

Qu'est-ce que la pratique de la réalité véritable ?

Écoutons de nouveau Maître Wanshi :

« Elle est simplement de s'asseoir sereinement dans l'observation silencieuse intérieure. Lorsque vous avez soigneusement approfondi cela, vous ne pouvez plus être dérangé par des causes et des conditions extérieures. L'esprit vide veut dire largement ouvert, brillant de façon subtile et juste.

Rempli de votre espace intérieur, soyez comblé, sans désir d'agripper quelque chose, dépassez votre comportement habituel et réalisez le Soi qui n'est perturbé par aucune émotion. »

Il suffit donc de s'établir dans le regard qui observe l'impermanence, sans chercher à vouloir attraper un éveil ou un état de conscience ou quoi que ce soit d'autre. Laisser le Trésor de l'Œil contempler, sans le moi qui s'attribue faussement la perception.

Nous regardons le mur. Il n'y a donc rien à voir. L'esprit se regarde lui-même dans l'apparition et la disparition des choses. Perception sans personne percevant.

Nous en venons alors, naturellement, à réaliser qu'il n'y a ni intérieur, ni extérieur. Plus d'oppositions, tout est Un. Nous sommes bien là, dans le Réel. Il n'y a que l'espace infini de l'esprit, de ma vraie nature, la vacuité indicible dans laquelle se déploie le rêve de la manifestation toute entière.

C'est la simplicité du maintenant qu'exprime le poète :

« Rien à saisir, rien à rejeter

Libre d'allée et de venue

Recouvert des seules montagnes bleues

Sans la moindre particule de poussière

Je puise de l'eau et je ramasse du bois. »

Maître Wanshi parle de dépasser notre comportement habituel, celui qui conduit à la douleur. Cela signifie nous étudier nous-même, voir ce que sont nos conditionnements et

nos habitudes comportementales, et les remettre en question lorsque nous comprenons qu'elles sont contraires à notre bien-être intérieur et à notre liberté. C'est ainsi que nous pourrions réaliser le Soi. Maître Wanshi ne parle pas du Soi (avec un S majuscule) en cherchant à induire l'idée d'une entité divine extérieure à nous-mêmes, car ce n'est pas l'enseignement du Bouddha qui disait :

« J'ai montré la fausseté de toutes les idées de soi et montré qu'il n'existe pas de soi de la manière dont les gens le pensent.

Mais si quelque chose est vrai, est réel, est constant, est le fondement d'une nature immuable, cela on peut l'appeler un Soi. Pour le bien des êtres, dans toutes les vérités que j'ai enseignées, il y a un tel Soi. Et ceci, c'est à vous de le cultiver. »

Ce Soi dont le Bouddha parle n'est autre que la réalité véritable de Maître Wanshi.

C'est la nature-Bouddha, notre identité originelle. Ce n'est ni le corps, ni le mental, ni aucune entité périssable.

Dans le Lankâvatâra sutra nous trouvons cette stance :

« Cela n'est pas soi-même ni autre que soi;

Cela n'est pas soi et non-soi, ni non plus ni soi ni non-soi ;

Cela n'est pas ce qui existe dans la perception ;

Cela n'est pas une entité conditionnée ni un pur néant.

Il y a un vrai soi, au sein des agrégats, qui, invisiblement existe,

Comme le feu qui couve dans un silex,

Ou la vertu d'une plante médicinale

Ou le parfum d'une fleur. »
