

Sermon mensuel

Janvier 2015 - *Gyoji Ho-on* - Pratiquer le bouddhisme et rendre les bienfaits par le Rév. Shomyo Aihara

Il y a environ 2 500 ans en Inde, les gens rendaient souvent visite au Bouddha Shakyamuni pour résoudre les questions, les inquiétudes et les souffrances qu'ils avaient dans leur vie. Dans ces moments-là, le Bouddha répondait toujours avec chaleur et gentillesse.

Un jour, un pratiquant a posé une question au Bouddha :

« Parfois je comprends très bien les choses que j'ai apprises dans le passé, et je comprends même les choses que je n'avais pas bien apprises. Cependant, à d'autres moments, je suis incapable de comprendre, quoi que je fasse, même quand on m'a enseigné quelque chose de très important. Pourquoi est-ce ainsi ? »

« Imaginons que ton visage se reflète dans un récipient d'eau. Si l'eau dans le récipient est troublée, dans quelle mesure ton visage peut-il bien se refléter ? »

« Je ne pourrais pas bien le voir. »

« C'est exact. De la même manière, quand nos cœurs sont troublés par le désir, qui fait que nous ne ressentons d'intérêt que pour nous-mêmes, alors ni nous-mêmes, ni ceux qui nous entourent, ni la nature ne pourront être reflétés clairement. Que se passerait-il si ton visage se reflétait dans de l'eau en ébullition ? »

« Mon visage ne serait pas reflété à cause des bulles. »

« C'est exact. De la même manière, quand nos cœurs bouillent de colère, rien autour de nous ne se reflète. Cela va sans dire que même si la surface de l'eau était recouverte d'herbe, il serait impossible qu'elle reflète notre visage. »

Le visage du pratiquant s'illumina soudain. Le Bouddha continua à parler.

« Si nos cœurs étaient recouverts de l'herbe de la haine, de la colère ou de l'intérêt uniquement pour nous-mêmes, il serait impossible de voir ce monde comme il est véritablement. Inversement, quand l'eau du cœur n'est pas troublée, la situation autour de nous peut se refléter comme elle est véritablement, et de même pour nous. Nos cœurs sont la même chose que l'eau. Quand elle est claire, qu'elle ne bout pas de colère et qu'elle n'est pas recouverte par la suspicion et le doute, les choses sont vues clairement et correctement, et sont bien comprises. »

La signification de cette histoire est que, quand nous abandonnons l'égoïsme et l'égoïsme, l'eau troublée de notre cœur s'éclaircit et elle reflète les gens et la nature tels qu'ils sont vraiment. En même temps, cela montre comment nous devenons conscients de la souffrance et de la tristesse des autres, qui sont reflétées dans cette eau, comment nous pouvons réfléchir à la manière d'être impliqués, et ensuite d'agir. C'est l'enseignement et la pratique bouddhiques.

De plus, il ne faut pas s'engager dans cet enseignement une seule fois. Comme les ongles et les cheveux qui poussent et qui doivent continuer à être coupés, nous devons continuer à pratiquer cet enseignement. Comment pratiquons-nous cet enseignement ? Se séparer de l'égoïsme et de l'égoïsme nécessite que nous nous asseyions en silence et que nous examinions notre soi. C'est la vie du zazen, qui enseigne « l'harmonisation de la posture », « l'harmonisation du souffle » et « l'harmonisation de l'esprit ». Nous ne pouvons pas continuer zazen à l'infini. Cependant, comme l'enseignement « penché ni vers la droite ni vers la gauche, ni vers l'avant ni vers l'arrière » l'indique, nous pouvons pratiquer 24 heures par jour, 365 jours par an, sans devenir arrogants ou obséquieux, flatteurs ou flagorneurs. C'est cela la vie du zazen.

Nos vies ne sont pas seulement constituées de notre lien avec nos parents. Elles ont été établies à la croisée d'une multitude de relations. Par exemple, chacun de nos parents a deux parents, de même que la génération précédente, et ainsi de suite. Si nous poursuivons ce raisonnement sur cinq générations, cela donne l'existence de 32 personnes irremplaçables. De plus, l'époque à laquelle nous sommes nés, notre éducation et les circonstances de notre vie se sont combinées pour nous créer tels que nous sommes aujourd'hui.

Il est important d'accorder de l'importance à ces relations pendant notre vie.

Puisque nous sommes interconnectés avec cette vie, notre existence est irremplaçable. Si cela est vrai, alors continuer consciemment la vie de zazen est la manière de vivre, en valorisant chaque jour.

Si nous maintenons sans faillir un cœur repentant, la tranquillité de l'esprit recevant les préceptes, et que nous agissons au

bénéfice des autres, tout cela deviendra une merveilleuse habitude. Ce sont les jours où nous vivons la vie de zazen, l'harmonisation de la posture, du souffle, et de l'esprit, qui permettront à l'eau de notre cœur de demeurer limpide.

No reproduction or republication without written permission. Copyright © SOTOZEN.COM. All rights reserved.