

# DIMANCHE 16 OCTOBRE 2016 - DOJO ZEN DE PARIS

JEAN-PIERRE ROMAIN

## ZAZEN DE 8 HEURES

Une journée de *zazen*, c'est très court. Mais si nous la pratiquons complètement, intensément, au travers du *zazen*, cérémonie, repas, *samu*... nous avons l'opportunité de nous harmoniser avec les autres en touchant le véritable esprit – c'est le sens du mot *sesshin* – et en nous oubliant nous-mêmes. Oublier nos différences, notre ego. Ici est le rendez-vous de différents sanghas, de différentes tendances, mais nous pouvons nous harmoniser. Ainsi le grand sangha peut être à la base d'une société plus harmonieuse. Pour cela, s'il vous plaît, revenez à l'instant, à travers la posture, l'expiration tranquille, profonde ; les mains contre le bas du ventre, les pouces en léger contact ; le dos droit, la tête haute... La posture est importante en *zazen* mais aussi pendant la cérémonie, les repas, le *samu*. Dans l'enseignement du zen, le corps et l'esprit ne sont jamais séparés. En arrivant en France, maître Deshimaru s'adressait à des personnes qui avaient lu sur le zen. La première chose qu'il a faite a été de leur montrer la posture, montrer comment pratiquer avec le corps. Et grâce à cette démarche, nous sommes là aujourd'hui. Maître Dōgen a dit<sup>1</sup> que nous ressentons encore les effets des neuf ans passés par Bodhidharma face au mur.

Pour maître Deshimaru, ce n'était pas facile ; et certainement non plus pour Bodhidharma lorsqu'il est arrivé en Chine. Le bouddhisme était certes répandu, pratiqué, mais il n'y avait pas d'accès à l'essence. C'était un bouddhisme basé sur les écritures, les préceptes, les rituels. Lorsque Bodhidharma arrive en Chine, il se rend à la capitale chez l'empereur Wu, qui était un fervent bouddhiste<sup>2</sup>. Tout cela se passe dans les années 500. Ils ont un *mondo* ensemble, des questions-réponses, qui est devenu en quelque sorte le *mondo* fondateur du *chan*, du zen chinois<sup>3</sup>.

L'empereur s'adresse à Bodhidharma : « Moi, l'empereur, j'ai déjà permis l'ordination d'innombrables moines, j'ai fait construire de nombreux temples, recopier des sutras, élever des statues, quels sont mes mérites ? » Bodhidharma répond : « *Mukudoku*, aucun mérite. »

Même de nos jours, pour beaucoup de bouddhistes dans le monde, acquérir des mérites est ce qui est le plus important. En accomplissant de bonnes actions, par exemple en donnant de l'argent aux moines ou autres, on essaie d'obtenir une meilleure renaissance – dans le bouddhisme ancien surtout, le but étant de quitter le *samsara*. L'idéal de l'*arhat*, du « saint », est de gagner le nirvana, d'ailleurs *arhat* veut également dire « méritant ».

*Mukudoku*. *Mu* en japonais signifie « pas ». *Ku* veut dire « l'effet, l'œuvre », comme dans *kung fu*. Et *do-ku* est la vertu<sup>4</sup>.

---

<sup>1</sup> Dans le *Fukanzazengi*.

<sup>2</sup> D'un point de vue historique, l'empereur Wu de la dynastie des Liang a régné de 502 à 550.

<sup>3</sup> La traduction commentée ici est celle de Pierre Dōkan Crépon dans la *Revue Zen* n°94 (février 2012).

<sup>4</sup> *Te* en chinois : *Tao te king* : Le livre de la voie de la vertu.

L'empereur cherche donc des mérites mondains. Il est dans une optique d'acquisition, un peu comme ce qu'on appelle à notre époque le développement personnel. En lui répondant « aucun mérite », Bodhidharma pointe vers le fondamental, vers l'essence du bouddhisme.

Le *mondo* continue, l'empereur demande : « Pourquoi n'y a-t-il aucun mérite ? » Bodhidharma dit : « Ce qu'a réalisé l'empereur ne produit qu'un fruit de rétribution du domaine des hommes et des divinités et engendre des illusions comme l'ombre suit la forme. Néanmoins, il y a cause de bien mais ce n'est pas de l'ordre de l'aspect réel. »

Bodhidharma ne nie donc pas l'aspect bénéfique des actions méritoires de l'empereur, mais il veut lui montrer que ces mérites concernent le plan existentiel ou provisoire. Ou, si on veut, l'individualité. En effet, il est indéniable que pratiquer zazen procure des mérites sur un certain plan. On parle tout le temps de *mushotoku*, cela ne veut pas dire que la pratique n'apporte aucun profit mais que ce profit, nous ne pouvons pas l'accumuler, le garder pour nous-mêmes. En pratiquant, au fil des années, on s'aperçoit qu'on évolue, qu'on a moins d'attachements, qu'on est moins affecté par les événements, qu'on est plus disponible aux autres. Toutefois nous n'avons pas à rechercher ces mérites, ils nous sont donnés de surcroît.

L'empereur demande à Bodhidharma : « Alors, quel est le mérite authentique ? » Le maître répond : « La pure sagesse est merveilleuse et parfaite. Le corps lui-même est sans substance et calme. Ainsi est le mérite, il n'est pas à chercher dans le monde. »

Notre pratique elle-même est l'expression de l'éveil, de la vie de Bouddha. Il n'y a rien à chercher en dehors. « Le corps lui-même est sans substance et calme. Ainsi est le mérite. » Nous qui pratiquons pouvons comprendre ces paroles.

## ZAZEN DE 11 HEURES

L'empereur demande à Bodhidharma : « Quel est le mérite authentique ? » Bodhidharma répond : « La pure sagesse est merveilleuse et parfaite. Le corps lui-même est sans substance et calme. Ainsi est le mérite, il n'est pas à chercher dans le monde. »

Le corps lui-même est sans substance et calme : c'est la description de zazen, même s'il y a parfois douleurs ou agitation. Si l'empereur ne pratique pas, c'est difficile pour lui de comprendre cela. Il est très difficile d'expliquer zazen à des personnes qui ne pratiquent pas. Selon une image indienne, c'est comme vouloir décrire la mer à un aveugle de naissance. La plupart des gens sont persuadés que nous passons le temps à faire le vide, comme si on actionnait un aspirateur qui pompait les pensées dès qu'elles viennent.

Lorsque j'ai étudié le yoga, nous avions des cours de philosophie indienne. Le professeur hindou nous décrivait la philosophie de Nagarjuna, le *Madhyamika*, comme du nihilisme, en quelque sorte la contemplation du vide, alors que Nagarjuna ne fait que décrire *ce que n'est pas* la réalité. On entend parfois : « Venez chez nous, dans notre religion ! Vous, vous cherchez le vide ; mais nous, nous vous donnerons la plénitude, vous serez gagnants. » Évidemment, qui n'a pas pratiqué zazen ne se doute pas que vide et plénitude sont la même chose. Alors pourquoi s'attacher à l'un ou à l'autre ? Ce ne sont que deux façons de voir la même réalité.

Le *mondo* entre l'empereur et Bodhidharma se poursuit. L'empereur demande : « Quel est le sens fondamental de la vérité sainte ? » (Ou : quelle est la plus haute vérité sainte ?) Cette question porte sur la doctrine bouddhique, notamment les Quatre nobles vérités. Bodhidharma dit : « Vaste et évident, pas de sainteté (*Kakunen musho*). »

Vaste et évident, pas de sainteté. Gudo Nishijima traduit par : « C'est manifestement évident et sans rien de sacré. » Taizan Maezumi dit : « Vaste et clair, pas de sainteté. » Dans ses commentaires de *Gyōji*, Deshimaru propose : « Vacant, au-delà de la sainteté. » Mais nous avons encore une autre traduction bien connue : « Un vide insondable et rien de sacré. » Toujours l'idée du vide. Cette traduction, semble-t-il, vient du professeur Suzuki<sup>5</sup>. Elle séduit évidemment les intellectuels et artistes occidentaux de l'époque, car cette notion de vide associée à la négation du sacré rejoignait leurs aspirations. Pourtant il ne s'agit pas là du sacré au sens où on l'entend, par exemple dans le christianisme, mais plutôt des Quatre nobles vérités, doctrine de base du bouddhisme.

Le « pas de sainteté » de Bodhidharma pourrait se traduire par « pas de dogme ». Les actions méritoires de l'empereur et les vérités saintes sont devenues pour lui un dogme, un obstacle. Bodhidharma veut dissoudre cet obstacle, mais l'empereur ne comprend pas.

Seulement et pleinement assis en zazen, où sont les mérites ? Où sont les vérités saintes ?

Le Bouddha lui-même a dit : « Mon enseignement est comme un radeau qu'on utilise pour atteindre l'autre rive. Lorsque la rive est atteinte, inutile de s'en encombrer. » Pratiquer zazen est atteindre l'autre rive, naturellement et inconsciemment. C'est le mantra qui se trouve à la fin du *Hannya Shingyo* : *Gate, gate, paragate, parasamgate, bodhi svaha*. Aller, aller, complètement éveillé, sur l'autre rive... Les mots sont en sanscrit mais c'est la même chose.

*Haramita* ou *paramita*, c'est la vertu qui permet d'aller sur l'autre rive. *Maka Hannya Haramita* : la *paramita* de la grande sagesse.

## MONDO

1) Maître Deshimaru disait : « Zazen, c'est comme entrer dans son cercueil. Gérard Pilet, dans un de ses livres, écrit : « C'est observer la bulle de notre vie à partir du courant profond. » Que veut dire « courant profond » ?

– C'est cesser de rester à la surface des choses. C'est voir la vacuité des divers phénomènes, de notre vie. C'est aussi s'immerger dans la vie, ni plus ni moins. Maître Deshimaru disait aussi : « Le zen, c'est la vie. » C'est paradoxal avec le cercueil mais c'est comme ça. Toute image est un peu paradoxale et aucune n'est parfaite en elle-même. Deshimaru parlait aussi du « dojo des arbres morts ». Non pas parce qu'on est en noir, mais parce qu'on meurt à soi-même en quelque sorte. Précisément, à ce moment-là, on devient très vivant, ce qui est encore paradoxal. Rentrer dans le cercueil, c'est s'éveiller à la véritable dimension de la vie, la vie du cosmos. Alors, le courant profond, c'est ça. Et on ne peut pas comprendre le cosmos avec notre tête, c'est pourquoi on a recours à des métaphores.



2) Il y a quelque chose dans ce que tu as dit ce matin, avec lequel je me bats toujours si je réfléchis à la manière de le mettre en œuvre. Ici, évidemment, on a tous le désir de faire le bien et une base éthique commune. Par contre, dans la vie quotidienne, je suis souvent en face de personnes qui n'hésitent pas à avoir recours à des méthodes toxiques, en essayant de trouver des boucs émissaires. Comment rester honnête et continuer de faire du bien aux autres ?

---

<sup>5</sup> Dans ses *Essais sur le bouddhisme zen*.

– Ici, au dojo, ce n'est pas toujours un îlot de sainteté, il y a aussi des embrouilles parfois ! Simplement, on apprend à voir et à laisser passer. Dans le social, c'est plus difficile. On dit souvent que zazen n'est pas si difficile. Ce qui est difficile, c'est de transposer l'esprit du zazen en dehors du dojo. Ici, on peut s'harmoniser assez facilement parce qu'on pratique tous la même chose (du moins espérons-le). Disons que l'on tend vers ça. Mais il est vrai que dans la société, souvent, c'est un peu l'égoïsme généralisé. On ne change pas la société d'un coup de baguette magique, mais nous, à partir de zazen, nous pouvons changer. J'ai parlé ce matin de ce mélange des différents sanghas, des différents pratiquants, mélange qui devient harmonieux et qui est l'essence d'une société harmonieuse.

Alors comment faire dans la vie quotidienne ? Chaque situation est unique, il n'y a pas de règle générale. En tout cas, dans le zen, on ne dit pas : un bon pratiquant, un bon bouddhiste doit faire ceci ou cela. Les situations changent tout le temps. Même si on a des règles d'éthique, on ne cultive pas d'attitude préétablie. Souvent on nous demande : « Que faites-vous, en tant que moines zen, dans telle ou telle situation ? » C'est impossible de répondre tant qu'on n'est pas dans cette situation. Si tu veux parler d'un collègue qui t'ennuie, je ne peux pas répondre là-dessus.

– *Les préceptes sont une base minimale, mais pour les gens qui ne les suivent pas...*

– Parfois, il faut des réponses fortes : se fâcher... dire les choses pour faire comprendre à autrui ce que l'on ressent. On ne peut pas toujours tendre la joue et laisser passer ; ce n'est pas une aide.

#### ZAZEN DE 15 H 15

La première réponse de Bodhidharma à l'empereur Wu est : « *Mukudoku*, aucun mérite. » On pourrait dire aussi, à la place : rien n'est jamais acquis. Rien n'est jamais acquis, c'est pourquoi nous continuons la pratique. L'éveil n'est pas une acquisition mais une pratique. La deuxième réponse de Bodhidharma est : « *Kakumen musho*, vaste et évident, pas de sainteté. » On pourrait traduire par : pas de dogme ; pas de dogme qui pourrait devenir un obstacle sur la voie. Ou encore : pas de théorie, pas de préconception. Le bouddhisme, le zen, ne sont pas des théories mais le chemin qui nous permet d'avancer.

À la fin l'empereur demande : « Qui est en face de moi ? » Bodhidharma répond : « *Fu shiki*, je ne sais pas. »

*Shiki* signifie conscience. Nous chantons dans le *Hannya Shingyo* : « Dans *ku*, la vacuité, il n'y a ni œil ni oreille ni nez ni conscience... » Ce n'est pas le même *shiki* que dans *shiki sokuze ku*, « la forme en elle-même est vide ». Maître Deshimaru traduisait parfois *fu shiki* par « non-conscience ». Et lui-même disait toujours « naturellement, inconsciemment et automatiquement ».

Socrate a dit : « Tout ce que je sais, c'est que je ne sais rien. » Ici, nous avons un « je ne sais pas » philosophique. Soyen Shaku, un maître zen japonais vivant aux États-Unis, a dit : « J'ai étudié le bouddhisme pendant plus de quarante ans et je l'ai enseigné çà et là. Mais ce n'est que très récemment que j'ai commencé à le comprendre. Maintenant, je comprends que ce que j'ai compris est, qu'après tout, je ne comprends rien. » Là, c'est un « je ne sais pas » bouddhique ou zen.

Quoi qu'il en soit, l'empereur n'a pas compris. Et Bodhidharma a traversé le fleuve Yangzi pour aller à Shaolin, où il a pratiqué neuf ans face au mur, seul.

Si on nous demande qui nous sommes, la réponse ne peut qu'être partielle : « Je suis né ici ou là, j'ai telle formation, tel métier, etc. » Homme, femme, jeune, vieux... Forcément nous oublions quelque chose. Le « je ne sais pas » de Bodhidharma n'est pas une négation mais au contraire une affirmation absolue. Ce « je ne sais pas » est un *koan*. À partir de ce « je ne sais pas » il y a croissance. Bien sûr nous devons nous l'appliquer à nous-mêmes. Ainsi se termine le *mondo* entre Bodhidharma et l'empereur.

Mais on peut trouver encore une suite, dans un recueil de *koan*<sup>6</sup>. Une fois Bodhidharma parti, l'empereur rapporte le dialogue au moine Shiko, son chapelain, qui lui demande : « Connaissez vous cette personne ? » L'empereur répond : « Je ne la connais pas. »

Là, vous pouvez observer la différence entre le « je ne le connais pas » de l'empereur et le « je ne sais pas » de Bodhidharma.

Le chapelain dit : « Il s'agissait du Bodhisattva Kannon, qui détient le sceau de la transmission de l'esprit de Bouddha. » Quand il entendit cela, l'empereur eut de profonds regrets, et voulut rattraper Bodhidharma. Shiko l'en empêcha en ces mots : « Même si vous deviez envoyer tous vos gens pour le chercher, il ne reviendrait pas. »

Pourquoi Bodhidharma ne reviendrait-il pas ? Est-il vraiment parti ? S'il n'est pas parti, où est-il ? Où est Bodhidharma ici et maintenant ? Là nous ne parlons pas d'un Indien barbu, tel qu'on le représente dans les dojos d'arts martiaux, mais de l'esprit de Bodhidharma, l'esprit du zen.

Revenez à l'expiration et laissez passer, même Bodhidharma.

## MONDO

1) *Je voulais savoir si le corps peut être un obstacle à zazen ?*

– Le corps n'est pas un obstacle car on ne peut pratiquer qu'avec un corps. Tu en parles par rapport à un problème particulier ?

– *Oui, par rapport à des douleurs, des souffrances psychiques.*

– Psychiques, ce n'est plus le corps. C'est l'esprit, le mental.

– *Les deux ne sont pas séparés.*

– Les deux ne sont pas séparés mais on peut distinguer.

Dans le bouddhisme, on dit qu'on ne peut pas s'éveiller dans le monde des dieux mais seulement dans le monde des humains. Cela veut dire qu'on peut s'éveiller parce que nous avons un corps et un esprit, et qu'on ne peut pratiquer qu'à partir de là.

Les douleurs, tout le monde en a, on apprend à les connaître. Parfois, zazen est difficile. Une personne, ce matin, pratiquait sur une chaise à cause d'un problème de genoux. C'est difficile pour elle mais elle vient quand même pratiquer. On considère aussi qu'on peut faire zazen même couché si on ne peut pas s'asseoir. Bien sûr ce n'est pas facile, parce qu'allongé on n'est pas centré de la même façon. Il faut vraiment arriver à se concentrer sur la respiration, sinon on s'endort.

---

<sup>6</sup> Premier cas du *Hekiganroku*, *Recueil de la falaise verte*.

Maître Dōgen affirme que *zazen* n'est pas limité à la posture assise. Cela veut dire que l'on fait *zazen*, et qu'ensuite on pratique l'esprit de *zazen* que l'on soit assis, debout ou allongé, et où que l'on soit. Tout à l'heure, on a fait *samu*. Le *samu* c'est aussi la pratique du zen : l'énergie qui se développe en *zazen*, on l'utilise pour les autres. *Zazen* n'est donc pas seulement l'assise.

Qu'on ait des petites douleurs au début de la pratique est parfaitement normal. Cela permet aussi de rester concentré sur sa posture. Certaines personnes, parfois, quand leur posture devient très facile, arrêtent la pratique. Parfois, au bout de quelque temps, on n'a plus mal nulle part mais les problèmes psychologiques arrivent. On a oublié son corps, mais c'est la tête qui ne va plus. Et avec la tête, c'est parfois plus difficile qu'avec le corps !

Laisser passer une douleur physique n'est pas difficile si elle n'est pas aiguë. Si elle est trop aiguë, on fait *gassho*, on change de jambe, on se soigne... Si c'est une petite douleur, on peut l'oublier. Parfois elle revient puis repart, ce n'est jamais permanent. Puisque le corps n'est pas permanent, la douleur ne peut pas l'être. Réciproquement, le bien-être éprouvé en *zazen* n'est pas permanent non plus. Parfois on est très bien, on est content de son *zazen*, mais le suivant sera moins bien, ce sera autre chose. Donc, petit à petit, on apprend à être au-delà de la douleur et du bien-être.

Les douleurs font partie de la pratique, et en même temps – maître Deshimaru insistait beaucoup sur ce point – *zazen* n'est pas de l'ascétisme, au sens où la douleur permettrait d'acquérir des mérites, où il faudrait souffrir pour gagner le ciel, comme chez certains catholiques. La souffrance n'est jamais nécessaire, mais il faut pouvoir y faire face puisqu'il y en a souvent à un moment où un autre. Dès l'instant où il y a un corps, il y a souffrance, mais aussi bien-être, plaisir. La voie est de ne s'attacher ni à l'un ni à l'autre.

– *On dit que le Bouddha cherchait à échapper à la maladie, à la vieillesse et à la mort...*

– C'est ce qu'il a fait au début, après être sorti de son palais, en accomplissant des ascèses très difficiles jusqu'au point où il ne mangeait, paraît-il, que trois grains de riz par jour. Il s'était épuisé ! L'histoire raconte qu'une fermière lui a donné à manger, qu'il a pris cette nourriture et a retrouvé de l'énergie ; sans quoi il serait mort et n'aurait pas été le Bouddha, l'éveillé. À partir de son éveil, il a promulgué la Voie du milieu, c'est-à-dire : le plaisir que j'ai éprouvé dans mon palais dans ma jeunesse ne mène à rien, mais l'ascèse non plus. Ce fut son premier enseignement : ni s'attacher au plaisir ni à la souffrance. C'est ce que nous pratiquons en *zazen*.



2) *Je voulais vous poser la question du passage de la mort, de la réincarnation. Est-ce une question de karma ? Parce que j'ai l'impression que de penser « j'étais ici ou là »...*

– Qui était là ? C'est la difficulté... Qui était là ?

Maître Deshimaru ne voulait pas répondre aux questions sur la mort et la réincarnation. À cette question, il répondait : « Arrêtez de penser à ces choses-là, vivez tant que vous êtes vivant. Quand vous mourrez, vous verrez ce qui se passe ! » C'était sa manière de répondre. D'autre part, il disait aussi quelque chose d'assez trivial : « Personne n'est jamais revenu pour nous le confirmer ! »

Ceci dit, il y a toutes sortes de théories sur la réincarnation chez les bouddhistes. Le bouddhisme est né en Inde où on croit généralement à la réincarnation. Certains bouddhistes n'y croient pas, d'autres y attachent beaucoup d'importance, comme dans le bouddhisme tibétain par exemple. C'est le sujet d'une conférence.

Mais quelle est ta question ? Veut-on échapper à cette vie et avoir une vie meilleure ? Souvent, en Orient, on essaie, comme je l'ai dit ce matin, d'acquérir des mérites pour avoir une vie meilleure pour enfin arriver au *nirvana*, c'est-à-dire justement quitter le cycle des renaissances. Deshimaru parlait du « nirvana vivant », de réaliser le nirvana dans cette vie, dans la dimension du non-né, de ce qui n'est pas né et ne meurt pas. Il disait : « Faites zazen et réalisez cette dimension, ne perdez pas votre temps à vous poser ces questions. »

Bien sûr il y a toutes sortes de théories, certaines même se contredisent... Le plus important est de pratiquer, de vivre et de réaliser la dimension de l'éveil, la dimension de ce qui ne naît ni ne meurt, comme on dit, la dimension de l'éternel présent. Pour que ce ne soit pas que des mots ou des théories, il faut continuer de pratiquer. Ce n'est pas quelque chose que l'on peut confirmer ou infirmer, c'est notre pratique. Si vous pratiquez, vous vivez cela, à ce moment-là il n'y a plus de problème de vies antérieures, ultérieures.

Comme dans le kusen, avec la question « qui sommes-nous ? ». On ne peut pas répondre « nous sommes ceci ou cela ». Les Orientaux ont beaucoup de croyances : vous avez commis des fautes, vous deviendrez un cochon... Mieux vaut laisser tomber ce genre d'idées qui ne mènent nulle part et ne nous aident pas dans cette vie. Ce sont des croyances liées à une époque, à une mentalité. C'est cette vie qui est importante et ce qu'on en fait.



*3) Avant de poser ma question, je voulais dire qu'il y aura une conférence sur la réincarnation, au DZP, en mars prochain, avec Dominique Trotignon.*

*Par ailleurs, à propos du kusen de cet après-midi, j'ai compris une chose, c'est qu'effectivement je n'ai rien compris du tout... Mais je suppose que tu as envie de nous faire voir quelque chose. Pourrais-tu essayer d'expliquer la réponse de Bodhidharma, « Je ne sais pas » ?*

– « Je ne sais pas » signifie « je ne peux pas le dire ». Si on affirme : « Voilà, je suis un homme, j'ai soixante ans, je suis né là, j'ai tel métier, j'ai tant d'enfants... » On peut écrire dix bouquins de biographie mais on ne peut pas tout dire. Forcément la réponse ne peut qu'être partielle. Quand on pratique zazen, tout cela, ce qu'on appelle l'identité, disparaît : il n'y plus d'homme, de femme, de jeune, de vieux, ça n'a plus d'importance du tout. Donc Bodhidharma ne veut pas dire à l'empereur « voilà je viens de là... » et commencer à faire tout un baratin. Il pointe la dimension fondamentale. Quand on pratique, la question se pose toujours : qui suis-je ? Différentes réponses sont possibles, mais à la fin il n'y en a pas.

Généralement les religions donnent des réponses. Dans le christianisme, on va dire : « Vous êtes les enfants de Dieu, ses créatures. » Dans l'hindouisme, on dira plutôt : « Vous êtes l'Absolu, le *brahman*, vous êtes Cela, vous devez vous identifier à cette conscience universelle. » Dans le zen, on ne donne pas de réponse toute faite, il n'y a pas de dogme. Il faut donc découvrir ce « je ne sais pas », il faut le travailler. Ce qui n'est pas difficile en zazen : déjà sait-on ce qu'est exactement zazen ? L'expliquer n'est pas facile. Bien sûr, si on achète une baguette de pain et que la boulangère nous demande « Qui êtes-

vous ? », on ne va dire répondre « Je ne sais pas ! » [*Rires*]. Ce serait complètement idiot, on ne peut pas parler ainsi au tout venant. Là, Bodhidharma s'adresse à un fervent bouddhiste, qui a étudié mais qui est bloqué sur le plan existentiel, ou autrement dit plan relatif, et qui ne voit pas du tout l'autre dimension.

– *Quand tu parles comme ça, je comprends...*

– C'est pour ça qu'il y a des questions.

Donc l'empereur bloque et Bodhidharma pointe vers cette dimension fondamentale, ultime, définitive. Et l'empereur ne comprend pas, il pense peut-être qu'il a affaire à un idiot. Dans les *mondo*, souvent il y a celui qui comprend et celui qui est un peu obtus [*Rires*]. C'est le schéma classique du *mondo* : le maître donne un coup de *kotsu*, et si tout va bien, le disciple s'éveille... Alors viens prendre ton coup de *kotsu* ! [*Rires*].

– *On dit toujours qu'il ne faut pas se prendre la tête avec les kusen, mais là...*

– Oui, mais en même temps, c'est bien de se prendre la tête quelquefois pour arriver à laisser passer ça, et arriver au vrai « je ne sais pas ». Parce qu'à ce moment, ce sont les certitudes qui s'effondrent. Dans la pratique du zen, à la fin on ne peut poser le pied nulle part, on n'a pas de certitudes. On ne peut pas dire : « Voilà, c'est ceci, c'est cela, vous êtes le *Brahman* ou autre... » On ne vous donne pas des réponses préfabriquées, c'est à vous de chercher. C'est le *koan* dans le zen – même dans le zen Soto on a des *koan*, c'est-à-dire des choses qu'on ne peut pas comprendre avec sa tête. Donc on essaie de comprendre, c'est normal. Et à un moment on lâche. Et le « je ne sais pas » s'actualise. C'est un vrai « je ne sais pas », non le « je ne connais pas cet homme » de l'empereur.



4) *Pour faire suite à la question précédente, Bodhidharma n'a plus d'ego quand il parle à l'empereur ?*

– Si on veut. Je ne sais pas, en ce qui me concerne, si on peut affirmer qu'une personne n'a plus d'ego. Je n'ai aucune certitude à ce sujet. Ce qui est certain par contre, c'est que Bodhidharma parle d'un point de vue qui n'est pas celui de l'ego, il parle du point de vue de Bouddha, il parle depuis là [le *godo* pointe son *kotsu* vers le *bara*]. Mais peut-on dire qu'il n'avait pas d'ego ? Je ne sais pas. Est-ce qu'un éveillé n'a plus d'ego ? Il faut faire attention, car on arrive vite à des croyances dans ce domaine. Mais ce qui est certain, c'est qu'il parlait à partir de sa pratique.

L'océan a toujours des vagues, elles font partie de l'océan. L'ego n'est pas une chose dont il faudrait se départir mais un outil qui permet de fonctionner dans la vie. Si je dis « moi » et « toi », nous pouvons fonctionner ensemble sans tomber dans la confusion. Du moment qu'on n'est pas identifié à cet ego, c'est un outil très utile. Parce qu'on a des relations, on a aussi des différences, on n'est pas tous immergés dans l'océan sans distinction. On est chacun aussi une petite vague, qui va et vient, qui naît et meurt. Cette dimension existe aussi.



## ZAZEN DE 17 HEURES

Au dessus du vaste océan, les vagues vont et viennent. Tantôt tranquilles, tantôt agitées. Apparaissant, disparaissant. Telle est notre vie, tel est le monde des formes. L'ignorance, pour la vague, serait de se croire séparée de l'océan. En même temps il n'y a pas d'océan sans vagues. Le relatif, l'absolu, s'interpénètrent.