

EXAMINER LE SERPENT

La métaphore de la corde prise pour un serpent évoque à merveille l'illusion de l'ego. La corde, c'est ce qui est, tel que c'est ; le serpent, c'est l'illusion qui cache le réel en projetant sur lui quelque chose qui n'est pas. De moi substantiel, il n'est pas ; de moi entité autonome et séparée, il n'est pas non plus.

Pour déjouer l'illusion du serpent projeté abusivement sur la corde, il faut examiner de près ce soi-disant serpent. En d'autres termes, examiner de près ce soi-disant ego. Mais, pour l'examiner vraiment, il faut un « lieu » privilégié. Ce lieu privilégié, c'est zazen, qui permet d'observer en toute neutralité les cinq agrégats (le corps, les sensations, les perceptions, les volitions et les pensées), ainsi que le recommande le Bouddha dès ses premiers enseignements. Que voyons-nous alors ? Des fonctionnements et des processus d'apparition et de disparition de sensations, de volitions, de pensées, de conditions physiologiques. Et nous observons que, s'il y a identification de la conscience à ces fonctionnements et processus, l'illusion de l'ego se met en place avec les conséquences qui découlent d'elle : naissance du clivage moi/autrui, moi/le monde ; émergence d'un sentiment d'incomplétude et vaines tentatives pour le combler en s'appropriant les objets du monde ; mise en place par cet ego de stratégies variées pour se défendre ou se mettre en valeur etc..., un peu sur le modèle de celui qui, prenant vraiment une corde posée au sol dans son jardin pour un serpent, se mettrait à trembler de peur ou se ruinerait en serum antivenimeux ou achèterait un fusil pour tuer le serpent sans avoir à l'approcher ou se réjouirait de pouvoir bientôt vendre sa peau à un bon prix. Ce tragique malentendu ressemble à celui de l'homme aux prises avec l'illusion de l'ego qui se pose maintes questions et traverse mille tourments qui n'ont de sens qu'à l'intérieur de son illusion. Le Bouddha nous a montré le chemin pour en sortir : examiner avec soin le prétendu serpent. L'examinant ainsi, on découvre qu'il n'existe pas. Retrouvant la corde, qui n'a jamais cessé d'être là, on retrouve la plénitude et la paix, qui n'ont jamais non plus cessé d'être là.

Gérard Chinrei Pilet (Mai 2014)

TROUVER LA PAIX SANS LA CHERCHER

Vous connaissez sans doute ce *mondo* célèbre entre Bodhidharma et son disciple Eka. Celui-ci demande :

- Maître, mon esprit n'est pas en paix, veuillez le pacifier.
- Montre-moi ton esprit et je le pacifierai, répond Bodhidharma.
- Je ne peux pas le saisir, lui répond Eka.
- Alors, dit Bodhidharma, si tu ne peux le saisir c'est qu'il est pacifié.

La plupart des gens conçoivent leur esprit comme quelque chose de substantiel alors qu'il n'est rien d'autre que les pensées. Il n'existe pas en amont des pensées, comme quelque chose qui produirait les pensées et pourrait de ce fait s'en distinguer.

Si beaucoup de gens souffrent dans leur esprit, c'est parce qu'ils s'attachent aux pensées ou aux émotions, collent à elles ou veulent les fuir. Si on cesse de s'y attacher, elles ne peuvent plus nous déranger, preuve que l'esprit n'a pas de substance. Quand on réalise cela, on cesse d'être dupe du jeu des pensées.

Ce *mondo* est important parce qu'il est au cœur de notre pratique et de notre condition d'homme. Pourquoi tellement d'hommes sont-ils troublés, agités, déchirés intérieurement, tracassés en permanence, inquiets, angoissés ? Parce qu'ils ne voient pas que leur esprit est à la fois existant et non existant. Ce que Bodhidharma cherche à faire comprendre à Eka, c'est qu'il n'y a pas d'esprit à pacifier ; il y a seulement des pensées à laisser passer, et alors cette paix sans commencement ni fin propre à la nature de bouddha se manifeste.

Si le Bouddha Sakyamuni était connu pour être toujours serein et en paix, ce n'est certes pas parce que la vie lui épargnait son lot de vicissitudes - il en eut beaucoup en effet - mais parce qu'il ne collait jamais à ses pensées, il les voyait comme elles sont : existantes mais non existantes.

La plupart des gens attendent que les événements leur soient favorables pour trouver la paix. C'est une grande illusion. À supposer que leur vœu soit exaucé, il s'agirait d'une paix superficielle et fragile, à la merci du vent capricieux des événements. La paix véritable, profonde et indestructible, c'est en tournant son regard vers l'intérieur et en laissant l'œil de zazen éclairer la nature réelle des pensées qu'on peut la trouver.

Gérard PILET (Octobre 2009)