se poursuivre? Le mythe qui dit que nous devons aveuglément nous soumettre à quelqu'un – sous prétexte que cette personne est « éveillée » – est soutenu par les illusions de tous – celles de l'enseignant et celles des étudiants. Même si quelqu'un détient une quelconque autorisation, quelque crédit ou un titre quelconque, je vous conjure de garder les yeux ouverts!

Autrement, voyez-le bien : cela pourrait être un culte dangereux empruntant les déguisements du Zen. Le Bouddhisme Zen ne consiste jamais à suivre aveuglément – **personne**. Le risque de tomber dans d'absurdes pratiques cultuelles, ou pire, est très réel.

Ne vous y trompez pas. Je ne me réclame d'aucune autorité, quelle qu'elle soit. Ici, vous êtes libres – vous êtes **encouragés** – à douter tant et aussi longtemps que le doute subsiste. Vous êtes libres d'accepter ou de rejeter ce que je dis, et de me critiquer à votre guise. J'aime que l'on me corrige. C'est une très belle façon de mûrir et d'apprendre, non? « En voyant les fautes, je corrige les miennes. »

Mais ne cherchez pas ici l'épanouissement du **soi**. Ne cherchez pas ici le succès. Le Bouddhisme ne se soucie pas du succès. Ici, vous êtes libres d'échouer. D'échouer **complètement** – et de voir ensuite ce qui se lève de ces cendres mêmes.

### **Connaissez la honte!**

Après avoir complété la pratique Rinzai au monastère, j'ai choisi comme koan final un énoncé de l'un des grands maîtres de la Dynastie Sung, Wuzu Fayen, décédé en 1104.

Il avait gravi plutôt rapidement les rangs monastiques, mais il eut la chance de rencontrer un jour un véritable maître. Il vit alors tout le chemin qu'il lui restait à parcourir. Son énoncé est, en un certain sens, très non-zénistique; vous ne trouverez rien de tel dans *Les Annales de Linji /Rinzai*, par exemple. Wuzu dit : « Après avoir poursuivi la Voie pendant plus de vingt ans, c'est seulement maintenant que je connais vraiment ma propre honte. » Plus tard, quelqu'un ajouta : « Quels mots splendides, ‘connaître la honte’!» Encore aujourd'hui, ces deux mots sont communément utilisés au Japon.

Quelle est la honte d'une personne engagée sur la Voie? Quelle est la honte de ces faux enseignants qui bouleversent tout? Connaissent-ils leur propre honte? Confirmez-le en vous-même : l'humilité, pour être authentique, apparaît seulement lorsqu'on est sans-soi. Pas la fierté, ni l'arrogance. Comment la fierté et l'arrogance pourraient-elles apparaître ici? Comment le désir pour le pouvoir ou pour la renommée pourraient-ils se manifester, sans parler d'abuser les autres afin de satisfaire des désirs charnels? Voilà comment agit une personne en proie au *mal-aise*.

L'humilité est la fleur d'une pratique constante – une pratique qui se poursuit sans cesse. Hakuin nous dit : « Plus vous allez loin, plus cela s'approfondit. Plus vous le réalisez, plus votre ardeur grandit. » C'est une expression intéressante. Le soi l'entend ainsi : « Plus je le réalise, plus c'est **facile** : parfait, très bientôt, je pourrai ‘enseigner’ (i.e. : utiliser et abuser les autres). Non. Plus on le réalise, plus on s'engage avec ardeur. C'est là l'esprit du Bodhisattava. La nature de l'engagement est différente, n'est-ce-pas? C'est l'engagement dont parle le Premier Vœu : *Tous les êtres innombrables – les libérer.*

## Quatrième jour

### Un oiseau chante, l'immobilité de la montagne s'approfondit

Bon matin! J'imagine que vous savez maintenant à quel point la pratique peut parfois être difficile. Et que vous avez vu à quel point la vraie pratique est d'une simplicité exquise. La difficulté réside entièrement dans notre propre quête de quelque chose, n'est-ce-pas?

*Pour trouver la perle, calmez les vagues.  
Lorsque l'eau est claire, la perle se révèle d'elle-même.*

Commencez-vous à voir ce que signifie ‘simplement s'asseoir *au travers*’? De s'asseoir au travers des limites imposées par le soi qui cherche? Ce n'est pas uniquement une question de volonté personnelle. C'est plutôt comme si la terre entière vous soutenait. Prenez soin de vous asseoir correctement. Il n'est pas nécessaire d'adopter le lotus complet, seulement la meilleure posture pour votre corps. Puis, de s'asseoir au-travers. S'il y a de la douleur, reconnaisssez-la, écoutez-la. Que vous dit-elle, que vous enseigne-t-elle? Devez-vous corriger votre posture? Ou simplement traverser cela? Une fois que vous vous asseyez vraiment au travers, la douleur, les pensées errantes et les vexations ne

présentent plus de problèmes. Vous avez vu comment elles apparaissent. Et comment elles cessent. Un pas de grande valeur sur la Voie.

Qu'est-ce qui est résolu lorsque le grand doute cède enfin? Et que reste-t-il à faire? Quelqu'un a demandé : « Si nous en avons fini avec la quête, pourquoi venir en one-on-one? » D'une certaine façon, c'est encore plus important de le faire. Fini de chercher – **maintenant**, qu'est-ce que je fais? Bien sûr, l'univers ne demande rien de plus et il n'est pas nécessaire que la cloche à l'extérieur sonne encore plus fort. Mais ai-je encore des problèmes, des angles morts sur lesquels je dois travailler? La personne sans abri a-t-elle encore besoin de nourriture? Votre voisin dont on a abusé a-t-il besoin d'être aidé? Et qu'en est-il de l'étudiant du Zen qui a été trompé – et de la personne malade qui se prétendait « enseignant »? Si vous pensez : « J'ai fini de chercher. Il n'y a donc plus rien à faire » - vous n'avez pas fini!

*Aucun oiseau ne chante, l'immobilité de la montagne s'approfondit.*

Ceci est plutôt facile à comprendre. Le silence est doux à l'oreille. Mais ce silence ne tend-il pas vers une immobilité sans vie? Plus tard, l'un des caractères Chinois fut changé :

*Un oiseau chante, l'immobilité de la montagne s'approfondit*

Ce n'est vraiment plus un silence sans vie ou une immobilité vide. Le chant de l'oiseau révèle le silence, l'immobilité, qui ne peut être brisée. Si cela peut être brisé, ce n'est pas du silence vivant ou de l'immobilité véritable, n'est-ce-pas?

Un oiseau qui chante, le rugissement d'une moto – ou la douleur dans votre genou – tous, à leur façon, expriment avec éloquence la symphonie d'être sans-soi. Pensez-y bien en revenant à la maison ou au travail.

Quelqu'un a-t-il une dernière question ou préoccupation?

**Participant :** Oui, j'en ai une. Vous avez parlé de l'échec, qu'il était OK, et même nécessaire, d'échouer. Ai-je bien compris?

**Jeff :** Il est nécessaire que la personnalité, le soi, se rende jusque-là où elle ne peut plus rien faire – c'est-à-dire, jusque-là où elle échoue.

**Participant :** Merci

\*