

JOURNÉE DE ZAZEN - DOJO ZEN DE PARIS

DIMANCHE 19 MARS 2017

PATRICK FERRIEUX

ZAZEN DE 11 HEURES, À LA VEILLE DE LA JOURNÉE

Sur l'autel, il y a la photo de l'un d'entre nous, Jean-Pierre Jorris. Il est mort il y a quelques semaines. Nous allons lui dédier la cérémonie.

Il a été ordonné par Évelyn de Smedt. Plusieurs d'entre nous avons pratiqué aussi le Tai Chi Chuan avec lui, jusqu'à cette année. Et à 92 ans, dans ses derniers jours, je l'ai vu, toujours aussi intense, avec une foi intacte.

Bien qu'il ne fût pas godo, il enseignait, par sa présence. Par son métier de comédien. Moi je retiens sa façon de ne pas s'identifier à ses rôles et en même temps de les remplir de toute son attention à l'instant.

ZAZEN DE 8 HEURES

(Durant kin hin)

Si vous faites du bruit en frottant la moquette, quand vous avancez votre pied, c'est le signe que vous pouvez davantage détendre la jambe arrière quand vous êtes en appui sur la jambe avant.

ooo

Il y a des signaux dans la posture pour nous indiquer qu'il reste des choses à détendre, relâcher. Quand la respiration est bruyante, c'est souvent qu'il y a des tensions dans le ventre. Quand les yeux bougent dans tous les sens, des obsessions qui se sont emparées de nous. Quand les mâchoires sont serrées, des émotions qui sont contraintes.

Alors, relâcher, abandonner ? Oui, bien sûr... Mais si ça devient un projet, ça peut ne faire que renforcer l'inconfort. Dans notre manière, la posture intérieure à adopter dans ces situations, comme vous le savez, n'est ni la fuite ni le rejet.

Mais alors, si ce n'est ni ceci ni cela, c'est quoi ? Ce n'est pas non plus l'inaction. C'est au contraire l'action – mais spirituelle : accepter le phénomène et se laisser ouvrir à sa présence. Accepter que la douleur prenne sa place ; que le frémissement du sang envahisse les mains.

Notre pari est ici. C'est que cette rencontre, cette confrontation intime, soit en même temps une réunion, une unification complète qui ne laisse plus rien à l'extérieur.

C'est ce qui nous est aussi proposé de vivre encore après la cloche, dans tous les moments de la journée, lorsque nous nous trouvons avec les autres ; que cette rencontre soit une véritable réunion.

ZAZEN DE 11 HEURES

Les corrections que le shuso apporte à votre posture, ce n'est pas pour que votre posture soit correcte. C'est pour quoi ? Je ne sais pas. Mais votre corps le sait. Donc vous n'avez pas besoin d'ajouter une couche de réflexion sur ces corrections.

Tout à l'heure j'utilisais les mots de *rencontre* et de *réunion*. On peut rencontrer une correction : c'est moi qui suis corrigé. On peut être dans la réunion avec l'activité de correction : il y a quelque chose qui se passe, avant même que j'aie pu construire l'idée que c'est à moi que ça arrive.

Pareil en zazen. Parfois, c'est moi qui pousse le ciel avec la tête, c'est moi qui pousse le sol avec les genoux. Parfois ça se passe tout seul. Une harmonie peut se mettre en place en nous entre ces deux attitudes.

C'est d'ailleurs exactement comme ça que Maitre Deshimaru traduit le titre du Sandōkai – la fusion de la rencontre et de la réunion. Ce texte de Maitre Sekito, 8^e siècle, Chine, qu'on chante dans la lignée des patriarches. Sekito Kisen Daiosho. Juste après Seigen. Les deux étaient disciples de Maitre Eno. Sekito, à la mort d'Eno, était encore jeune et il s'est mis à suivre Seigen mais il avait été fortement impressionné par Eno. Son texte, c'est l'enseignement d'Eno à l'état pur. Il nous a laissé un poème en vingt-deux couplets, courts; dix caractères chinois par couplet seulement. Souvent chanté dans les temples zen. Et Maitre Deshimaru le considérait, avec deux autres textes, comme l'un des fondamentaux du zen. Shin Jin Mei, Sandōkai et Hōkyō zanmai, voilà le zen dans son développement en Chine.

Le titre : tous les autres traducteurs que j'ai trouvés – presque une dizaine – reprennent une version officielle du titre. Ils parlent de l'harmonie entre la différence et l'égalité. Ou de l'unité du un et du multiple.

Seul Maitre Deshimaru se rapproche de la forme évoquée par les caractères chinois eux-mêmes en parlant de rencontre et de réunion. De plus, il introduit du mouvement dans le titre en disant qu'il s'agit d'une fusion.

Ça nous fait passer d'une contemplation un peu philosophique – Est-ce que tout est un ? Est-ce que tout est multiple ? – à quelque chose qui nous concerne tout de suite - notre façon d'être engagé dans la réalité.

Est-ce que je suis engagé maintenant dans la rencontre avec le son du stylo sur le papier ou est-ce que, sans le savoir, je suis en réunion avec tout l'environnement sonore ? Le Sandōkai nous dit – au moins dans son titre – qu'il y a un jeu d'alliance entre ces deux postures intérieures.

Ça me rappelle une phrase que j'avais lue dans un livre de Maitre Deshimaru où il disait : *zazen est un jeu ; le plus grand jeu de tous. Seuls ceux qui l'ont compris continuent de pratiquer.*

Quand nous quittons la posture assise à la fin de la séance, nous maintenons à notre insu cette posture intérieure, cette alliance, en nous, ce jeu. C'est ça qui nous permet ensuite, dans la sangha, de développer une véritable intimité avec les autres. Une alliance, une danse entre différents moments. Des moments d'affirmation, de rencontre, où chacun est bien dans ses pompes, voire droit dans ses bottes. Et des moments d'accueil, où nous sommes réunis et nous plaçons naturellement *dans les chaussures de l'autre*.

Ni figés dans une attitude, qui peut s'endurcir en conflit, ni figés dans une autre attitude, qui peut s'amollir en soumission.

Le retour à la pratique ensemble dans le dojo ravive cet équilibre, cette fluidité, cette harmonie entre la rencontre et la réunion. Le Sandōkai ici et maintenant, en sangha

ZAZEN DE 15 HEURES 30

Ce matin, je vous ai parlé du Sandōkai. Je me suis limité au titre.

Mais je veux quand même vous donner une idée du contenu en vous lisant juste les trois premiers couplets :

L'esprit du grand sage de l'Inde – c'est-à-dire Bouddha – s'est intimement transmis d'ouest en est.

C'est écrit du point de vue de la Chine. Mais pour nous aujourd'hui, on pourrait dire que cet esprit s'est transmis d'est en ouest, de l'Orient vers l'Occident.

Le deuxième couplet :

Les facultés de l'homme sont plus ou moins aiguës, mais la Voie n'a ni patriarche du Nord ni patriarche du Sud.

Allusion aux rivalités à l'époque entre l'école du Nord – Eno - et l'école du Sud - Jinshu.

Et le troisième couplet :

*La source spirituelle brille dans la lumière
Les effluents coulent dans l'obscurité*

C'est la traduction officielle établie par la Sotoshu – École zen soto japonaise – il y a vingt ans, aux États-Unis. C'est un travail collectif réalisé par une conférence liturgique. Leur but était d'uniformiser la multitude des traductions existantes.

C'est bien pour guider les cérémonies. Mais pour se laisser inspirer par ce poème, je pense que c'est bien de se laisser influencer par les autres traductions, même peut-être par les textes originels. C'est ce qu'a fait Maître Deshimaru il y a quarante ans. C'est ce qu'a fait Philippe Coupey il y a vingt-cinq ans, dans ce dojo. Chacun de nos Maîtres, j'en suis sûr, a déjà commenté le Sandōkai. Ici même, il y a trois semaines, un godo de notre dojo commentait un des couplets.

L'étude de ce texte et des autres textes fondamentaux du zen est dans l'ADN de notre sangha. Ce genre d'étude fait simplement partie de notre pratique. C'est pour nous une évidence. C'est parce que la rencontre avec le texte, pour nous, nécessite un effort, qu'en le faisant et en se laissant inspirer par l'expression d'éveil de Sekito, on peut entrer en réunion avec ce patriarche.

Chacun ensuite traduit, commente, suivant le propre parfum de cette alliance. On le voit en lisant l'édition intégrale des textes de Maître Deshimaru. D'une fois sur l'autre, ses formulations changent, fruit du vécu de l'instant. C'est comme un logiciel libre et chacun d'entre nous a le droit d'y contribuer.

Par exemple, j'aime bien voir dans le mot « spirituel » ce qui est révélé par son dessin, son graphisme. Ce sont deux mains jointes, trois gouttes d'eau et la pluie. Le pouvoir des mains jointes, en zazen, en gassho. Le pouvoir de faire venir la pluie. Une alliance invisible avec la nature. Comme le signe gassho qui nous unit à tout l'environnement. Le pouvoir de distinguer trois gouttes d'eau dans la masse de la pluie. Un pouvoir qui est à l'œuvre en nous. Percevoir l'unité et percevoir la différence, c'est à portée de main. Ça se déclenche par le contact subtil entre les pouces. Ça se répand dans le va-et-vient tranquille du souffle.