

## Enseignements sur la Voie - Maître Shunryû Suzuki

Les seize préceptes du Bodhisattva sont les principes éthiques du Zen ( et du bouddhisme Mahâyana en général ).

Ils comportent trois parties :

- 1/ Les Trois Refuges.
- 2/ Les Trois Pures Préceptes.
- 3/ Les Dix Défenses.

- **Les Trois Refuges**

Je prends refuge dans le Bouddha

Je prends refuge dans le Dharma

Je prends refuge dans la Sangha

- **Les Trois Pures Préceptes**

S'efforcer de faire le bien

Eviter de faire le mal

S'efforcer d'aider les autres

- **Les Dix Défenses**

Ne pas tuer

Ne pas voler

Ne pas commettre l'adultère

Ne pas mentir

Ne pas vendre d'alcool ou des stupéfiants

Ne pas critiquer les autres

Ne pas se vanter

Ne pas accumuler des richesses

Ne pas se mettre en colère

Ne pas dénigrer les Trois Trésors

Le sens profond des préceptes c'est qu'ils ne sont pas de simples règles mais ils sont la façon dont nous vivons notre vie, la façon dont notre vie se déploie. Nous organisons notre vie d'après un ensemble de règles.

Même lorsque nous ne pensons pas suivre une quelconque règle particulière, les règles, cependant, sont toujours présentes.

La pratique de zazen est l'un des préceptes mais elle est en même temps, la totalité des préceptes. En tant que bouddhistes, si nous comprenons la relation qu'il y a entre zazen et les préceptes alors, nous pouvons comprendre ce que recouvre vraiment l'idée de précepte : les préceptes sont simplement notre façon de vivre. La pratique au quotidien est très importante : lorsque nous avons à faire face aux problèmes de notre vie de tous les jours, nous comprenons à quel point la puissance de la pratique nous vient en aide. Lorsque nous faisons les choses en nous appuyant seulement sur nos compétences ou nos pensées, nous ne sommes aidés par personne et donc, cela n'aide pas les autres non plus.

Mais, lorsque nous agissons avec l'esprit de zazen, nous pouvons aider les autres et très naturellement, les autres nous aident. Si les préceptes sont pour nous un code moral, ils ne fonctionneront pas vraiment bien ; par contre, quand nous les oublions et que sans même essayer, nous les observons de la même façon que nous mangeons lorsque nous avons faim, alors naturellement, les préceptes sont là. La façon de préserver les préceptes consiste à tout oublier les concernant et à les suivre naturellement. Les préceptes sont présents quand nous oublions tout à leur sujet. Durant zazen, nous sommes juste assis. Nous n'essayons pas d'atteindre quoi que ce soit. Nous sommes simplement assis en incluant toutes choses ; nous ne sommes pas uniquement une partie du Cosmos mais nous ne faisons qu'un avec tout ce qui y existe. Ceci n'est pas uniquement vraie pour zazen. Dôgen Zenji dit que si notre activité quotidienne n'inclut pas toute chose, ce n'est pas une activité bouddhiste.

Lorsque nous pratiquons zazen, rien n'est en dehors de nous : chaque être, chaque chose est inclus dans notre zazen. Parce qu'il n'y a qu'un seul Être Entier (absolu) le monde objectif et le monde subjectif sont une seule et même chose (une seule et même réalité). Donc, si nous pensons :

« Je dois observer les dix préceptes un par un », alors notre pratique est erronée. Cette sorte de pratique va à l'encontre des préceptes parce que quand nous les observons de cette manière, les préceptes deviennent quelque chose d'extérieur à nous-même c'est à dire une dualité.

« Je dois ! » n'est pas la façon dont nous pratiquons zazen et les préceptes. Suivre les préceptes avec un esprit rigide, c'est en être prisonnier et cela va donc à leur encontre. C'est sans aucune idée d'observer quoi que ce soit que nous devons suivre les préceptes.

A la fin, quand nous suivons les préceptes de la même manière que nous pratiquons zazen, alors les préceptes sont parfaitement transmis depuis le Bouddha jusqu'à nous.

