

Dojo de Mulhouse Kusen du 6 mars 2014

Le zen ne se limite pas seulement à la pratique de Zazen. Pratiquer le Zen c'est donner une direction à sa vie. Souvent on entend parler autour de nous que les gens sont perdus. Il n'y a trop de trop. Et plus il y a, moins on sait où l'on est, où l'on va. Ce qui manque fondamentalement à notre société, c'est l'altruisme.

L'altruisme est en relation avec la sympathie, l'empathie. L'altruisme c'est ressentir au fond de soi la connexion qu'on a avec tous les êtres dès lors que l'égo s'efface. Parfois il existe des égos altruistes, on veut faire pour les autres mais à seule fin d'être gratifié, en étant reconnu comme quelqu'un qui fait du bien autour de soi. Donc, là encore, c'est de l'égo. Aider les autres, ce n'est pas aider pour être reconnu par son aide. Aider l'autre est spontané, chez l'être humain même un enfant d'un an a ce réflexe. L'altruisme, la compassion, la bienveillance, la sympathie, l'empathie : tout ça fait partie du zen. Mais le paradoxe dans le zen, c'est qu'il ne faut rien attendre. Parfois on dit : j'attends de toi que tu fasses ceci ou cela. Pourquoi tu ne le fais pas? Chacun attend que l'autre comble ses désirs à soi, et quand c'est le cas, on éprouve de la sympathie pour l'autre. Tout ça c'est du commerce émotionnel, du vulgaire business de l'égo. Agir de la sorte, c'est être à cent quatre-vingts degrés de mushotoku.

Etre altruiste c'est voir l'autre, regarder l'autre, ressentir l'autre. Se rendre compte qu'on n'est pas seul au monde. Un dojo c'est un microcosme de la société. Mais dans lequel on est sensé pratiquer la bienveillance, l'empathie, l'altruisme ou au moins apprendre à devenir intime avec le sens de ces mots.

Dans un dojo une multitude de petites choses nous permettent d'entraîner notre attention. Par exemple, lorsque l'on pose ses chaussures à l'entrée, ne pas poser ses chaussures n'importe comment et surtout pas sur celles des autres. Lorsque l'on s'assoit dans le zendo, regarder à droite et à gauche; est-ce qu'on est harmonisé aux gens assis autour de nous? Quand on part, laisser les autres faire le samu par les autres...

En général on n'aime pas entendre ce genre de paroles. Il y a quelque temps, une journée zazen était consacrée aux préceptes. Chacun des préceptes a été développé, mais très vite on oublie. Pourquoi ? Parce que bien souvent c'est l'égo qui reçoit les préceptes, alors ceux-ci deviennent des contraintes !

On continue sa routine égocentrée. Des clans se forment dans le dojo ; les mêmes que ceux dans la vie, les uns pensant qu'ils sont plus dans la voie que les autres etc.

J'ai envoyé un courrier dernièrement aux membres du dojo en leur demandant un retour. Trois ont répondu. Pourtant des doléances ont été exprimées par plus de trois personnes dans le dojo !

Tout le monde a droit à la parole, encore plus dans un dojo zen ; j'attends de vous que vous disiez les choses au lieu de les garder et les laisser se transformer en venin.

Mais si vous ne les dites pas, je vous demanderais de vous taire et ne plus critiquer. Surtout pas dans le dos des gens. Tout le monde est perfectible, tout le monde commet des erreurs. A chacun d'entre nous, d'aider l'autre à ne plus en commettre et s'il tombe, de l'aider à se relever. C'est l'altruisme, la bienveillance, la compassion, la sagesse. Être Bodhisattva c'est aussi laisser tomber l'esprit ordinaire. C'est quoi le zen ? Apprendre à laisser tomber !!