

Fragments de sagesse : paroles du maître zen Kôdô Sawaki (extraits)

Nous vivons et mourrons avec l'Univers

« Il est grand temps de nous défroisser le coeur et de prendre une demi-heure pour nous asseoir. C'est alors que nous rencontrons notre vrai visage à la lumière de la vérité première. Lorsque nous nous asseyons ici (dans ce Dojo), nous jouissons d'une vue d'ensemble sur le Cosmos.

Cela suppose que nous nous fondions dans l'Univers. Il est donc essentiel de nous oublier nous-même. En nous focalisant sur nos problème, nous nous coupons de l'ensemble et nous voilà plongés dans les profondeurs de l'enfer. Puisqu'il n'existe aucun lieu dont il est séparé, le sage est dépourvu de moi. Il partage la même racine que le ciel et la terre ; son corps est celui des dix mille êtres. Le plus important est de nous détacher de nos opinions ordinaires car elles nous coupent de la réalité.

Pratiquer zazen, c'est renoncer à son petit moi. Durant zazen, nous prenons congé de nos problèmes personnels : cessons de nous tourmenter pour nos « affaires » et comprenons que nous ne faisons qu'un avec l'Univers. Les êtres souffrants pourchassent aveuglément les objets de leur désir. Mais il est faut de croire que ces objets existent indépendamment de nous ; telle est la source de notre illusion.

En vérité les différents composants de l'univers sont liés : comme je ne suis pas séparé de l'Univers, tout ce qui se présente à moi est une forme de moi-même. Vivre sans égo, c'est s'oublier soi-même, ce qui nous sépare des choses extérieures se dissipe et le « moi » auquel nous nous identifions s'étend à l'infini. Comtemplons le monde en adoptant un point de vue diamétralement opposé à nos habitudes de pensée.

Nous vivons et mourrons avec l'Univers. Lorsque nous nous confondons avec l'Univers, notre naissance n'est pas vraiment notre naissance et notre mort n'est pas vraiment notre mort. En tant qu'êtres humains, notre tâche essentielle consiste à mener une existence fermement ancrée dans cette réalité cosmique.

Nous partageons la même racine que les dix mille choses. Cependant, cet état de fait ne saurait devenir un objet de notre conscience. Si la lumière de la sagesse nous reste imperceptible, c'est parce qu'elle est la perception même. Notre moi véritable ne constitue pas une facette de notre conscience : de même que nous n'avons pas conscience de dormir (lorsque nous dormons), nous sommes inconscient de notre moi véritable. Mais, notre incapacité à le voir ou à le comprendre n'implique pas qu'il soit impossible d'être un avec lui car en faisant zazen, nous faisons un avec nous-même. Sujet et objet, je et tu, zazen et l'éveil : ces objets de notre pensée rationnelle n'ont aucun rapport avec le Zen.

Il s'agit de ne faire qu'un avec zazen. Se fondre en zazen, ce n'est rien d'autre que « nous » qui devenons nous-même à travers nous-même.

Voilà pourquoi il est important de ne pas transformer zazen en un objet de conscience : lorsque nous dormons vraiment, nous n'avons pas conscience de dormir, nous ne faisons qu'un avec le sommeil.

Pratiquer zazen est la chose la plus naturelle du monde. La transparence de l'éveil est totale et il est insaisissable. Que les choses soient telles qu'elles sont implique que l'Univers est dépourvu du moindre artifice.

Il ne présente pas le moindre ornement.

Abandonnons les fleurs des arbres au vent et laissons le chant des oiseaux disparaître dans les nuages.

