

Zazen Zoom

Il est dit que Bodhidharma passa 9 années dans une grotte, sans s'arrêter de faire zazen. Cette pratique face au mur fut appelée *Menpeki*. Elle désigne aussi l'état de conscience dans lequel le méditant désireux de progresser sur la voie du zen doit se fondre jusqu'au Samadhi où il n'y a plus personne.

Mais en fait, face au mur, pendant zazen, nous avons l'impression d'être privé de tout support et tout soutien, sans bien comprendre ce que nous devons atteindre. Notre esprit discriminant se trouve privé d'arguments pour établir sa souveraineté sur notre vie et consolider la fausse illusion du moi. Soit, rempli de frustration, nous capitulons et retournons dans le monde virtuel de notre imaginaire, soit nous brisons le mur, dans le plus profond de notre cœur, en réalisant qu'il n'a jamais existé.

On pourrait penser qu'à la suite de sa pratique, Bodhidharma avait acquis la connaissance et le discernement pour répondre à la question de l'empereur : « *Quelle est la vérité ultime ?* » Sa réponse : « *Un vide immense, rien de sacré* » laissa l'empereur décontenancé, et c'est pourquoi il posa une seconde question :

« *Qui est donc celui qui me répond ?* »

« *Je ne sais pas !* » répondit Bodhidharma.

Il est clair que l'empereur ne comprit cette seconde réponse de Bodhidharma. Pourtant sa question n'en est pas moins celle à laquelle nous devons nous-mêmes répondre : « *Qui suis-je ?* »

C'est pourquoi, chaque fois que le bois résonne à l'entrée du dojo, nous suivons l'assemblée des dragons et des éléphants pour nous asseoir sur le siège du Dharma, ce zafu même, et pour accéder à ce qu'est la vérité ultime.

Mais la vérité ultime peut-elle être vue, comprise par le mental ?

Maître Tennō Dōgo qui vécut au 8ème siècle, disciple de Sekito Kissen, répond :

« *Mettez simplement fin à votre vision dualiste et à votre perception ordinaire des choses. Il n'y a rien de sacré à comprendre.* »

Comment l'esprit devient-il libre et sans entrave. Comment réalisons nous cette connaissance qui met fin à nos doutes et à notre errance ? Comment mettre fin à la perception ordinaire des choses ?

Simplement rester ouvert, d'instant en instant, à la perception immédiate des choses sans perdre le temps de les nommer, de les analyser. Voir et écouter l'instant présent.

Le Sūrangama sutra, sutra de la marche héroïque, nous met en garde :

« Attention ! Si vous parvenez à une compréhension de ce qu'est la vérité sacrée, vous serez sujet à toutes les erreurs.

Fondamentalement, tout ce qui va et vient, tout ce qui naît et meurt, est simplement la véritable nature de Bouddha. Elle est l'impermanence merveilleuse et éternelle, la réalité immobile, omniprésente. Comprendre cela ne nécessite aucun effort. »

Dans notre vie, nous devons faire face au paradoxe d'accepter qu'il n'y a rien à trouver tout en étant dans la nécessité absolue de trouver qui nous sommes.

Pouvons-nous empêcher les fleurs de se faner ? Pouvons-nous ajouter du givre à la neige ?

Pouvons-nous aller un mètre au-dessus du haut du mat ?

« Mettez simplement fin à votre vision dualiste et à votre perception ordinaire des choses. Il n'y a rien de sacré à comprendre. »

Voilà ce qu'enseigne la pratique de zazen, face au mur.

Chacun de nos pas est la marche héroïque qui n'a pas de destination. Une marche qui est à chaque pas la vérité ultime, l'inconnaissable qui repose, immuable, dans le cœur de notre cœur, exactement là où nous marchons, là nous sommes assis en ce moment même, avec les éléphants et les dragons.

« Qui est donc celui qui me répond ? » demanda l'empereur.

« Je ne sais pas ! » répondit Bodhidharma.

« C'est simplement la lumière une qui est vide. » conclut Koun Ejo.
