

## teisho d'Albert Low

### traduction Monique Dumont

Bodhidharma était assis face au mur. Le deuxième patriarche, s'étant coupé un bras, se tenait debout dans la neige. Il lui dit : « Maître, l'esprit de votre disciple n'est pas encore en paix. Je vous supplie de l'apaiser. » Bodhidharma lui répondit : « Amène ton esprit ici et je l'apaiserai. » Le patriarche dit : « J'ai cherché cet esprit et j'ai vu finalement qu'il est inaccessible. » Bodhidharma lui dit : « Voilà, je l'ai apaisé. »

### Commentaire de Mumon

Le vieil étranger édenté a traversé des milliers de kilomètres d'océan, soulevant des vagues là où il n'y avait pas de vent. Bodhidharma n'avait qu'un seul disciple et ce disciple n'avait qu'un seul bras. Eh bien !

### Poème de Mumon

Venir de l'Ouest et montrer directement :  
Toute la vérité vient de là.  
Tous les moines sont bouleversés depuis  
À cause de ces deux bonhommes.

Hui-Ko, le deuxième patriarche, était un intellectuel et il souffrait de la même maladie que beaucoup d'entre eux. Il était très arrogant. Il avait entendu parler de Bodhidharma qui méditait dans une caverne face à un mur et décidé d'aller le trouver pour recevoir son enseignement. Comme maître zen, c'est une attitude que nous connaissons bien. Des gens nous disent avoir fait un peu de Zen ou lu quelques livres sur le Zen et ils veulent nous rencontrer pour discuter de tout ça. Aucun s'il-vous-plaît ou quoi que ce soit du genre. Hui-Ko s'est fort probablement rendu auprès de Bodhidharma avec une attitude semblable. Dès que l'on envisage « acquérir » quelque chose, d'une pratique ou d'un maître, on est face à des obstacles qu'il faut surmonter.

Bodhidharma refusa de lui prêter attention. Mais quelque chose chez lui a dû rendre Hui-Ko perplexe. Il resta là, près de la caverne, dans l'attente que Bodhidharma reconnaisse sa présence. La neige se mit à tomber. Hui-Ko ne bougea pas, toujours debout près de la caverne. La neige finit par lui monter jusqu'aux genoux. De nouveau il demanda à Bodhidharma de lui donner son enseignement. Bodhidharma l'apostropha alors avec rudesse : « L'incomparable vérité des Bouddhas ne peut s'atteindre que par un labeur incommensurable, pratiquant ce qui ne peut être pratiqué et supportant l'insupportable. Comment toi, de faible vertu, de sagesse médiocre, d'esprit frivole et prétentieux, oses-tu aspirer atteindre le véritable enseignement ? Ce n'est que peine perdue. »

Pratiquer ce qui ne peut être pratiqué. Quelle est cette pratique qui ne peut être pratiquée ? C'est ce à quoi nous sommes constamment invités. Quoi que vous fassiez, quelle que pratique que vous pratiquiez, cela n'a aucune valeur, c'est peine perdue. Un moine se rendit auprès de Rinzai et s'apprêta à lui demander son enseignement quand ce dernier le frappa. « Pourquoi me frappez-vous, se plaigna-t-il, je n'ai même pas ouvert la bouche ? » « Inutile d'attendre que tu aies ouvert la bouche », grommela Rinzai. Quoi que vous fassiez, même penser ouvrir la bouche, c'est de trop. Maintenant pratiquez ! Pratiquez ce qui ne peut être pratiqué et supportez l'insupportable. L'insupportable ce n'est pas la douleur dans les jambes ou l'esprit qui vagabonde. L'insupportable c'est de réaliser que nous ne sommes pas quelque chose, que nous ne sommes pas cette personne gonflée d'importance qu'au plus profond de notre cœur nous croyons être.

Bodhidharma attaque Hui-Ko de plein fouet. Pas de « compassion » ici, pas de mots « poudrés et fardés » pour employer une expression de Harada roshi, pas d'approche de style « petit Jésus doux comme un agneau » ; Bodhidharma enfonce l'ennemi de Hui-Ko.

Alors, dit le koan, Hui-Ko se coupe un bras. Bien sûr, la possibilité qu'une telle chose se produise est très réduite. Quel terrible dégât ce serait ! Mais nous ne devons pas interpréter trop littéralement ce que dit le koan. Il est certain que Hui-Ko prit des mesures radicales. En anglais, il y a cette expression « je donnerais mon bras droit pour telle chose », signifiant par là que j'y attache énormément d'importance puisque je donnerais mon bras droit pour elle. Jadis, le bras droit était le bras de la puissance, le bras qui tenait l'épée avec laquelle on se défendait. Se départir de son bras droit, c'est se départir de son pouvoir, se mettre en position d'impuissance. C'est ainsi que nous devons comprendre ce qui arrive à Hui-Ko.

Bodhidharma a fracassé son arrogance.

Puis Hui-Ko lui dit : « Maître, l'esprit de votre disciple n'est pas encore en paix. Je vous supplie de l'apaiser. »

Quel beau mot est le mot paix. Un mot qui a un aura de gentillesse, de tendresse, de clarté.

Paix ! Paix sur terre ! Une quête que nous les humains menons depuis des temps immémoriaux.

En ce moment, environ un million de personnes manifestent à Washington réclamant la paix. À Montréal, 150,000 personnes ont marché dans les rues en réclamant la paix.

Lors d'un récent atelier, une femme s'est mise en colère contre moi. Elle se disait très déçue de l'atelier. Mes propos étaient bien intéressants, disait-elle, mais comment pouvais-je éviter le problème de l'heure, la menace d'une guerre en Iraq qui pesait sur nous ? Qu'est-ce que j'avais d'autre à offrir que de s'asseoir face à un mur en suivant la respiration ? À des moments comme ceux que nous vivons, disait-elle, on se tourne

vers des leaders spirituels pour recevoir des conseils et du soutien. Qu'est-ce que j'avais à offrir sinon une fuite ?

Elle aussi réclamait que je lui donne la paix.

Mais nous ne pouvons pas revendiquer la paix. Nous ne pouvons pas la considérer comme étant notre droit. Tout le monde veut la paix. Durant la guerre au Vietnam, il y a eu des manifestations et, bien sûr, ces manifestations furent aussi inutiles que celles que nous venons d'avoir récemment. Il n'en est rien sorti sauf peut-être d'aider l'Amérique à perdre la guerre. Elles n'ont pas amené la paix ! Elles ont amené une capitulation. Au cours d'une de ces manifestations à Washington dans les années 70, Pierre Trudeau qui était en meeting avec le président des Etats-Unis regarda les manifestants par la fenêtre et dit : « Est-ce qu'ils ne se rendent pas compte que nous voulons la paix nous aussi ? »

Pourquoi dis-je que ces manifestations et ces revendications sont inutiles ? En premier lieu, soyons honnêtes : il est chimérique de croire que nous pouvons avoir la paix éternelle. J'ai exposé les raisons de dire une telle chose dans mon livre Créer la conscience.

Mais il y a ceci de plus important pratiquement : si nous devons prendre part à des marches pour la paix, nous devrions au moins avoir passé quelques années à chercher la source de notre propre guerre et avoir lutté jusqu'à un certain point afin d'amener quelque réconciliation intérieure, une certaine dose de paix en nous-mêmes. Sinon, tout ce que nous faisons c'est projeter notre propre guerre dans cette revendication pour la paix. La guerre entre les nations est la somme totale de toutes nos guerres individuelles qui a échappé à tout contrôle. La guerre est la souffrance humaine devenue manifeste, non dans les victimes de la guerre, mais dans le fait de la guerre. Et notre souffrance, comme disait le Bouddha, vient du désir.

Des gens disent que tout ce que Bush veut c'est protéger le pétrole du Moyen-Orient, s'assurer que les États-Unis contrôlent le pétrole là-bas. Ils le disent avec rage en déclarant que c'est terrible qu'il fasse une telle chose. Mais à la manifestation où ils se rendent exprimer leur colère, ils arrivent en auto. Sont-ils prêts à se défaire de leur auto ? Sont-ils prêts à cesser de voyager en autobus ou en avion, à se défaire de leur fournaise ou de leur climatiseur pour cette paix ?

Voltaire, ce grand activiste, peut-être le plus grand, était un pamphlétaire qui se servait de l'humour et de la satire pour tenter d'amener un changement social. Il se dressait, entre autres, contre les excès de l'Église. Il disait que toutes les querelles théologiques se ramenaient en définitive à une seule question : la chemise devait-elle être portée en-dedans ou en-dehors du pantalon. Après toute une vie d'activisme, il en vint à la conclusion que ce qu'il devait faire était de cultiver son propre jardin.

Je ne dis pas qu'il faut éviter de participer à des marches pour la paix si on croit qu'il y a de bonnes raisons pour le faire. Cela dépend de notre affiliation politique et de notre foi

dans le processus démocratique. Mais commençons donc par creuser notre propre jardin. Mettons-nous vraiment à la tâche et cherchons des moyens afin d'extirper de nous-mêmes ces éternels conflits que bon gré mal gré nous projetons constamment sur les autres, même quand nous marchons pour la paix.

Quelqu'un qui veut vraiment la paix doit être prêt à mourir ; il doit être prêt à mourir pour cette paix. Je me souviens de Gandhi qui, à une certaine occasion, disait que pour s'engager dans la non-violence, on devait être prêt à mourir dans le processus. L'on devrait être comme le soldat sur le champ de bataille et risquer sa vie exactement comme lui ou elle. Si quelqu'un n'est pas prêt à cela, disait-il, alors il doit se battre. Et s'il ne se bat pas, c'est un lâche.

La véritable bataille est de faire face à la douleur de nos conflits. C'est la bataille pour se libérer de l'emprise du tyran qui est à la source de tous nos conflits et nos douleurs, c'est une bataille dans laquelle nous devons mourir pour renaître.

Oscar Wilde disait que la sentimentalité était de vouloir jouir d'une émotion sans être prêt à en payer le prix. J'ai reçu quelque chose comme une demi-douzaine de courriels venant de différents maîtres spirituels, y compris du Buddhist Fellowship for Peace, m'exhortant à me joindre à des méditations pour la paix, à des prières pour la paix etc. Tout ça pour moi est de la facilité, de la sentimentalité. Qu'est-ce qu'ils s'imaginent que nous faisons ici à chaque fois que nous nous assoyons face au mur, si ce n'est une prière pour la paix ?

Si chaque moment de notre pratique n'est pas une prière pour la paix, si nous ne prions pas pour la paix quand nous faisons zazen, alors nous perdons notre temps. Ce combat pour la paix est le combat éternel. Comme le dit Shibayama : « Vous qui n'avez jamais passé de nuits sans sommeil dans la souffrance et les larmes, qui ne connaissez pas l'expérience d'être incapable d'avalier même un morceau de pain, la paix de Dieu ne vous atteindra jamais. » Voilà la façon dont nous allons trouver la paix. Non pas dans le monde, mais en nous-mêmes. Et si nous trouvons la paix en nous-mêmes, peut-être pourrons-nous répandre juste une petite, une bien petite lumière sur ce monde tourmenté. Encore une fois, citons Shibayama qui dit : « Je n'oublierai jamais le combat spirituel que j'ai mené durant trois ans dans la plus totale noirceur. J'affirme que ce qui est le plus important et inestimable dans l'apprentissage zen est cette expérience de nuits obscures que l'on traverse de tout son être. » Sans avoir passé par les feux du combat spirituel, à quoi bon ces prières spéciales pour la paix, ces soirées spéciales de méditation ? Et si nous avons traversé ces feux purgatoriaux, quel est le besoin de ces manifestations spéciales de notre amour pour la paix ?

Parmi les plus beaux exemples d'écriture spirituelle qu'il m'a été donné de lire, il y a celui-ci de Bodhidharma :

« Lorsqu'un adepte de la Voie rencontre des conditions adverses, il doit penser ainsi : 'Pendant des époques innombrables, j'ai abandonné l'essentiel et poursuivi l'accessoire ; je me suis laissé emporter par les vagues agitées et amères de l'océan de l'existence, créant ainsi des occasions infinies de haine, de mauvais vouloir et d'actions mauvaises. Le tort causé est sans limite. Bien que ma souffrance actuelle puisse ne pas être

causée par de mauvaises actions commises dans cette vie, elle est le fruit de mes fautes passées et ce fruit doit être récolté maintenant. Ni les hommes ni les dieux ne sont responsables de ce qui m'arrive. Je dois donc patiemment et de bonnes grâces avaler le fruit amer de mes propres actions sans ressentiment et plainte envers quiconque.' Quand cette façon de penser s'élève, l'esprit répond spontanément à la voix de la Raison de façon à faire usage de la haine d'autrui et à la faire servir à sa progression sur la Voie. C'est cela qui est appelé « la règle du remboursement des dettes. »

« Pendant des époques innombrables, j'ai (...) créant ainsi des occasions infinies de haine, de mauvais vouloir et d'actions mauvaises. » Au début de chaque sesshin nous chantons la gatha du repentir. C'est un sommaire ou une condensation pourrait-on dire des quatorze rappels. Quand nous chantons cette gatha, nous nous repentons de tous nos échecs à vivre en accord avec les quatorze rappels. « Toutes les actions commises par moi depuis des temps immémoriaux, par avidité, colère et ignorance, de corps, de parole et d'esprit, je me repens de les avoir commises. » Nous blessons les autres si facilement, avec une telle insouciance. On se trouve à un comptoir de réception par exemple, et si la réceptionniste n'est pas assez rapide à notre goût, on grogne, on la brusque. Cette personne derrière le comptoir a peut-être reçu de très mauvaises nouvelles, c'est pourquoi elle est lente. Mais peu nous importe.

On parle maintenant de la rage au volant. Quelqu'un nous coupe en auto et nous sommes prêts à le tuer pour ça. Un homme a essayé de me tuer il y a quelque temps sur la route. Vraiment ! Nous avons été à deux doigts d'un terrible accident. Par inadvertance, vraiment par mégarde, je l'ai empêché de me dépasser parce que je me trouvais dans la mauvaise voie. Une erreur de ma part, une distraction. Il a essayé de me tuer ! Nous nous mettons en colère et nous blessons quelqu'un. Dans sa douleur, cette personne se retourne contre quelqu'un d'autre qui à son tour traîne son ressentiment à la maison et inflige là une nouvelle douleur. C'est ainsi que les ondes s'étendent et se multiplient, reviennent se nourrir à leur source et s'extériorisent à nouveau, créant un mélange explosif qui mijote jusqu'au moment où une autre guerre éclate.

Comme le dit Bodhidharma : « Le tort causé est sans limite. Bien que ma souffrance actuelle puisse ne pas être causée par de mauvaises actions commises dans cette vie, elle est le fruit de mes fautes passées et ce fruit doit être récolté maintenant. » Quelqu'un se sentant misérable devant sa souffrance s'exclamait : « Qu'est-ce que j'ai fait pour mériter cela ? » Quelqu'un d'autre répondit : « Beaucoup ! »

Puis Bodhidharma dit et ceci est si important : « Ni les hommes ni les dieux ne sont responsables de ce qui m'arrive. » Nous souffrons parce que nous sommes humains. Dans notre souffrance, nous nous emportons contre d'autres et semons ainsi les graines pour encore plus de souffrance. Bodhidharma nous montre le chemin pour trouver la paix : « Je dois donc patiemment et de bonnes grâces avaler le fruit amer de mes propres actions. » Voilà la formule pour la paix. Ce n'est pas en brandissant des pancartes ni en hurlant « Bush et Blair criminels de guerre », mais bien, comme il dit, en

acceptant ce fruit amer « sans ressentiment et plainte envers quiconque ou quoi que ce soit. »

Mais souvent, il faut bien l'admettre, nous ne pouvons pas le faire. Si souvent notre colère explose. C'est plus fort que nous. Nous n'y pouvons rien. Mais après par contre, nous pouvons faire quelque chose. Très bien, nous avons explosé. Après, toute personne raisonnable ressent du remords, du regret. À ce moment, dans cette douleur du remords et de la tristesse, nous pouvons payer notre dette. En demeurant avec la douleur, avec le remords. On demeure avec la douleur au lieu de blâmer l'autre, au lieu de se plaindre « s'il n'avait pas dit ceci » ou « si elle n'avait pas fait cela », ainsi de suite. On demeure avec la douleur au lieu de se blâmer soi-même, de promettre faire mieux dans l'avenir, en disant « Je ne sais pas ce qui me prend. Je pratique depuis dieu sait combien de temps, il faut que je me prenne en main. Dans l'avenir... », etc. Tout cela n'est que du bluff, de la fumée ; des façons d'éviter la douleur, le remords, le regret. Nous devons demeurer dans la douleur, au milieu de cette fournaise, de ces feux du purgatoire. Ce n'est qu'en passant par ces feux purgatoriaux que nous allons trouver la paix que nous cherchons. De cette façon nous pouvons faire usage de la haine d'autrui et de la nôtre et « la faire servir à notre progression sur la Voie ». C'est cela que Bodhidharma appelle « la règle du remboursement des dettes. » C'est un standard extrêmement élevé que Bodhidharma fixe pour nous si nous prenons réellement à cœur ce qu'il dit.

Les gens viennent ici au Centre et disent qu'ils veulent parvenir à l'éveil. Ce n'est pas pour ça que nous sommes ici. Nous sommes ici pour payer nos dettes. Bien sûr, nous commençons tous par vouloir acquérir la perle de grand prix. Chacun de nous rêve à ce que ce sera quand les autres nous regarderont avec révérence, admiration, quand nous aurons notre auréole ! Mais à force de peiner, de se traîner dans la poussière du désert, dans la sécheresse, sous un soleil de plomb impitoyable, jour après jour, nos pieds brûlant et rien à l'horizon pour nous donner quelque espoir, nous finissons par laisser tomber nos rêves de grandeur et nous commençons à voir que quelque chose de plus profond, beaucoup plus profond que notre gloire personnelle est à l'œuvre ici. Nous sommes alors poussés de l'avant par le désir de trouver la vraie paix.

Je parle rarement de paix. C'est un de ces mots que j'hésite à utiliser. Comme le mot amour, pendant longtemps j'ai eu peur de l'utiliser. Je pense à Joshu qui disait : « Chaque fois que je prononce le mot Bouddha, je me nettoie la bouche après pendant trois jours. » Des mots comme amour, paix, Dieu, sont comme de la mélasse dans nos cheveux. On ne peut pas les décoller. On en a tellement usé et abusé, on les a vendus à si bon marché. N'importe qui peut se faire de nombreux disciples juste à répandre de tels mots un peu partout comme des confetti.

Mais tout de même, nous voulons la paix. Nous cherchons la paix. Rappelez-vous ces magnifiques paroles de Jésus : « Je vous donne ma paix. Mais ce n'est pas à la manière du monde que je vous la donne. » Puis il parle de sa paix comme étant la paix qui dépasse tout entendement. C'est cette paix que nous voulons. Non pas la paix que nous pouvons réclamer, non pas la paix que nous pouvons négocier, mais la paix qui est au-delà de tout entendement.

Hui-Ko dit : « Maître, l'esprit de votre disciple n'est pas encore en paix. Je vous supplie de l'apaiser. »

Bodhidharma lui répondit : « Amène ton esprit ici et je l'apaiserai. » Encore ici, il se montre très direct, très franc. Pas de mots « poudrés et fardés ». Et le patriarche dit : « J'ai cherché cet esprit et j'ai finalement vu qu'il est inaccessible. »

La question, bien sûr, est la suivante : avec quel esprit a-t-il cherché cet esprit et l'a-t-il trouvé inaccessible ?

Peut-être pourrions-nous maintenant lire quelques extraits de l'enseignement de Hui-Ko.

« Le Hua Yen dit : 'C'est aussi vaste que l'univers, aussi ultime que le vide. Mais c'est également comme une lumière dans un bocal qui ne peut illuminer le dehors.' Quand les adeptes de la voie dépendent des mots parlés et écrits, ceux-ci sont comme une lampe au vent ; ils ne dissipent pas l'obscurité et leur flamme s'éteint. Mais quand les adeptes méditent dans la pureté, sans inquiétude, c'est comme une lampe dans une pièce fermée : elle dissipe l'obscurité et elle illumine les choses avec clarté.

Si vous faites complètement un avec la pureté de l'esprit-source, alors tous les voeux sont réalisés, toutes les pratiques complétées, tout est accompli. Vous n'êtes plus soumis aux états d'être. Pour ceux qui trouvent ce corps de la réalité (dharmakaya), les innombrables êtres sensibles ne sont qu'une seule bonne personne : la personne qui a été là en accord avec ceci depuis un million de milliards d'années. »

Il dit : « C'est aussi vaste que l'univers, aussi ultime que le vide. » Qu'est-ce qui est vaste comme l'univers, ultime comme le vide ? Vous pouvez avaler l'univers sans en perdre une seule goutte.

Et il ajoute : « Mais c'est également comme une lumière dans un bocal qui ne peut illuminer le dehors. » « Cela » ne peut être exprimé. C'est comme une lumière dans un bocal. Lorsqu'on revient à soi, chez soi, on est complètement muet. On ne peut rien dire. Non seulement c'est inconnaissable, c'est indicible, inconcevable. « Comme une lumière dans un bocal qui ne peut illuminer le dehors. » Voilà ce que vous êtes ! Vaste comme l'univers, ultime comme le vide. Ce n'est pas ce que vous serez un jour, ce n'est pas ce que vous pourriez être si seulement vous vous efforciez un peu plus. C'est ce que vous êtes dès maintenant !

Il dit : « Quand les adeptes de la voie dépendent des mots parlés et écrits, ceux-ci sont comme une lampe au vent ; ils ne dissipent pas l'obscurité et leur flamme s'éteint. » On peut lire la vérité, on peut la lire écrite par des génies spirituels et trouver cela merveilleux, admirablement bien dit. Et ensuite elle vacille et s'en va. C'est pourquoi il est dit que cinq minutes de zazen valent une bibliothèque.

« Mais quand les adeptes méditent dans la pureté, sans inquiétude, c'est comme une lampe dans une pièce fermée : elle dissipe l'obscurité et elle illumine les choses avec clarté. » Qu'est-ce qui est illuminé ? Quelles sont ces « choses » que la lampe

illumine ? C'est le monde entier qui est illuminé. Mais comment peut-on dire cela et dire en même temps : « C'est comme une lumière dans un bocal qui ne peut illuminer le dehors » ? Ce ne sont pas deux phrases contradictoires. Hakuin ne demande-t-il pas : « Qu'y a-t-il hors de nous ? De quoi manquons-nous ? ».

Quand vous pénétrez cela, tout alors exprime la vérité. Même lever un sourcil est la vérité exprimée dans sa plénitude.

Il poursuit : « Si vous faites complètement un avec la pureté de l'esprit-source, alors tous les vœux sont réalisés, toutes les pratiques complétées, tout est accompli. » Revenez chez vous ! C'est tout ce qui est requis. Quand je dis qu'il faut revenir chez soi, peut-être serait-il préférable de dire qu'il faut revenir à la vérité que vous êtes déjà chez vous. C'est pourquoi toutes nos pratiques, toutes les techniques que l'on utilise, toutes les voies que l'on suit sont inutiles, parce qu'elles nous éloignent toutes de chez nous. Nous sommes comme une personne qui se tient au Pôle Nord. Quel que soit le chemin qu'elle prend, elle va toujours au sud. On revient chez soi quand on sait vraiment que rien de ce que l'on fait n'est valable, mais aussi que tout ce que l'on fait est déjà « cela ».

« Pour ceux qui trouvent ce corps de la réalité (dharmakaya), les innombrables êtres sensibles ne sont qu'une seule bonne personne. » Le Bouddha a dit : « Quand j'ai atteint l'éveil, le monde entier a atteint l'éveil. » Nous faisons aussi le vœu de libérer tous les êtres innombrables. Tous les êtres vivants sont le seul Bouddha. Chacun de nous est le Bouddha, comme le dit Hakuin. « Depuis toujours tous les êtres sont Bouddha. » Un seul Bouddha. Chacun de nous est ce seul Bouddha.

« Pour ceux qui trouvent ce corps de la réalité (dharmakaya), les innombrables êtres sensibles ne sont qu'une seule bonne personne : la personne qui a été là en accord avec ceci depuis un million de milliards d'années. »