



*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.*

## **LES BONNOS - Partie 5 -**

Enseignement (teisho) donné par maître Olivier Reigen Wang-Genh  
au dojo de Strasbourg, le 22 mars 2023.

Je continue cette série d'enseignement au sujet de ce thème si important que sont les bonno, en posant la question pour ce teishô, de savoir si les bonno sont la source des illusions ou la terre de l'éveil.

Je vous ai parlé il y a quinze jours, lors du dernier teishô de ce que l'on appelle dans le zen, c'est un mot spécifique au zen, le grand mayoi.

C'est une expression que Maître Dôgen utilise beaucoup dans un de ses textes les plus fameux qui s'appelle le Genjo Kôan, que je vous encourage vivement à étudier, à lire. Car il y a énormément d'enseignements qui touchent directement notre vie quotidienne, notre vie tout court dans ce texte.

Maître Dôgen parle de ce double aspect de mayoi, à la fois comme la source, ou la terre de tous les bonno, et à la fois comme étant l'unique endroit où pratiquer et réaliser l'éveil.

Donc il n'y a pas à priori, cette opposition qu'on aurait tendance à faire rapidement d'un monde de l'illusion et d'un monde séparé, indépendant qu'on pourrait appeler le monde de la libération ou le monde de l'éveil.

Le zen n'oppose, ni ne sépare les deux aspects de ce dualisme: l'illusion et l'éveil.

Dans nos façons de penser notamment occidentales, rapidement on aurait tendance à vouloir justement bien identifier les deux aspects: l'un c'est le monde de l'illusion, l'autre c'est le monde de l'éveil.

Mais Maître Dôgen, et notre expérience tout simplement, notre expérience de la pratique, de la vie, nous montre que ces deux dimensions, ces deux mondes ne sont pas séparés.

Maître Dôgen décrit le monde de mayoi, comme étant le monde de la pratique de l'éveil. Il dit notamment : nous pouvons pratiquer l'illusion de plus en plus profondément, c'est-à-dire nous illusionner dans l'illusion. Mais nous pouvons aussi pratiquer l'éveil à partir des illusions.



On voit cette coexistence et cette intime relation qu'il peut y avoir entre notre esprit d'illusion et notre esprit d'éveil.

Je vous ai dit il y a 15 jours que *mayoi*, souvent était traduit par illusion. Ce n'est pas une mauvaise traduction. Simplement elle est un peu rapide. Elle est un peu simpliste. C'est plus fin que cela. La bonne traduction du mot *mayoi*, c'est le mot *hésitation*. C'est important d'avoir aussi ces repères verbaux afin de ne pas enfermer trop rapidement, les concepts, les mots que l'on découvre dans des dimensions, dans des espaces trop fermés. Illusion, cela veut tout et ne rien dire. C'est pour cela que c'est tellement complexe.

Donc ce mot d'illusion est vraiment à manier avec beaucoup de précautions. Lorsque Maître Dôgen dit: nous développons les illusions dans l'illusion, cela a du sens. Dans notre vie quotidienne, nous n'arrêtons pas de produire de l'illusion dans l'illusion. Ce n'est pas qu'il y ait la vérité d'un côté et les illusions de l'autre. Mais dans notre propre esprit confus, nous continuons à produire des choses illusoire, ou qui ne correspondent pas au réel.

Donc cette traduction par *hésitation* est très intéressante, Parce que c'est le propre de ce *mayoi*: c'est cette profonde *hésitation* que nous avons tous, c'est-à-dire ce doute structurel, sur lequel nous bâtissons tellement de choses, l'existence de notre propre-moi en tant qu'individualité.

Donc le mot *hésitation* est vraiment à découvrir et à creuser, à déconstruire, à aller visiter, comme on dit, car cette *hésitation* est vraiment très présente. Même et surtout peut-être dans notre propre expérience dans *zazen*, dans des aspects comme le lâcher prise.

Nous venons faire *zazen* pour lâcher, mais au moment de lâcher il y a beaucoup d'*hésitations*. Ce n'est pas forcément une *hésitation* formulée, claire, intelligible. C'est une *hésitation* beaucoup plus subtile, beaucoup plus insidieuse. Pourquoi est-ce que nous ne lâchons pas tout ?

Parce qu'on ne sait pas... Parce qu'on ne sait pas où on pourrait aller, ce qui pourrait nous arriver, ce que l'on va découvrir, toutes ces peurs, cette ignorance. Cette *hésitation* est structurelle à l'être humain, en tant qu'individualité. C'est difficile de tout remettre en question et de tout lâcher d'un coup, on le sait. Donc même pendant *zazen*, surtout pendant *zazen*, on peut voir l'aspect très subtil de cette *hésitation*.

Il est important de creuser aussi un autre mot c'est *makyô*. Maître Deshimaru nous en parlait souvent.

On a tous fait cette expérience, d'être assis en *zazen*, face à un mur si on est au premier rang, ou face à un plancher, une moquette. Et on pose notre regard, même si on nous dit qu'il ne faut rien regarder, nous continuons à voir et à regarder, car ce



sont des comportements extrêmement profonds. Et nous commençons à voir dans les dessins du plancher, des formes, des visages. Parfois ce peut-être un paysage, ou un nuage, ou bien cela peut être tout ce que l'on veut. On ne peut pas lister. Cela peut être un visage agressif, deux yeux noirs qui nous fixent. Ce peut être un gros nez ou un masque, peu importe...

Pourtant au moment où on fait cette expérience, le visage est vraiment là et il nous occupe. Si on voit des yeux, ces yeux nous fixent. Cela occupe notre pensée. On commence à avoir des émotions, des ressentis, à penser à des choses : les souvenirs qui remontent....

C'est le point de départ de tout un processus mental, psychologique, émotionnel intérieur, qui fait qu'un moment donné ce visage, cette chose que l'on a vue, prend une dimension réelle. Car tout notre esprit est préoccupé, occupé par cela. Tout à coup on réalise que ce n'est qu'un plancher et cela s'écroule tout seul. Et on peut se dire: tiens c'était un makyô.

Makyô, on n'en parle également dans le Hannya Shingyô, dans la deuxième partie Hannya Shingyô. On emploie les mots: ten-dô mu-sô , qui ont exactement le même sens que makyô et qui peuvent se traduire par hallucination, ou mirage, par: beaucoup de fabrication à partir de rien du tout.

C'est un phénomène extrêmement courant. Maître Deshimaru nous donnait comme exemple, c'est une histoire qu'il répétait souvent, qui se racontait au Japon dans le zen.

C'est l'histoire d'un homme qui, à la nuit tombée part, chercher du bois, car il fait froid. Sur le chemin, il voit un énorme serpent. Évidemment, il s'enfuit en courant. Il a peur il s'enferme chez lui. Il passe la nuit à croire qu'il va être attaqué par ce monstre.

Le lendemain il repart sur le chemin, une fois le jour levé, avec une épée pour tuer le serpent.

À ce moment il voit qu'il y a une énorme branche d'arbre mort sur le chemin. Il comprend que c'était cela le serpent.

Donc c'est l'exemple typique du ten-dô mu-sô, de toutes ces fabrications mentales, ces hallucinations plus ou moins conscientes, plus ou moins claires que nous fabriquons à longueur de temps à partir de rien.

Évidemment des serpents, on n'en rencontre pas tous les jours, heureusement et il y a des moments où on peut avoir vraiment des impressions curieuses, où on prend vraiment des vessies pour des lanternes ou un morceau de bois pour un serpent. Et on réalise tout d'un coup que ce n'était pas du tout cela.

Il faut pousser la métaphore un peu plus loin, et se rendre compte à quel point, à longueur de temps, à longueur de journée, nous fabriquons, à partir de rien, des



choses. Ça peut être des émotions, ce peut-être des raisonnements, ce peut être des interprétations. La plupart du temps d'ailleurs ce sont des interprétations, d'une situation, à partir de notre perception subjective, au travers de nos points de vue. Nous voyons trois, quatre phénomènes, nous les associons et nous commençons à construire tout un raisonnement, tout un délire, éveillé, et qui a du sens. Car on a vu cela, on a vu cela et on fait un lien. On comprend en fait, que si la personne m'a dit cela avant-hier, c'est parce qu'elle projette ceci ou cela.

Et on commence à se prendre la tête et avoir des comportements complètement influencés par cette prise de tête. Et cela crée des conséquences. On se met en colère contre la personne. Et on a des réactions méchantes, mauvaises etc. etc. Donc ce n'est pas neutre. Ce n'est pas juste un petit rêve éveillé. Ce sont des choses extrêmement dynamiques qui se répercutent, qui ont vraiment des répercussions dans nos relations, dans notre vécu, dans notre psyché.

Donc ce n'est pas du tout neutre, car cela n'arrête pas. Évidemment c'est plus ou moins grave et cela a plus ou moins de conséquences. Parfois cela n'en a que très peu. Parfois cela peut en avoir beaucoup. Et cela peut entraîner d'autres confusions qui en entraînent d'autres etc. Et là on voit le côté créé de l'illusion et les problèmes dans le problème, de la confusion dans la confusion. C'est du vécu. C'est du quotidien.

Donc commencer à reconnaître ce que l'on appelle par exemple un makyô, dans ce qu'il y a de plus bête, de plus simplistes, deux noeuds de bois qui deviennent un regard méchant et agressif. Il suffit juste de comprendre qu'il n'y a pas de sentiment pas d'émotion. C'est un morceau de bois.

Et on peut donc revenir à ce que l'on est en train de faire, zazen, se reconcentrer dans ses mains, reprendre conscience tout simplement de sa respiration, de son corps, de là où l'on est. Rien que cette chose qui nous paraît peut-être un peu dérisoire... Mais elle est excessivement importante elle est bouleversante on peut dire.

Car on comprend, on réalise à ce moment-là, l'espace qui sépare ses deux conditions. Soit on est pris par quelque chose qui n'existe pas. Soit on reprend conscience et on est clair dans ce qu'on est en train de faire. On devient présent et on revient à quelque chose de vivant, pas juste une espèce de rêve ou de cauchemar éveillé.

Donc s'éveiller, commencer à pratiquer, c'est un grand mot de commencer à parler d'éveil. Pourtant il ne faut pas en avoir peur de ce mot non plus. Car l'éveil ce n'est pas forcément le grand éveil du Bouddha, l'illumination etc.. C'est cette simple prise de conscience dans l'instant, maintenant. Ma vie, elle est maintenant, pas d'une façon générale. La vie, d'une façon générale, c'est une vue de l'esprit. Cela n'existe pas.



La seule chose qui est réelle, c'est ma vie maintenant. Il n'y a que dans ce lieu dans ce temps que je puis pratiquer, c'est là qu'est ma pratique.  
Ce n'est pas ni anodin, ni un petit éveil, c'est l'éveil du moment.

Cela ne veut pas dire qu'il faut l'annoncer à la terre entière. J'ai eu un éveil ce soir pendant zazen. J'ai vu qu'il y a un visage dans le dans le mur et j'ai compris...  
Mais cela n'a pas aucun intérêt. Cela n'a aucun intérêt pour les autres, gardez le pour vous.

On voit cela depuis longtemps dans le zen, certaines personnes qui s'attachent à leur propre expérience d'éveil et qui en font un objet, un objet d'attachement, un objet de l'ego. Moi je...

Il y avait un disciple de Maître Deshimaru pendant les années 75, ou 77, qui avait écrit un livre, car il était éditeur. Il faisait zazen depuis deux ans et évidemment certaines personnes ne peuvent s'empêcher d'écrire des livres... Surtout aujourd'hui... Il avait écrit un livre qui s'appelait "satori", où il racontait son éveil.

A l'époque, tous les disciples de Maître Deshimaru avaient tendance à se moquer de cela. C'était peut-être un peu idiot. Mais cela avait aussi une vertu, c'est de nous faire comprendre que notre propre satori n'intéresse personne. Et cela, on doit le comprendre. Sinon on devient quelqu'un de fatigant. On n'en fait pas étalage et surtout pas un objet, une expérience qui nous mettrait au-delà des autres, supérieurs ou quoi...

Tout cela, ce sont des expériences subjectives, personnelles, presque de l'ordre de l'intime. Il ne faut pas les étaler.

Cela n'a d'intérêt que pour notre propre expérience, notre propre capacité de prendre conscience de notre propre confusion, ce grand mayoi, dans lequel nous baignons. Car nous sommes dans ce mayoi, ce monde de la confusion, de l'hésitation, de l'illusion etc. cela nous fait prendre conscience des makyô présents, des fabrications illusoire, hallucinatoires que nous créons. Tout cela c'était vraiment important, non seulement pour notre pratique, mais pour notre vie tout court, et pas seulement pour nous-mêmes, pour les autres, peut-être surtout pour les autres.

A chaque fois que l'on réalise que l'on était en train de projeter nos fantasmes sur les autres, nos fabrications sur les autres, alors oui le premier des quatre vœux du bodhisattva commence à prendre au sens: "aussi nombreux que soient les êtres je fais vœux de les libérer tous". Cela commence par là: libérer les autres, de nos propres conceptions, de nos propres opinions et de nos propres catégories dans lesquelles nous les enfermons.

Par exemple croire qu'un tel a fait cela pour cela etc. Là, vraiment nous enfermons les autres dans nos propres énergies mentales, qu'on pourrait dire délirantes. Car souvent c'est proche d'une espèce de délire.



Simplement c'est tellement ordinaire qu'on résout la chose à un moment donné en disant : je me suis trompé. Oh je me faisais des idées... Et c'est fini on passe à la suivante. Mais cela ne suffit pas bien entendu...

C'est bien un moment donné de reconnaître : oh excuse moi je me suis fait un film...!. Mais ne pas retourner au cinéma tout de suite quand même!  
Comprendre que cela laisse des traces, que cela des conséquences et donc prendre conscience que ces mécanismes, non seulement sont d'une banalité extrême mais qu'en plus on les suit avec une énergie qui est quand même impressionnante. Car c'est relativement facile, dès le départ de dire stop stop stop...  
Mais non c'est beaucoup plus difficile que cela.

Les mécanismes, une fois qu'ils sont lancés, cela va très, très vite et ils ont une puissance impressionnante.  
Plus vite on prend conscience de ces makyô ou de ces mayoi, plus vite on peut changer. On peut arrêter ces processus. On peut revenir à une condition plus normale plus stable, plus claire. Voilà.

Donc c'est cette relation là, entre ce monde de mayoi ou de makyô, ou des illusions qu'on appelle le samsara, et cette pratique de l'éveil.  
Cela se passe dans le même monde.

Cette création de makyô est sans fin.  
Il ne faut pas penser qu'à un moment donné il n'y aura plus aucune illusion.  
Nous sommes faits pour fabriquer des illusions, puisque nous sommes dans notre subjectivité. Forcément nous ne voyons les choses qu'à partir de notre propre point de vue. Il n'est pas possible de voir les choses en entier.

Donc nous fabriquons constamment, constamment des illusions.  
Il n'y aura pas cet endroit où on pourra dire: tout cela est derrière moi. N'y pensez même pas, comme on dit dans le zen, même pas en rêve. Cela n'existe pas.

En revanche ce qui existe c'est cette prise de conscience de plus en plus rapide.  
Et cela, c'est quand même important, de ne pas rester dans une émotion pendant des heures voire des jours, alors qu'elle n'a aucune réalité.  
Ce ne sont que des interprétations des raisonnements, des conclusions.

Plus vite on lâche, plus vite on revient à ce que nous sommes.

Ah, je voulais finir sur une chose importante. Excusez-moi une minute.

Maître Deshimaru nous disait quelque chose qui m'est revenu récemment : "en tant qu'enseignant dans le Dharma, nous devons avoir fait le plus d'expériences possibles."  
Cela m'est revenu, car cela me paraît important, justement pour montrer cette relation entre samsara et éveil.



Il disait: "plus nous avons fait des expériences, plus nous pouvons renseigner de façon large."

Par exemple il se donnait lui-même en exemple.

Il disait : j'ai eu des enfants. J'ai travaillé, j'ai fait la guerre j'ai. J'ai fais ceci, j'ai fait cela, beaucoup de choses...

Il disait : "c'est pour cela que je peux parler aujourd'hui à presque tout le monde. Je peux comprendre l'esprit des gens, dans quel état d'esprit ils peuvent être, dans quelle vie ils sont. "

Je pense que c'est vraiment important.

Vous savez qu'il y a des religions, beaucoup d'ailleurs qui disent que les ministres du culte, donc ceux qui sont chargés d'enseigner, les rabbins, les pasteurs, doivent être mariés, doivent avoir des enfants, doivent avoir une vie de famille, avoir une expérience professionnelle etc.....

Sinon comment peut-on parler de cela, répondre à des questions, à des interrogations si nous-mêmes on n'a pas l'expérience.

Cela ne veut pas dire qu'il faille faire toutes les bêtises du monde. Ce n'est pas ce que je veux dire du tout, quoiqu'il faille en faire un peu ....

En tout cas, ce que vous avez fait, ne considérez jamais que ce soit quelque chose qui a été mauvais. Au contraire utilisez le, parce que c'est vivant. Vous l'avez vécu. C'est riche. Même si c'est une mauvaise expérience, cela a de la valeur. Car vous pouvez comprendre mieux ce dont on parle à travers mayoi ou les makyô plus ou moins éveillés, plus ou moins louches.