

Hotsu Bodai Shin, produire l'Esprit d'Eveil : sagesse et compassion

Un enseignement de Dainin Katagiri Rôshi

Pour parler simplement, l'enseignement du Bouddha peut se ramener à deux points essentiels : la sagesse (prajña parâmita) et la compassion (mahâkaruna parâmita). La sagesse prajña est une compréhension profonde de l'impermanence ; la vie émerge et cesse à chaque moment.

La compassion est une compréhension profonde de l'interdépendance ; toutes les existences sont interconnectées. La compassion du Bouddha est enfouie très profondément au sein de nos vies, c'est la forme de notre existence même. Notre corps/esprit est produit par la compassion. Notre vie et toutes les vies, tout ce que nous voyons et entendons, est la manifestation totale du cœur chaud et compassionné du Bouddha.

Quoique nous puissions ressentir, penser ou faire, la compassion du Bouddha est là. Nous ne pouvons pas vraiment le voir mais notre existence et toutes les existences sont constamment supportées par la compassion du Bouddha (=l'activité de l'Univers). Lui faire confiance, c'est la foi. La foi, selon le bouddhisme consiste à rechercher et à s'ouvrir sans cesse à la compassion du Bouddha. La Bodhichitta, l'esprit d'éveil est l'état d'esprit par lequel nous réalisons que nous sommes des êtres qui existent en symbiose avec tous les autres êtres. Dans le bouddhisme, il ne s'agit pas tant de croire en quelque chose mais plutôt d'actualiser, de réaliser l'immensité du monde de Bouddha (= du Cosmos).

Nos vies dépendent de l'immensité du monde qui embrasse et supporte nos existences. La plupart du temps, nous avons l'habitude de ne pas faire confiance aux autres. Peut-être y a-t-il des raisons pour cela mais si nous ne faisons confiance à personne et que cela s'exprime à travers nous, alors cela influence tous les êtres qui nous entourent.

C'est plutôt dur...

Mais, comment apprendre à faire confiance ?

Un bébé s'ouvre à la compassion de sa mère et s'épanouit très naturellement. Il en va de même pour nous. Nous sommes les enfants du Bouddha. Si nous voulons nous épanouir spirituellement, nous avons à nous ouvrir à la compassion du Bouddha. Cela veut dire dépendre de l'immense arborescence du monde de Bouddha (qui nous soutient) et faire confiance aux êtres qui nous entourent, quels qu'ils soient : cette pratique se fonde sur la vérité que tous les êtres sont des bouddhas.

Elle nous amène à partager notre vie avec les autres et à aider les êtres avec sincérité. Plus nous pratiquons de cette façon, plus il nous est difficile de nous percevoir séparés des autres. C'est l'esprit d'éveil, juste s'ouvrir à l'immensité de la compassion du Bouddha et apprécier nos vies. La Voie du bodhisattva consiste à aider tous les êtres avec une attention compassionnée. Mais, comment vivre comme un bodhisattva dans notre vie de tous les jours ? A la base, un bodhisattva cherche la libération (la délivrance de la souffrance). Il y a trois portes qui donnent accès à la libération : la vacuité (le vide), la non-forme et le non-désir.

-La vacuité est l'essence pure de l'être. Nous sommes purs et libres car ni les êtres et ni les phénomènes ne se bloquent entre-eux.

-La non-forme signifie l'Unité : la non-forme du sujet et la non-forme de l'objet. Le Bouddha dit que quand les bodhisattvas aident, ils ne laissent aucune trace de leur aide. Lorsque nous aidons, n'ayons aucune notion d'êtres quelqu'un qui aide quelqu'un d'autre. A ce moment, nous faisons exactement Un avec l'autre. C'est l'Unité.

-Le non-désir signifie qu'il n'y a rien en dehors de l'Unité, qui en serait séparé et que nous aurions à désirer. Quand vient le moment d'aider, nous aidons simplement depuis l'Unité, sans le désir d'un bénéfice ou d'une gain quelconque pour nous-même. A ce moment apparaît une personne que nous appelons « un bodhisattva ».

Cette façon de vivre s'étend naturellement au sein de la réalisation de l'immensité du monde de Bouddha. C'est la Bodhicitta, l'esprit d'Eveil.