

Shôbôgenzo Zuimonki : enseignements de maître Dôgen

« Notes fidèles de paroles entendues » compilées par Koun Ejô (extraits)

(2-2) Un jour, Maître Dôgen nous a enseigné :

Pour nous écarter du soi égocentrique, voir l'impermanence est la chose la plus importante. La plupart des personnes en ce monde veulent avoir une bonne réputation et être appréciées non seulement d'elle-même mais aussi, des autres. A cause de ce genre de motivations erronées, nous ne pouvons pas progresser. Aussi, laissez tomber petit-à-petit l'attachement au soi égocentrique, suivez les enseignements d'un maître et vous progresserez. Pour faire des progrès, la chose la plus importante à garder à l'esprit est que nous devons simplement nous asseoir : peu importe que nous soyons perspicace ou stupide, sage ou idiot, si nous pratiquons zazen, nous nous améliorons de façon naturelle.

(2-8) L'impermanence est impétueuse. La vie et la mort sont la grande affaire de notre existence. Parce que notre vie est courte, si vous souhaitez apprendre et étudiez quelque chose, alors, pratiquez simplement la Voie du Bouddha et étudiez son enseignement, le Dharma. Des choses comme la littérature, la poésie sont inutiles. Il n'est même pas nécessaire de dire pourquoi nous ne devons pas nous y attarder : lorsque vous étudiez et pratiquez la Voie du Bouddha, ne vous engagez pas dans une foule d'études approfondies en même temps. Bien plus, nous devrions nous abstenir d'étudier les enseignements des écoles exotériques et ésotériques. De même, nous ne devrions pas être en adoration devant les paroles des Bouddhas et des Anciens. Pour ceux d'entre-nous qui manque de perspicacité, il n'est pas possible de se concentrer sur une seule et simple chose et de la maîtriser complètement. Il n'est donc pas bon de faire beaucoup de choses en même temps et d'ainsi perdre l'harmonie de l'esprit.

Traduit du japonais et présenté par Maître Okumura - 2022