

Genjôkoan de maître Dôgen

« Si un oiseau quitte le ciel ou si un poisson sort de l'eau, il meurt immédiatement. Il faut savoir que pour un poisson, l'eau est la vie et que pour un oiseau, le ciel est la vie. Un oiseau est la vie, un poisson est la vie. La vie est un oiseau, la vie est un poisson. Mais nous devons aller plus loin : il y a la pratique et l'éveil, ceci est la voie des êtres vivants ».

Il n'est pas possible de vivre séparé du monde. Ce monde est notre vie. Puisque nous faisons un avec lui et que nous sommes soutenus par toutes choses car nous faisons partie de l'interdépendance, nous avons le devoir d'en prendre soin. Ce monde inclut soi et autrui. Pourtant, nous devons (aussi) nous poser cette question : comment pouvons-nous vivre notre vie en ayant (à l'esprit) la perspective magnanime du Soi, des autres et du monde ? Pour se manifester, l'universelle et naturelle force de la vie doit être exprimée en tant qu'oiseau, en tant que poisson ou en tant que tout autre individu. Autrement, la vie ne serait qu'un concept abstrait. Elle ne peut pas se concrétiser sans le corps, l'esprit et les actions d'un être vivant. Qu'il soit minuscule, faible, illusionné ou égoïste.

Le Bouddha nous a encouragé à étudier et à nous éveiller à la réalité de tous les êtres (c'est à dire le Dharma) afin de pouvoir vivre en harmonie au sein même de cette réalité. Ordinairement nous pensons que la vie commence avec la naissance d'un corps et finit avec sa mort. Nous nous percevons donc comme le centre de la vie et tout, les autres et les choses, comme des objets à notre disposition pour satisfaire nos désirs.

Cette façon de voir est illusoire et cause de la souffrance à nous-même ainsi qu'aux autres. Notre pratique consiste simplement à pratiquer sans réserve, une chose à la fois et de manifester notre propre force de vie, moment après moment sans l'évaluer. C'est tout. C'est ce que maître Dôgen nous communique dans le Genjôkoan quand il déclare que la pratique et l'éveil sont une seule et même chose.