

Dans le kusen de la semaine dernière, Maître Wanshi évoquait les dix tableaux du dressage du buffle, ou la manière de dresser le moi pour ne plus le subir et s'en faire un ami. Il s'agit, en fait, de la manière de "maîtriser" son propre esprit pour ne plus souffrir de l'avidité de nos cinq sens sans cesse excités par les désirs.

Ayant expliqué à ses disciples la métaphore du dressage du buffle, le Bouddha leur recommandait de voir comment fonctionnent les organes des sens pour cesser d'être capturé par les désirs :

« Ô moines, si vous laissez aller vos cinq sens, non seulement vos désirs seront sans limites, mais vous ne pourrez plus les contrôler. Il en est ainsi d'un cheval farouche : s'il n'est pas dressé, il conduit l'homme dans l'abîme. Le cœur est le maître des cinq sens, c'est pourquoi il convient que vous maîtrisiez votre cœur. Soyez comme le bouvier qui, un bâton et une corde à la main, garde son buffle et ne le laisse pas piétiner les rizières des autres. »

Le cœur (l'esprit) est le maître des cinq sens veut dire que nous seul pouvons domestiquer les pulsions et les sollicitations des désirs. Sans voir comment nous nous laissons conduire par le moi sauvage et mystificateur, nous ne pouvons pas mettre fin à la souffrance. Nous devons donc étudier minutieusement la manière dont nous répondons aux stimulations et aux revendications du moi et surtout accepter de faire l'expérience intime de l'abandon en lâchant la saisie. Ça n'est, en fait, douloureux que pour le moi, mais tout à fait possible et supportable. Cet abandon ne peut se faire que dans notre propre esprit.

« Simplement apprenez à demeurer en vous-même, dit Maître Wanshi, dans le simple fait d'être (la Présence), et abandonnez toutes les conditions. L'esprit ouvert et brillant, sans dénaturer quoi que ce soit, pénétrez simplement en vous-même et abandonnez tout. »

Simplement demeurer en soi-même. Ne pas bouger ! Ne rien attendre ! Une pratique sans objet n'a pas d'autre raison que d'abandonner la saisie des objets. C'est un apparent paradoxe. Nous avons la réponse en retournant dans le cœur de notre propre esprit, sans rien vouloir changer, sans rien déranger. Juste voir ce qui ne naît pas, ni ne meurt.

Voici un mondo entre Maître Hyakujo (720-814) et un disciple. Maître Hyakujo nous enseigne la condition de l'esprit pendant zazen. En comprenant cela, nous pouvons trouver la manière de dresser le buffle du moi, et maîtriser les organes des sens dans la vie de tous les jours. Toujours revenir à l'esprit qui ne demeure sur rien :

Le disciple demanda :

« *Sur quoi l'esprit (le cœur) devrait-il s'établir et demeurer ?* »

« *Il devrait s'établir dans la non-demeure et ensuite y demeurer* »

« *Qu'est-ce que c'est que cette non-demeure ?* » reprit le disciple.

« *Ça veut dire ne pas laisser l'esprit s'établir où que ce soit.* »

« *Qu'est-ce que ça veut dire ?* » insista le disciple.

« *Ne demeurer sur rien veut dire que l'esprit ne s'attache ni au bien ni au mal, ni à l'existence ni à la non-existence, ni à l'intérieur ni à l'extérieur ni quelque part entre les deux, ni à la vacuité ni à la non-vacuité, ni à la concentration ni à la distraction. Ne demeurer sur rien, c'est là où l'esprit doit demeurer. On dit de ceux qui résident dans cet esprit qu'ils ont un esprit ne demeurant sur rien, c'est-à-dire qu'ils ont l'esprit de Bouddha.* »

C'est un mondo très important pour nous. A pénétrer de toute notre acuité. Ne s'attacher à aucun des deux extrêmes de la dualité. Réaliser l'esprit qui ne demeure sur rien. Ne pas quitter la voie du milieu.

Maîtriser le monde des désirs, c'est dresser le buffle du moi et s'en faire un ami.

« *Chevauchant le buffle, je rentre à la maison. Le son de ma flûte se mélange aux lueurs du couchant. Je peux enfin me reposer. Sous ma hutte de paille, le fouet et la corde sont abandonnés.* »

Simplement apprenez à demeurer en vous-même, dans l'esprit sans-demeure.
