

Kusen du 27 avril 2017 (ce qui n'est pas donné est perdu)

Il y a quelques temps, lors d'une réunion où je disais : " je ne sais pas si demain je serai encore vivant ", une personne du dojo me dit "bien sûr que non, tu ne vas pas mourir demain", avec une telle certitude, que ça en était déconcertant.

Il y a quelques jours, un homme dit à son ami "bonne journée à demain" et quelques heures après, un idiot fanatique le tuait d'une balle dans la tête.

Tout à l'heure l'expérience « d'O. » qui traverse la route et de peu, manque de se faire écraser. Quelques temps plus tôt, lors d'une balade en montagne, « A. » fait une chute, qui aurait pu être bien plus grave qu'elle ne l'était...

Tout cela pour dire que la vie, c'est l'impermanence. Aucune certitude ! La certitude, c'est la volonté de l'égo qui veut perpétuer les choses.

Bien évidemment, on ne peut pas vivre tous les jours avec la peur que cette « épée » nous tombe sur la tête; mais cela devrait véritablement nous stimuler à faire tout ce qu'il faut faire.

Que faut-il faire ?

Et bien par exemple, dire aux gens qu'on les aime, ne pas créer de souffrance, parler avec bienveillance, exprimer de la compassion, vivre dans le juste... Car à chaque instant, chacun d'entre nous peut mourir.

C'est ce à quoi on tend quand on pratique zazen, c'est de vivre intensément ce présent, car après, on ne sait pas. Le " après", c'est juste le « berceau » de l'illusion.

C'est une réalité très difficile à transmettre. L'âge bien évidemment est un facteur déterminant car quand on est jeune, on est « immortel. »

On peut comparer ça à un portefeuille plein d'argent. Au fur et à mesure, l'argent s'utilise facilement comme il y en a beaucoup et vers la fin, il ne reste plus que la monnaie, des pièces et plus il se vide, plus on économise, on fait attention. 20cts, 10cts, 5cts, 2 cts, 1 cts. Et puis... vide !!

Mais dans la vie, dans notre cheminement spirituel, on n'économise pas, tout doit être donné, car ce qui n'est pas donné est perdu. Pour soi et pour les autres.

Le don, (Dana,). C'est le sujet !

Le sujet du don est vaste, c'est donner son temps, ses compétences, ses capacités, son sourire, sa main.

Même si dans le zen on est assis face au mur et qu'il y a beaucoup de rigueur, si l'on perd la notion du don, c'est à dire de la bienveillance, l'attention pour les autres dans la pratique, alors on n'a pas compris le zen.

Si l'on se rend compte de la réalité de l'impermanence, c'est à dire du temps, alors on ne peut pas être ailleurs que dans le don.

Pas le don qui se compte en monnaie, bien que nécessaire, mais aussi le don de soi. Ne jamais avoir à regretter de ne pas avoir été, été dans l'attention à l'autre, dans la bienveillance à l'autre, la disponibilité à l'autre. Mère Thérèse, toute sa vie n'a été que du don et elle n'attendait rien. Le Christ a fait le don de sa vie. Une multitude de gens sont dans la compassion totale.

Alors si nous qui pratiquons zazen ne pouvons pas être dans cet esprit là, qui pourrait le faire ? Qui pourrait l'être ?

Si nous n'y sommes pas, alors il faut regarder, se rendre compte que nous n'y sommes pas. Ca fait parti aussi de l'observation. S'observer soi-même, comprendre en observant la réalité de qui nous sommes. Observer veut dire comprendre par le regard juste. Sortir du brouhaha et de la dissipation du mental pour ne regarder que le ici et maintenant.

C'est là et uniquement là qu'on peut se voir soi-même, c'est le sens de zazen.