

La confiance dans l'esprit¹

De Maître Sengcan († 606 ?) au bouddhisme zen d'aujourd'hui

Michel DEPREAY

Il existe dans le bouddhisme Mahayana une école philosophique appelée « École de l'Esprit seul ». Cette école a été fondée au IV^e s. par les frères Asangha et Vasubandhu. Si j'évoque ici ces noms, c'est que Vasubandhu (« Bashubanzu » en japonais) figure en 21^{ème} place dans la liste des patriarches indiens du Zen. L'école Zen se réclame donc de cet héritage. Cette école décrit notamment le fonctionnement de l'esprit ordinaire sur base de huit consciences.² Elle affirme par ailleurs que « les phénomènes sont de la nature de l'esprit et ne sont que de simples apparences pour l'esprit ». L'esprit, notre thème de ce matin.

Ce n'est pas pourtant pas ce positionnement philosophique que nous allons aborder aujourd'hui. Le point de vue adopté ici n'est pas celui du philosophe, mais celui du pratiquant. Autrement dit : que recouvre précisément pour le pratiquant - spécifiquement le pratiquant de la voie du Zen - la notion d'esprit ? Nous allons tenter de répondre à cette question en nous appuyant sur un des plus anciens textes de la tradition chan, le *Xinxinming*, « la confiance » ou « la foi dans l'esprit », de maître Sengcan (? - 606 ?).

Avant d'aborder la question de l'esprit (De quel « esprit » parlons-nous ?), je voudrais évoquer brièvement les débuts de l'école Zen. Au début du VII^{ème} s. de notre ère, personne en Chine ne parlait de Zen. La nouvelle école était désignée sous le nom de « Chan », déformation chinoise du sanskrit *dhyâna* signifiant « méditation ». C'est lors de l'arrivée du Chan au Japon au XIII^e s. que la prononciation s'est japonisée et que le Chan y est devenu le « Zen ». Et c'est ce terme qui s'est généralisé en Occident avec l'arrivée de maîtres japonais dans les années 1960 - 1970.

Le *Xinxinming* est un texte chinois court (36 strophes de 4 vers) attribué à Sengcan, troisième patriarche de l'école Chan. Au Japon, le texte est connu sous le titre *Shin Jin Mei* et son auteur est appelé Sôsan.

Qu'est-ce que le Chan ?

On connaît communément deux grands courants (« véhicules ») du bouddhisme : le bouddhisme des anciens (Theravada) et un courant réformateur qui apparaît aux alentours du début de notre ère, le Mahayâna. Le Vajrayâna (*Véhicule de Diamant*) est un troisième courant situé dans le prolongement du Mahayana. Le Chan se rattache au deuxième courant.

Aux VI^{ème}-VII^{ème} s., les initiateurs du Chan considéraient qu'au fil du temps le Mahayana était devenu très compliqué, que les discussions philosophiques et scolastiques, les rituels interminables avaient pris le pas sur la seule chose qui finalement importait : la pratique, seule susceptible de mener à l'Éveil, c.-à-d. à la libération des « trois poisons »

que sont l'avidité, la haine et l'ignorance, trois poisons qui nous maintiennent dans le samsara, le monde de la souffrance.

Il s'agissait donc, aux yeux des initiateurs du Chan, de revenir à un enseignement moins sophistiqué, moins intellectuel, à une pratique accessible à tout un chacun.

Cette exigence de retour à une pratique simple et authentique, on la retrouve dans la définition du Chan donnée par Bodhidharma, le premier patriarche « chinois », arrivé d'Inde au VI^e s. :

*Une transmission spéciale en dehors des Écritures
Aucune dépendance à l'égard des mots et des lettres
Pénétrer directement le cœur - esprit de l'homme
Contempler sa propre nature et réaliser la bouddhité*

Autrement dit, la bouddhité, l'éveil, (la réalisation spirituelle, la libération des passions) ne s'obtient pas par le langage, l'intellect ou l'étude des textes, mais par l'expérience directe de « sa propre nature », du « véritable esprit ». Nous verrons dans un instant de quoi il s'agit.

La définition de Bodhidharma évoque l'origine légendaire du Zen, un épisode qui se serait déroulé entre le Bouddha lui-même et Kâshyapa, un de ses disciples. Selon la tradition, le Bouddha enseignait au Pic du Vautour, entouré de nombreux disciples. À la fin de son enseignement, il saisit une fleur et, sans dire un mot, la fait tourner entre ses doigts. Personne ne comprend la signification de ce geste, sauf Kâshyapa, qui sourit. Par ce sourire, il manifeste à la fois sa compréhension et sa réalisation spirituelle à cet instant précis. Il devient alors « Mahâkâshyapa », le « grand » Kâshyapa, premier successeur du Bouddha dans la lignée des bouddhas et des patriarches du Zen.

Cette méfiance à l'égard des mots, on va la retrouver dans le *Xinxinming*.

*Plus nous parlons et plus nous spéculons,
Plus nous nous éloignons de la Voie.
Supprimant tout discours et toute réflexion,
Il n'est point de lieu où nous ne puissions aller.³ (strophe 8)*

La méfiance du Zen vis-à-vis de la parole vient du fait que le langage par lui-même est dualiste (le mot « bien » n'a de sens qu'en opposition avec le mot « mal »), alors que la philosophie du Mahayana est non dualiste. Nous y reviendrons.

« *Il n'est point de lieu où nous ne puissions aller* », autrement dit, une compréhension totale des phénomènes s'ouvre à nous, la nature profonde des choses nous apparaît. Les mots sont limités, réducteurs. Seul le retour au silence peut nous conduire à une compréhension profonde des choses. Nous reviendrons également sur ce concept de « nature profonde des choses ».

De Sengcan on ne sait pratiquement rien, sinon qu'il fut le troisième patriarche chinois du Chan après Bodhidharma et Eka. Il n'est d'ailleurs probablement pas l'auteur du *Xinxinming* qui aurait été rédigé au VII^e s., bien après sa mort que l'on situe en 606.

Xinxinming

Les deux premières syllabes se prononcent de la même manière, mais correspondent à deux caractères chinois différents. Le premier caractère signifie la foi ou la confiance, le second signifie l'esprit. *Ming* se traduit par « inscription ». *Xinxinming*, c'est donc « L'inscription / le texte concernant la confiance / la foi dans l'esprit. »

Venons-en au mot « esprit ».

« Dans toutes les écoles anciennes ... les mots « esprit » ... , « mental » ... et « consciences » ... sont une seule et même chose. »⁴

Avec le Mahayana, la notion d'esprit va s'étoffer. On peut parler en effet de trois formes différentes de l'« esprit » : l'« esprit ordinaire », l'« esprit d'Éveil » et le « véritable esprit ».

I. L'esprit ordinaire (parfois aussi appelé « mental »)

C'est la forme de l'esprit auquel va particulièrement s'intéresser le bouddhisme ancien et, à sa suite, le Mahayana.

L'esprit ordinaire est l'esprit tel que nous le connaissons dans notre vie de tous les jours. On l'appelle parfois le « singe fou » en raison de sa propension à passer d'un sujet à un autre, à la manière d'un singe sautant de branche en branche.

Or, si nous ne canalisons pas cet esprit débridé, ce « singe fou », il se saisit sans discernement de tout ce qui se présente à lui (pensées, sentiments, images) et développe à partir de là toutes sortes de discours, de sentiments, d'émotions qu'il n'a de cesse d'alimenter. Nous nous perdons alors dans les dédales de ce « mental » non contrôlé, perdant par là même, généralement à notre insu, le contrôle de notre vie. Maîtriser le mental, l'esprit ordinaire, est donc un élément essentiel de toute pratique bouddhique.

Que dit le bouddhisme ancien de cet esprit-mental / esprit ordinaire ?

1. Tous les états mentaux ont l'esprit pour avant-coureur, pour chef ; et ils sont créés par l'esprit.

Si un homme parle ou agit avec un mauvais esprit, la souffrance le suit d'aussi près que la roue suit le sabot du bœuf tirant le char.

2. *Tous les états mentaux etc.*

*Si un homme parle ou agit avec un esprit purifié, le bonheur l'accompagne
d'aussi près que la roue suit le sabot du bœuf tirant le char.*

3. *« Il m'a vilipendé ; il m'a maltraité ; il m'a vaincu ; il m'a volé. »*

Chez ceux qui accueillent de telles pensées, la haine ne s'apaise jamais.

4. *« Il m'a vilipendé ; il m'a maltraité ; il m'a vaincu ; il m'a volé. »*

Chez ceux qui n'accueillent jamais de telles pensées, la haine s'apaise.

13. *De même que la pluie entre dans une maison dont le chaume est disjoint,
ainsi la passion pénètre un esprit non développé.*

14. *De même que la pluie n'entre pas dans une maison bien couverte de chaume,
ainsi la passion ne pénètre pas un esprit bien développé.⁵*

On voit que l'attitude des anciens est dictée avant tout par la méfiance vis-à-vis de l'esprit non maîtrisé, l'esprit ordinaire ou « mental », un mental caractérisé par les projections qu'il effectue sur le réel et qui, donc, ne peut connaître ce réel.

Ce « mental » se distingue également par sa propension à faire des catégories [le mental discriminant], à faire des discours [le mental discursif], à chercher systématiquement le plaisir et à éviter le déplaisir. Nous y reviendrons également.

Retenons pour l'instant que l'esprit ordinaire, le mental est source de souffrance et doit donc être maîtrisé. Comment ? L'une des méthodes proposées par le bouddhisme est la méditation.

Cette méfiance des anciens à l'égard de l'esprit ordinaire, on va bien entendu la retrouver dans le Mahayâna, par exemple chez Shantideva (†763) et chez Dôgen (1200 - 1253).

*Aucun éléphant ivre et indompté
Ne pourrait nous faire autant de mal
Que notre esprit qui, livré à lui-même,
Nous inflige les maux des Tourments insurpassables.*

*Attachez bien l'éléphant de l'esprit
Avec la corde de l'attention :
Toute peur disparaîtra
Et toutes les vertus dans vos mains échoiront.⁶*

Maître Dôgen, qui introduit le Zen Soto au Japon au XIII^e s., n'est pas en reste.

Avec un cœur pur, je fais vœu de m'abstenir de toute action malveillante.

Avec un cœur pur, je fais vœu de pratiquer la vertu à la perfection.

Avec un cœur pur, je fais vœu de dompter mon esprit.⁷

Dans ces deux citations apparaît, comme fondement même de la pratique, la nécessité de « dompter » le mental, siège de l'avidité, de la haine et de l'ignorance. Ignorance, par exemple, du fonctionnement de l'esprit ordinaire.

Avec le Mahayâna apparaissent deux notions nouvelles : l'*esprit d'Éveil* et le *véritable esprit*. Alors que, dans le bouddhisme ancien, l'attitude du pratiquant est empreinte de méfiance vis-à-vis de l'esprit ordinaire, c'est la confiance en l'« *esprit d'Éveil* », la foi dans le « *véritable esprit* » - qui vont désormais inspirer la pratique.

II. L'esprit d'éveil (sk. bodhicitta)

Il présente deux aspects :

- L'esprit qui aspire à l'Éveil et nous pousse vers la pratique. C'est l'esprit qui aspire à
se libérer du singe fou, du mental siège des passions, des attachements.
- L'esprit d'Éveil actif de celui qui a « sauté le pas » et s'est effectivement engagé
dans la pratique.

Shantideva évoque ces deux facettes de l'esprit d'Éveil :

*De l'esprit d'Éveil en aspiration naissent
De grands fruits même dans le samsara,
Mais non un flot de mérites ininterrompu
Comme en produit l'esprit d'Éveil actif.⁸*

III. Le véritable esprit

Qu'est-ce que ce « véritable esprit » qu'on appelle aussi « nature de bouddha » ?

Il s'agit d'une dimension de nous-mêmes qui

- est paisible, sereine,
- éveillée, c.-à-d. libérée des Trois poisons,
- possède au plus haut niveau les qualités d'un bouddha : amour, compassion, sagesse,
- est toujours disponible, puisqu'elle est présente en chacun de nous,

mais que nous ne reconnaissons pas, du fait de l'agitation et des complications de notre mental, agitation qui fait en quelque sorte écran au véritable esprit.

Dans tous les êtres est cachée l'essence du Bouddha : comme au sein de la pauvre mère est caché l'enfant chéri, comme l'or dans un lieu impur.⁹

La rencontre de l'esprit véritable suppose donc un effort d'apaisement du mental agité. Gyatrul Rinpotché (1924) déclare :

Nous devons faire un véritable effort pour accomplir notre nature de Bouddha, même si nous la possédons tous. Tout comme vous ne sauriez pas que le beurre est l'essence du lait si vous ne l'aviez pas baratté - et il ne suffit pas de quelques tours, cela demande réellement du temps et des efforts -, vous devez pratiquer avec zèle, en déployant tous vos efforts, pour comprendre votre vraie nature.¹⁰

Cette « nature de bouddha » (sk. *tathâgatagarbha*) ou « véritable esprit » est inconditionnée. « Étant inconditionnée, elle ne peut ... être corrompue par notre pollution mentale ... Elle est totalement hors causalité ... et, par conséquent, nous sommes bouddha depuis toujours ... »¹¹

Le sens de la pratique est de redécouvrir cette nature de bouddha cachée sous un amas de scories d'origines diverse : karma, pensées, émotions ...

Khenpo Tsültrim Gyamtso (1934) écrit :

Depuis la nuit des temps, la vraie nature de l'esprit est parfaite, immaculée, toujours pure. La pureté primordiale réside au-delà du domaine des fabrications mentales, et se trouve hors de portée des noms ou des conventions du langage.¹²

La méditation permet de prendre conscience de cet esprit inconditionné. Pour illustrer la démarche du méditant, on recourt parfois à l'image du verre d'eau boueuse. Si on agite un verre d'eau boueuse, l'eau reste trouble, le regard ne peut la traverser. Si on le pose, la boue se dépose progressivement, l'eau devient claire, transparente. Dans la méditation, nous nous « posons » littéralement, nous laissons s'apaiser l'esprit agité et nous voyons progressivement plus clair. Notre nature de bouddha devient perceptible.

Une autre image est celle de la couverture nuageuse qui dissimule le soleil. Parfois, une fenêtre apparaît dans la couche nuageuse et montre que le soleil est là. Même si cette fenêtre se referme, nous savons que le soleil est bien là, nous pouvons avoir confiance. Ainsi, la méditation inclut à la fois le côté sombre de nos vies, notre part obscure, et la clarté, la manifestation de notre esprit véritable.

Si nous ne pratiquons pas, nous restons le plus souvent dans l'ignorance de ce « véritable esprit » ou « nature de bouddha ». Et, si on nous en parle, nous n'y croyons pas vraiment. D'où la nécessité de la foi... et de la pratique, stimulée par l'esprit d'Éveil.

« *Xinxinming* », c'est donc à la fois la *confiance*, dans l'esprit d'Éveil, et la *foi*, dans le véritable esprit. Comment s'éveiller à ce « véritable esprit » ? C'est le sujet que traite Sengcan dans le *Xinxinming* qui commence ainsi :

*La grande Voie n'a rien de difficile,
Mais il faut éviter de choisir !
Soyez libéré de [l'avidité et du rejet] :
Elle apparaîtra alors dans toute sa clarté ! (strophe 1)*

« *La grande Voie n'a rien de difficile, mais il faut éviter de choisir.* » Le texte aborde d'emblée le niveau de la pratique. Le *Xinxinming* répond à la question « Comment dois-je pratiquer ? » Et Sengcan nous dit : « Sur cette « *grande Voie* », que nous empruntons à la découverte de l'esprit véritable, il faut « *éviter de choisir* ».

« *Évitez de choisir, Soyez libéré de l'avidité et du rejet* » : ce qui est visé ici, c'est l'attitude du mental constamment à la recherche de satisfactions et qui *choisit* tantôt de s'approprier ce qui lui plaît, tantôt de rejeter ce qui lui déplaît, en vertu du principe de plaisir.

Selon le Bouddha, nous agissons toujours en fonction de ce qui est agréable et désagréable : nous nous dirigeons vers ce qui promet du plaisir et nous fuyons ce qui annonce du déplaisir. Nous courons toujours après ce qui est agréable car nous sommes sans cesse à la recherche de satisfactions. Or, du point de vue du bouddhisme, cette attitude est erronée car les « objets » censés nous procurer de la satisfaction sont impermanents. Dès lors, nous sommes constamment obligés de trouver de nouveaux objets susceptibles de nous apporter du plaisir. Mais bien entendu les nouveaux objets sont également impermanents. Ainsi s'installe peu à peu le cycle de l'attachement, source de dépendance et de souffrance.

Comment sortir de cette dépendance ? Nous devons, dit Sengcan, renoncer à notre approche duelle du monde, sortir de la dualité. Qu'entend-on ici par « dualité » ?

De la même manière que notre mental oppose plaisir et déplaisir, il ne cesse de raisonner en termes de catégories d'opposés : bien - mal, beau - laid, bête - intelligent, vacances - boulot, moi - les autres, etc. Le *Xinxinming* relève ainsi 33 paires d'opposés.¹³

Je me trouvais récemment dans un train quand est venu s'asseoir en face de moi un de ces jeunes « à casquette » auxquels nous associons souvent un certain profil pas nécessairement flatteur. Le train était bondé, il n'y avait pas suffisamment de voitures, et donc tous les sièges furent rapidement occupés. Entre dans le compartiment une dame à la recherche d'une place assise. Spontanément le jeune en question se lève et, sans ostentation aucune, lui cède sa place. Je dois reconnaître m'être senti surpris un peu penaud face à ce comportement. En même temps, j'avais là un bel exemple d'esprit duel. Notez qu'une des instructions données au méditant est de ne pas juger, autrement dit, d'abandonner l'esprit duel. Il y a donc encore du travail...

Ce mode de pensée duel n'est pas sans conséquences en effet. Songeons aux combats passés ou actuels menés au nom de la « Vérité ». La pensée duelle modifie, « pollue » notre perception de la réalité, nous venons d'en avoir une illustration.

Autre exemple. Si nous opposons notoriété (« désirable ») et anonymat (« indésirable »), nous sommes susceptibles de développer une énergie folle pour échapper à l'un et obtenir l'autre, pour « réussir ». Cela, hélas, débouche parfois sur des catastrophes personnelles ou familiales. Or, pour une personne ignorante du fonctionnement duel de l'esprit, il n'y a pas d'alternative.

Par définition, écrit Véronique Loiseleur, une vision duelle ne peut pas sortir de la contradiction. L'habitude de tout concevoir en termes duels est si bien ancrée dans nos mentalités que nous n'entrevoions même pas la possibilité d'une autre attitude qui ne soit ni pour ni contre quoi que ce soit, et se contente de voir, sans prendre parti.¹⁴

C'est pourtant à cela que nous invite Sengcan :

*Si vous désirez [suivre la Voie et rencontrer l'esprit véritable]
Ne soyez ni pour ni contre rien ! (strophe 2)*

*Le conflit entre le pour et le contre
Voilà la maladie de [l'esprit]. (strophe 3)*

Et Sengcan ajoute :

*Ne vous attachez pas aux vues duelles ;
Évitez soigneusement de les suivre.
S'il y a la moindre trace de oui ou de non,
L'esprit se perd dans un dédale de complexités. (strophe 11)*

C'est, autrement dit, le retour de l'esprit ordinaire, du mental agité, compliqué, à des années lumières du véritable esprit. Tant que vous cultivez une vision duelle des choses, nous dit Sengcan, vous ne pouvez rencontrer le véritable esprit. Par contre ...

*Si l'esprit demeure en paix dans l'Un,
Ces vues duelles disparaissent d'elles-mêmes. (strophe 5)*

Être « dans l'Un », c'est abandonner l'esprit ordinaire, cesser de juger, de rechercher quoi que ce soit, y compris le véritable esprit, cesser de nous projeter dans nos créations mentales. Joshin Bachoux, maître Zen française, évoque ainsi cette expérience :

... la rivière aujourd'hui me fait cadeau de sa beauté, de sa force. Et j'ai envie de dire avec le vieil ermite chinois Li Po : "Nous nous asseyons ensemble, la rivière et moi / Jusqu'à ce qu'il ne reste plus que la rivière." ¹⁵

Kalou Rinpoché (1904 -1989) évoque cette expérience en termes moins poétiques :

*Plutôt que de chercher délibérément [intellectuellement] ce qu'est l'esprit, on s'ouvre à la révélation immédiate de sa nature. Il n'y a personne qui cherche, rien qui soit cherché, il n'y a ni sujet ni objet, mais simplement un état d'intelligence immédiate en lequel la nature de l'esprit se dévoile. À ce niveau, nous n'observons plus l'esprit [de manière analytique], mais le voyons sans regarder et le comprenons sans réfléchir.*¹⁶

L'insistance occidentale sur la dualité du bien et du mal peut engendrer une morale étroite d'où toute transcendance a disparu. Sengcan nous convie dès lors à ...

*... un dépassement de tous les contraires, à l'obtention d'un état intérieur dans lequel toutes les contradictions sont définitivement résolues et où aucun doute ne peut plus s'élever.*¹⁷

Cela ne signifie évidemment pas que nous ne préférerions pas l'amour à la haine, la justice à l'injustice. Cela n'implique pas que tout devienne égal, indifférent, que nous ne soyons pas appelés à prendre position. Ce qui importe, c'est de transcender l'esprit ordinaire, conditionné, le mental calculateur, obnubilé par le gain et la perte, par la satisfaction ultime du moi.

*Le gain et la perte, le vrai et le faux,
Qu'une fois pour toutes, ils disparaissent. (Strophe 23)*

Autrement dit : « Ne tombez pas dans le piège de la dualité ! Ne laissez pas votre esprit s'empêtrer dans les comparaisons, les oppositions. » Ouvrez-vous au contraire à cet esprit vaste qui n'est pas limité par les catégories du mental. ¹⁸

*La Voie est parfaite comme le vaste espace
Où rien ne manque et rien n'est de trop.
C'est en raison de notre propension à saisir et à rejeter les choses
Que nous ne voyons pas leur véritable nature.*¹⁹ (Strophe 4)

Or, précise Sengcan,

*Si vous ne connaissez pas la [véritable nature] des choses,
Vous vous fatiguerez en vain à pacifier votre esprit. (Strophe 3)*

La « véritable nature des choses » dans le langage du Mahayana, c'est la vacuité. Qu'est-ce que la vacuité ?

« Si vous êtes poète, dit Thich Nhat Hanh, vous verrez clairement un nuage flotter dans cette feuille de papier. Sans nuage, il n'y aurait pas de pluie ; sans pluie, les arbres ne pousseraient pas ; et sans arbre, nous ne pourrions pas faire de papier. Le nuage est essentiel pour que le papier soit ici devant nous. Sans le nuage, pas de feuille de papier. Ainsi, il est possible de dire que le nuage et la feuille de papier "inter-sont".

En regardant encore plus en profondeur dans cette feuille de papier, nous y voyons aussi le soleil. Sans soleil, la forêt ne pourrait pousser... En continuant d'observer, nous découvrons également le bûcheron qui a coupé l'arbre et l'a amené à la fabrique de papier. Et nous voyons aussi le blé : nous savons que cet homme n'aurait pu vivre sans son pain quotidien. C'est pourquoi le blé qui a servi à la confection du pain dont s'est nourri le bûcheron, est également présent dans cette feuille de papier. »

Et Thich Nhat Hanh conclut :

« Le fait est que cette feuille est uniquement constituée d'éléments "non-papier" (...). Aussi fine que soit cette feuille, elle contient en elle-même tout l'univers.²⁰ »

Si nous renvoyons chaque élément « non-papier » à sa source - la pluie au nuage, la chaleur au soleil, etc. -, dit en substance Thich Nhat Hanh, il ne reste rien. Autrement dit, rien n'existe par soi-même, rien n'est doté d'une essence propre. X est formé d'éléments « non-X », instables et impermanents. Tel est le sens de la vacuité pour les bouddhistes. Cela ne signifie pas que rien n'existe, mais que tout est vide d'une essence propre, vide d'une existence indépendante.

Nagarjuna, le grand philosophe indien de la vacuité, affirme : « Nous appelons vacuité ce qui apparaît en dépendance²¹ ». Selon Philippe Cornu, « la vacuité ne vide pas les choses de leur contenu, elle est leur véritable nature. Elle n'est pas un néant, puisque les choses apparaissent en coproduction conditionnée²² ».

Si tous les phénomènes sont interdépendants, si tout est relié, une simple modification d'un élément du système entraîne par ricochets successifs une modification de l'ensemble du système, de sorte que tout est constamment en mouvement, tout bouge tout le temps, tout est processus.

C'est pourquoi Sengcan implore :

Ne pourchassez pas le monde soumis à la causalité,

Et il ajoute :

Ne vous attardez pas dans une Vacuité excluant les phénomènes ! (strophe 5)

« Ne pourchassez pas le monde soumis à la causalité », car ce monde est impermanent. Ne bâtissez pas votre vie sur des illusions. Mais aussi : « Ne vous attardez pas dans une Vacuité excluant les phénomènes », ne tombez pas dans l'excès inverse, qui consisterait à affirmer que rien n'existe. Vous tomberiez ainsi dans le nihilisme qui est, selon le Bouddha, une hérésie des plus dangereuses.

A ceux qui nient l'existence des phénomènes et érigent la vacuité en vérité absolue, Nagarjuna répond :

Le Vainqueur [le Bouddha] a dit que la vacuité est l'évacuation complète de toutes les opinions.

Quant à ceux qui croient en la vacuité, ceux-là, je les déclare incurables.²³

Autrement dit : le dogmatisme nourri par l'esprit duel conduit à l'impasse. Certes, la vacuité est « la véritable nature des choses ». Mais le monde des phénomènes existe néanmoins bel et bien, nous vivons au milieu des phénomènes, nous en faisons partie. C'est dans ce monde des phénomènes que les gens souffrent, c'est dans ce monde des phénomènes que sagesse et compassion doivent s'exercer. Opposer la Réalité (avec majuscule) et la réalité (avec minuscule) n'aide pas à réaliser l'idéal altruiste du Mahayana, qui consiste à secourir et sauver tous les êtres sensibles. Réalité ultime (majuscule) et réalité relative (minuscule) sont donc aussi importantes l'une que l'autre. « *Nul n'arrive à l'ultime réalisation sans s'appuyer sur le relatif* » selon une formule bien utile, mais, à ma connaissance, jamais attribuée à quiconque.

Il est important à ce stade de relever que la vacuité bouddhique ne peut être limitée à l'idée d'interdépendance, à une vision mécanique des choses (une cause entraîne un effet). Une telle approche mène au déterminisme et au fatalisme. Tout l'enseignement bouddhiste s'oppose à une telle vision.

L'enseignement sur la vacuité vise à nous faire « comprendre qu'il y a une différence fondamentale entre la façon dont nous percevons le monde (y compris nous) et la réalité de ce monde. Le 'réalisme naïf', qui voit le monde comme peuplé d'entités autonomes, séparées et durables, objectivement existantes, est une erreur métaphysique, écrit un auteur anonyme, que la sagesse [prajñā], à mesure qu'elle se développe, permet de dissiper, par la vue directe de la vacuité [śūnyatā], par exemple au moyen de [la méditation] vipassana bhavana. C'est une perception directe, non duale et non-intellectuelle, de la nature des phénomènes. »²⁴

Lorsque Sengcan nous conjure d'abandonner l'esprit duel, il est bien conscient que l'homme ne peut se passer de catégories, d'opposer ceci à cela. Nous l'avons dit : on préférera toujours la justice à l'injustice. Mais qu'est-ce que la justice ? Qu'est-ce que le bien ? Qu'est-ce que le vrai ? Ce qui est faux, laid ou immoral ici-et-maintenant, sera peut-être vrai, beau, moral ailleurs ou demain (cf. la question du mariage pour tous).

Il n'empêche qu'il faut bien faire des choix de temps à autre. Les maîtres nous enseignent que ces choix ne devraient pas être fondés sur une vision duelle des choses - ceci est « bien », cela est « mal » - , mais sur le « véritable esprit » qui est au-delà de toute dualité. Cela signifie que les choix que nous posons devraient être libres des conditionnements du mental, des carcans dogmatiques, bref de l'esprit ordinaire. Ces choix devraient en fait être « adéquats » dans un contexte donné, ce qu'une loi ne peut pas toujours, ou difficilement, prévoir. Ce qui fait qu'on les perçoit parfois comme « inadéquates ».

Or, si la pratique est censée nous mener à l'Éveil, autrement dit au véritable esprit, tout le monde n'a pas nécessairement un accès direct à cet esprit inconditionné. D'où sans doute la nécessité incontournable des règles. L'enseignement bouddhique prévoit donc aussi des balises (les préceptes²⁵, le noble sentier octuple²⁶, les six perfections²⁷, etc.), balises qui nous permettent de nous approcher graduellement de l'esprit inconditionné. Ainsi, l'injonction « ne pas juger », dans la méditation, nous aide à nous émanciper de la dualité bien-mal.

Des tous débuts à aujourd'hui, la maîtrise de l'esprit a été un souci constant des enseignants bouddhistes. Hier comme aujourd'hui, il s'agit de libérer le mental de toutes les formes d'attachement qui empêchent le pratiquant d'accéder au « véritable esprit ». Sengcan nous invite à découvrir cette dimension de nous-même en abandonnant le réflexe dualiste. Les maîtres contemporains s'inscrivent dans cette tradition. Roland Rech enseigne par exemple à propos de l'attitude de l'esprit dans la méditation :

« Ce qui est plus important que de penser (...), c'est d'être parfaitement présent à (...) chaque instant, au-delà de la pensée, à travers le contact du corps et de la respiration car, concentré sur le corps et la respiration, on abandonne naturellement le mode de fonctionnement du mental ordinaire, qui est dualiste, crée des séparations, des limites et nous enferme dans nos propres pensées. (...) On ne s'identifie pas aux fabrications mentales. (...) Ainsi on s'harmonise avec sa véritable nature »²⁸, son véritable esprit.

C'est-à-dire cet esprit auquel fait référence le titre de l'ouvrage attribué à Sengcan. En rédigeant ce texte, l'auteur contribue à établir le Zen en tant que tradition non-dualiste aux côtés du Dzogchen, du Mahâmudrâ et du Madhyamika, l'école fondée par Nagarjuna aux alentours du II^e s. de notre ère.

¹ Conférence donnée au Musée Royal de Mariemont, dans le cadre des *Rencontres bouddhiques de Mariemont* le 11 mai 2013

² « six consciences des sens [cinq sens + conscience mentale], une conscience mentale souillée (sk. Klistamanas), toutes actives et tournées vers leurs objets, et la conscience base-de-tout (sk. Alayavijnana) » : cf. Ph. Cornu, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme*, Le Seuil, 2006, entrée « Cittamatra »

³ Sauf passages entre crochets ou mention d'une autre source, les citations du *Xinxinming* sont tirées de la traduction de L. Wang et J. Masui, avec la collaboration de P. Demiéville, in : *Tch'an / Zen, Racines et floraisons*, Hermès 1985, pp. 204-209

⁴ Philippe Cornu, op.cit., entrée « consciences (agrégat des) »

⁵ Dhammapada, Versets jumeaux, in: Walpola Rahula, *L'enseignement du Bouddha d'après les textes les plus anciens*, Points Sagesse, Le Seuil, p. 167 s.

⁶ Shantideva, *Bodhicaryâvatâra*, ch. V, 2-3

⁷ « Ce triple vœu fait écho à cette formule célèbre du *Pratimoksasutra* et du *Dhammapada* : ne pas commettre la moindre action négative, cultiver la vertu à la perfection, dompter entièrement cet esprit qui est le nôtre, tel est l'enseignement du Bouddha. » (Ph. Cornu, op.cit.)

⁸ Shantideva, op. cit., ch. I, 17

⁹ *Tathagatagarbhasûtra*, citation Ph. Cornu, op.cit., entrée « tathâgatagarbha »

¹⁰ in Fabrice Midal, *Lumières au pays des neiges*, Paris, Pocket, 2003, p. 112

¹¹ Philippe Cornu, *Introduction au bouddhisme*, Louvain-la-Neuve, 2012, notes de cours prises par G. Navez

¹² in F. Midal, op.cit. p. 161

¹³ « *In many different ways the poem makes one essential point: don't let the mind fall into comparisons - at all! It abjures us with a listing, line by line, of the many opposites that we should not let arise in the mind. Thirty-four (sic) pairs of opposites are used as examples of what not to think about: love and hate, like and dislike, heaven and earth, for and against, lack and excess, accepting and rejecting, outer things and inner feelings, activity and passivity, one and the other, assertion and denial, emptiness and reality, this and that, right and wrong, dualities and One, object and subject, coarse and fine, easy and difficult, fast and slow, coming and going, free and in bondage, dislike and accept, wise and foolish, one and many, rest and unrest, illusion and enlightenment, gain and loss, stationary and moving, movement and rest, self and other-than-self, large and small, Being and non-Being, one thing and all things, yesterday and tomorrow.* »

Jan Chozen Bays, foreword to Mu Soeng, *Trust in Mind, The rebellion of Chinese Zen*, Wisdom, 2004, p. viii

¹⁴ V. Loiseleur, *Anthologie de la non-dualité*, La Table Ronde, Paris, 1981, p. 12 s.

¹⁵ Joshin Luce Bachoux, *Journal de mon jardin zen*, Desclée de Brouwer, Paris, 2009, p. 119

¹⁶ Kalou Rinpoché, *La voie du Bouddha selon la tradition tibétaine*, Le Seuil, Points Sagesses, p.218

¹⁷ V. Loiseleur, op.cit., p.12

¹⁸ Un homme très pauvre dans un village avait un splendide cheval blanc. Même les rois l'enviaient et lui en offraient un prix fabuleux. Mais le vieil homme refusait: « Pour moi ce cheval n'est pas un animal, c'est un ami et le vendre m'est impossible. » Un matin, l'animal n'était plus dans l'écurie, il avait disparu. Tout le village se rassembla et le traita de vieux fou. « On t'avait bien dit de le vendre, tu serais riche aujourd'hui et maintenant te voilà sans cheval. Quel malheur ! Quelle malchance ! » Le vieil homme répliqua: « Vous allez trop loin. Le cheval n'est plus dans l'écurie. C'est tout... Qui vous permet de juger et de dire si c'est une chance ou une malchance. »

Les gens se mirent à rire croyant que le vieil homme était devenu fou. Lui coupait son bois, ne se préoccupait de rien. Quinze jours plus tard, le cheval qui s'était simplement échappé, revint avec une douzaine de chevaux sauvages. De nouveaux les villageois arrivèrent et dirent: « Tu avais raison vieil homme, nous nous sommes trompés en parlant de malheur. En réalité c'était une bénédiction. Nous sommes désolés. » Le vieil homme répondit : « Vous allez encore trop loin. Le cheval est revenu avec douze compagnons, c'est tout. Ne jugez pas à nouveau. Vous ne connaissez qu'un fait isolé et à moins de connaître toute l'histoire, personne ne peut rien conclure. » Le vieil homme avait aussi un fils unique. En dressant les chevaux sauvages, il se cassa les deux jambes. Les villageois revinrent encore et ne purent s'empêcher de lui dire : - Tu avais raison, ce n'était pas une bénédiction, mais un nouveau malheur. Ton seul soutien de vieillesse. Te voilà plus pauvre que jamais. » Le vieil homme dit: « Juger est une manie chez vous, mon fils s'est cassé les jambes et qui sait si c'est un bien ou un mal... c'est ainsi. C'est tout. »

Quelques semaines plus tard, le pays entra en guerre. Tous les jeunes furent mobilisés et envoyés au front sauf le fils du vieil homme. Le village tout entier pleurait et dit au vieil homme: « Tu avais raison. Ton fils a beau être mal en point, il est près de toi. Mais nos fils hélas sont partis pour toujours. » Le vieil homme dit : « Il est décidément impossible de parler avec vous, vous n'arrêtez pas de juger. Dites simplement que vos fils ont été enrôlés de force dans l'armée et non le mien. Personne ne saura jamais si c'est un malheur ou un bienfait.

¹⁹ D'après Dennis Genpo Merzel, *Au cœur du Chan*, JC Lattès 1997, pp. 49 et 56

²⁰ Thich Nhat Hanh, *Le Cœur de la compréhension*, Village des Pruniers 1990, p. 7-8

²¹ in <http://fr.wikipedia.org/wiki/Śūnyatā>, auteur non mentionné

²² Philippe Cornu, *Dictionnaire...*, op.cit., entrée « Vacuité »

²³ Philippe Cornu, op.cit., entrée « Mādhyamika »

²⁴ in <http://fr.wikipedia.org/wiki/Śūnyatā>, auteur non mentionné

²⁵ Citons simplement les cinq préceptes des laïcs : ne pas tuer, ne pas s'adonner à la méconduite sexuelle, ne pas voler, ne pas consommer de produits intoxicants (sauf en cas de maladie), ne pas mentir.

²⁶ la discipline éthique (parole et action justes, moyens d'existences justes), la méditation (effort, attention, concentration justes), la sagesse (compréhension juste, pensée juste)

²⁷ le don-générosité, l'éthique, la patience, la persévérance, la méditation, la sagesse

²⁸ R. Rech, *L'illumination silencieuse*, Volume II, Éditions Yuno Kusen, Nice 2009, p.65