



*Aucun bruit ne parvient à celui qui est assis dans la juste posture où les genoux poussent le sol: retraite silencieuse, sereine simplicité.*

*Les hommes ont toujours quelque chose à faire. Ils se comportent comme si des feux d'artifice éclataient devant, derrière, à droite, à gauche et ils ne savent plus où donner de la tête: « Je n'ai pas le temps... Je suis pressé... Je suis débordé... ».*

*Ils ont la tête pleine de contradictions et ne prennent jamais le temps de la remettre en ordre. Or, plus le monde devient compliqué, plus il est nécessaire de le simplifier, de l'unifier et de retrouver l'unité fondamentale. Si je vous demande pourquoi vous mangez ou buvez de l'alcool, vous répondez: « parce que j'ai envie de manger et de boire, alors je bois et je mange, c'est tout ». La plupart des gens ne savent même pas pourquoi ils agissent, c'est la raison pour laquelle leur vie est incohérente. C'est exactement comme le fou qui rit et qui pleure sans savoir pourquoi: « j'ai fait cela parce que j'avais envie de le faire... Je suis allé là-bas parce que j'en avais envie... ». C'est un comportement d'enfant. Ceux dont l'esprit est plein de contradictions vivent dans l'angoisse. A l'inverse, lorsque la pensée est unifiée, tout devient simple: J'ai de l'argent? Très bien! J'ai de quoi manger? Très bien! On m'offre trophées et médailles? Très bien! Les discours qui les accompagnent? Très bien... Acceptons tout ce bric-à-brac pour ce qu'il est.*

*L'important, c'est l'unité. Lorsque la vie disparaît, c'est la seule chose qui reste, c'est pourquoi il faut être très vigilant. Paisible et heureux, le moine demeure dans le silence et la sérénité de son ermitage. Ceux qui ne trouvent pas cette unité sont toujours malheureux. Nous ignorons pourquoi nous sommes nés êtres humains et personne ne le sait. Les parents nous ont mis au monde, on n'y peut rien, nous sommes là. Les animaux ne sont absolument pas différents de nous, nous sommes seulement un plus élaborés: l'homme est un animal qui fume, rien de plus. Il ne vivrait pas dans l'angoisse s'il avait un lieu unique où demeurer dans le silence et la sérénité.*

Maître Kôdô Sawaki

*Le Chant de l'Éveil, le Shôdôka de Maître Yôka Daishi  
Commentaires (extraits)*