



Zazen est le bouddhisme lui-même

Malgré le fait qu'elle puisse apparaître difficile, la pratique de zazen, école du bouddhisme, est le bouddhisme lui-même ; une spiritualité qui évite de blesser le corps et l'esprit par son histoire même : c'est en abandonnant l'ascétisme et en s'asseyant en zazen que le Bouddha inaugure une autre façon de se tenir devant l'impossible, l'infini, en acceptant de ne pas résoudre la situation. L'ego se manifeste et rétrécit le champ de vie auquel nous aspirons, l'infini auquel nous aspirons. Cette aspiration n'a pas à être mobilisée par une doctrine parce que c'est l'aspiration de tout être humain. Seulement, comment se comporter devant cette aspiration ? C'est l'objet du bouddhisme et du zen : abandonner le corps et l'esprit, corps et esprit abandonnés. Jeter bas le corps et l'esprit ne veut pas dire l'étouffer, l'empoisonner, mais plutôt le plonger dans l'infini de telle sorte qu'il y disparaisse. Dogen nous dit que c'est quand nous sommes complètement en communion avec toutes les existences que notre ego disparaît.

Aussi, notre pratique ne doit pas sentir le forcing et, en même temps, être pleinement investie - ce dont je ne doute pas. Le vrai sujet est là tout près. On ne peut devenir Bouddha que parce qu'on est déjà Bouddha.