

TEISHO

Godo : Luc Sojo Bordes

Garches, Mercredi 12 Septembre 2018

LES CEREMONIES :

De part notre tradition, non seulement de culture chrétienne mais aussi de laïcité, il y a une méfiance chez beaucoup de gens par rapport aux rituels, aux cérémonies, aux vêtements religieux etc. Il s'y joint aussi une peur des sectes et de tout ce qui peut ressembler à un embrigadement. Alors les personnes qui viennent pratiquer sont souvent touchées par zazen, mais se méfient des cérémonies, des vêtements, des rituels. « Est-ce qu'on a affaire à une philosophie, une religion ? Est-ce que ça ne devrait pas seulement être une technique de développement personnel ? » La vogue actuelle de la méditation dite de « pleine conscience », tout en répondant à un besoin profond, vient tout brouiller. J'ai pu remarquer que certaines personnes sont venues essayer la pratique dans ce dojo ou dans un autre et sont reparties pour une de ces raisons. À l'inverse, d'autres, après avoir essayé des pratiques ayant évacué toute réelle spiritualité, sont venues par besoin d'approfondir leur cheminement.

Pourtant au niveau historique, maître Dogen, lorsqu'il est rentré de Chine, a repris dans un de ses tous premiers textes appelé *Bendowa*, l'enseignement de son maître chinois Nyojo, qui avait promu une pratique la plus dépouillée possible, celle de zazen, pas seulement parce que c'est le vrai bouddhisme, mais aussi en réaction à une forme de bouddhisme dévotionnel ou intellectuel dans lequel on ne pratiquait plus l'absorption méditative.

Voici ce qu'il écrit dans le *Bendowa* : « Dans l'authentique tradition de notre école, il est dit que le Dharma des Bouddhas ainsi transféré directement et personnellement de maître à disciple est absolument insurpassable. Dès votre première entrevue avec un maître, sans qu'il soit nécessaire d'offrir de l'encens, de vous prosterner, d'invoquer le nom du Bouddha, de faire preuve de repentir ou de lire des sutras, il suffit de vous assoir en toute sincérité et confiance, et d'abandonner le corps et l'esprit ». C'est ce que Dogen appelait *Shin Jin Datsu Raku*, corps et esprit abandonnés. Pourtant il a instauré des rituels et des cérémonies dans son temple, mais ces rituels et ces cérémonies sont le prolongement de zazen. Sans zazen, ils n'ont pas de sens, ou ils n'ont qu'un sens superficiel. Maître Deshimaru disait lui-même que zazen, à juste titre, était la plus haute cérémonie. Mais il faut dire qu'à son époque, il disait ça un peu en réaction contre certains moines japonais ou chefs de temple qui ne pratiquaient plus zazen, qui n'incitaient plus à faire zazen, mais ne faisaient plus que des cérémonies parce que ça fait moins mal aux genoux et que ça rapporte de l'argent. Et c'est tout ce système de clergé qui existe au Japon. Ça ne veut pas dire que c'est partout comme ça. Mais il suivait en ce sens l'enseignement de son maître Kodo Sawaki qui avait pris de la distance par rapport

à ce zen-là. Cependant Maître Deshimaru a introduit des cérémonies lui-aussi. Il en a même rajouté au fur et à mesure.

Alors comme vous l'avez remarqué, les séances de zazen se terminent par une cérémonie qui consiste en chants rythmés par le mokugyo, le gong et la clochette, et ponctuées de prosternations qu'on appelle les paï. On fait *sanpaï*. *San*, c'est trois, et *Paï* prosternation. Mais il faut bien se dire et ça c'est un point très important, que le rituel dans le Zen exclut toute notion de dualité et donc de culte ou de vénération rendu à un objet extérieur. Pourtant, on fait *gassho* vers le Bouddha, vers les autres, vers le zafu etc. Les prosternations, les paï, sont en fait un geste d'unité entre le haut et le bas, entre le corps et l'esprit, entre l'homme et le cosmos. Et elles induisent également humilité et douceur. J'ai souvent entendu dire Gérard Chinrei Pilet que c'était un très beau geste.

Au début de la pratique, on peut ressentir un décalage par rapport aux rituels, et petit à petit, ce décalage diminue ; en fait il n'y a plus de séparation entre celui qui se prosterne, la prosternation elle-même et même la personne ou l'objet devant lequel on se prosterne. Le maître Roland Rech racontait que son propre maître Niwa, un grand *roshi*, faisait *gassho* devant toutes les personnes qui entraient dans le dojo à la Gendronnière, et à un moment, un chat entre dans le dojo et il fait *gassho* devant le chat. En fait, les prosternations, les paï et *gassho* sont l'actualisation de la nature de Bouddha. Quand on fait *gassho* devant quelqu'un d'autre, ce n'est pas un moi qui salue un moi, c'est Bouddha face à Bouddha. Donc les prosternations et les chants sont simplement l'actualisation de l'esprit de zazen avant le retour à la vie quotidienne, pour ce qui nous concerne, une manière de renouer avec le mouvement et l'expression au sortir de la concentration immobile et silencieuse. De même, avant que l'on sorte du dojo, on est en zazen face au mur, au pied du mur, dans une grande solitude apparente, et quand on se retourne, c'est bien de se retrouver face aux autres et de s'harmoniser dans les chants et dans tous les rituels. Les personnes qui sont habituées un peu aux cérémonies, qui sont responsables des sons et des déplacements dans le dojo, savent très bien que c'est complètement le reflet de la pratique de zazen. Là, on est ensemble, et le moindre incident peut briser, même temporairement, cette l'harmonie. C'est comme un orchestre, en fait. Donc, conçue de la sorte, la cérémonie est un excellent miroir de l'harmonie qui règne dans le dojo comme en chacun des pratiquants. De même lorsqu'on chante, notre propre voix n'est jamais tout à fait identique, elle est exactement le reflet de notre état intérieur. Mais il ne faut pas se focaliser là-dessus, on s'harmonise avec les autres. Maître Deshimaru disait qu'il faut chanter avec les oreilles pendant les cérémonies : c'est un koan. Alors dans les monastères zen, les dojos, les groupes de pratique, les rituels permettent de donner une autre dimension à la pratique de la méditation. Les cérémonies aident à s'harmoniser avec les autres et sont souvent dédiées au bien de tous les êtres. Au moment des repas par exemple, lors des retraites, les chants invitent à développer l'esprit de gratitude pour tout ce qui a contribué au simple fait d'avoir à manger et de penser à ceux qui n'ont pas cette chance. Ces intentions à elles seules montrent que la méditation va bien au-delà d'une pratique de développement personnel.

Alors, généralement le matin, on chante la stance du kesa :

O grand vêtement de la libération

Chant de bonheur sans aspect

Se drapant dans l'enseignement du Thatagatha (un autre nom du Bouddha)

Nous faisons passer tous les êtres.

Ensuite, il y a l'Hannya Shingyo qui exprime le niveau ultime de la pratique. Je ne vais pas vous en parler plus, je ferai peut-être un *teisho* ultérieurement à ce sujet.

Et puis on chante le *Shiguseiganmon*, qui sont les vœux du bodhisattva : ces vœux sont un idéal spirituel destiné à se traduire dans nos actes et notre comportement. Ces quatre vœux, comme les dix préceptes que l'on reçoit à l'ordination, ne sont pas des injonctions à atteindre un but lointain ou du moralisme, mais une direction spirituelle.

Le vœu de faire passer tous les êtres, si nombreux soient-ils.

Le vœu de trancher toutes les passions, si nombreuses soient-elles.

Le vœu d'étudier toutes les portes du Dharma, si nombreuses soient-elles.

Le vœu de réaliser la voie du Bouddha, si insurpassable soit-elle.

Comme vous pouvez le constater, c'est impossible et c'est tant mieux ! C'est le signe que notre voie n'est pas un dogme figé mais le fruit d'un élan, d'une inspiration altruiste exprimée dans le premier vœu, faire passer tous les êtres avant nous, mais nous englobant également par l'expression des trois autres vœux, sagesse et compassion allant de pair. Et la sagesse et la compassion, au sens bouddhique, ne sont pas données, ne sont pas acquises par la simple volonté, par la simple lecture, par la contrainte ou l'esprit de devoir. Ces vœux ne sont pas un code auquel nous devons nous conformer, ce qui entraînerait découragement et culpabilité quand nous échouons. Mais ce sont les fruits de *Gyoji*, la répétition de la pratique, semaine après semaine, mois après mois, année après année, je pourrais presque ajouter vie après vie. Comme les dix préceptes, ils sont le fruit de la réalisation de notre nature originelle, entraînant l'expérience du sentiment de non séparation et en même temps, ce sentiment de non séparation que nous vivons en zazen nous fait comprendre et intégrer les quatre vœux du bodhisattva. Alors nous pourrions nous comparer à un galet de plus en plus poli et arrondi parce que roulé encore et encore par la mer.

Ensuite, souvent on chante le *Gojushichi Butsu* (pas le soir), le sutra des patriarches, qui exprime la gratitude et l'inscription dans une lignée très ancienne. Mais ici le soir, l'ino chante le *Fueko* qui est la dédicace universelle.

Puissent les mérites de cette récitation s'étendre à tous en tous lieux, afin qu'ensemble avec tous les êtres sensibles, nous puissions réaliser la voie de Bouddha.

Cette dédicace adressée à tout le monde comme vous avez pu le constater, peut inclure une personne particulière à laquelle nous envoyons l'énergie de notre pratique. C'est ce qu'on appelle le transfert de mérites. C'est encore plus fort dans les *Kito* qui sont dirigés vers plusieurs personnes à la fois : exercice très puissant.

Et enfin il y a le *Ryaku Sambô*, ce qu'on appelle le *Ji Ho San Shi*, à tous les bouddhas.

A tous les bouddhas passés, présents et futurs dans les dix directions.

A tous les bodhisattvas et les patriarches.

Le sutra de la grande Sagesse qui permet d'aller au-delà.

Cette dernière partie est plutôt adressée à ceux qui sont sur la Voie, pratiquants, en souhaitant leur compréhension, au sens de réalisation, par l'expérience du sutra du cœur de la perfection de la grande sagesse, l'*Hannya Shingyô*.

J'ajouterai pour terminer, que tous ces chants, postures, mudras : *sampai*, *shachu*, *gassho* et même *kin-hin*, ont aussi des aspects kinesthésiques, psychomoteurs, vibratoires, unifiant le corps et l'esprit et renforçant la santé physique et mentale comme la pratique de zazen. Voilà, une autre fois je parlerai un peu plus, si vous participez à une sesshin ou à une journée, des cérémonies pendant les repas.

Je vous remercie pour votre écoute.