

Pendant zazen, regardez bien en vous-même. Soyez conscient de ce qui traverse à chaque instant l'espace de votre esprit. Ce n'est pas **votre** esprit mais le lieu, l'espace où les choses et le monde se manifestent, où s'écoulent les phénomènes. Que ce soit la perception des sensations, des sons, des senteurs, ou les émotions et les sentiments, les pensées de toutes sortes, tout cela se jaillit spontanément naturellement dans l'esprit et disparaît de même. Voyez cela. C'est la pratique de zazen que de simplement contempler l'impermanence.

Parce qu'il connaît la vraie nature des choses, Maître Wanshi nous dit :

*« Naissances et morts n'ont originellement ni racine ni branches ;
apparitions et disparitions n'ont originellement aucun signe
caractéristique ni ne laisse aucune trace. »*

C'est une invitation à réfléchir et examiner, avec une sincérité aussi objective que celle d'un scientifique, comment se produit en nous-même l'origine et la dissolution des choses, des sensations, émotions, perceptions et pensées. Il s'agit de devenir totalement conscient de la nature de notre propre existence, corps et esprit.

Quand nous regardons consciemment les choses telles qu'elles sont, pendant zazen, depuis l'immobilité, nous ne pouvons pas les voir ou percevoir autrement que dans leur pureté insaisissable. Ce ne sont que de soudaines apparitions disparaissant aussitôt, comme des cris d'oiseau. En dehors de l'instant présent où elles sont perçues, les choses n'ont pas plus de réalité ni de substance que des mirages. Elles ne laissent aucune trace en disparaissant.

Mais notre vision est pervertie. En nommant les choses, notre mental leur attribue une réalité, une longévité et une solidité qu'elles n'ont pas. Les choses sont sans substance propre. Le mental nous trompe sans cesse en tentant de les saisir et de les rendre vraies pour le moi qui, lui aussi, est illusoire. C'est un jeu sans fin qui se fonde sur une vision fausse et produit ainsi la frustration et la souffrance.

Un jour un moine demanda à Maître Ekaku :

*« Il est dit que l'univers tout entier est vide et pur et qu'ainsi il montre sa
forme originelle. Comment donc lui est-il possible de manifester la terre,
les montagnes et les rivières ? »*

Maître Ekaku répondit :

« Il est dit que l'univers tout entier est vide et pur et qu'ainsi il montre sa forme originelle. Comment donc lui est-il possible de manifester la terre, les montagnes et les rivières ? »

En répétant la question du moine, Maître Ekaku lui signifie que les choses sont ainsi, telles qu'elles sont. Elles apparaissent et disparaissent, sont irréelles et vides. Y a-t-il une origine de la terre, des montagnes et des rivières à laquelle pourrait accéder notre mental limité ? Pour **Voir** l'origine, il faut dépasser les mots et se tenir dans la non-dualité paisible de zazen. *Hishiryo.*

Et cependant, les choses ont leur vérité : elles exposent sans fin l'ineffable grandeur de la Réalité. La forme originelle et la pureté de l'univers ne sont rien d'autre que la terre, les montagnes et les rivières. C'est ce qu'explique Maître Wanshi :

« Naissances et morts n'ont originellement ni racine ni branches ; apparitions et disparitions n'ont originellement aucun signe caractéristique ni ne laissent aucune trace. »

La pratique du zen n'est autre qu'un apprentissage continu pour voir la vraie nature des naissances et morts. L'ignorance du penseur, qui fait faussement croire à la réalité des choses, doit être éclairée pour être dissipée. C'est notre attention même qui éclaire et met fin à l'aveuglement. C'est la lumière du pur regard de notre Trésor de l'Œil qui illumine les choses et nous enseigne à en voir la vraie nature.

Il est écrit dans le Lankavatara :

« Telles des étincelles de lumière, les choses sont libres de la naissance, de la durée et de la cessation ; elles sont libres de la permanence et de l'impermanence, de même que de la souillure et de la pureté.

Quand on voit l'essence des choses, il n'est plus nécessaire de vouloir dissiper l'ignorance.

Quand on réalise que l'essence des choses n'est jamais née, on atteint la libération. »
