

# Sermons

---

## A la recherche du « Dharma correctement transmis » : un discours sur le Dharma ayant comme thème l'origine du bouddhisme zen japonais (une chronique des maîtres zen ancestraux) par le Rév. Shunya Sano

---

L'approche de base de l'enseignement du Bouddha peut être résumée comme étant le travail sur le *Sangaku*, les trois Études - des *kai* (les préceptes), de *jo* (la méditation) et de *e* (la sagesse). Cela signifie se conformer aux préceptes, pratiquer la concentration et cultiver la sagesse.

Les « préceptes » sont les instructions à suivre et à préserver pour que les gens puissent vivre ensemble et coexister en paix. La « concentration » représente le fait de réguler son corps et son esprit en se concentrant, sans se laisser influencer par ce qui se trouve autour de nous. Les préceptes doivent gouverner nos propres actions, et, ce faisant, ils maintiennent notre calme, et l'intégration de notre corps et de notre esprit est la concentration. Nous avons besoin de la sagesse pour prendre les bonnes décisions et parvenir à ce résultat. C'est la voie de la formation que le Bouddha a transmise à ses disciples. La concentration est le *samadhi* – un état d'intense attention accompli grâce à la méditation. Le zen n'est rien d'autre que pratiquer cela. Bouddha lui-même a atteint l'éveil grâce à cette concentration.

Quand je me formais au monastère principal, j'ai réfléchi à ce que le Bouddha recherchait quand il est parti de chez lui. En pratiquant les trois Études, je n'étais pas sûr de la signification de cette pratique et j'en ai souvent perdu de vue le but. Par conséquent, je ne pouvais pas me concentrer correctement quand je m'asseyais pour pratiquer zazen. J'ai continué à chercher une réponse à la question : pourquoi nous asseyons-nous en zazen ? Plus tard, quand j'ai lu le *Mahaparinirvana Sutra*, j'ai trouvé qu'il contenait des pistes pour trouver des réponses à mes questions. « Mon disciple, Subhadda, je suis parti de chez moi pour rechercher le bien à l'âge de vingt-neuf ans » (chapitre 5, section 27). Le Bouddha a communiqué ces paroles à son dernier disciple, Subhadda, juste avant sa mort, et on pense qu'ils expriment la vérité de son cœur. Le terme d'origine en langue pali pour « le bien » est dérivé de mots comme *kusala*, *punna* et *bhadra*, entre autres. Ils possèdent le sens de « bénéficié », « être juste et raisonnable » et « ce qui représente l'extase suprême », respectivement. Le Bouddha « est parti de chez lui pour rechercher ce qui est bénéfique et ce qui donne du bonheur aux autres, par une vie authentique qui soit juste et raisonnable ».

Dans *l'Éthique à Nicomaque*, le philosophe grec Aristote a écrit que « le bien suprême est le bonheur lui-même ». Bien que cultiver la vertu par la pratique et la coutume soit important, il prêche la modération car « chaque excellence de caractère spécifique se trouve entre un excès et une déficience », et « le bonheur se trouve à mi-chemin entre deux extrêmes ». Les mots d'Aristote reflètent le point de vue d'une société de classes, et ne doivent pas être compris de la même manière que ceux du Bouddha, qui souhaitait le bonheur de tous les êtres sensibles. Cependant, je pense que le Bouddha et Aristote ont en commun l'idée qu'il est important de garder une aspiration, qu'il faut vivre avec le sentiment d'un but à atteindre, et que cela constitue ce qui est bien.

Le Bouddha s'est dévoué à la pratique pour rechercher ce qui était bien. Il a d'abord étudié sous la supervision de deux ermites, maîtres de méditation yogique, Alara Kalama et Udaka Ramaputta. On dit que la source du bouddhisme zen est dans le yoga, mais l'état enseigné par ces maîtres est quelque chose qui est similaire à une transe, dans laquelle on ne contrôle son propre esprit que dans la méditation. Ce n'est qu'un contrôle temporaire de l'esprit, qui ne peut pas dissoudre la racine des contaminations. Par la suite, le Bouddha a pratiqué différentes formes d'austérités auxquelles d'autres pratiquants de l'époque s'essayaient. Ceux-ci renonçaient au monde, au nom de leur pratique. Le Bouddha a réalisé que l'austérité extrême n'était pas la bonne voie pour atteindre l'illumination, et il a renoncé au yoga. Plus tard, il a finalement trouvé la vraie forme du *dhyana-samadhi*, ou concentration méditative. C'est une méthode de pratique qui peut être effectuée constamment par tout un chacun, partout et à n'importe quel moment. En japonais on appelle cela *shikan*, « s'arrêter et voir ». « S'arrêter » signifie « rester calme et garder son sang-froid », alors que « voir » s'interprète comme « observer clairement le véritable état du monde autour de nous ». Vous atteindrez finalement l'illumination par la pratique de cette véritable forme de concentration méditative.

Quoi qu'il en soit, le contenu du zen a connu des changements, au fur et à mesure, il est devenu plus complexe, plus fragmenté et il s'est beaucoup écarté de sa signification d'origine.

*Le zen amené par Bodhidharma en Chine a été de plus en plus influencé par le climat spirituel du pays. Le zen japonais, issu du zen chinois, a ensuite connu une transition inévitable et il s'est développé à la manière japonaise, unique en son genre.*

*Je vais maintenant prendre quelques instants pour résumer ces changements, tels que décrits dans Zenshu no Rekishi (Histoire du bouddhisme zen) par Aishin Imaeda.*

*A l'époque de la dynastie des Tang (618-907), le bouddhisme zen avait déjà atteint le Japon via la Chine. Dosho, qui a accompagné des envoyés japonais au cours de leurs voyages dans la Chine des Tang, a transmis ce qu'il a appris du bouddhisme zen de cette époque, ce qui a mené à sa nomination à la tête du premier temple zen au Japon. Plus tard, des moines de Chine sont venus au Japon. Il est attesté que Saicho pratiquait selon des méthodes zen. Des sutras liés au bouddhisme zen étaient lus par deux prêtres de l'école Tendai, Ennin et Enchin. Ils ont apporté les méthodes zen au mont Hiei. Gaoku Noko a voyagé dans la Chine des Tang pour pratiquer le zen sous la supervision de Dongshan Liangjie. Il est connu comme étant le premier à avoir établi la lignée du bouddhisme zen Soto. Cependant, leurs enseignements étaient fragmentés et manquaient de cohérence, ils n'ont donc pas pris racine en tant qu'école bouddhiste zen au Japon.*

*Plus tard, nous voyons plusieurs pratiquants zen voyager en Chine pendant la période des Song (960-1279), mais cela n'a pourtant pas amené à l'introduction complète du bouddhisme zen au Japon.*

*Pendant la période Kamakura (1185-1333), le bouddhisme zen au Japon a prospéré et de nombreux prêtres ont été formés. Cela comprend ceux liés à Eisai à Kenninji, suivant l'école Oryu de la secte Rinzai, et son disciple Myozen (l'ancien maître de Dogen Zenji). La secte Enni, appelée école Shoichi, a aussi prospéré à cette époque. L'école Hoto est devenue célèbre avec les enseignements de Muhon. Ce que ces écoles avaient en commun n'était pas un désir initial d'établir des sectes bouddhistes particulières, mais plutôt un mouvement pour exprimer les enseignements du bouddhisme zen parallèlement à ceux d'ordres religieux existants pour renforcer leurs enseignements. Nous avons l'impression qu'Eisai a été le premier à disséminer le bouddhisme zen au Japon, mais en fait il a attaché la plus grande importance au respect des préceptes bouddhistes et au développement d'un nouvel ordre global basé sur la doctrine Tendai, qui incorpore les enseignements En (Tendai), ésotériques (Mikkyo), zen (Zen-shu) et Kai (Kairitsu). Cette forme de bouddhisme zen, au début de la période Kamakura, s'est développée de manière syncrétique avec le bouddhisme existant.*

*Lors de cette période, Dainichibo Nonin, dont on dit qu'il avait reçu les enseignements du maître chinois de bouddhisme zen Dahui Zonggao, a vécu reclus dans l'espoir de transmettre les enseignements du bouddhisme zen de la dynastie Song, travaillant assidûment au développement de l'influence du bouddhisme zen de l'école Daruma. Cependant, ce mouvement a déclenché les protestations des écoles bouddhistes existantes, et son enseignement a été supprimé.*

*Au milieu de ces événements, Dogen Zenji est retourné au Japon, ayant hérité de l'enseignement du maître zen Rujing. Immédiatement après son retour au Japon, Dogen Zenji a écrit le Fukanzazengi (Instructions universellement recommandées pour le zazen), où il s'est concentré sur la promotion de l'importance du zazen. Ce dévouement au zazen a été systématiquement prêché tout au long de son œuvre, soulignant qu'« on devrait pratiquer shikantaza (pratique du zazen où on ne recherche pas activement l'illumination), en suivant les activités des anciens maîtres ».*

*Cela est entré en conflit avec les enseignements Tendai, soumettant Dogen Zenji à des pressions. Le bouddhisme a changé sans arrêt, selon la relation qu'il entretenait avec la puissance politique de l'époque. Quand on regarde cela, il est à la fois triste et stupide d'avoir des personnes de la même foi bouddhiste entrer en conflit et se critiquer les uns les autres à propos de doctrines différentes. Dogen Zenji n'était pas contraint par une vue limitée du « bouddhisme zen » en tant que secte religieuse, mais a plutôt prôné un bouddhisme zen qui aille au-delà de tout sectarisme. Il a prêché le shikantaza comme étant l'enseignement du « Dharma correctement transmis », c'est-à-dire la voie du Bouddha, la voies des bouddha et des enseignants ancestrales avant que l'enseignement ne se soit divisé en différentes sectes.*

*La grand maître Shakyamuni a transmis exactement, comme la tradition authentique, cette méthode subtile pour atteindre la Voie, et les tathagatas des trois temps ont tous atteint la Voie par le biais du zazen. Ainsi, le fait que le zazen soit la porte authentique a été transmis et reçu. De plus, tous les patriarches du ciel de l'Ouest (l'Inde) et de la terre de l'Est (la Chine) ont atteint la Voie par le biais de zazen. J'expose donc maintenant le zazen aux êtres humains et aux dieux, comme étant la porte authentique (Bendowa).*

*L'enseignement que Dogen Zenji a reçu du maître Rujing est que « pratiquer le zen consiste à se débarrasser du corps-esprit » et « pratiquer le zen consiste à pratiquer zazen ».*

*Dans la transmission authentique de notre tradition, il est dit que ce Dharma du Bouddha, qui a été transmis d'une manière authentique et directe, de personne à personne, est le supérieur parmi les supérieurs (Bendowa).*

Et puis il a réalisé que « l'illumination se manifeste quand on pratique *shikantaza* » (pratique basée sur la prise de conscience).

*La vue selon laquelle la pratique et l'expérience ne sont pas une seule et même chose n'est que l'idée des non-bouddhistes. Dans le Dharma du Bouddha, la pratique et l'expérience sont complètement identiques. La pratique maintenant est pratique fondée sur la réalisation ; donc, l'effort sur la Voie d'une personne aux premiers pas est exactement le corps complet de l'éveil originel. (Bendowa)*

Le zen, dans le bouddhisme Mahayana, place au premier plan une incarnation complète des enseignements bouddhiques dans le corps et l'esprit, qui va au-delà de la simple lecture et compréhension des textes bouddhiques. Il y a des limites au bouddhisme en tant que « cheminement de la pensée », et il est cruciallement important d'abandonner les notions préconçues et de faire face directement à la réalité dans laquelle chacun vit. Même si quelqu'un est versé dans un cheminement profond de la pensée, sa réelle valeur n'émergera pas tant qu'il n'est pas utilisé pour aider quelqu'un dans sa vie quotidienne. La formation zen demande de consacrer entièrement son corps et son esprit à une tâche, que ce soit pour se laver le visage, pour prendre un bain, pour manger ou travailler, et pas seulement quand on pratique zazen. Sur cette base, Dogen Zenji prône la pratique de *shikantaza*, pas dans le but explicite d'obtenir quelque chose par le biais de zazen, mais parce que « zazen lui-même est la pratique du Bouddha ».

A la fin du mois de septembre 2013, j'ai eu l'opportunité de voyager en Amérique du Nord pour donner des conférences sur le Dharma, en tant que professeur de la Sotoshu spécialement envoyé. J'ai effectué une tournée des centres zen en commençant par Zenshuji à Los Angeles, puis Mexico City, Houston, Texas et Bloomington, Indiana, entre autres, avant de couronner cette précieuse expérience avec une visite à Sokoji, San Francisco.

Les commémorations bouddhiques lors de la semaine équinoxiale ont été principalement menées par des Américano-Japonais à Zenshuji et Sokoji. J'ai été profondément ému et extrêmement reconnaissant, pendant mes sermons, de voir que l'esprit des commémorations bouddhistes avait été transmis, d'une manière très digne, aux premiers émigrants aux États-Unis, ainsi qu'à leurs descendants.

Les centres zen fonctionnent différemment selon les circonstances locales. J'ai pu passer un peu de temps à pratiquer zazen et à transmettre les paroles du supérieur de la Sotoshu, tandis que des visiteurs venaient quotidiennement, recherchant sérieusement les enseignements du bouddhisme zen. Ce qui m'a particulièrement marqué, c'était que le prêtre responsable de chaque centre zen continuait de pratiquer quotidiennement les trois Études. Il apparaissait clairement combien chaque enseignant s'asseyait en zazen pendant de longues périodes. Tous ceux qui étaient avec eux aussi, des débutants à ceux ayant des décennies d'expérience, s'assoiaient complètement absorbés en zazen. Bien que ces centres zen diffèrent des monastères de formation au Japon en termes de règles observées, les enseignements des deux fondateurs étaient résolument transmis. « Le Dharma du Bouddha de Shakyamuni vit ici aussi. » C'est à ce moment que j'ai senti que la forme authentique du *shikantaza* était présente dans un pays étranger.