

Abandonner simplement tout !

C'est ce que Maître Wanshi nous presse de réaliser en nous engageant dans la pratique. Une pratique d'abandon, de renoncement. Le mot annonce une démarche qui semble à priori décourageante alors que nous attendons que notre pratique nous apporte joie, détente et tranquillité. Pour le moi égotique, tout effort qui ne va pas vers une satisfaction immédiate lui est désagréable. Le moi fait de l'abandon et du renoncement quelque chose de pénible. Mais ce n'est qu'une fuite face à la peur qu'il a de disparaître. Qu'enseigne le zen : ne pensez pas à abandonner ou à renoncer, mais faites-le, maintenant. Il faut nous engager dans l'abandon lui-même.

Même débutant, nous avons toutes et tous réalisé cet abandon dans notre méditation, ou dans une situation simple ou exceptionnelle, lorsque nous avons été envahis par l'évidence de la Présence. C'est cela que nous aimons dans la pratique de zazen, sans même le comprendre vraiment. Pourtant, c'est simple : dans la Présence, nous vivons l'instant même, le seul point de rencontre avec le Réel, avec la vérité de nous-mêmes. Nous sommes alors nous-même, conscients, sans moi.

...

Dans la pratique du bouddhisme zen, le véritable renoncement est d'accepter de perdre le sens du moi. Nous le réalisons naturellement, inconsciemment, automatiquement en demeurant au cœur même de la Présence. C'est cela, la réalisation. Pratiquer, c'est abandonner le sens de sa propre individualité, de son moi, tout en continuant à accomplir toutes les tâches de notre vie avec la plus grande attention. Tout est méditation. Il ne s'agit ni d'être en *samadhi*, ni de ne pas être en *samadhi*. Il n'y a plus ni bien ni mal. Juste abandonner tout et nous installer dans la conscience de notre propre présence.

Rester immobile dans cette Présence, c'est s'établir dans le sans-demeure, cesser de nous identifier à un corps sans cesse changeant, à des sensations et des émotions flottantes. Nous devenons conscients à chaque instant que toutes les perceptions ne sont pas notre véritable nature bien que nous n'en soyons jamais séparés.

L'achèvement de cet abandon du moi nous relie à toutes les existences.

Maître Wanshi le dit de cette façon :

*« Alors, vous rayonnez et vous répondez aux dix mille choses, en totale unité avec elles. Aucune, de ces dix mille choses n'est dissimulée. Elles sont toutes apparentes dans une indiscutable évidence, vues dans leur mystère spontané et insaisissable. »*

Cet abandon auquel nous sommes invités, nous guide vers un chemin d'honnêteté, de clarté. Nous abandonnons ce qui en nous est faux et le voile qui nous cachait notre nature s'ouvre enfin. Et cependant, rien n'est vraiment différent. Tout abandonner procure la joie simple de nous retrouver dans la vérité de nous-même, toujours déjà là !

*« Cela ne vient pas du dehors, dit Maître Dogen. C'est juste comme le dieu du printemps rencontrant le printemps. Autrement dit, à tout instant nous devrions rencontrer notre nature de Bouddha. Exister et ne pas exister, c'est comme les bourgeons du pin au printemps, du chrysanthème à l'automne. Même si la Voie et la sagesse de Bouddha se manifestent à travers tout l'univers, nous ne pouvons pas prétendre les acquérir. L'univers entier est à lui-même sa propre vérité et cette vérité ne peut appartenir à aucun être. Elle ne contient rien de plus qu'elle-même. Elle est la source intarissable de toute vie. Toutes les choses apparaissent en leur propre éternité. »*

En parler seulement ne permet pas de comprendre ni de s'éveiller ! Le zen, c'est de pratiquer ce qu'il n'est pas possible d'expliquer pour enfin trouver l'introuvable.

Voici un poème de Maître Ryokan pour conclure ce kusen :

*« Je joue à la balle avec les enfants. Je jongle pendant qu'ils chantent.  
Je chante pendant qu'ils jonglent. Les jeux s'enchainent, je ne me rends pas compte que le temps passe.  
Un passant me dévisage en riant : « Pourquoi vous comportez-vous ainsi, me dit-il ? »  
Je baisse la tête sans répondre. Je pourrai lui expliquer mais à quoi bon ?  
Vous voulez savoir mon sentiment secret ?  
C'est comme ça, tout simplement. »*

\*\*\*