

Zazen Zoom

On ne sait pas vraiment si Bodhidharma a réellement existé dans ce monde. Toujours est-il que le monde avec l'empereur qu'on lui attribue a percuté des générations de maîtres et de disciples.

Voici quelques lignes que Bodhidharma aurait écrit parmi les rares enseignements qu'il aurait faits :

« Pour l'esprit détendu, l'immensité de la lumière silencieuse est identique au vide. Si vous êtes capables de demeurer dans la non-dualité, vous êtes au plus profond de votre cœur. Toutes les choses en toutes circonstances, sont comme une illusion. La nature fondamentale est vide en soi. A quoi bon vouloir éliminer quoi que ce soit ? »

C'est une invitation à nous ouvrir, à oublier jusqu'à notre nom, pour nous installer dans l'espace de notre propre esprit, sans rien attendre. Détendu, laissons notre attention se diriger vers l'espace. Depuis le bord des mots, depuis la fin d'une pensée, laissons-nous tomber dans les intervalles de silence entre mots et pensées. Ils sont la porte d'accès au monde de la non-dualité où se dévoile la vérité de notre nature originelle.

Maître Doshin, le 4ème Patriarche enseignait :

« Dans l'intervalle où votre esprit venant de quitter une pensée n'est pas encore capturé par une autre, vous êtes un être pur. »

Nous prenons conscience de l'espace, de l'arrière plan où les mots et les pensées font leur apparition-disparition. Quand l'attention bascule des mots vers cet espace, nous pouvons sentir le silence, respirer le vide infini qui nous accompagne depuis toujours. Zazen nous emmène dans le lieu de la vacuité. Quand nous y sommes, tout est non-duel et c'est là le plus profond de notre cœur

« Si vous êtes capables de demeurer dans cette non-dualité, vous connaissez ce qu'est votre propre cœur. »

Connaître cette non-dualité nous rend libres. Nous pratiquons sans intention le non-faire des Bouddhas. Nous comprenons que toute tentative pour saisir ou rejeter, ajouter ou retrancher,

est une auto-manipulation de l'esprit discriminant s'appuyant sur des notions dualistes. Par le simple fait de ne rien faire, zazen nous apprend à voir la futilité de nos schémas conditionnés et à nous en extraire sans effort. Libéré du passé, nous rejoignons l'espace de l'esprit Un. Nous voyons que la nature illusoire des phénomènes et des circonstances. C'est une pure transparence qui resplendit en elle-même. Et là, il n'y a personne. Là, le « *Je ne sais pas* » est la seule réponse et elle nous remplit de lumière.

Koun Ejo reprend :

« Laissez-vous absorber par ce koan et vous atteindrez liberté et félicité. Le corps devient lumière et tout l'univers s'illumine. »

Pouvons-nous accepter d'accomplir cet abandon qui nous demande d'oublier tout ce à quoi nous sommes attachés, tout ce que nous croyons être ?
