



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 transcritteur.

MAKA HANNYA HARAMITA SHINGYO - Partie 7 -

Enseignement (teisho) donné par maître Olivier Reigen Wang-Genh
au dojo de Strasbourg, le 7 avril 2024.

Bonjour à nouveau. Je vais revenir sur la suite des enseignements sur le Hannya Shingyo et notamment sur ce mot clef - ku - qu'on retrouve plusieurs fois et qui donne tout le cœur de ce sutra de la grande sagesse, la sagesse prajna.

Comme je l'ai déjà dit, mais plusieurs d'entre vous n'étaient pas là, le mot ku utilisé dans le Hannya Shingyo, l'idéogramme ku, en chinois ancien veut dire le ciel. C'est traduit par vacuité quand c'est bien traduit, quelquefois par vide ou par néant même.

Cette image du ciel est très parlante puisque quand on le regarde, dans le ciel il n'y a rien qu'on puisse distinguer, séparer. En revanche, tout le monde sait que le ciel est tout sauf vide. Surtout aujourd'hui on le sait mieux que jamais avec toutes les nouvelles photos qu'on peut obtenir avec les télescopes et les satellites envoyés dans l'espace qui montrent des choses extraordinaires qu'on n'aurait même pas pu imaginer. Ce ne sont pas quelques milliards d'étoiles, mais des milliards de milliards de galaxies. Des choses qui nous dépassent totalement. C'est tout sauf vide.

C'est vraiment ce que veut dire cette image du ciel. L'univers, tout le monde des objets, c'est une totale unité comme le ciel, dont on ne peut rien extraire mais qui, quand on l'observe est composé d'une multitude d'objets, visuels, sonores, tactiles, etc.

Cette image est vraiment très belle.

Le mot d'origine en sanskrit c'est sunyata.

Sunyata c'est encore une autre métaphore puisque le verbe utilisé pour composer ce substantif veut dire souffler, gonfler, enfler. L'image utilisée est celle d'un bateau avec un mât et une voile. Lorsque le vent souffle cette voile se gonfle et prend une forme. La voile au repos est un bout de tissu qui tombe. Lorsqu'elle est gonflée elle prend la forme d'un arc de cercle.



Il y a deux images qui sont importantes dans ce mot. D'une part l'image de la voile qui, d'un morceau de tissu, devient quelque chose, prend forme. D'autre part l'image du vent qui souffle. Et on peut s'interroger sur ce qu'est ce vent qui souffle. Ce sont les causes et les conditions.

Qu'appelle-t-on les causes et conditions dans le bouddhisme ?

C'est cette multitude de causes et de conditions présentes qui fait que, par exemple, nous sommes là. Nous ne sommes pas là miraculeusement ou de façon éternelle, mais parce que les causes et les conditions de notre présence sont réunies.

C'est extrêmement important dans le bouddhisme, ce qui l'amène à dire que nous ne sommes que des êtres ou des phénomènes conditionnés.

Nous sommes là parce que les conditions de notre présence sont réunies.

Il suffirait que certaines conditions disparaissent pour que notre présence disparaisse ou change.

Cette prise de conscience des causes et des conditions présentes, est centrale dans le bouddhisme car elle nous rappelle notre propre nature conditionnée. Nous ne faisons qu'un avec ces causes et ces conditions qui sont omniprésentes. Il suffirait qu'une condition change pour que l'ensemble change. Ce sont les causes et les conditions elles mêmes qui font gonfler la voile et font avancer le bateau.

Pour continuer cette métaphore, ce bateau ce sont les cinq skandha du corps/esprit. Je ne vais pas revenir sur les cinq skandha.

Ce sont: la perception des objets, les sensations qui s'ensuivent, les intentions qu'elles entraînent et les pensées qui immédiatement se mettent à être fabriquées et conditionnées aussi.

Ce bateau qui avance, c'est l'image de ce corps/esprit animé par ces causes et ces conditions et qui ne fait qu'un avec elles.

Tout cet ensemble montre bien que lorsqu'on traduit par "vacuité" cela a beaucoup de sens même si le mot n'est pas parfait.

Dans le mot vacuité, dans cet ensemble, il n'y a rien que l'on puisse identifier, attraper ou saisir comme étant quelque chose de substantiel.

Il y a un ensemble d'éléments, de conditions, qui font que tout se manifeste de cette façon là. Il n'y a rien dans le bateau, ni passager, ni poisson autour, qui existe séparément. Il est important de comprendre qu'il n'y a pas ce passager. Le passager est un avec cet ensemble en mouvement.

L'expression, "les phénomènes sont vacuité", concerne l'ensemble des phénomènes. L'air qui est présent, la lumière, notre cœur qui bat, le fait d'avoir mangé, bu... On a des yeux, on perçoit, etc. C'est sans fin, on ne peut pas lister ces causes et conditions. L'univers entier est en action dans ce mouvement.

On traduit aussi cette image par bulle parce que cela a la nature d'une bulle et qu'une bulle est gonflée. J'avais employé le mot "bulléité", qui n'existe pas mais qu'on peut inventer.



La vacuité a la nature d'une bulle, c'est quelque chose qui n'est rien d'autre qu'une bulle. Une bulle de savon a ce petit côté magique, merveilleux. C'est pour cela que tous les enfants aiment bien en faire. Cela apparaît à partir de rien. On souffle de l'air et ça fait une jolie bulle, ronde, irisée, pleine de lumières, de reflets qui font qu'elle semble animée. En plus la bulle bouge parce qu'elle tourne sur elle même, et les couleurs changent, etc. Mais il suffit que la bulle éclate pour qu'il n'y ait plus rien. Cela présente donc bien cette idée de vacuité dans la mesure où on a l'impression qu'il y a quelque chose mais en réalité, cela ne peut pas être attrapé ou saisi.

Le point que je voudrais aborder ce matin c'est la nature de "bulléité" de notre activité intérieure et tout particulièrement ce que nous sommes censés observer pendant zazen, ce qui se passe dans ce fonctionnement qu'on dit intérieur. On verra qu'il n'est pas plus intérieur qu'extérieur à la fin.

Au départ en tout cas on veut regarder à l'intérieur parce qu'on a l'impression qu'il existe quelque chose à l'intérieur.

Pendant zazen on regarde la nature de bulle de l'activité intérieure.
C'est exactement comme la bulle.

Pendant notre pratique de zazen, nous sommes censés, instant après instant, piquer cette bulle qui est constituée par cet ensemble de causes et de conditions, d'émotions, de sentiments, de ressentis, de pensées, d'images, de sensations, de perceptions, par exemple le rythme énervant des batteries de tout à l'heure, mais chacun ressent les choses différemment.

Chaque fois que cette bulle apparaît, ce que nous faisons pendant zazen c'est faire éclater cette bulle.

Nous allons voir à quel point c'est important, de la laisser éclater. Immédiatement après se reforme une autre bulle. Immédiatement ! Ce mouvement est sans fin, ce n'est pas parce qu'une bulle éclate que tout disparaît. C'est l'expérience que nous faisons pendant zazen: une bulle, une autre bulle, et si elle éclate une nouvelle bulle apparaît... Pendant zazen nous sommes censés observer cela, une bulle qui pète, une autre apparaît puis éclate, puis une autre, etc., une succession d'instant présents faits de ce qui est présent, mais sans attachement.

Or nous pouvons constater pendant zazen qu'il se passe une chose assez étrange. A l'intérieur de cette bulle se forment d'autres bulles. A l'intérieur de cette bulle de l'activité mentale commencent à apparaître d'autres bulles.

Ce qui est assez étrange par rapport à cette métaphore de la bulle, parce que je pense que c'est impossible que l'on puisse mettre une bulle à l'intérieur d'une autre bulle. A la limite, ce que j'ai déjà vu ce sont des bulles qui se fixent sur d'autres bulles. Tout le monde a déjà vu ça, même de nombreuses bulles qui s'agrègent. A l'intérieur d'une bulle de savon on ne peut pas mettre d'autres bulles de savon.

Pourtant on peut observer pendant zazen que, dans notre bulle mentale il y a d'autres bulles. Et plus étrange encore, il y a des bulles qui se mélangent sans se mélanger avec d'autres bulles.



Cela donne des fabrications assez compliquées; à un moment donné dont on ne sait plus très bien l'évolution.

Cela pourrait être une ébullition, ça commence à bouillir, toutes les bulles commencent à se mélanger. C'est ce qu'on peut ressentir d'ailleurs physiquement, quand dans notre esprit tout s'embrouille, que les pensées se télescopent, se mélangent. On voudrait penser à une chose mais on n'y arrive pas, d'autres choses apparaissent, etc.

Notre première réaction est de penser qu'il faut éliminer une bulle à l'intérieur, que c'est celle-ci qui est problématique ou celle là. On cherche à faire éclater une bulle parmi d'autres dans la grande bulle. On cherche par exemple à se débarrasser d'une pensée ou d'une chose désagréable, d'un souvenir, mais sans toucher à l'ensemble. Alors c'est possible de faire péter une bulle ici, une autre là, mais elles sont aussitôt remplacées par une autre, puis une autre, etc. C'est un mouvement sans fin.

Le zazen ce n'est pas ça.

Je ne dis pas cela de façon péjorative, mais ce sont un peu les méditations ordinaires, celles qui consistent par exemple à vouloir sélectionner tel type de pensées plutôt que tel autre, des pensées positives plutôt que des pensées négatives. Choisir de se concentrer sur une bulle précisément qui serait par exemple la bienveillance. Je veux me concentrer, méditer sur la bienveillance. On choisit, on sélectionne un certain type d'activité ou de support, d'attention, aux dépens d'autres. Il y a aussi vouloir se concentrer sur une couleur. Dans beaucoup de méditations, même bouddhistes, on pratique ce genre de choses.

Ou on se concentre sur une valeur, un concept:

- Bouddha, qu'est ce que Bouddha ?
- ou sur un koan dans certains types de zen.

Dans le zen sôtô, et c'est là sans doute que c'est vraiment important, tout cela, on s'en fiche. Toute cette activité d'ébullition constante on ne s'y intéresse pas.

La chose vraiment importante c'est cette bulle mentale, présente maintenant, à l'intérieur de laquelle va se développer cette autre activité mentale.

C'est précisément ce qu'indique maître Dôgen dans la première version du Fukanzazengi. Maître Dôgen utilise le texte chinois qui à l'origine dit « prenez conscience de la pensée présente et instantanément elle disparaîtra ». C'est l'expression utilisée dans la première version. Prendre conscience de la pensée ou des pensées présente(s) c'est faire éclater cette bulle. Et le Fukanzazengi dit: instantanément cette bulle éclate et une nouvelle se crée.

Evidemment ce n'est pas parce que cette bulle éclate que nous devenons des espèces de légumes ou des êtres inanimés et qu'il y a un grand blanc, ou un grand noir d'ailleurs, je ne sais pas, un vide, et que tout s'arrête. L'expérience de zazen nous montre bien que cet instant de conscience n'arrête pas les choses mais en entraîne



un autre qui en entraîne un autre....nous sommes des êtres conscients, animés, mais nous ne stagnons pas à l'intérieur de bulles de conscience ou de bulles de mental.

L'expérience de zazen c'est vraiment l'expérience de la vacuité, de la bulléité de l'activité intérieure qui n'est pas négative, ressentie comme quelque chose qui nous est enlevé, qui nous abîme dans notre fonctionnement interne. Lâcher une bulle de conscience c'est plus un soulagement que quelque chose de douloureux. C'est ce qu'on appelle avec un mot tout simple mais important, la libération.

La libération ce n'est pas un grand concept où d'un moment à l'autre je suis libéré de tout. C'est vraiment très idéaliste comme vue. La libération c'est se libérer instantanément de ce qui nous encombre. Ce n'est pas définitif, ce n'est pas « on passe maintenant à autre chose ». Immédiatement il y a une autre bulle et une autre...

Nous ne sommes pas là dans des choses qui devraient nous faire peur ou nous inquiéter. L'expérience nous montre que c'est un soulagement, que c'est libérateur. Chaque fois qu'on arrive à se libérer de ce bouillonnement, on peut ressentir un profond soulagement.

MONDÔ

Est-ce que vous avez des questions ?

Question:

On parle aujourd'hui de différentes approches du soi, du self. Est-ce qu'on retrouve cette idée de cause, condition, vacuité et tout cet ensemble de mouvements qui existent à l'intérieur, qui peut se libérer grâce notamment à la pratique de zazen, avec cet instant présent qui est vraiment vécu, en tout cas qu'on essaie de vivre ? Est-ce qu'on retrouve dans ce que vous venez d'expliquer cette idée du soi, du self, en fait cette idée qu'il y a quelque chose d'immuable en chacun de nous et qu'on est soi et non soi. Et que c'est ça qui nous aide ?

R- C'est dans quelle école ou quelle tradition qu'on enseigne ça ?

Q- Là c'est plus en psychologie.

R-

Non on ne retrouve pas du tout ça, justement. A travers ce mouvement incessant on observe ce qu'on pourrait appeler la vraie nature de ce soi qui n'est certainement pas quelque chose d'immuable, d'autonome et de permanent, surtout pas.

Mais cette réalité de ce qu'on appelle toi, ou toi, c'est ce mouvement, cette transformation continue due aux causes et conditions par nature insaisissable, impermanente, changeante. La seule chose qui est constante c'est le changement, la transformation.



Bien entendu on se dit « mais non j'étais pareil hier et maintenant, fondamentalement cela n'a pas changé ». Oui parce qu'il n'y a pas eu les causes et les conditions pour que ça change fondamentalement.

Mais il suffit de regarder les informations pour s'apercevoir à quel point le changement peut être brutal. Il y a beaucoup de bombes en ce moment, enfin depuis plusieurs années maintenant. Une bombe et il y a des transformations radicales, des corps dispersés, etc.

Effectivement, depuis hier à priori il n'y a pas eu de changement ou de cause et condition déterminante qui soit apparue. L'apparence est donc à peu près la même, l'état d'esprit est à peu près le même. Ce qui nous inquiétait hier, nous inquiète encore aujourd'hui. Vraisemblablement demain je vais faire ceci, il faut donc que je prévoie. Tout cela marche parce que les causes et conditions sont relativement stables. Encore une fois c'est très relatif. Il suffirait qu'il y ait des changements plus importants pour que l'ensemble change.

Et le soi, c'est cette activité. C'est pourquoi dans le zen on parle de comprendre ou de s'éveiller à la vraie nature de ce soi.

Ce n'est pas une négation du soi car on ne peut nier qu'il y a quelque chose, ce serait du nihilisme. Je n'existe pas, n'a pas de sens. J'existe, je parle.

En revanche je n'existe pas en tant qu'être autonome, indépendant, permanent, substantiel. C'est cela qu'il faut observer et comprendre.

Pendant zazen nous avons la chance de l'observer de façon tranquille, apaisée. C'est vraiment très important, c'est un trésor.

Quand cette réalité se révèle d'une façon brutale, c'est autre chose. C'est autre chose à vivre si on n'est pas préparé et si on n'a pas un peu conscience de cette réalité là. On se prend de vrais chocs qui se transforment en traumatismes. C'est extrêmement difficile à vivre et à accepter.

Il vaut donc mieux étudier tout cela lorsque les conditions sont favorables, paisibles, comme apprendre la posture de zazen dans un lieu à peu près calme. S'éveiller de façon tranquille à tout ça, pour que, lorsque les conditions changent, nous soyions dans une relation totalement différente.

Q-

Justement quand les conditions changent...

Quand vous l'expliquez il me semble que je comprends et puis j'ai l'impression que ça part tout de suite. Je prends un exemple concret. Aujourd'hui si mon réveil n'avait pas sonné je ne sais pas si j'aurais été là par exemple. C'est une condition extérieure qui fait partie de la vacuité ? C'est ça ma question.

R-

Non, qui fait partie des causes et conditions qui vous ont amenée avec votre petit bateau jusqu'au dojo. Et c'est cet ensemble qu'on appelle bulle. La vacuité on a



l'impression que c'est négatif, on a l'impression qu'il n'y a rien. Non il y a des bulles. Il y a des bulles.

Q-

Par rapport à ce qu'on vient de dire, je me pose la question en partant de la calligraphie.

La calligraphie au final sur un papier blanc va prendre une forme.

Si je n'ai pas de pinceau, donc on revient dans les causes et conditions, pas d'encre et de feuille de papier, finalement je ne vais pas pouvoir faire une belle calligraphie.

Et il y a ce temps où je la pense, je la crée, je la montre et il y a ce temps où je la laisse quelque part ou la donne.

Est-ce que c'est cette idée aussi un peu de bulles, où à un moment donné ça s'écrit, ça prend forme ? J'en saisis une partie et puis ça part et puis des fois ça revient un petit peu me chercher dans une autre perception et puis ça repart. Est-ce que c'est l'idée en fait de ne pas donner de forme mais en même temps d'accepter...

R-

Il y a beaucoup de bulles, Mathilde...(rires!) Tu vois, les bulles qui se mettent à l'intérieur des bulles, qui se mélangent.

Plonge ça dans zazen. C'est pour ça que l'expérience de zazen est tellement irremplaçable et nécessaire. Il faut plonger ce genre de questionnement dans son zazen, observer, étudier ça à l'intérieur de soi, sinon on reste juste dans des choses un peu intellectuelles qui deviennent vite compliquées.

On emploie une belle image pour la calligraphie qui est l'image de notre vie finalement, c'est comme écrire un idéogramme dans l'eau.

On fait quelques minutes de zazen puis on fera la dédicace.