



Il s'agit d'une transcription de l'enseignement oral non révisée, réservée à votre usage personnel et qui ne doit donc en aucun cas faire l'objet d'une diffusion officielle. Toute faute ou erreur qui se glisserait dans ce texte n'est due qu'à son transcripteur.

MAKA HANNYA HARAMITA SHINGYO - Partie 4 -

Enseignement (teisho) donné par maître Olivier Reigen Wang-Genh
au dojo de Strasbourg, le 21 février 2024.

Bonsoir, je continue au sujet des traductions et commentaires du Hannya Shingyo, ce sutra si important pour nous dans le Zen Sôtô puisque nous le récitons quasiment tous les jours, parfois plusieurs fois par jours d'ailleurs. Je ne vais pas revenir sur tout ce que j'ai pu dire déjà sur la traduction du titre et du début, sur le bodhisattva Avalokiteshvara.

En tout cas, pour faire très bref sur le contexte de ce sutra, si vous voulez une espèce de scénario du sutra, c'est un dialogue qui s'installe entre le bodhisattva de la Grande Compassion, Avalokiteshvara, et un des principaux disciples du Bouddha Shakyamuni qui s'appelle Shariputra et se dit dans le texte Sharishi. Shariputra c'est un disciple, un maître en soi d'ailleurs, réputé pour sa grande sagesse justement et sa proximité avec cette connaissance au-delà, cette connaissance innée. Ce dialogue entre le bodhisattva et le disciple du Bouddha va se répéter plusieurs fois au cours du texte du Hannya Shingyo.

Le début du sutra dit « kan ji zai bo satsu », le bodhisattva Avalokiteshvara, pratique la sagesse ou la connaissance au-delà. Il observe clairement que les cinq skanda sont vacuité.

Cette première phrase en soi est déjà extrêmement riche et nécessite quasiment mot pour mot beaucoup de commentaires qui font appel à des connaissances traditionnelles du bouddhisme. Ces dernières sont à mon avis très importantes pour nous qui étudions l'enseignement du Bouddha, étudions le zen et pratiquons le zazen.

Ce ne sont pas des connaissances d'ordre culturel.

C'est ce qui donne le sens profond de notre propre pratique de zazen.

Chacun, chacune vient dans un dojo pour les raisons qui sont les siennes, pour des raisons personnelles. Ces raisons nous le savons sont très différentes, au départ en tout cas. Elles sont justifiées par la lecture de textes, l'envie de s'asseoir calmement dans un endroit, de se retrouver soi-même, d'essayer de clarifier ou de résoudre des problèmes ou des questions d'ordre personnel, au sujet de sa propre vie, ses



propres égarements ou même parfois, d'essayer de mieux comprendre le sens de cette vie et des souffrances auxquelles à un moment donné nous sommes confrontés. Donc cela fait énormément de raisons pour lesquelles nous arrivons à un moment précis dans un dojo assis sur un zafu.

Je pense que toutes les raisons sont bonnes. Il n'y a pas de raisons inférieures à d'autres.

Il est assez rare quand même de rencontrer ou de voir des gens qui viennent d'emblée s'asseoir sur un zafu dans un dojo pour étudier la voie du Bouddha. Je n'en ai jamais rencontré. Cela doit exister quelque part mais je n'ai jamais vu quelqu'un qui arrive de but en blanc et qui dit « je viens ici pour étudier et pratiquer la grande voie du Bouddha ».

Nous venons pour des raisons différentes et encore une fois extrêmement variées. Mais toutes ces raisons sont bonnes. Il ne faut en mépriser aucune ni considérer que certaines sont plus ou moins élevées.

J'ai connu des gens qui venaient au zazen pour la première fois parce que leur médecin leur avait dit que c'était bon pour leurs migraines.

Il y en avait un qui venait pour améliorer sa technique de bowling. Toutes les raisons sont valables. Ceci dit à ma connaissance il n'est jamais devenu champion mais il aura essayé, et pratiqué le zen pendant vingt ans. Il sera même devenu moine zen, puis, à un moment donné il s'en est écarté. En tout cas aucune raison n'est méprisante ou non valable. Toutes les raisons sont bonnes.

En tout cas, à un moment donné, nous sommes assis sur un zafu et je crois qu'il est vraiment important si on souhaite continuer cette pratique de savoir un peu pourquoi on fait zazen et pourquoi on suit cette tradition de méditation.

Il y a à mon avis deux choses vraiment importantes. C'est une question qui a été posée la semaine dernière d'ailleurs mais qui revient très souvent. C'est la dimension de la concentration pendant notre pratique et celle de ce qu'on appelle l'observation.

Je pense que la notion de concentration est assez évidente.

Dés lors que l'on rentre dans un dojo, tout est fait pour que nous pratiquions cette concentration ou présence, présence à l'instant, présence au corps, présence à l'environnement et présence à ce que nous faisons maintenant. Ce sont toutes les règles, tous les rituels qui sont mis en place dans un dojo, qui nous permettent de faciliter cette concentration ou cette présence. Pendant zazen nous maintenons également, ou essayons de maintenir, cette vigilance, cette attention.

La concentration est non pas un point d'arrivée, pas une finalité en soi mais c'est un point incontournable, une condition nécessaire mais évidemment pas suffisante. Sans concentration, sans attention nous ne faisons rien, ne continuons rien, n'approfondissons rien. Nous le savons pour tout ce que nous entreprenons dans notre existence. A tous les niveaux, si nous n'avons pas cette attention, cette



volonté d'être dans ce que nous sommes en train de faire, s'il n'y a pas de concentration, les choses s'échappent. Si l'on veut apprendre à faire de la musique, si l'on veut faire du sport, si l'on veut étudier, quelles que soient les études, si nous voulons arriver à quelque chose, il nous faut cette attention, cette détermination. Cela s'appelle la concentration. Si nous ne sommes pas concentrés nous partons dans tous les sens et nous changeons de cap selon les conditions du moment. Cette concentration est donc absolument nécessaire. Elle a comme principale vertu d'apaiser le mental, l'agitation intérieure.

Nous sommes, et nous ne nous en rendons pas compte en général, très agités notamment au niveau émotionnel, intellectuel, et au niveau de l'activité mentale. Nous sommes dans ce dialogue, ce monologue intérieur plutôt, nous parlons avec nous-mêmes, nous pensons, nous analysons, nous jugeons, nous commentons à longueur de temps. C'est devenu tellement notre milieu naturel que nous ne nous en rendons même plus compte.

Il n'y a que pendant zazen, particulièrement pendant zazen, où cette activité mentale, cette agitation intérieure devient de plus en plus visible et dérangement. Lorsque nous souhaitons nous concentrer nous voyons à quel point cette agitation, ce soliloque, cette conversation avec nous mêmes est présente. Et elle part dans tous les sens. Les associations d'idées, les souvenirs, les projets, les désirs, les préoccupations du moment, tout se mélange et crée beaucoup d'agitation.

C'est la principale difficulté que nous rencontrons pendant zazen dès lors que nous souhaitons nous concentrer. Mais le zazen et la posture du corps pendant zazen ont comme principale vertu ou comme principal effet de laisser cette activité mentale s'apaiser.

Donc pour beaucoup de personnes aujourd'hui, zazen ou ce qu'on appelle la méditation, la méditation zen ou la méditation sous d'autres formes, est souvent motivée par le besoin de retrouver du calme intérieur ou de trouver disons, des états intérieurs plus apaisés que ce que nous connaissons habituellement. Beaucoup de personnes aujourd'hui pratiquent la méditation uniquement en espérant trouver ces états de calme ou d'apaisement, de paix intérieure.

Il faut savoir, et c'est vraiment important pour les personnes qui pratiquent zazen, que cet apaisement encore une fois est nécessaire, mais que ce n'est en aucun cas ce qui motive la pratique bouddhiste, notamment la pratique zen.

Ce qui motive vraiment à la fois l'enseignement du Bouddha et la pratique de l'enseignement du zen, le zazen, c'est ce qu'on appelle l'observation. C'est un autre stade ou une autre forme de conscience qui consiste à commencer à regarder ou à observer ce qui est présent.

C'est ce qui est exprimé dans le début du Hannya Shingyo où le sutra dit « lorsque le bodhisattva pratique la connaissance au-delà donc la grande connaissance, il observe de façon lumineuse ».



On verra ce qu'il observe, après.

Je veux m'arrêter ce soir sur cette expression, qui en japonais se dit sho ken. Cette observation sho ken littéralement veut dire: sho, lumineux ou ce qui est brillant, ce qui dégage de la lumière et ken, c'est observer, voir ou regarder, mais plus dans l'esprit d'observation. Donc si on veut traduire littéralement sho ken, c'est cette observation lumineuse. C'est une expression suffisamment poétique pour être un peu mystérieuse. Il me semble qu'en tant que pratiquant du zen il faut vraiment s'arrêter sur ces deux mots, observer de façon lumineuse.

Ce n'est pas une observation comme on l'entend habituellement. Quand il y a une observation il y a un sujet et un objet, c'est-à-dire j'observe quelque chose. Bien sûr c'est le point de départ.

Nous commençons tous avec cette idée que nous allons ou devons regarder quelque chose. Je pense que c'est pour ça que ce sho ken est si important et qu'il faut le commenter.

Dans d'autres sutras notamment dans le Anapanasati sutra ou le Satipatthana sutra qui sont des grands textes bouddhistes, les enseignements de base du Bouddha, parmi les premiers sutras qu'il a enseignés, qui ont été composés en tout cas par rapport à ses enseignements, il y a aussi cette idée de connaissance, et de connaissance lumineuse, claire.

L'expression qui est utilisée en pali dans le sutra c'est paja-nati. C'est important de revenir à ces mots, notamment les mots palis et sanscrits, car après il y a eu les traductions chinoises et japonaises. Aujourd'hui on traduit en français ou en allemand, dans les langues européennes.

Vous voyez que le parcours est long. Si au départ il y a une toute petite erreur d'appréciation en passant du sanskrit au pali, pour aller au chinois ancien, pour aller au chinois moderne puis au japonais et maintenant au français, une petite erreur d'appréciation peut devenir une totale erreur à l'arrivée. Il faut donc faire attention avec les mots et surtout avec ce genre d'expressions extrêmement subtiles et très difficiles à saisir avec le langage.

Paja-nati veut dire: il sait.

En tout cas c'est comme ça que c'est traduit la plupart du temps dans toutes les traductions que vous trouverez de ce sutra là, notamment le Satipatthana sutra, vous trouverez: il sait.

Lorsqu'il respire lentement, il sait qu'il respire lentement.

Lorsqu'il inspire de façon courte, il sait, paja-nati, qu'il inspire de façon courte.

Cela peut être aussi traduit par il connaît, il voit de façon claire. Ce sont les traductions qui sont généralement utilisées, il connaît de façon claire.

On retrouve exactement cette formulation de sho ken, observation lumineuse.

En sanskrit cette expression se dit viavalokayati, c'est l'expression originelle.

Là aussi on retrouve le vi qui est un préfixe qui renforce un mot ou un verbe. Et avalokayati veut dire: il regarde ou il observe. Quand on dit observer clairement,



ou observer de façon claire, c'est pour exprimer cette insistance. Il n'observe pas juste de façon superficielle, il pratique une observation profonde.

Ce qui est intéressant c'est l'utilisation de cette métaphore avec la lumière. Là, cela devient beaucoup plus profond au niveau de notre pratique de zazen.

On peut vraiment se poser la question:

Est-ce que c'est la lumière qui éclaire, qui crée les objets ?

Est-ce que c'est parce qu'il y a la lumière qu'il y a les objets ?

Si vous plongez une pièce dans l'obscurité, il n'y a plus d'objets, ou en tout cas ils ne sont pas perceptibles. A partir du moment où il y a la lumière il y a les objets.

En général nous comprenons cela comme si c'était la lumière qui va créer les objets ou comme si c'était la lumière qui va nous permettre de voir qu'il y a des objets.

Je parle toujours par rapport à ma pratique de zazen et je pense que ce n'est pas la relation que nous connaissons pendant zazen.

La lumière c'est cette métaphore pour parler de notre propre conscience.

Quand nous parlons de conscience c'est exactement la même relation qu'avec la lumière et les objets.

Nous avons conscience de quelque chose. Cette idée même de notre conscience, elle est basée, elle repose sur une relation sujet-objet. On ne peut pas voir ce que nous appelons ordinairement la conscience de façon différente. Nous avons conscience de quelque chose. Cela peut être un concept, une idée, un objet, mais ça s'inscrit toujours dans cette relation de la lumière qui éclaire un objet.

Ce n'est pas ce que nous expérimentons pendant zazen. Quand on parle de sho ken ou de paja-nati, il s'agit d'une autre forme de conscience.

Est-ce qu'on peut imaginer que c'est la lumière qui éclaire la lumière ?

Est-ce que ça peut avoir du sens ?

Est-ce qu'on peut imaginer que s'il n'y a pas de lumière il n'y a pas d'objet? C'est très difficile pour notre mental parce que nous restons au fond de nous mêmes absolument convaincus que même s'il n'y a pas de lumière, il y a quand même les objets. C'est notre perception matérialiste du réel.

Nous sommes sûrs que demain lorsque nous allons arriver au dojo nous allons allumer la lumière et les objets seront là. Il y a de fortes chances que cela soit le cas, mais ce n'est pas absolument certain.

Je me souviens d'un dojo que nous avons dans une rue qui était vraiment bien choisie, la rue Brûlée à Strasbourg. Nous avons quitté le dojo le soir et quand je suis arrivé au zazen le lendemain matin il y avait des camions de pompiers dans toute la rue et il n'y avait plus de dojo. Je ne sais pas si vous voyez le mokugyo qui est là, c'était un des seuls objets qui restait, il n'avait pas eu le temps de brûler totalement. Il porte encore les stigmates de cette nuit là. Mais tout le reste avait brûlé, les kesa, les zafu, les rakusu, les objets, l'autel...Il restait évidemment une statue de Bouddha puisqu'elle était en métal et n'avait pas eu le temps de fondre. On peut donc parfois avoir des surprises quant à nos certitudes.



En tout cas en ce qui concerne ce sho ken, cela devrait être une surprise continue. C'est-à-dire que nous devrions être dans cette conscience de ce qui est, dans ce moment présent, comme si c'était la lumière qui éclaire la lumière et non pas la lumière qui éclaire les objets, c'est-à-dire une conscience qui ne soit pas dans cette relation sujet-objet.

La conscience elle-même est consciente d'elle-même.

C'est ce que nous appelons la conscience dans le bouddhisme. La conscience de soi, ce qu'on appelle de façon habituelle la conscience de soi, ce n'est qu'une espèce de rétrécissement de la conscience. Pourtant ce rétrécissement aujourd'hui il prend toute la place. Nous ne connaissons la conscience que dans cette espèce d'impasse qui est la conscience de nous mêmes. Le zazen ce n'est pas commencer à se regarder soi-même à partir de cette conscience de nous-mêmes. Ce serait comme quelqu'un qui est dans une impasse et commence à vouloir trouver le monde. Au fond d'une impasse on ne trouve généralement rien d'autre qu'un mur.

Il faut commencer à pratiquer ce sho ken, cette observation claire ou cette connaissance lumineuse à partir de notre pratique de zazen. Et nous verrons au prochain teishô ce que nous observons pendant zazen. Sho ken go on kaiku, cette observation lumineuse, cet éclairage de la réalité du fonctionnement de ce corps-esprit, les cinq skanda, et leur côté insaisissable, leur dimension de vacuité.

Sho ken go on kaiku c'est une expression qui doit devenir comme un kôan, c'est-à-dire un vrai questionnement pendant notre pratique de zazen. Ne pas rester dans cette dimension de la conscience ordinaire qui n'est qu'une relation sujet-objet.