

Maka Hannya Haramita Shingyo – Le Soûtra du Cœur

*« Tous les bouddha des trois temps s'appuient sur la sagesse transcendante et atteignent l'insurpassable et authentique Éveil ».*

Le japonais *sanze* signifie « les trois mondes. *San* signifie « trois » mais *ze* signifie aussi « génération » ou « temps ». Insurpassable et authentique veut dire absolu. Il n'y a rien de relatif, il n'existe pas de séparation entre soi-même et autrui, entre soi-même et tout les existants. Ceci est l'éveil. Ici, le Soûtra du Coeur nous dit que grâce à *prajna paramita*, la sagesse transcendante, nous pouvons nous libérer nous-mêmes. Nous pouvons nous transformer et cesser d'être un esclave de la pensée ou du soi pour devenir un bodhisattva : nous nous servons de nos pensées, de nos illusions et de nos désirs comme autant de graines de sagesse que nous cultivons avec notre pratique. *Prajna* est appelée « la mère de tous les Bouddha ». C'est le mode de vie que le Soûtra du Coeur nous encourage à suivre. Se libérer de toutes les vues fausses ou de toutes les façons « inversées » de voir les choses signifie renverser les fondements de notre vie. C'est voir la Réalité et vivre en se basant sur cette réalité. Cette Réalité, c'est l'impermanence et le non-soi : rien ne demeure à jamais inchangé et il n'existe rien de substantiel. Tout change sans cesse et tout est soutenu par toutes les autres choses. Nous sommes tous relié, nous sommes tous Une seule force de vie universelle. Dans chaque activité il nous faut penser à comment en faire bénéficier tous les êtres vivants. Cela signifie essayer de faire de ce monde un meilleur endroit même si c'est de façon modeste. Il y a de nombreux problèmes aujourd'hui dans ce monde. Nous devons faire ce que nous pouvons afin de l'améliorer pour ceux et celles qui nous suivront. Chaque personne possède des capacités différentes mais chacune peut faire quelque chose, même petite, pour améliorer ce monde : c'est la pratique du bodhisattva.

*Maître Shohaku Okumura*