

Mercredi 12/09/18

Le mot bouddhisme a été créé par des intellectuels occidentaux au 19^e siècle. Dans l'Inde et la Chine du 5^e siècle avant JC et jusqu'au 13^e siècle après lui, on parlait du Bouddhadharma, le dharma du Bouddha. Au Japon à partir du 13^e siècle on parlait de Butsuda, la voie du Bouddha.

Cette expression la Voie du Bouddha exprime très bien ce qu'est zazen. Zazen est une Voie, c'est-à-dire une pratique. Il ne s'agit pas d'assimiler un cursus de connaissances mais de pratiquer avec le corps.

Ce terme de Voie indique aussi que c'est un chemin sur lequel on avance par la pratique. Un chemin qui nous conduit de la confusion à la paix, de l'insatisfaction à un bonheur stable, de l'égoïsme à un sentiment d'appartenance au grand Tout.

La Voie du Bouddha n'est pas un ensemble de dogmes auxquels il faudrait théoriquement adhérer. Le Bouddha disait : ne me croyez pas sur parole, je vous invite à vous mettre dans les conditions pour faire l'expérience que j'ai faite moi-même et vous en tirerez vos propres conclusions. Vous vérifierez par vous-mêmes par le biais de votre expérience si ce chemin est effectivement un chemin conduisant à la paix, à un bonheur stable et à une ouverture sur le monde, source d'un relationnel porteur de bienfaits et non pas porteur de pollutions diverses pour les autres.

Le cœur de ce chemin c'est zazen, l'assise silencieuse. En zazen on cesse de s'approprier quoi que ce soit et c'est ainsi qu'on peut revenir à la légèreté originelle de l'existence au lieu de porter un lourd sac à dos qui plombe notre vie au quotidien.