

« Dans le Eiheishingi, maître Dogen parle des trois esprits ou attitudes qui doivent animer la vie réelle d'un bodhisattva : l'esprit vaste, l'esprit bienveillant et l'esprit joyeux. Pour comprendre ce qu'est l'esprit vaste, daishin, nous devons savoir comment nous percevons les autres lorsque nous faisons l'expérience de la réalité de la vie. Cette réalité est le soi connecté à toute chose. A travers elle, nous vivons la vie du soi unifié qui ne connaît pas de limite et duquel rien n'est exclu. L'esprit vaste est l'attitude de celui qui ne discrimine pas. Je ne me dis pas : « J'aime ceci mais pas cela. Je veux ceci mais pas cela » car tout ce que je rencontre est mon expérience de vie. Si je considère toute choses et ma propre vie avec un esprit vaste, je vois que mon existence ne se limite pas aux battements de mon cœur. Elle est contenue dans chaque expérience, partout où il y a la vie. L'esprit vaste du bodhisattva voit le soi comme un tout unifié avec l'univers et puisque tout ce que nous rencontrons est notre propre vie, nous manifestons cette vie au-delà de ce qu'elle est et de ce qui advient, sans discriminer. La réalité de la vie à laquelle zazen nous éveille est celle de vivre le soi qui n'est que le soi, un moment qui n'est que ce moment et de rencontrer sans cesse tout ce qui se présente à nous. En zazen, les pensées qui vont et qui viennent ne sont que le paysage de zazen. Lorsque nous lâchons prise aux pensées qui font des distinctions entre le pire et le meilleur, que nous arrivons à voir toute chose comme le soi universel alors, l'esprit vaste se réalise et nous accédons à une existence véritablement apaisée. »