

## Zazen Zoom

Pendant zazen, ne s'appuyer sur rien. C'est comme une devise dans les enseignements sur la pratique de zazen. Une recommandation qui nous demande de cesser d'attendre et de lâcher toute nos idées et nos conceptions sur ce qu'est le zen, l'Éveil et même la nature des choses. Nous devons accepter de sortir du monde de nos formulations et nous fondre inconditionnellement dans le silence vivant et sans limites de notre posture. Ce qui naît alors en nous, au-delà des mots, est une compréhension totale de ce qu'est la vérité de notre nature, la vacuité vide de vacuité de notre esprit. La Présence silencieuse consciente est une autre manière pour désigner cela. Et lorsque cela est vu comme une évidence, on peut la qualifier cette présence silencieuse comme étant lumière. Dans l'abandon de tout attachement, Cela vient à nous spontanément, c'est-à-dire sans dépendre de nous, au-delà de tout effort. Il n'y a plus qu'une connaissance parfaite, qui brille, aussi vaste que l'espace, sans intérieur ni extérieur.

*« Totalelement claire et transparente, dit Maître Keizan, la lumière de notre Esprit brille, avant même que la forme et l'idée de la vacuité ne soient créées. Les objets de l'esprit eux-mêmes (pensées, concepts, croyances ...) n'apparaissent plus. »*

La lumière de l'Esprit est le regard même de notre conscience prenant conscience d'elle-même dans la Présence. La seule vérité que nous connaissons en ce moment-même, c'est que 'nous sommes'. Pouvons-nous saisir cette évidence 'Je suis' ?

...

En dehors de cette vérité immédiate, pouvons-nous dire s'il y a quelque chose de réel dans ce qui va et vient ? Parce que nous sommes immobiles, corps-esprit, zazen est le moment où nous pouvons comprendre et voir cela, sans nul besoin de saisir ou d'écarter. Rien ne naît, rien ne meurt, il n'y a qu'apparition et disparition dans le même instant. C'est le spectacle même qui s'offre dans notre corps lui-même. Connaître ce qu'est vraiment l'impermanence nous permet d'accepter la fugacité et les vicissitudes de l'existence.

La lumière brille dans la pure conscience que nous avons du maintenant.

Maître Keizan nous dit :

*« La lumière de cet Esprit brille depuis un passé sans commencement et illumine le Présent. Cet esprit est sans caractéristiques, non-duel et les différences avec les formes ne sont qu'une apparence. »*

Nous ne pouvons regarder que le maintenant des formes et des sensations. Un maintenant qui se vide sans cesse de ce qui le remplit. Nous n'entendons les sons que dans le maintenant de la perception, nous ne formulons les mots que dans le maintenant l'esprit. L'espace et le temps sont les productions du mental. Si nous prenons pour réels les scénarios et les histoires qu'il produit, nous connaissons la souffrance.

Pour parler de cette lumière-connaissance parfaite, Koun Ejo cite un extrait du Sutra du Lotus :

*« Un flambloiment de lumière jaillit de l'espace entre les sourcils du Bouddha, illuminant à l'Est 80 000 mondes, les pénétrant tous, des profondeurs du plus bas de l'enfer des existences jusqu'aux sommets les plus extatiques des royaumes du ciel. Ce rayonnement surnaturel est la lumière infiniment subtile réalisée par tous les Bouddhas. »*

Ce rayonnement merveilleux de lumière nous semble plutôt être une affabulation.

Et pourtant c'est la lumière de l'Éveil qui brille sans discontinuer dans le cœur de tous les être et qui illumine le simple fait d'être. Nous la voyons quand nous cessons de nous appuyer sur quoi que ce soit. Nous nous laissons absorber sans résistance dans la pure conscience du maintenant de notre posture, sur ce zafu même.

Alors tout brille d'une évidence incontestable autant qu'indescriptible.

\*\*\*