

# *Hishiryō* (non-pensée)

Rev. Tairyū Tsunoda  
Université de Komazawa

## Étymologie de *hishiryō*

*Hishiryō* (非思量) signifie littéralement la « non-pensée ». *Shiryō* (思量) désigne la « pensée » et *hi* (非) est un préfixe de négation et d'opposition. Ainsi *hishiryō* signifie « ne pas penser » ou encore « au-delà de la pensée ».

Ce mot *hishiryō* apparaît dans le *Fukanzazengi* de Dōgen Zenji (mais pas dans son manuscrit signé), dans le *Shōbōgenzō Zazengi*, le *Shōbōgenzō Zazenshin* et dans l'ouvrage *Zazen Yojinki* de Keizan Zenji. C'est l'un des termes les plus importants pour décrire *zazen*. Dans ces écrits, *hishiryō* provient d'un dialogue décrit dans le *Keitoku Dentoroku* et dans d'autres écrits zen entre Yakusan Igen (745~828) et un moine anonyme.

Le grand maître Yakusan Kodo était assis en *zazen*. Le moine lui demanda : « Quand vous êtes assis immobile comme une montagne, comment pensez-vous ? » Yakusan dit : « Je pense à partir de la non-pensée ». Le moine dit alors : « Mais comment pense-t-on à partir de la non-pensée ? » Yakusan répondit : « Au-delà de la pensée (*hishiryō*). »

En répondant « *hishiryō* », Yakusan désigne un domaine au-delà de la pensée discriminante, un domaine où l'on est un avec la non-pensée, c'est-à-dire la personne originelle, ou la véritable personne. Ce dialogue est destiné à signifier que *zazen* est la pratique consistant à ne faire qu'un avec la personne originelle, la personne que nous sommes à l'origine.

Dans la tradition zen, on peut également trouver le mot *hishiryō* dans un texte bien plus ancien, le *Shinjinmei* du troisième patriarche Sosan.

La lumière du vide s'illumine d'elle-même.  
Il n'y a pas de besoin de faire le moindre effort mental.  
C'est le royaume de la non-pensée,  
un royaume au-delà du raisonnement et des émotions.

Dans ce contexte, *hishiryō* est défini comme le domaine au-delà de la capacité de raisonnement et de la compréhension des émotions. Par la suite, ce mot a été utilisé de cette manière plus élaborée. Par exemple, dans l'*Unmon Koroku* (les dossiers complets de *Unmon*), nous pouvons lire le dialogue ci-dessous :

Un moine demand : « À quoi ressemble le domaine de la non-pensée ? » Unmon répondit :  
« Il va au-delà de la faculté de raisonner et des émotions. »

## Signification de *hishiryô* dans le zen Sôtô

Dans le *Fukanzazengi* et dans le *Zazen Yojinki*, *hishiryô* est présenté juste après un enseignement sur la posture de *zazen* qui utilise l'expression « assise immobile ». Ainsi, l'on peut comprendre *hishiryô* comme une description de l'état d'esprit où l'on se trouve après avoir pris la posture juste de *zazen*.

Nous trouvons ces instructions concernant cet état d'esprit en *zazen* :

Dans le *Fukan Zazengi*

Ne pensez pas à ce qui est « bien » ou « mal ». Ne jugez pas de ce qui est vrai ou ce qui ne l'est pas. Interrompez tous les mouvements de l'esprit, de l'intellect et de la conscience ; cessez de juger avec des pensées, des idées ou des opinions. N'ayez aucun désir de devenir Bouddha. Comment cela pourrait-il simplement consister en la position assise ou allongée ?

Dans le *Zazen Yojinki*

Laissez tomber l'esprit, l'intellect et la conscience, abandonnez les pensées, les idées et les opinions. N'ayez aucun désir de devenir Bouddha. Ne jugez pas de ce qui est vrai ou qui ne l'est pas.

Si vous souhaitez mettre fin à votre confusion, cessez de vous impliquer dans les pensées de bien ou mal. Arrêtez d'être pris dans des affaires inutiles. Un esprit « inoccupé » doublé d'un corps « délivré de toute activité » constitue un point essentiel dont il faut se souvenir.

Je pense que la clé pour comprendre la signification de *hishiryô* se trouve dans ces enseignements.

Il est dit que lorsque nous pratiquons *zazen*, nous cessons tout type de pensée autour du vrai ou du faux, du bien ou du mal, et nous laissons aller toutes les pensées et les prévisions. Avec cette attitude, nous sommes juste assis. C'est la recommandation donnée par Dôgen Zenji et Keizan Zenji. Et *hishiryô*, c'est tout simplement cela.

### ***Hishiryô* n'est pas un état sans pensée**

Interrompre « les mouvements de l'esprit, de l'intellect et de la conscience » et cesser de « juger avec des pensées, des idées ou des opinions » ne signifie pas cesser toute activité mentale. Arrêter les « mouvements » et les « jugements » signifie l'arrêt arbitraire de toute pensée et prévision, plutôt que maintenir un état de non-pensée durant *zazen*. L'idée de ne pas avoir de pensée est en soi une pensée arbitraire. Cela ne signifie pas qu'un état d'esprit particulier découle de la régulation de l'esprit à travers *zazen*. Plutôt qu'un état d'esprit particulier, *zazen* est le fait de *ne pas* avoir d'état d'esprit particulier.

Par exemple, nous pouvons lire ce passage dans le *Shôbôgenzô Zazenshin* :

Un moine demanda : « Comment pensez-vous à la non-pensée ? » En effet, bien que la notion de non-pensée soit ancienne, la question est la suivante : comment y pensez-vous ? Pourrait-il n'y avoir aucune pensée dans l'assise immobile ? ... Lorsque nous pensons à la

non-pensée, nous utilisons toujours la non-pensée.

Lorsque nous sommes assis en zazen, cela ne signifie pas que nous n'avons pas de pensée mais que nous pensons à la « non-pensée ». On appelle cela « comment y pensez-vous » et la « non-pensée ».

Pendant zazen, nous sommes simplement en position assise en régulant le corps (la posture) et la respiration. Tout comme pour la posture, nous cherchons à être assis de la manière décrite dans le *Fukanzazengi* et le *Zazen Yojinki*. Cette posture régule de façon naturelle la respiration. Ensuite, nous laissons aller le souffle comme cela est décrit dans le *Zazen Yojinki* ; la libre respiration passe par le nez, et se régule de façon naturelle. *Hishiryô* est notre état d'esprit lorsque nous sommes assis de cette façon. Mais de quel type d'état d'esprit s'agit-il ?

### **Lorsque survient une pensée, soyez-en conscient. Lorsque vous en êtes conscient, elle disparaîtra**

Dans la version *Tenpuku* du *Fukan Zazengi* (le manuscrit signé de Dôgen Zenji), les phrases « Pensez à la non-pensée. Qu'en pensez-vous ? La non-pensée » ne figurent pas. À la place, nous pouvons lire les phrases suivantes : « Lorsque survient une pensée, soyez-en conscient. Lorsque vous en êtes conscient, elle disparaîtra. Mettez constamment de côté tout ce qui est extérieur et ne faites qu'un. » Cela est enseigné comme « l'art essentiel du zazen ». Dans la version populaire, les phrases « Lorsque survient une pensée, soyez-en conscient. Lorsque vous en êtes conscient, elle disparaîtra. Mettez constamment de côté tout ce qui est extérieur et ne faites qu'un » ont été supprimées et « Pensez à la non-pensée. De quel type de pensée s'agit-il ? De la non-pensée » ont été ajoutées. Même si cette substitution a été effectuée par Dôgen Zenji lui-même, il demeure important de savoir que la recommandation « Lorsque survient une pensée, soyez-en conscient. Lorsque vous en êtes conscient, elle disparaîtra. Mettez constamment de côté tout ce qui est extérieur et ne faites qu'un » est présente dans la version signée, parce que cette expression nous aide à comprendre *hishiryô*.

Cette expression est une description de notre état d'esprit durant zazen. Lorsque survient une pensée pendant zazen et que l'on en est conscient, elle disparaît d'elle-même. Et lorsqu'une autre pensée survient, nous en devenons à nouveau conscients et elle disparaît. Ce faisant, nous mettons naturellement de côté tout ce qui est extérieur et nous faisons un avec nous-mêmes. C'est exactement l'état d'esprit durant zazen et le contenu de *hishiryô*.

*Hishiryô* ne signifie pas atteindre un état d'esprit transcendantal à travers la méditation ou entrer dans un état sans pensée et sans image. Il ne s'agit pas de rester dans un état plein de souillures et d'illusions ou encore de garder une pensée discriminante. C'est ce que Dôgen Zenji voulait dire lorsqu'il a utilisé le mot *hishiryô*. Ce concept a été repris de façon continue dans le *Zazen Yojinki* de Keizan Zenji. Ainsi, dans la tradition zen Sôtô, nous mettons maintenant l'accent sur *hishiryô* en tant qu'état d'esprit durant zazen.

Écrit à l'origine en japonais par le Rév. Tairyu Tsunoda

Traduit par le Rév. Issho Fujita

Assisté par le Rév. Tonen O'Connor et le Rév. Zuiko Redding