



***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 transcripateur.***

## **MAKA HANNYA HARAMITA SHINGYO - Partie 18 -**

Enseignement (teisho) donné par maître Olivier Reigen Wang-Genh  
au dojo de Strasbourg, le 30 octobre 2024.

Bonsoir. Je vais reprendre le Hannya Shingyô et nous continuons à étudier ce sutra de la Grande Sagesse, la Paramita de la pratique de la Grande Sagesse. On arrive à un moment clef du sutra. Cela correspond à la fois à la partie médiane, du point de vue du nombre d'idéogrammes, de kanji, et à la conclusion de cette première partie, de cette très longue succession de mu, de il n'y a pas, pas, pas de, qui comme on a vu étonne, questionne, puisque chaque point cité, pas ceci, pas cela, est chaque fois un élément clef de l'enseignement du Bouddha.

L'enseignement du Bouddha est constitué d'un certain nombre de grandes observations notamment en ce qui concerne les Quatre Nobles Vérités, tout l'enseignement appelé en sanskrit *pratīyasamutpāda* qu'on traduit par la **coproduction conditionnée**, élément essentiel de tout l'enseignement du Bouddha qui à chaque fois enlève des pans entiers de son enseignement.

**Mu ju so gyo shiki: il n'y a pas les cinq skandha**, tous les éléments constitutifs de ce que nous sommes, un corps, des organes des sens, des objets de perceptions, des consciences qui savent ce que l'on entend, voit, sent, etc.

Ce passage est extrêmement fort.

Il remet non seulement en question notre conception de nous-mêmes, dans ce que nous avons de plus physique, de plus intime, comme notre conscience, mais aussi tous les grands enseignements du Bouddha qui sont comme explosés à chaque mu. Cette longue succession nous questionne vraiment.

Nous ne devons pas, je le répète car c'est essentiel, essayer de comprendre à partir de notre conscience ordinaire dans laquelle il y a tout cela, mais à partir du premier mot, **dans ku, ze ko ku chu, au milieu de ku, la vacuité, il n'y a pas tout cela**. Il ne faut jamais oublier ce ze ko ku chu sinon cela devient totalement surréaliste ou incompréhensible. De toute façon c'est incompréhensible mais on est dans le bouddhisme zen et non dans la compréhension ordinaire.



Je vous ai fait distribuer les sutra books pour que vous preniez la page 4 pour bien vous situer dans le sutra.

La fin de cette première partie se trouve à ce niveau.

Il y a cette phrase **yaku mu toku I mu sho toku ko** qui est le point culminant de cet enseignement.

Il y a des traductions du Hannya Shingyô qui fixent la fin du passage à **yaku mu toku** et d'autres, dans le zen sôtô notamment, fixent la fin du passage à **I mu sho toku**. Vous allez me dire que c'est très pointu, mais c'est très intéressant parce que **mu toku** veut dire il n'a rien à obtenir.

**Toku** signifie obtenir, saisir, prendre. Ce mot toku est très important. Le sutra dit: mu toku, rien à obtenir.

Les idéogrammes suivants: **I mu sho toku** peuvent être traduits par il n'y a rien à obtenir, ni à ne pas obtenir.

Maître Deshimaru nous a beaucoup enseigné ce **mushotoku** qui est devenu une sorte de slogan parmi ses disciples, une qualité, une vertu morale car mushotoku est généralement traduit par **sans but ou par sans esprit de profit ou d'obtention** ou aussi par esprit désintéressé. Il n'y a pas mal de versions mais la plus courante du temps de Maître Deshimaru était sans but, sans esprit de profit.

Maître Deshimaru a inculqué ce mushotoku à ses disciples dans tous ses enseignements quotidiens, pas seulement lors de ses commentaires du Hannya Shingyô, où il s'en donnait à cœur joie, mais dans tous ses enseignements souvent reliés à la vie quotidienne, à ce qu'il voyait autour de lui, à la façon dont ses disciples se comportaient, ce qu'ils lui disaient. Vous trouverez des tonnes d'anecdotes dans l'intégrale de ses livres.

Presque à chaque page il fait référence à tel ou tel disciple qui lui a offert des chocolats ou une bouteille de vin et le lendemain lui demandait s'il pouvait l'accompagner au Japon pour faire une cérémonie particulière, etc. Le disciple lui disait toujours « vous n'en parlez pas, cela reste entre nous ».

Lors du kusen suivant Maître Deshimaru nous disait qu'untel lui avait offert une bouteille de champagne ou de whisky, puis trois minutes après lui demandait quelque chose, que son esprit n'était pas du tout mushotoku, que ce disciple était pire que tout, un démon, etc. Lisez ces anecdotes, elles sont poétiques, relevées.

A cette époque là, il y a cinquante ans, cela était pris avec beaucoup d'humour, tout le monde rigolait dans le dojo car en soi ces histoires étaient drôles mais la personne sous le projecteur le vivait comme elle le vivait. Cela faisait partie de son éducation. Aujourd'hui cela n'est pas envisageable. Les temps ont changé, ce qui pouvait se dire avant, on ne peut plus le dire. Si on faisait cela durant des kusen, je pense qu'il pourrait y avoir des plaintes pour harcèlement, insultes en public, humiliation, etc. Tout le monde s'est calmé et on ne pointe plus le comportement d'une personne.

La société évolue, il y a beaucoup de bonnes choses, mais au niveau de l'éducation il est quelquefois difficile de ne pas pouvoir montrer du doigt clairement certains



comportements qui ne sont pas du tout mushotoku, qui sont intéressés. On ne peut qu'en parler avec la personne en tête à tête. C'est dommage du point de vue éducatif parce que c'est en voyant le comportement de quelqu'un d'autre qu'on comprend ce qu'on ne doit pas faire soi-même. Il y a des avantages comme des inconvénients mais aujourd'hui clairement on peut difficilement donner des exemples de comportements non mushotoku, c'est-à-dire avec but, clairement.

C'est difficile car c'est un point essentiel de la pratique du zen, de comprendre ce qu'est cet esprit de non profit, sans obtention, de pratiquer sans chercher à obtenir quelque chose en échange, d'une manière ou d'une autre.

Cela peut être des merci, de la reconnaissance, « j'ai bien fait samu et je n'ai même pas eu un merci » est une phrase qu'on entend souvent. Cela peut vouloir dire « si je fais samu je veux avoir quelque chose en échange » ou alors à un niveau plus subtil, plus spirituel, de penser qu'à travers notre pratique nous allons recueillir des formes de mérites spirituels ou même sociaux. On est en attente d'une forme de reconnaissance plus ou moins exprimée. On attend des signes.

Si on se regarde sincèrement on peut tous le voir, c'est un sentiment partagé par tout le monde même par les enseignants. Moi je me dis quelquefois « tiens, personne ne m'a dit que le kusen était bien » et en même temps que je pense cela je souris intérieurement...

On a tous besoin de reconnaissance, de signes. Quand on parle de mushotoku, il faut savoir qu'on est tous en attente mais c'est encore autre chose.

Mushotoku notamment dans la Sangha, je pense à l'AZI, est devenu à un moment donné quasiment une injonction. On entendait des personnes, souvent des disciples anciens, dirent « tu dois être mushotoku » ou « ce type n'est pas mushotoku ». C'était presque l'insulte suprême ou une gifle verbale, ce « tu n'es pas mushotoku dans ta pratique », dure à entendre et souvent blessante.

Mushotoku était presque devenu une valeur morale comme lorsqu'on dit à un petit enfant « tu es un petit égoïste » ou à quelqu'un « tu es un égoïste ». Cela fait mal, blesse bien entendu.

Or on sait par définition que presque tout le monde est égoïste.

Un des points importants de l'enseignement du Bouddha c'est de comprendre que ce à quoi nous sommes le plus attachés au bout du compte ce n'est pas l'amour universel, telle ou telle cause, la générosité envers les pauvres, etc, c'est nous-mêmes. Cela même dans notre réalité spirituelle. Il est important de clarifier cela.

**Nous sommes structurellement attachés à nous-mêmes.**

Il est important d'en prendre conscience sans pour autant se considérer comme un être mauvais, malsain. C'est structurel.

A partir du moment où nous créons un soi, ce qui nous importe le plus c'est de satisfaire les désirs et les besoins de ce soi.

Mushotoku ne doit pas devenir une injonction, **on ne peut pas devenir mushotoku par obligation.**

C'est un non-sens total. C'est pourquoi cela fait intégralement partie de notre pratique de zazen autant que la posture, de clarifier ce que nous avons dans la tête



quand nous pratiquons zazen, quand nous pratiquons tout court. Comprendre ce que cela signifie est un des grands points de la pratique du zen.

Comme vous le voyez dans ce passage du sutra, juste la phrase suivante:

" **ko Bodai sat ta E han nya ha ra mita ko shin mu ke ge**". Là il y a un rond devant ko qui indique qu'il y a un coup de cloche parce que c'est le centre du sutra. Je me souviens bien que du temps de Maître Deshimaru nous faisons le coup de cloche à **mu sho to ku** car pour lui le milieu c'était **mu sho to ku**.

**Shin mu ken ge** est très important. On va y revenir lors du prochain Teishô. Cela signifie l'esprit sans peur, sans passion.

**Lorsque le bodhisattva pratique la sagesse hannya son esprit est sans peur parce qu'il n'y a pas de cause à la peur.** C'est je pense là aussi un point central, c'est pourquoi on donne le coup de cloche.

**Shin mu ke ge mu ke ge ko** c'est ce qu'on appelle dans le **Bouddhisme la libération.**

Si on ne crée pas les causes de la souffrance, il n'y a pas de souffrance.

C'est parce que nous créons les causes et les conditions de la souffrance qu'il y a la souffrance.

Le Hannya Shingyô dit « son esprit étant **mushotoku**, le bodhisattva pratique la Grande Sagesse et donc il n'y a pas les causes des peurs, des obnubilations, des bonno, des passions.

Tout cela est entièrement lié.

Il faut que vous sachiez qu'il y a des traductions un peu différentes.

La plupart des traductions dans le zen sôtô s'arrêtent à **mu sho to ku** et reprennent avec **ko Bodai sat ta E han nya ...**le reste est encore une conséquence de ce qui vient d'être dit.

Mais il y a d'autres traductions où la première moitié s'arrête à **mu to ku**. Cela veut dire que la deuxième moitié commence à **I mu sho toku ko Bodai sat ta**.

**Parce que son esprit est mushotoku, sans esprit de profit, le bodhisattva pratique la Grande Sagesse et libère son esprit de toute peur ou de toute passion.** On verra ce passage précisément.

J'avais demandé une fois à Maître Saikawa comment il traduisait **mu sho to ku**. Ce qui m'avait frappé au Japon c'est que curieusement on ne parlait jamais de **mushotoku** dans tous les teishô que j'ai suivis, même dans des enseignements de Saikawa Roshi. Il a répondu instantanément « **no gain no loss** » (pas de gain pas de perte). Sa traduction était comme une évidence.



Un autre éclairage de mushotoku est qu'on le comprend dans l'immédiateté de l'instant, ici et maintenant. **Dans cet instant, il n'y a rien à perdre, rien à gagner.**

**Pourquoi ? Parce qu'il ne manque rien, il n'y a rien en trop.**

Là on est au cœur de cet esprit de non profit, non obtention, tout simplement puisqu'il n'y a rien à obtenir ni à rejeter, dans la réalité de l'instant présent. Chaque instant, comme on l'enseigne dans le zen, est parfait, abouti en lui-même. Il n'attend pas l'instant suivant et ne regrette pas l'instant passé. L'univers est établi dans chaque instant. Il est totalement abouti. Il n'y a rien d'autre que cette perfection de l'instant. Qu'y aurait-il à gagner? Que manquerait-il? Que voudrait-on avoir? Qu'y aurait-il en trop, que l'on voudrait rejeter?

Ceci est le cœur de notre zazen, que l'on devrait étudier de façon claire, lucide, **sho ken**, pendant zazen. Se rendre à cette évidence : qu'est ce qui me manque maintenant, dans cet instant ? Là on est plus dans le monde ordinaire, un peu bête de « si tu n'es pas mushotoku tu es nul, mauvais, il faut être mushotoku... » Il n'y a pas d'injonction, il faut se rendre à l'évidence. Personne ne devrait juger ou se permettre de juger, si ce n'est pour éventuellement éduquer, enseigner quelque chose. Mais c'est délicat. Certains sont mushotoku, d'autres ne le sont pas. Certains ont besoin de ne pas être mushotoku, parce qu'ils ne peuvent pas faire autrement.

Il faut regarder cela avec bienveillance et toujours être prudent avec ces enseignements, sans pour autant les diminuer au niveau de leur importance. **Mushotoku doit devenir notre koan, notre objet d'étude.** Observer notre comportement quand nous avons des attitudes de recherche, de manque, d'insatisfaction ou au contraire en pensant « si seulement je pouvais abandonner ce type de pensées, d'émotions, je me sentirais tellement mieux », car on considère que c'est en trop par rapport à notre bien être. C'est le même type de mauvaise relation à nous-mêmes. Voilà. On va chanter le Hannya Shingyô.

**KUSEN:**

**6 novembre 2024**

Laissez la colonne vertébrale se redresser de façon naturelle sans tension dans les lombaires. Ainsi tout l'abdomen peut se détendre du plexus solaire jusqu'au bas-ventre.

Accompagnez votre respiration sans vouloir vous imposer une façon de respirer particulière.

Simplement soyez en unité, en présence à votre souffle.

Laissez votre posture se développer, se construire à partir du va et vient du souffle.



Lâchez toute cette tension inutile que nous avons dans l'esprit, par exemple la volonté de bien faire ou de vouloir s'imposer une idée de la posture.

Par exemple aussi, lâchez toutes les tensions des préoccupations du moment, tout ce qu'on appelle les soucis, les préoccupations. Lâchez les "to do lists", toutes les

anxiétés, les inquiétudes, les ruminations, toutes ces pensées qui reviennent en boucle, que nous ressassons, tout ce qu'on appelle aujourd'hui les charges mentales.

Pendant zazen, nous pouvons apprendre à relâcher ces tensions psychologiques, psychiques, de la même façon que nous apprenons à relâcher des muscles, des fascias, tout simplement en se concentrant sur le fait d'accompagner le souffle.

Apprenons à ouvrir cette main du mental, un peu comme si nous avions dans notre main fermée un petit oiseau qui s'envole aussitôt que la main s'ouvre.

Pendant zazen, toutes ces tensions, tous ces combats intérieurs, tous ces conflits n'ont pas lieu d'être. Lâchez les au fur et à mesure qu'ils apparaissent.

On emploie souvent cette expression : trouver la paix, ou retrouver le silence, retrouver cette fluidité, cette légèreté. C'est comme un profond soulagement, comme si à un moment donné on déposait un poids, quelque chose qui nous encombre.

Pendant zazen, faites en l'expérience directe, réelle.