

Commentaire sur Nisargadatta

Nisargadatta dit : « Les gens sont différents. Mais tous sont confrontés au fait de leur propre existence. » Chacun de nous est différent. Mais, au fond, chacun de nous est confronté au même programme de difficultés, de joies, de triomphes et d'échecs. S'examiner, voir ses défauts et ses difficultés, ses moments de honte, ses humiliations, c'est être témoin d'un échantillon de la nature humaine. Vous ne trouverez rien au fond de vous que je ne trouverai pas aussi au fond de moi. Bien sûr, la forme peut être différente, mais ce qui sous-tend la forme est identique. Buddha dit que la vie est souffrance, et cela vaut pour chacun de nous. Gurdjieff a suggéré un jour qu'une des façons pour nous de combattre l'égoïsme est de réaliser que tous ceux que nous rencontrons seront morts à plus ou moins brève échéance. Quand on reconnaît que d'ici cinquante, et à coup sûr cent ans, la terre sera peuplée de parfaits étrangers, tout comme elle l'était il y a cent ans, quand on adopte ce point de vue, quand on voit que tout individu est confronté à cette vérité, qu'il s'en rende compte ou non, que nous avons tous cette vulnérabilité, nous sommes peut-être moins enclins à juger les autres sévèrement, et plus portés à voir que ce qui nous semblait si important ne l'était peut-être pas autant. Le fait que nous sommes, tous et chacun, aux prises avec les mêmes difficultés est peut-être même susceptible d'éveiller en nous un sentiment de compassion pour les êtres humains.

Il dit : « "Je suis" est le fait ultime. » Dès qu'il n'y a plus "Je suis ceci" ou "Je suis cela", dès qu'il n'y a que être, alors il n'y a pas de pluralité d'êtres. Bien sûr, on ne peut même pas dire qu'il y a un seul être, on ne peut pas vraiment dire qu'il y a un seul "Je suis", quoiqu'il est assurément plus vrai de dire cela que de dire qu'il y en a plusieurs. Chacun de nous manifeste la lumière, à travers chacun de nous la lumière brille, chez certains elle est éclatante, chez d'autres elle est pâle. Elle peut être de telle ou telle couleur, mais c'est toujours la même lumière qui passe. « Qui suis-je? » est la question ultime à laquelle chacun doit trouver une réponse. C'est ce que nous voulons dire quand nous affirmons que la question « Qui suis-je? » ou encore « Qu'est-ce que Mu? » ou « Quel est le son d'une main qui applaudit? » ne sont pas des questions zen. Autrement dit, la question se trouve au cœur de chacun de nous. Heidegger est allé encore plus loin; il dit que chacun de nous est une question. Les psychologues parlent de la recherche de l'identité, mais cette question, ce besoin de savoir sont en quelque sorte motivés, alimentés par notre vulnérabilité. La question « Qui suis-je? » est une autre façon de se demander « Qu'est-ce qui est sûr? Qu'est-ce qui est vrai? Qu'est-ce qui est réel? Qu'est-ce qui est juste? Qu'est-ce qui est bon? Qu'est-ce qui est valable? » et c'est là le genre de question que chacun se pose, à sa façon. Et la question n'est pas seulement poussée à l'avant-scène par notre perplexité, mais elle est aussi aspirée par l'espoir.

Souvenez-vous que Bouddha a été exposé à l'impermanence sous la forme de la maladie, de la vieillesse et de la mort, mais qu'il a aussi rencontré un moine et a été exposé à la réalisation, à la plénitude. Nous sommes tous attirés, parce que nous

savons déjà tous qui nous sommes, ce que nous sommes. Je cite à nouveau saint Augustin : « Si vous ne m'aviez pas déjà trouvé, vous ne me chercheriez pas ». Et quand nous pratiquons, nous devons comprendre que ce que nous faisons, ce n'est pas simplement du Zen. En réalité, nous sommes en train de nous accomplir en tant qu'êtres humains. Il dit : « "Qui suis-je ? " est la question ultime à laquelle chacun doit trouver une réponse ». La personne demande : « Est-ce la même réponse ? ». Voilà une question qu'on pose souvent : le christianisme et le bouddhisme sont-ils la même chose ou y a-t-il des différences ? Il dit : « En essence, [la réponse est] la même, mais [elle est] diverse dans ses expressions ». Et il continue : « Chaque chercheur adopte ou invente une méthode qui lui convient, il l'applique à lui-même avec plus ou moins de sérieux et d'efforts ». Ce que le maître peut faire, c'est donner les grandes lignes de la pratique, l'orientation générale qu'elle doit prendre et, la plupart du temps, nous parlons de l'orientation ultime qu'elle doit prendre. Quand nous disons qu'il n'y a rien à faire, on peut dire qu'il s'agit là du sommet, de la cime de la montagne en quelque sorte, mais il y a tous les contreforts à escalader. On n'y échappe pas : il faut gravir la montagne. Lorsque nous nous initions à la pratique, on nous dit de suivre la respiration ou de compter les respirations, ou encore on nous donne un mantra, tout cela pour nous aider à apaiser l'esprit. Mais entre cela et le but, il n'y a rien à faire, chacun doit trouver sa propre voie. Nous devons pénétrer au cœur de ce qui est vraiment nécessaire. Bien sûr, ce qui est nécessaire, c'est d'établir le contact avec le réel, avec le vrai. La seule façon d'obtenir ce contact, c'est par l'authenticité, la sincérité, l'honnêteté ; si ces éléments n'y sont pas, si nous nous contentons d'accomplir des tâches parce qu'on nous a dit qu'il le fallait, nous ne faisons que conforter ou nourrir l'idée que « Je suis quelque chose ».

Il dit : « Chaque chercheur adopte ou invente une méthode qui lui convient, il l'applique à lui-même avec plus ou moins de sérieux et d'efforts, il obtient des résultats qui sont fonction de son tempérament et de ses espérances, il les coule dans un moule verbal et les érige en système, il fonde une tradition et commence à admettre les autres dans son « école de yoga ». Tout cela est fondé sur la mémoire et l'imagination. Aucune de ces écoles n'est sans valeur, aucune n'est indispensable ; dans toutes, on progresse jusqu'au point où il faut renoncer à tout désir de progrès pour rendre de nouveaux progrès possibles. À ce moment, on abandonne toutes les écoles, tout effort cesse. Dans la solitude et l'obscurité, le dernier pas se fait et en finit à jamais avec l'ignorance et la peur. » Ce qu'il est vraiment en train de dire, c'est qu'il y a toutes ces diverses écoles, il y a diverses méthodes et elles se sont toutes formées dans l'esprit de personnes aux prises avec leur propre quête de la vérité. Certaines d'entre elles, vous le savez, ne mènent pas loin. Très souvent, on entreprend un voyage qui avorte lorsqu'on suit le chemin qui nous est proposé. L'essentiel, c'est de ne pas surévaluer le système qu'on emploie pour trouver la vérité. La vérité existe indépendamment du système utilisé ou enseigné pour l'atteindre. Si tel n'est pas le cas, si la vérité est contenue dans le système, alors elle est simplement une autre forme, elle est simplement une autre croyance ou idée. Et ce dont personne n'a besoin, c'est d'une autre croyance ou idée. C'est pourquoi nous répétons sans cesse qu'il ne faut pas devenir bouddhiste zen. Le bouddhisme zen ne contient pas la vérité. La vérité, c'est vous. On ne trouve pas la vérité dans les koans. Ce sont des fenêtres qui nous

permettent de voir la vérité, laquelle n'est autre que soi-même. Si on surévalue l'approche, la méthode ou le système, on se prive de toute possibilité de progrès réel. Cela vaut aussi pour les sesshins. Il ne faut pas considérer la participation aux sesshins comme une fin en soi. Nous sommes des voyageurs, des personnes sur la voie, et le sesshin fait partie de la voie, ce n'est pas un endroit où on s'arrête. Cela est très important, parce qu'il est si facile de se laisser prendre par la méthode, par la voie, par l'enseignement, et d'oublier qu'il s'agit seulement d'un doigt qui indique la lune.

Il dit : « Le vrai maître n'emprisonnera pas son disciple dans un cadre rigide d'opinions, de sentiments et d'actions ». Voilà exactement notre propos. Ce que nous recherchons, évidemment, c'est de vous libérer, non seulement des idées, opinions et méthodes du Zen, mais aussi de vos propres idées, opinions et croyances. Car ces dernières créent précisément le voile, le rideau, l'écran qui filtrent toutes nos expériences et rendent notre vie terne et sans couleurs. Toutes les opinions, toutes les croyances, aussi exaltées soient-elles, quel que soit le nombre de termes qu'on puisse leur accoler, comme « divines », « glorieuses », « Dieu », « Jésus », « Bouddha » ou « Bodhisattva », ne sont à la fin que fadaises si on ne les dépasse pas pour se mettre en quête du soi, de l'ultime soi. Il dit : « Au contraire, le maître montrera au disciple patiemment, et à fond, la nécessité de se libérer de toutes les opinions et de tous les modèles de comportement. » Nous avons expliqué plus tôt qu'en devenant professeur ou médecin ou avocat, nous épousons les façons de faire de notre profession. Nous assimilons les idées qui dominent dans cette profession. Nous finissons, d'une certaine façon, par accorder à ces idées une valeur ultime. Il en est certainement ainsi dans le domaine scientifique à l'heure actuelle. Certains croient que la science nous a été transmise par les dieux, ce qui n'est pas le cas. Elle est le fruit de l'esprit humain. En conséquence, la vérité, qui ne se laisse pas enfermer dans ces idées, ces théories et pensées, dans ces comportements, échappe constamment à ces personnes parce qu'elles s'attachent trop, elles sont trop prises par les façons de faire et de croire du milieu où elles se trouvent.

Il dit : « Nous montrons patiemment, et à fond, la nécessité de se libérer de toutes les opinions et de tous les modèles de comportements, la nécessité d'être vigilant et sérieux ». Voilà. La vigilance. Rappelez-vous, nous disons parfois à l'heure de la pause : « La vigilance est la voie de la vie, la distraction celle de la mort. Les vigilants ne mourront pas. Les distraits sont presque déjà morts ». La vigilance, l'attention, la présence, l'esprit à l'affût. C'est pourquoi nous insistons autant là-dessus durant les sesshins; c'est pourquoi, à chaque pause, nous le répétons ou y faisons allusion. Les sesshins sont l'occasion rêvée de susciter et de développer cette vigilance, si bien qu'on arrive à y prendre goût, ce qui nous permet par la suite de continuer à être vigilant dans notre vie quotidienne. Il n'est pas suffisant de s'asseoir simplement sur une natte pendant une ou deux heures par jour; le temps passé sur la natte doit servir à produire l'énergie et l'attention qui peuvent être utilisées pendant la journée pour être vigilant, présent, éveillé, conscient. « Le maître montrera au disciple patiemment, et à fond, la nécessité de se libérer de toutes les opinions et de tous les modèles de comportement, la nécessité d'être vigilant et sérieux, de marcher de concert avec la vie partout où elle le portera, non pas pour en jouir ou en souffrir, mais pour comprendre et apprendre. » Autrement dit, il s'agit du troisième voeu que nous faisons : Les barrières infinies du

Dharma, je fais vœu de franchir. Il dit bien que nous ne vivons pas pour souffrir ou jouir de la vie, mais pour comprendre et apprendre. Autrement dit, chaque souffrance, chaque joie est une occasion d'apprendre, de voir plus profondément au cœur de notre nature authentique. Cela n'est possible que si nous sommes vigilants. Nous disons souvent que lorsque vous méditez le matin, il est bon de terminer la séance par les quatre vœux. Il n'est pas nécessaire de les dire à haute voix si cela risque de déranger les autres, mais vous pouvez les réciter en silence. Toutefois, lorsque vous récitez les quatre vœux, vous devez réaliser qu'il y en a un cinquième qui est sous-entendu. Ce cinquième vœu, implicite dans les quatre autres, est celui d'être éveillé, d'être vigilant, d'être présent. Il est inutile de faire les quatre vœux si on les dit en dormant ou si c'est pour continuer à dormir. « J'ai fait les vœux. Mon devoir est fait! » Bien sûr, cela n'a aucun sens.

« Avec un bon maître, le disciple apprend à apprendre, et non à se rappeler et à obéir. » Tout ce que cette personne dit est à considérer comme un défi, mais ne doit pas devenir une future croyance. C'est désolant lorsque les gens nous répètent ce que nous avons déjà dit ou régurgitent des phrases sur le Zen, telles que « Il n'y a pas de soi » ou « Il n'y a pas quelque chose », et ainsi de suite. On se comporte un peu comme des perroquets, parfois en réaction aux questions que je pose, « Qu'est-ce que vous êtes? » ou « Qui suis-je? ». Sans sourciller, la personne dit : « Le vrai soi est non-soi ». C'est de la foutaise. Pure foutaise. Il est de loin préférable que la personne arrive en disant : « Je ne suis pas d'accord avec l'affirmation que 'le vrai soi est non-soi'. Je suis quelque chose, je suis une personne ». Au moins, cette personne réfléchit vraiment. Il y a là un défi. Donc, il ne s'agit pas d'accepter tout ce qu'on vous dit. Et, encore une fois, bien sûr, cela s'applique non seulement à ce que dit cette personne, mais aussi à ce que disent les journaux.

« Avec un bon maître, le disciple apprend à apprendre, et non à se rappeler et à obéir. Satsang, la compagnie des sages, ne forme pas, elle libère. » Encore une fois, nous avons la chance d'être épargnés ici, mais nous n'oublierons jamais comment c'était quand nous nous sommes retrouvés, au début, à Rochester. J'avais un ami qui n'était pas bouddhiste zen et qui voyait tout cela d'un œil très sceptique. Il avait l'habitude de dire : « Tu sais, Albert, on les reconnaît à tout coup. Regarde, en voilà un, là-bas. » Et c'était immanquable : le type qui se promenait les yeux baissés, avançant à peine; on voyait qu'il essayait vraiment d'être un bon bouddhiste zen, d'entrer vraiment dans le moule. Mais c'est de libération qu'il s'agit. Ce n'est pas « Comment dois-je me comporter comme bouddhiste? » mais « Qu'est-ce qui est authentique, qu'est-ce qui est réel? Qu'est-ce qui est vrai pour moi? » Cette personne est toujours agacée quand les gens viennent dire : « Je croyais que lorsqu'on est bouddhiste zen, on ne doit pas faire telle ou telle chose », ou bien ils me voient boire une bière et ils disent : « Je croyais que lorsqu'on est bouddhiste zen, on ne doit pas boire d'alcool. » Il dit : « Méfiez-vous de tout ce qui vous rend dépendant. La plupart de ces prétendus « abandons au gourou » se terminent dans le désappointement, sinon dans la tragédie. » Voilà bien la triste réalité. Nous l'avons vu, entre autres occasions, dans ces terribles suicides collectifs, mais sans aller si loin, il y a des gens dont la vie est détruite par cette notion selon laquelle ils doivent s'en remettre entièrement au gourou, qu'ils doivent se

livrer corps et âme au gourou. Il dit « Heureusement, le chercheur sérieux se dégage à temps, rendu plus sage par son expérience ». Ensuite, la personne dit : « L'abandon de soi a certainement quelque valeur ? » Nisargadatta répond : « L'abandon de soi est le renoncement à tout égocentrisme ». Voilà bien ce que nous faisons. Non pas que nous renions la responsabilité de nos actions. C'est plutôt cet amour-propre, cette inquiétude, par exemple, de paraître sous un bon jour. Ou bien, c'est la crainte de faire un faux pas quelconque. C'est ce genre de souci, cette autocensure que nous exerçons pour que nos actions soient dans les règles. Il est étonnant de constater l'importance que prend dans la vie de beaucoup de gens cette autocensure pour que nos actions soient dans les règles. Freud, comme vous savez, a parlé du surmoi, cette forme de conscience qui domine le moi. C'est cet égocentrisme, cette autocritique qui est vraiment ce dont on doit lâcher prise. Et, comme il le dit, c'est impossible à réaliser, ce n'est pas quelque chose que vous pouvez entreprendre. Vous pouvez y aspirer, vous pouvez en voir l'importance, ou mieux, vous pouvez mesurer les limites imposées sur votre vie par cet égocentrisme. Néanmoins, ce n'est pas une tâche à laquelle nous pouvons nous attaquer. C'est quand il s'agit de nous transformer nous-mêmes que nous constatons les limites de notre pouvoir de décision à cet égard. Lorsqu'elles commencent à pratiquer le Zen, la plupart des personnes ont l'impression que, si les conditions le permettent, elles peuvent opérer toutes les transformations intérieures qu'elles estiment nécessaires ou importantes au bout du compte. Mais toute la pratique du Zen, répétons-le, est contenue dans la phrase suivante : « Que Ta volonté soit faite ! » En prononçant ces mots, on exprime qu'on a lâché prise de son égocentrisme. On ne s'abandonne pas à une autre personne par ce renoncement à soi-même. On s'abandonne à sa nature authentique. Nous tentons d'encourager les gens à voir que cette nature authentique est en fait une force très importante et réelle dans leur vie, simplement en soulignant le fait que, lorsqu'elles se lèvent de la natte, elles n'ont pas la moindre idée de ce qu'il a fallu faire pour se retrouver debout. La conscience ne sait tout simplement pas comment se lever. Je vous invite à examiner cela sérieusement vous-mêmes. Cet esprit conscient qui veut se transformer lui-même, qui veut se dominer, qui veut maîtriser la vie, et non seulement la sienne, mais aussi celle de tous ceux qui l'entourent, cet esprit conscient ne peut même pas se lever. Mais quand vous devez vous lever, vous vous levez. Et c'est vous qui le faites; ce n'est pas une quelconque autre force, ce n'est pas un quelconque dieu, ou autre chose encore. Lorsqu'on perçoit cela, on se rend compte qu'il y a une sagesse formidable, une puissance formidable, des possibilités formidables qui sommeillent là, et c'est à cela qu'on s'abandonne en fin de compte.

Il dit : « Cela arrive au moment où vous réalisez votre nature authentique ». C'est exactement cela. S'abandonner à sa nature authentique, c'est réaliser sa nature authentique, et vice versa. C'est pourquoi nous disons aussi que vous ne devez pas vous fixer de buts ou d'objectifs dans votre pratique, y compris le but de vous éveiller. Lorsque vous avez pour but de vous éveiller, vous vous faites une idée de ce qu'est l'éveil, et même si cette idée est très bonne, et qu'elle correspond très clairement et très bien à ce que peut être l'éveil à la fin, il s'agit néanmoins d'une idée et c'en est une qu'il faut dépasser et abandonner. Il n'y a pas d'éveil parce qu'il n'y a pas d'illusions, il n'y a pas d'ignorance. Même la connaissance est vide. C'est seulement en plongeant plus

profondément au coeur de nous-mêmes que nous devenons capables de lâcher prise, de pénétrer véritablement le fait irréfutable que nous n'avons jamais été liés. Nous n'avons pas besoin d'être libérés parce que nous n'avons jamais été liés. Bien que ce soit d'une façon altérée, nous vivons néanmoins nos vies en nous abandonnant à notre nature authentique. Nous ne pouvons faire autrement.

Il dit : « L'abandon de soi verbal, même accompagné de sentiment, a peu de valeur et il se brise sous les tensions ». Toute cette connaissance spirituelle que les gens obtiennent grâce à telle ou telle discipline finit par se briser sous les tensions. Cela comprend tout cet amour que les gens produisent par la visualisation et toutes ces marches où chaque pas est un pas de la paix, et ce genre de choses. Toute cette paix, tout cet amour sont oubliés au premier obstacle. La seule vraie paix, le seul véritable amour, la seule vraie compassion peuvent se manifester, réellement, lorsque vous pénétrez au coeur de votre nature authentique. Comme il dit : « Au mieux, [l'abandon verbal] indique une aspiration, pas un fait réel ».

Puis, la personne demande : « Si la vie est si merveilleuse, d'où vient l'ignorance? » Et Nisargadatta de dire : « Vous voulez traiter la maladie sans avoir vu le patient. Avant de vous interroger sur l'ignorance, pourquoi ne pas demander d'abord qui est ignorant? » Quelle est cette ignorance dont nous devons nous guérir? C'est la croyance que quelqu'un est ignorant, c'est la croyance qu'il y a encore quelque chose à connaître, à découvrir, à comprendre. Cependant, nous le disons souvent, chacun de nous sait, chacun de nous est connaissance. C'est là notre nature authentique. Nous avons dit plus tôt que nous devons utiliser chaque expérience de la vie afin de comprendre et d'apprendre. Il en est ainsi parce que, dans la vie, l'expérience nous montre que ce que nous pensions pouvoir faire, nous sommes incapables de le faire, ou elle nous apprend que ce qui nous paraissait omnipotent est en fait soumis à des forces extérieures. Parce que nous découvrons que notre arrogance était déplacée, la vérité émerge par elle-même. La vie n'est pas, comme certains le croient, une sorte d'université dont il faut réussir les cours; où, à chaque réincarnation, nous accédons à plus d'information et à une meilleure compréhension et où, étape par étape, nous gravissons les marches jusqu'au ciel. Ce qui se passe en réalité, c'est qu'étape par étape nous défaisons l'apprentissage que nous estimions si précieux, si nécessaire, si important.

Il dit : « Quand vous dites que vous êtes ignorant, vous ne savez pas que vous superposez le concept d'ignorance à l'état réel de votre pensée et de vos sentiments. Examinez vos pensées et vos sentiments au fur et à mesure qu'ils se présentent. Prêtez-y toute votre attention et vous verrez qu'il n'y a rien qui ressemble à de l'ignorance, il y a seulement de l'inattention ». Cela s'applique à la croyance qu'il y a un ego, un soi, un « Je suis quelque chose ». Cette croyance persiste par inattention. Parce que nous l'entretenons par habitude, nous ne nous arrêtons même pas pour l'examiner, nous ne lui accordons aucune espèce de considération. Pour le constater, il suffit de demander à quelqu'un : « Qui êtes-vous? » On vous regarde alors comme si vous aviez perdu la tête. La question « Qui suis-je? » est une question dont notre société connaît très peu de choses. Il dit : « Prêtez attention à ce qui vous inquiète, c'est tout. Après tout, l'inquiétude est une douleur mentale et la douleur est toujours un appel à l'attention ». C'est ce que nous entendons par vigilance. À un certain niveau, il

faut arriver à tout examiner. À un certain niveau, tout doit être éclairé par la lumière de la présence. C'est pourquoi nous disons que tout travail conscient n'est jamais perdu, ce travail qui se fait à la lumière de la présence. Même si, pendant longtemps, vous avez l'impression qu'il ne se passe rien, que vous n'avancez pas, néanmoins, pourvu que beaucoup de choses soient exposées à cette lumière de la présence, cette lumière de l'attention, alors, que vous vous en rendiez compte ou non, une transformation s'opère constamment. Il en va de même, mais à l'inverse, lorsque nous vivons dans l'inattention, dans l'obscurité pour ainsi dire : nous accumulons alors de plus en plus de difficultés.

Il dit : « Dès le moment où vous prêtez attention, l'appel cesse et la question de l'ignorance s'évanouit ». Autrement dit, il ne faut pas penser qu'il y a un état d'ignorance ou un état d'impureté qu'il faille surmonter. Ce n'est pas que nous ayons à nous purifier, ce n'est pas que nous ayons à nous éduquer. L'essentiel, c'est que nous prenions conscience de notre pureté intrinsèque, que nous prenions conscience que notre nature authentique, c'est déjà connaître. C'est sa qualité suprême, connaître-être. Voilà. Il dit : « Au lieu d'attendre une réponse à votre question, demandez qui pose la question. Qu'est-ce qui lui fait poser cette question? ». Et encore une fois, cela vaut pour tous les états. Si vous êtes anxieux ou inquiet ou en colère, la façon la plus directe de surmonter cela, c'est de demander : « Qui est inquiet? Qui est anxieux? » Il dit : « Vous verrez vite que c'est un esprit poussé par la peur de souffrir qui pose la question, et dans la peur, il y a la mémoire et l'anticipation, le passé et le futur. L'attention vous ramène dans le présent, dans le maintenant, et la présence dans le maintenant est un état qui est toujours là mais qu'on remarque rarement ». Revenir au présent. Lorsque nous disons : « Soyez présent. Soyez maintenant ». Maintenant est la vie éternelle. Maintenant ne passe pas. Maintenant n'est pas quelque chose qui arrive et qui repart. Nous arrivons et repartons dans le maintenant, mais le maintenant est éternel. Quand nous arrivons vraiment à être dans le maintenant, quand nous sommes vraiment présents, nous trouvons que le maintenant, et tout ce qui est maintenant, est soi-même.