



### *Des nouvelles de la vacuité....*

*Shikantaza -seulement s'asseoir- consiste à pratiquer ou à actualiser la vacuité. Même si vous pouvez en avoir une compréhension provisoire par la réflexion, c'est à travers votre expérience que vous devez comprendre la vacuité. Vous avez une idée de la vacuité et une idée de l'existence et vous vous imaginez qu'existence et vacuité sont des contraires. Mais, dans le Bouddhisme, ce sont deux notions de l'existence. La vacuité selon le zen ne ressemble pas à l'idée que vous pouvez en avoir. Vous ne pouvez atteindre une compréhension complète de la vacuité avec votre mental ou vos perceptions. C'est pourquoi nous pratiquons zazen. Les Japonais ont un mot, shôsoku, qui décrit ce qu'on éprouve en recevant une lettre de chez soi. Même si elle ne brosse pas un tableau complet, vous avez des nouvelles de votre foyer, ce que vos proches y font, quelles fleurs sont écloses...C'est cela shôsoku. Bien que nous n'ayons pas à proprement parler de nouvelles du monde de la vacuité, nous avons quelques indices ou échos sur ce qui s'y passe et c'est, en un sens, l'éveil. Quand vous voyez des pruniers en fleurs ou entendez le son d'un petit caillou qui heurte un bambou, c'est un message du monde de la vacuité. En dehors du monde que nous pouvons décrire, il existe un autre type de monde. Toutes les descriptions de la réalité sont des expressions limitées du monde de la vacuité. Pourtant, nous nous attachons aux descriptions et les prenons pour la réalité. C'est une erreur parce que ce qui est décrit n'est pas la véritable réalité et, si vous croyez qu'il s'agit de la réalité, c'est à cause de votre point de vue. D'une idée de votre moi.*

*Beaucoup de Bouddhistes ont commis cette erreur. C'est pourquoi ils étaient attachés aux textes canoniques ou aux paroles du Bouddha. Ils voyaient en elles le trésor le plus précieux, et se rappeler ses paroles était le meilleur moyen de préserver son enseignement. Mais ce qu'a dit le Bouddha n'était qu'une lettre du monde de la vacuité, juste une suggestion ou une aide de sa part. Si quelqu'un lit ses propos, ça n'aura peut-être pas de sens pour lui. C'est la nature des paroles du Bouddha. Pour les comprendre, nous ne pouvons nous fier à notre mental. Si vous voulez lire une lettre du monde du Bouddha, il est nécessaire de comprendre ce monde.*

Shunryu Suzuki Roshi  
Libre de soi, libre de tout. Extrait