

Enseignements sur la Voie - Maître Shunryû Suzuki

« Je ne sais pas » est une réponse juste

Notre vie continue sans fin, encore et encore, remplie de déchets, à l'infini. Parce que nous avons beaucoup de déchets dans l'esprit, il nous est parfois difficile de partager ce que nous ressentons avec les êtres, avec les choses, avec les arbres, les montagnes... Par exemple, lorsqu'il nous arrive de nous promener en plein milieu des bois, nous avons du mal à apprécier l'atmosphère de la forêt. Zazen, c'est quand nous pouvons apprécier pleinement l'atmosphère de la forêt.

Avant d'atteindre l'éveil, le Bouddha a pratiqué longtemps sous la direction de nombreux maîtres spirituels. Il étudia plusieurs systèmes philosophiques et différentes religions. Lorsqu'il se rendit compte qu'il tournait en rond, il abandonna tout intérêt pour ces enseignements.

A la fin, fatigué, il s'assit en-dessous de l'Arbre de la Bodhi où il atteint l'éveil. A ce moment précis, il n'avait plus rien dans l'esprit. A l'aube, il vit l'étoile du matin apparaître dans le ciel, à l'est. Elle brillait fort et ce fut la première chose qu'il vit surgir de son esprit vide. A contempler cette étoile du matin, il éprouva une joie intense. Ce fut son éveil. Qu'il fut devenu Bouddha à ce moment signifie qu'il fut lui-même c'est à dire en totale symbiose avec tous les êtres et tous les phénomènes. Pour être un buddha, un éveillé, il est nécessaire d'abandonner tous les déchets de l'esprit. Les enseignements du Bouddha émergent de la vacuité de son esprit, c'est ce qui émerge de son esprit purifié. Si ce que nous disons et ce que nous faisons surgit depuis la pure vacuité (de notre esprit) alors, ce sont là les paroles et les actes d'un bouddha. Cela ne nous est pas impossible : nous faisons zazen, nous récitons les Soûtras et lisons les Ecritures pour vider notre esprit et pour apprécier les paroles du Bouddha qui surgissent depuis la vacuité de son esprit.

Pour s'asseoir en zazen avec un esprit vide, quelques explications sont nécessaires. Le but de notre pratique est d'ouvrir notre conscience.

Mais seulement ouvrir notre esprit ne suffit pas : il est nécessaire de répéter la pratique. Si nous ne le faisons pas, nous ne pouvons pas faire face aux problèmes qui apparaissent dans nos vies de tous les jours.

La pratique doit se faire dans un esprit de continuité : nous continuons la pratique pour toujours. Ce qui importe, c'est d'abandonner l'esprit qui discrimine et de purifier les choses, non pas parcequ'elles sont impures mais parce que c'est quelque chose que nous devons faire aussi longtemps que nous sommes en vie.

Il n'y a aucune raison pour laquelle nous devrions faire zazen.

Je me demande parfois pourquoi les gens viennent au Dojo, pourquoi il s'asseyent en zazen, les jambes croisées, le dos bien droit. Alors je leur demande : « Pourquoi venez-vous ici, dans ce Dojo ? » et ils me répondent : « Je ne sais pas... » Je pense que ce « Je ne sais pas » est une réponse juste. Même si nous ne savons pas ce que nous faisons ou pourquoi nous le faisons, si nous continuons zazen, nous adoptons l'attitude religieuse de la pratique bouddhiste.

