



Le chemin bouddhiste, une démarche scientifique, une science de l'esprit.

Je suis très heureux d'être parmi vous tous aujourd'hui et je remercie de tout coeur les organisateurs du Souffle d'Assises de m'avoir invité. Si nous regardons les religions établies, bien sûr nous ne partageons pas entièrement les mêmes convictions. Néanmoins si nous regardons en nous-mêmes plus profondément alors nous pouvons voir que nous possédons tous le même esprit religieux, le même souffle.

Je voudrais commencer par un conte à la fois zen et africain que j'aime beaucoup, aussi je vous l'offre en cadeau :

Une fois dans une forêt sauvage vivait un grand oiseau blanc, comme une cigogne, qui habitait au bord d'un petit lac. Un jour alors qu'il se désaltérait en buvant l'eau du lac, il entendit une grande rumeur qui venait de l'intérieur de la forêt. Des quantités d'animaux débouchèrent en courant dans sa clairière et s'enfuyaient, des animaux sauvages, des petits, des grands, même des oiseaux et des insectes. Intrigué il demanda à l'un d'eux :

- Que se passe-t-il, pourquoi vous enfuyez-vous ?
- La forêt brûle, un immense feu a pris et détruit tous les arbres, impossible de l'arrêter aussi nous fuyons.

Le grand oiseau blanc décida alors d'apporter son aide pour sauver sa forêt. Il trempa ses grandes plumes dans l'eau du lac et s'envola. Au-dessus du feu il secoua ses ailes et fit tomber quelques gouttes de pluie sur l'incendie. Puis il retourna au lac, trempa à nouveau ses plumes et repartit les égoutter sur le feu. Il continuait et continuait, sans prendre aucun repos. Un mulot des prés le vit et lui dit :

- Si tu continues à t'épuiser tu vas finir par mourir. De toutes façons les quelques gouttes que tu verses sur cet immense incendie ne pourront pas l'arrêter. Alors vas-y, sauve-toi avec nous.
- Impossible, répondit le grand oiseau. Je le sais bien, je sais que je n'arriverai pas à éteindre cet incendie et que la forêt brûlera mais ces gouttes de pluie que je verse avec mes plumes sont la seule chose que je peux faire, alors je continuerai sans relâche jusqu'au bout de ma vie.

Il trempa ses plumes dans l'eau du lac tranquille et à nouveau s'envola vers le feu. Comment ne pas penser que dans notre monde d'aujourd'hui dominé par de grandes puissances, nous sommes semblables à cet oiseau. Pour le bouddhisme c'est la vie du bodhisattva mais également pour chacun et chacune, de bonne volonté, essayer toujours et encore d'éteindre l'incendie à la fois en nous-mêmes et au-delà de nous-mêmes.

Le titre de ces quelques mots que j'adresse aussi bien à vous tous qu'à moi-même est « Le chemin bouddhiste, une démarche scientifique, une science de l'esprit ». C'est un peu mission impossible mais je vais essayer dans l'esprit d'aiguiser votre intérêt pour notre discussion par la suite. J'ai passé la plus grande partie de ma vie comme physicien des particules élémentaires au CERN et comme moine zen, animé du désir d'approcher la nature des choses et mon existence réelle, aussi bien spirituelle que corporelle dans la pratique du zen et la vie quotidienne. Ces deux dimensions, la réalisation de l'éveil du corps-esprit unifié et la recherche scientifique ne sont pas pour moi séparées. De toute façon dans notre vie rien n'est séparé, nous sommes vivants, tout fait partie de notre vie.

En réponse à une question un jour le Bouddha dit à ses compagnons :

« Si je vous montre mon poing fermé et que je vous dis qu'il contient un diamant, si vous pensez que c'est vrai, vous devez alors me croire. Mais si j'ouvre ma main et que chacun de vous peut voir le diamant vous n'avez alors pas besoin de me croire. »

L'approche du bouddhisme et du zen est effectivement différente des religions monothéistes en ce sens qu'elle n'est pas fondée sur une croyance mais sur l'éveil à la réalité, bien que ses pratiquants sincères soient animés d'une grande foi intérieure qui soutient une détermination spirituelle ancrée dans leur esprit et vécue intimement dans leur corps également, par l'assise, le zazen. A la base, toutes les religions et les spiritualités sont soutenues par cette même foi, vécue intimement par chacun de ses pratiquants. Et c'est je pense ce qui nous relie humainement au-delà des différences de croyance et de pratiques.

« Pourquoi vivons-nous ? Qu'est ce que notre vie ? Comment résoudre le problème de notre existence ? » C'est ce que Bouddha a essayé de résoudre, mon maître Etienne Mokusho Zeisler disait également: *« Comment faire pour que la vie entière devienne religion, vérité ? Comment faire pour que toutes les circonstances de notre vie deviennent la Voie ? Il n'y a pas de demeure où aller. Il n'y a pas de demeure séparée de moi-même, séparée de mon corps et de mon esprit. La demeure de Bouddha, la vérité la plus haute, c'est notre propre vie. Dans toutes les circonstances, dans tous les aspects de notre vie, la vérité éternelle existe. »* Le diamant, cette vérité éternelle peut se dévoiler et être étudiée par le chemin bouddhiste qui se rapproche plus d'une démarche scientifique que d'une religion à proprement parler, il s'agit d'une démarche de notre esprit.

Principalement il s'agit d'une pratique de connaissance de soi-même de façon à se libérer des contraintes, des blocages, des peurs de notre moi qui nous emprisonnent pour être véritablement disponibles pour les autres, devenir naturel et ainsi participer sans séparation à la vie de toutes les existences sans en négliger aucune.

Cette démarche est à la fois l'étude de la Loi, de l'ordre du cosmos, et de soi-même. L'étude du Dharma est à la fois la loi humaine et l'ordre cosmique régissant toute chose. C'est la connaissance de soi-même et des conditions de notre existence, de notre esprit aussi bien que de l'environnement dans lequel nous vivons. Cela concerne tout : le chemin bouddhiste, la démarche scientifique et notre esprit dans un processus non pas de croyance mais plutôt de science. Ce processus doit mener à l'ouverture, à la compassion de tous et dans l'optique religieuse du zen ne doit nullement servir à renforcer notre moi, ni nous enfermer dans notre ego.

Un principe fondamental dans le bouddhisme et le zen est l'interdépendance de toutes choses, c'est à dire la non-séparation de toutes choses. L'interdépendance entre nous-mêmes et la nature est le principe général sous-tendant l'écologie. Un des graves problèmes de notre temps réside justement dans la séparation : séparation entre nous-mêmes et les autres au lieu de voir l'unité de l'humanité, ce qui donne lieu aux conflits, des fois même religieux, séparation entre nous-mêmes et la nature dans laquelle nous vivons, pour cela il n'y a qu'à penser au réchauffement climatique. Nous vivons tous ensemble sur la même planète mais malheureusement nous n'en tirons pas les conséquences pour l'instant et fonçons par les guerres et notre exploitation des ressources naturelles vers un monde impossible. Pour changer cela, cela nécessite de modifier le point de vue de notre esprit, d'arrêter de nous attacher à notre ego, et de modifier la vision que nous avons du monde. Le cœur du bouddhisme est l'éveil, s'éveiller à la réalité au lieu de continuer sur la voie de nos illusions, se connaître soi-même pour que notre ego devienne transparent au lieu de s'y attacher, et être ainsi disponible pour autrui.

Il peut être intéressant à cet égard de noter que la physique quantique certifie également par ses observations le principe universel d'interdépendance. Pour rappel la physique quantique est un domaine particulier de la physique qui s'applique à la frange énergétique située autour de la frontière entre énergie pure et matière. Depuis Einstein chacun sait qu'énergie et matière sont deux manifestations entièrement liées. Par exemple dans le microcosme de la physique des particules, un système lié, c'est à dire totalement interdépendant, comme deux grains de lumière à l'intérieur d'un atome, le reste quelle que soit la distance qui sépare ces deux grains. Toute modification de l'un d'entre eux entraîne immédiatement, dans une synchronicité, un changement chez l'autre. Ceci montre que même dans les régions les plus microscopiques de notre monde, l'interdépendance est un principe vérifié. Alors à l'échelle humaine, pour d'autres raisons macroscopiques, ce principe devrait également nous éclairer.

Comme dans toute autre religion, le bouddhisme considère deux dimensions : une dimension relative, exotérique tournée vers l'extérieur, une approche graduelle de notre connaissance et de notre éveil, et une dimension absolue, tournée vers l'intérieur de nous-même, immédiate, une illumination

siencieuse, une connaissance intuitive jaillissant de notre corps et de notre esprit. Shakyamuni, le Bouddha historique, fut un homme ordinaire et tout son enseignement fut destiné à aider les gens à sortir de leur souffrance existentielle. Egaleme nt à l'intérieur de nous-mêmes existe ce désir ardent de spiritualité, de religion, que nous ressentons comme la réalisation ultime de notre être humain, celle qui peut réellement nous satisfaire entièrement. Ainsi mon maître disait : « *Le zen est la Voie, le chemin qui mène à la réalité de la vie. Cette réalité de la vie, c'est Bouddha.* » Dans d'autres écoles cela sera je pense Dieu, Yaweh, Allah. Je voudrais discuter un peu avec vous ces deux dimensions qui ne sont nullement séparées l'une de l'autre et que le pratiquant va réunir en lui-même au cours de sa vie de pratique religieuse.

La dimension exotérique ou dimension relative.

Dans le bouddhisme, la dimension exotérique est celle qui mène à la réalisation de l'éveil et la dimension ésotérique est celle de l'éveil lui-même. Celle-ci, absolue, est essentiellement inexprimable car elle réside dans le fait de l'expérimenter soi-même, comme l'est la prière ou la foi profonde.

Dans la dimension exotérique, il y a le chemin bouddhiste, le chemin des bonnes pratiques, les quatre nobles vérités et le chemin octuple des actes de bien exprimés par Bouddha, l'apprentissage d'une haute éthique humaine, remettre l'ego à sa juste place et non en avant. Ce chemin comprend également la démarche de la connaissance. Cette démarche de connaissance s'applique donc à l'esprit lui-même, à notre expérience intérieure vue comme un objet d'étude, à la confrontation entre les idées que nous avons et celles des autres, la confrontation entre le monde matériel et spirituel dans lequel nous vivons tous les jours. Cette démarche-là est bien similaire à une démarche scientifique, même si l'objet des études est différent.

Sur ce chemin, cette Voie, la grande figure du bouddhisme mahayana est le bodhisattva, aussi parle-t-on également de la carrière du bodhisattva. En ce qui concerne le bodhisattva, je vous en donne un exemple tiré du sutra de Vimalakirti, un des grands sutras du bouddhisme mahayana. Cela vous permettra d'approcher mieux ce que c'est que de vous donner de multiples explications.

Un jour Mahakashyapa, le premier successeur dans la transmission du Bouddha faisait sa tournée d'aumônes. Entré dans la ville de Vaisali il parcourait uniquement les quartiers pauvres en mendiant sa nourriture. Il rencontra alors Vimalakirti qui lui dit : « *Révérénd Kasyapa, écarter ainsi les maisons des riches et aller seulement dans les maisons des pauvres est de la bienveillance partielle. En te basant sur l'égalité des phénomènes tu dois aller mendier en ayant toujours à l'esprit tous les êtres.* » En effet si Mahakashyapa n'allait pas dans les quartiers riches, c'est qu'il considérait que ceux-ci avaient déjà tout et donc il leur refusait les mérites liés au fait de nourrir un moine de la Voie. C'est ce qui s'est passé en Birmanie lorsque les moines ont tourné leurs bols d'aumônes vers le sol en refusant aux soldats birmans les mérites universels engendrés par leurs dons. Vimalakirti continue : « *C'est pour ne pas manger que tu dois mendier ta nourriture et pour détruire chez les autres la croyance à l'objet matériel qui est sans nature propre. Si, par cette unique boulette de nourriture tu peux combler tous les êtres et faire offrande à tous les Bouddhas et à tous les saints, alors tu pourras manger toi-même. Celui qui mange ainsi n'est ni souillé, ni non-souillé, ni fixé dans le monde de la transfiguration, le monde de la souffrance, ni fixé dans l'extinction de celle-ci et suis la Voie des Bouddhas.* » La pratique du bodhisattva est celle du grand oiseau blanc, celle du serviteur. Il s'agit de remonter ses manches à soi, non pas celle des autres.

Au début de sa pratique religieuse, chacun est poussé par un profond désir mais la réalisation de ce qu'il cherche ne lui est pas encore apparue, il ne l'a pas encore réalisée. Dans le zen nous pratiquons essentiellement zazen, qui est l'assise en silence réunissant le corps et l'esprit. Alors graduellement chaque pratiquant va petit à petit digérer tout un enseignement religieux par la lecture des grands témoins, approfondir sa pratique, car sans pratique cet esprit religieux ne peut se concrétiser ni s'ouvrir à une connaissance intime de soi-même et du monde. Le bouddhisme et le zen ont une vision particulière du monde des phénomènes et du cosmos qui les distinguent des autres visions. Chaque religion a bien sûr sa propre vision, créationnisme ou évolution, vie et mort, et différents concepts de ce que nous appelons l'au-delà. Alors quelques remarques sur la vision du zen, qui se trouve très proche de celle de la science moderne, issue des progrès scientifiques du 20^{ième} siècle, ceci pour suggérer un parallèle entre le concept majeur dans le zen de vacuité et la physique des particules.

Au temps historique du bouddhisme beaucoup croyaient que la terre était plate et qu'au milieu s'élevait le mont Sumeru, la plus haute montagne du monde. Bon, on a quand même heureusement fait des progrès dans notre connaissance depuis cette époque, grâce entre autres à une révolution dans la vision de la science.

Jusque dans les débuts de notre siècle, l'approche scientifique répandue en Occident a toujours été fondée sur l'observation des phénomènes extérieurs qui nous entourent, suivie d'une approche explicative logique sous formes de théories ou de modèles. L'homme observait son monde comme un objet d'études séparé de son être propre. La réalité de notre monde était perçue comme une entité réglée par des lois immuables encore inconnues, mais dont la découverte était considérée comme inéluctable et ne dépendant que des progrès à obtenir dans les moyens d'observation futurs. Beaucoup de gens partagent d'ailleurs encore cet avis, pensant que l'entière réalité peut être découverte à condition que les télescopes ou les microscopes soient assez puissants.

Cette approche a l'énorme désavantage d'entretenir une séparation entre l'homme lui-même et l'univers qui l'entoure. Ceci est d'ailleurs la cause principale des dérèglements de notre monde actuel dans les domaines de l'écologie et des relations inter humaines.

La première révolution de la physique quantique, née du besoin de dépasser la dualité ondes-particules, fut de mettre en brèche notre conception que sujets et objets d'observation étaient séparés. En physique quantique la façon dont nous observons un phénomène détermine l'état dans lequel il est projeté dans notre monde macroscopique. Quelle est alors la réalité fondamentale des choses si notre observation elle-même définit son état ? Pouvons-nous connaître leur réalité ultime ou seulement sa manifestation déterminée par notre méthode d'observation ?

Je rappelle qu'en physique quantique on se trouve dans une plage d'énergie située à l'orée de l'apparition de la masse, ou matière. En deçà de la limite de la matière observable, les objets sont indéfinis, ou seulement statistiquement définis, potentiels, et ne vont trouver leur existence réelle que lorsqu'on les pêche dans cette vacuité et qu'on les projette dans le monde de nos observations. Cette observation, détermine alors leur état, leur apparence dans le monde de l'existence réelle, sous forme d'énergie ou de matière. Ceci est très proche de la notion de vacuité dans le zen.

Dans la philosophie zen, la nature fondamentale de toutes choses, matière, êtres, phénomènes, est le vide. Toutes choses, tous les phénomènes, y compris ceux de l'esprit, proviennent de la vacuité et y retournent. Rien n'a donc d'existence propre, l'essence de tout est vacuité, et en particulier ce que nous appelons notre ego n'en a aucune. Mais cette vacuité contient toutes les potentialités. Tout y est indissocié et lié. Elle est par ailleurs inexprimable car sans réalité matérielle. Il est à signaler que la matière visible de notre univers ne représente que 4 à 5 % de sa totalité. Le reste est soit de la matière inconnue, soit ce qu'on appelle l'énergie noire, forme de vacuité habitée de champs énergétiques. De cette vacuité apparaissent des particules élémentaires observables pour un instant infime et qui disparaissent à nouveau dans ce champ inobservable directement.

Les concepts de vacuité dans le zen et dans la physique actuelle semblent se rejoindre : dans le zen d'une part une vacuité habitée par toutes nos potentialités qui forment ce que nous pourrions appeler l'essence de nous-mêmes, et d'autre part vacuité première de l'univers d'où sont apparus les phénomènes telles que la matière. Ce qui donne lieu à l'apparition de la matière, à la masse des particules élémentaires, n'est pas une masse propre qu'elles posséderaient mais est due à une concentration locale de l'énergie présente dans cette vacuité. C'est un peu comme de la limaille qui ne devient visible que sous l'action d'un aimant lorsqu'elle est suffisamment concentrée pour être observée. L'essence de la matière, sa source, son origine se trouve donc dans cette vacuité et y retourne. Tout apparaît et disparaît, tout est impermanent.

Que pouvons-nous envisager alors sur notre vie ? Tout cela a-t-il une influence sur notre façon de voir les choses ? Oui, absolument. C'est là que le bouddhisme offre une vision différente de la vision commune de la réalité.

Existiez-vous avant la naissance de vos grands-parents ? L'univers existait-il avant le big-bang ? Oui et non. Oui, car rien ne peut venir de rien, et non, au sens de ce que nous appelons l'existence. Les deux sont vrais selon ce qu'on entend par le terme existence. Un exemple.

Avant votre naissance où étiez-vous ? Vous n'existiez pas comme personne particulière mais néanmoins tous vos éléments constitutifs existaient déjà génétiquement ou dans la nourriture absorbée par vos parents, bref dans un monde indissocié. Et puis vous êtes nés, c'est l'existence. Vous avez pris une

forme propre mais en essence vous êtes fait de tout ce qui existe et ne pouvez pas dire que vous n'existez que par vous-même. Vous êtes une forme, constamment changeante, constamment en évolution, sans aucun aspect permanent et provenant de la vacuité, du Tao ou du Dharma. A votre mort cette forme se dissoudra à nouveau dans l'indissocié. Il y a à la fois naissance et mort, et non-naissance et non-mort. Inutile donc d'avoir peur.

Comprendre que tout n'est que forme et que rien, ni personne, aucun ego, n'existe que par lui-même est un fondement du bouddhisme. C'est la grande sagesse. Quelle en est la conséquence ?

Comme tout est forme, qu'il n'y a aucun noumène, et que tout change constamment, il est illusoire de s'attacher à quoi que ce soit, ce qui est l'origine de la souffrance. Comprendre qu'il est illusoire de pouvoir se rattacher à quoi que ce soit de permanent peut être de prime abord effrayant pour certains, mais de toutes façons rien n'est permanent sauf cette vacuité infinie de l'univers et de l'esprit. « *Même si vous aimez les fleurs, celles-ci se flétriront, et même si vous détestez les mauvaises herbes elles pousseront.* » Tout est impermanent, notre vie, nos amours, nos désirs, nos malheurs, rien de tout cela n'existe en lui-même, tout est dans notre esprit. Ego, pouvoir, possessions, rien ne nous appartient en propre, tout est dans notre esprit, tout cela n'est qu'illusions de notre esprit. Le zen et le bouddhisme s'occupent de la vie, des êtres sensibles, vivants, de comment ils voient les choses, c'est donc bien une science de l'esprit. La seule réalité permanente est cette vacuité.

Bouddha dit : « *La vraie forme de Bouddha est le vide universel.* »

La dimension ésotérique ou dimension absolue.

L'autre dimension est la dimension absolue, immédiate, intérieure, ésotérique. Le terme ésotérique n'est pas ici à interpréter dans un sens magique, chamanique mais d'une dimension tournée vers l'intériorité. Cette dimension-là, une forme de grâce, d'expériences peu à peu intégrées, de prédispositions familiales, que sais-je, n'est pas accessible à tous. Son origine reste mystérieuse.

Plusieurs maîtres dans le zen y ont fait allusion.

Wanshi dit : « *Lorsque dans le silence tout mot est oublié, cela apparaît devant vous avec netteté.* »

Bouddha aussi : « *Prenez refuge dans votre soi-même, dans le dharma. Ne vous réfugiez pas chez les autres. Sans faire un pas, nous parvenons à notre destination, nous entrons dans le royaume absolu. La foi est immobile.* »

Dogen, un maître zen japonais du 13^{ème} siècle qui a apporté le zen soto de Chine au Japon après sa rencontre avec un patriarche chinois dit également : « *Si notre esprit n'est pas en paix, heureux, serein, nous ne ferons que souffrir des difficultés les plus grandes. Oubliez votre corps et votre esprit et précipitez-vous dans la dimension la plus élevée. A ce moment-là, vous pourrez trouver la véritable liberté.* »

Evidemment d'abord - faut-il le rappeler ? - il y a les besoins vitaux, pouvoir se nourrir, boire, avoir de quoi se loger et s'habiller. Aujourd'hui c'est loin d'être le cas pour une bonne partie de l'humanité. A cette aune là, la paix de l'esprit et la liberté semblent des luxes inouïs. Mais même lorsque ces besoins vitaux sont satisfaits peut rester, dans l'âme humaine dirais-je sans connotation religieuse, une sorte de puits sans fond où l'être risque de se perdre. Il y a un poème de Charles Bukowski, le poète américain de l'humour, de l'alcool, du sexe aussi qui dit – je vous le traduis :

*Il existe dans notre coeur un endroit qui ne sera jamais rempli
Un espace
Et même durant les meilleurs moments et les temps les plus merveilleux
Nous le saurons
Nous le saurons plus que jamais
Il existe dans notre coeur un endroit qui ne sera jamais rempli
Et nous attendrons, nous attendrons dans cet espace.*

La vérité de notre existence, notre dimension humaine et notre foi reposent dans cet endroit. Lors du zazen, l'assise, la posture du corps, la respiration, l'attention et l'observation de l'esprit sont unifiées. C'est pourquoi l'on parle de la posture du corps-esprit. Corps-esprit abandonnés veut dire qu'ils ne sont plus vus comme des objets ; seul le sujet lui-même est présent et la tranquillité surgit. Dans ces instants cette posture agit comme un miroir et il est

possible de voir son esprit, sa clarté, en fait son esprit dénué de toutes pensées conscientes. Tout est là, les illusions disparaissent d'elles-mêmes, l'être est finalement entièrement satisfait.

La dimension ésotérique est celle de l'intuition, de la foi, de la certitude intérieure. Souvent cette dimension-là est mise en opposition avec la démarche scientifique, elle-même exotérique. Au cours des siècles cette démarche intérieure a été beaucoup dévaluée par rapport aux notions objectives, aux quantités observables, aux démarches logiques et exprimables mathématiquement. Seule la science reposant sur les observations et la logique furent véritablement reconnues comme outils de connaissance dès la fin du moyen-âge. Néanmoins, à l'intérieur d'un être, ces deux démarches, ces deux chemins de vie, ne sont nullement en opposition à condition de sortir d'une logique bloquée sur une dualité telle que : soit c'est scientifiquement prouvé, soit cela ne l'est pas. Acceptons les deux, l'approche scientifique permettant de vérifier nos intuitions, et nos intuitions donnant une direction à suivre pour la science. Naturellement ainsi esprit scientifique et esprit intuitif, voir religieux, vont naturellement de pair. Il n'y a qu'un seul esprit.

Depuis l'époque de Maître Deshimaru qui a amené le zen soto en Europe dans les années 70, des frères dominicains pratiquent toujours le zazen et retrouvent dans le calme de leur esprit la présence de Dieu. Lorsque je travaillais comme physicien aux Etats-Unis, j'étais jeune et n'avais pas encore rencontré le zen. Un jour je mangeais à côté d'un collègue américain qui étudiait le Financial Times. En effet à cet époque ils pouvaient engager de l'argent de leur caisse de pension à la bourse, mal leur en a pris d'ailleurs, si bien qu'ils regardaient beaucoup le cours des actions de la bourse dans les journaux. Il me dit alors : « *Je fais cela mais cela ne me satisfait pas.* » Sans réfléchir je lui réponds : « *Qu'est-ce qui vous satisferait vraiment ?* » Il est resté bouche bée comme projeté dans un doute existentiel. Beaucoup de gens malheureusement sont ainsi. Ce n'est que plus tard que mon propre désir se réalisa lorsque je découvris la pratique du zen et rencontrai mon maître.

Rendre cet espace de notre cœur vivant est l'appel, le désir de tous. On le voit à notre époque mais peu de gens s'y engagent et donc restent avec ce creux intérieur. C'est dommage. Nous avons tous beaucoup d'aspects non éveillés et notre guérison interne peut être un jaillissement ou un processus graduel au cours des expériences de notre vie. Au milieu de toutes nos activités existe aussi le silence.

Unir à la fois la vie spirituelle intérieure et la vie quotidienne tournée pour la plupart du temps à l'extérieur demande une longue pratique de réalisation. Nul ne peut s'asseoir tout le temps seul au sommet de la montagne, il doit également comme un bodhisattva descendre dans la vallée où vivent ses frères et ses sœurs humains. Le chemin qui mène au sommet de la montagne est le même que celui qui en descend. Tout cela nous mène au non-attachement, à la

liberté, à la transparence de notre ego, à l'ouverture. Par cela nous pouvons sortir naturellement de notre souffrance existentielle, pouvons faire face à l'impermanence de toutes choses et réaliser que nous sommes entièrement interdépendant avec tous et toutes choses. En ce sens la compréhension de la vacuité des phénomènes, soit à partir d'une démarche scientifique, ou d'une observation méditative de notre esprit, en observant que nos pensées, viennent de nulle part et y retournent, est un diamant dans notre vie. Unifier notre vie spirituelle et quotidienne demande des efforts et de la détermination. Ceci semble se perdre actuellement dans notre monde moderne où le matérialisme, la soif, les divertissements et les illusions non réalisées sont monnaie de plus en plus courante.

Depuis les temps anciens du bouddhisme et du zen ou de toutes les religions, le monde a beaucoup changé. La grande période des monastères a touché à sa fin, l'information est infiniment plus rapide, la modernité est arrivée au milieu des traditions religieuses. Ce grand désir spirituel ne sait plus où se tourner avec toutes les offres de pseudo-spiritualités qui se présentent sur le marché. Ceci était particulièrement bien évoqué par Frère Benoît Billot, frère dominicain, lors d'une récente rencontre interreligieuse à Crêt-Bérard dans le Canton de Vaud. Les nouvelles générations ont des codes différents, comment les rencontrer ? Ceci est un immense challenge pour les traditions religieuses de façon à ce que les générations futures, et le monde futur, ne tombe pas dans un temps égoïste et obscur.

En Occident le zen n'est vieux que de 50 ans. C'est très court par rapport à son histoire de 2500 ans. Il n'a vraisemblablement pas encore eu le temps d'effectuer une synthèse, une unification avec la culture occidentale moderne. La condition des moines et nonnes zen est aujourd'hui très différente de celle en Chine, dans le Japon médiéval ou en Asie. Pendant la plus grande partie de ma vie, j'ai pratiqué le zen, très tôt le matin, et travaillé le reste de la journée. Un peu zen, boulot, dodo. La Voie dans le monde quotidien est appelée la Voie difficile mais elle procure un grand enseignement dans l'alternance et la confrontation de notre foi avec notre existence ordinaire d'être humain. A la sortie de son palais Shakyamuni était et resta d'ailleurs un homme ordinaire. C'est seulement au cours des siècles que le nom de Bouddha pris des consonances universelles. Nous sommes également les deux. A la fois l'océan peut être vu comme une étendue d'eau non diversifiée et unie, telle l'humanité à laquelle nous appartenons, et peut aussi être vu comme la réunion d'une immensité de gouttes d'eau, telles chacun d'entre nous. Nous sommes les deux. À la fois universels et particuliers. A la fois une partie petite de l'immensité du Tao, du Dharma, du cosmos, une forme du Bouddha vivant unifié, comme des particules venant de la vacuité et y retournant, et à la fois juste nous-mêmes avec notre vie et notre mort, nos soucis, nos déboires et nos joies. Tout est dans notre esprit.

Il s'agit alors de changer un peu notre esprit, notre point d'ancrage et de nous ouvrir à l'universel qu'il s'appelle Bouddha, Dieu, Yaweh ou Allah. Utilisons alors la démarche scientifique comme un support d'une connaissance élargie et non pour le profit ou l'exploitation, et la spiritualité ou religion qui habite chacun d'entre nous pour réaliser cet union favorable et nécessaire pour tous les êtres. Sauver tous les êtres est le premier vœu du bodhisattva. Pour le réaliser il ne faut pas avoir peur d'utiliser tous les moyens habiles, démarche scientifique, science de l'esprit et Voie spirituelle. C'est je crois notre défi actuel pour les générations futures.

Mon maître disait : « *Mon lieu de naissance, c'est ici et maintenant. Créez aussi la vraie liberté de votre esprit.* » Ainsi avec Bouddha nous pourrions dire, pour et avec tous : « *J'ai accompli la loi avec tous les êtres sensibles, avec les montagnes, les fleuves et les rivières.* »

Je vous remercie de m'avoir écouté et remercie à nouveau chaleureusement tous les organisateurs pour leur travail si engagé et les participants à cette réunion qui œuvre à notre compréhension mutuelle et en ce sens à la paix.