

L'enseignement Tch'an aux origines du Zen

Recueil traduit par Lu K'uan Yü

Préface par Vigyânânand (Dr Jacques Vigne) si.

(Version révisée en octobre 2008)

Ce texte a été prévu comme une préface au livre d'Henri Lalo en trois volumes sur les enseignements Tch'an. Cependant, comme le projet de publication n'a pas abouti depuis plusieurs années, je mets cette préface qui a pris la taille en fait d'un petit livre sur mon site directement, on y trouvera aussi la version anglaise. Mes réflexions reviennent à une étude comparée entre le Tch'an et la mystique indienne, en particulier dans ses aspects de védanta, de nada yoga de l'écoute du silence, et du Raja yoga concerné avec l'éveil de l'énergie intérieure.

Le Tch'an est la forme de l'enseignement non-duel qui s'est développée en Chine à partir du VI^e siècle. De cette tradition est né le Zen japonais. Le traducteur des textes qui suivent, Henri Lalo, m'a écrit pour me demander d'en faire la préface ; il avait lu mon ouvrage *Le mariage intérieur*¹, dont le fil directeur est à la non-dualité, c'est sans doute cela qui lui a donné l'idée de penser à moi pour cette préface. J'ai moi-même pratiqué assez tôt dans mon chemin spirituel la méditation zen, et ce que j'en ai appris à continué à influencer de l'intérieur ma pratique depuis 22 ans que je suis en Inde. Je suis donc heureux de pouvoir maintenant mettre par écrit ses réflexions qui sont en quelque sorte un travail de mystique comparé entre l'enseignement de l'Inde et celui du Tch'an.

L'enseignement du Tch'an est encore vivant de nos jours, comme le témoigne, dans le premier des trois volumes qui constituent la traduction d'Henri Lalo, les textes de Hsu-yun, décédé en 1959, et qui était le maître de Lu K'uan Yü, le traducteur de chinois en anglais de ces recueils. C'est un honneur pour moi d'écrire une préface à cette collection de textes fondamentaux. Henri Lalo a choisi de consacrer une partie du temps de sa retraite à ce gros travail qu'est la traduction des trois volumes de Lu K'uan Yü. Il a une double compétence pour cela, déjà plusieurs années de vie professionnelle aux États-Unis font que l'anglais est sa seconde langue maternelle, et encore plus, en tant de pratiquant de la voie du Tch'an et la voie non duelle en général depuis trente ans, il a pu développer une perception intuitive des réalités évoquées par les textes, ce qui lui a permis de les rendre clairement et précisément en français. De mon côté, le travail sur cette préface m'a rappelé cette période de mes études de médecine où j'allais pratiquer le matin au dojo de la rue Pernéty à Paris sous la direction de Taisen Deshimaru, c'était avant qu'il ne reparte au Japon où il est décédé. Entendre parler des réalités essentielles dès l'aube était une véritable bouffée d'oxygène, avant de passer des journées plutôt grises, il faut l'avouer, à avaler par cœur des listes de symptômes de maladie ou de dose de pilules à prescrire... La pratique de vipassana m'a aussi bien aidé à approfondir concrètement l'enseignement du Bouddha, et m'a donné une conscience beaucoup plus claire des rapports entre le corps et l'esprit : cela a certainement changé ma manière de pratiquer la médecine et la psychothérapie dans le cadre de mes années d'exercice de la psychiatrie. Il faut aussi ajouter que naturellement, vingt-deux ans passés en Inde dans un milieu d'enseignement traditionnel et ma vie actuelle d'ermitte en Himalaya me permettent de retrouver les textes du Tch'an à la fois comme de vieux amis, mais aussi avec des yeux neufs.

Le Tch'an parle le langage de l'incrédé². On interprète ce mot Tch'an comme *Tan tao chich ju* « l'entrée, la pénétration directe du simple couperet. »³ Il y avait dans la seconde moitié du premier millénaire cinq écoles du bouddhisme en Chine, dont l'école de la Terre pure, *Ching-tsung* et celle du Yoga *Mi-tsung*, mais on appelait le Tch'an directement *Tsung*, c'est-à-dire l'École par excellence. Il est centré sur la transmission de l'éveil subit. Il se défend d'être ésotérique, ceci est attesté par les termes même du sixième Patriarche, Houeï-Neng, qui a été à l'origine des cinq sous-écoles de cette voie : « Ce qui vous a été exposé n'est pas ésotérique et si vous tournez votre regard vers le dedans, vous verrez que ce que vous appelez ésotérique est à l'intérieur⁴. »

Je ne répéterai pas toutes les explications utiles que donne Henri Lalo et Lu K'uan Yü dans leur introduction. Cependant, étudiant depuis 22 ans dans le milieu traditionnel de l'Inde, je pense que je pourrai contribuer à la compréhension de ces textes en soulignant la base commune du bouddhisme indien de l'époque et du Tch'an, un parallélisme intéressant et inspirant, mais qui n'est pas forcément facile à établir pour les lecteurs français.

La voie subite du Tch'an est basée sur un paradoxe fondamental, que les anciens exprimaient ainsi : « Il est facile pour l'homme de ce monde d'atteindre l'état de Bouddha [qui est immédiatement sous-jacent], mais il est vraiment difficile de mettre fin aux pensées erronées⁵ [qui le recouvrent]. » On pourrait dire que le Tch'an cherche à exprimer l'Inconnaissable, mais cette formulation même mérite d'après certains maîtres des coups de bâton ! En effet, tant qu'on n'a pas une expérience directe complète de cet Inconnaissable, de quel droit et d'après quelle autorité peut-on dire de Lui qu'il est inconnaissable ? On ne fait que répéter des paroles entendues de ci de là, c'est-à-dire, comme le dit une expression forte du Tch'an, « on ne fait qu'avaler la salive des autres... »

Ces paradoxes sont incarnés dans les célèbres koans (chinois *kung-an*), mot dont le sens original est jugement, décret, ce qui fait autorité. Ce sont des paroles brèves d'un maître dans laquelle le disciple doit s'absorber jusqu'à un arrêt complet du mental. Il s'agit bien plus de paradoxes ou de questions que de dogmes auxquels il faut se soumettre sous peine de l'enfer. Une notion proche en est le *hua-t'éou*, littéralement « tête » *t'éou*, de mot, *hua*, c'est-à-dire une formule dont on cherche le sens supérieur, la tête. La question elle-même devient une voie. On demandait à un maître : « - Quel est le plus court chemin qui mène à la sagesse du Bouddha ?

- il n'y a pas de plus court chemin que cette question ! »

Ces interrogations sont souvent paradoxales, par exemple, on insiste beaucoup dans le Tch'an comme dans le Zen sur l'attention au moment présent. Pourtant, un *hua-t'éou* de maître Hui-Chueh était : « Ne fais pas attention ! » Une de ses disciples qui a eu toutes sortes de misères, comme sa maison qui a brûlé, etc. les a pris avec philosophie grâce à la méditation sur cette injonction, et elle a finalement atteint la sagesse non duelle au-delà des contraires. Cela fait penser à un enseignement de Mâ Anandamayî dans l'Inde du XXe siècle : *achintâ param dhyâna*, « le non souçi, méditation suprême ! »

En lisant tous ces textes du Tch'an, un premier enseignement qui se dégage fortement, c'est une leçon d'humilité : combien d'aspirants, même de maîtres en formation, se sont pris des coups de bâton de leur propre maître car ils croyaient avoir saisi, mais en fait n'avez rien compris ! Il y a une grande différence entre « réaliser des choses » et réaliser « la Chose ». Houeï-nêng, le sixième patriarche du Zen, était illettré. Même quand la transmission qu'il avait reçu de son maître à l'âge de vingt-trois ans a été largement reconnue, il continuait à appeler ses auditeurs « amis instruits »⁶, y compris un jour un garçon de quinze ans qui était venu lui poser quelques questions. Un autre jeune qui mettait en doute sa réalisation de façon quelque peu insolente en lui demandant ce qu'il « voyait » ou non, c'est-à-dire ce qu'il avait

réalisé ou non, a reçu cette réponse: « Ce que je vois, ce sont les fautes de mon mental, ce que je ne vois pas, c'est ce qui est bien ou mal, juste ou faux chez les autres⁷. »

Maître Tao-tcheou, alors qu'il avait déjà quatre-vingts ans, allait d'endroit en endroit en priant qu'on l'instruise. Pourtant, on nous dit qu'« il méditait depuis quarante ans sur le mot "Wu" (littéralement non, rien) sans laisser s'élever une seule pensée"... Finalement, à un âge très avancé, il a obtenu l'illumination⁸.

Après avoir envisagé différents aspects de la non-dualité dans l'enseignement du Tch'an, y compris certains rapprochement avec *l'advaita* de l'Inde, nous aborderons en seconde partie l'écoute du son du silence dans cette voie du Tch'an. On en trouvera un certain nombre d'indications claires dans les textes qui suivent, c'est une méthode reliée traditionnellement au bodhisattva Avalokiteshvara (chinois *Kannon*). On sait qu'il s'agit du bodhisattva de la compassion qui est largement invoqué au Tibet par exemple par le mantra *Om mani padme hum*. Les dalaï-lamas sont considérés comme ses incarnations, destinées à protéger le Tibet. Il est la manifestation du Bouddha Amitabhâ (lumière *bhâ*, ineffaçable, *amita*) relié au culte très populaire de la Terre Pure. Pour ne pas fermer la porte aux pratiquants de ce genre de mantras, mais les faire évoluer à partir de cette récitation même, les maîtres du Tch'an ont trouvé un *hua-t'eou*, une question : « Qui récite le nom du Bouddha ? » Cette interrogation toute simple est un pont entre la voie de la dévotion et celle de la connaissance, car le sujet fini par être dissous dans une conscience supérieure. Dans mon ouvrage *La mystique du silence*⁹, j'ai développé les différents aspects de la pratique de l'écoute du silence selon les traditions principales. Il faut savoir qu'en Inde actuelle, il y a peut-être un million de personnes qui pratiquent cette écoute du silence, tout en vivant dans le monde, en particulier les membres du mouvement des Radha-Soamis originaire d'Agra.

Dans la Chandogya Upanishad, on fait l'éloge de *l'Udgîthâ*, « le chant d'en haut » qui n'est autre que ce son du silence qui se récite comme un fil d'argent continu, comme une sorte de Om subtil répandu dans le ciel. Les Tibétains en parlent de façon paradoxale comme de la « récitation sans récitation ». Dans la Bible, Elie a eu son expérience centrale de Dieu « dans le son d'un silence fin, subtil » en hébreu *qol (voix) demama (silence) daqqa* (subtil) (I Rois, 19, 12). Les soufis parlent de « l'appel du minaret intérieur » ou du « sultan des sons » et saint Jean de la Croix de la *musica callada*, la « musique silencieuse ». Le son est directement relié à l'éveil subit, ceci est évoqué par exemple quand on dit que la voie du Tch'an, c'est celle où on affirme qu'on peut atteindre la réalisation en un claquement de doigts. On cite l'exemple aussi d'un pratiquant qui a eu l'éveil en entendant le son d'un caillou rouler et heurter un bambou à terre.

Dans la troisième partie, nous mettrons en parallèle l'éveil subit de conscience dont parle le Tch'an et l'éveil d'énergie parfois subit décrit dans le Yoga et le Tantra. Par une formule, un geste, parfois simplement un cri, parfois même sans aucun changement extérieur (anupaya), le maître transmet une énergie à un disciple donné pour la vie. En Inde, c'est ce qu'on appelle *shaktîpat*.

Les enseignants du Tch'an faisaient attention à renouveler leur vocabulaire pour éviter que leurs disciples ne s'endorment dans la répétition : Te-ch'ien donnait par exemple cet avertissement de façon humoristique : « Une "bonne" formule est un pieu où un âne peut rester attaché un siècle¹⁰... » Pour bien comprendre le Tch'an, il faut se remettre dans l'ambiance des ermites-poètes de cette époque, par exemple Han-shan dont nous reparlerons. Michel Jourdan les a bien évoqués dans sa *Vie d'ermite*, d'autant mieux d'ailleurs qu'il est lui-même ermite et poète. On appréciera à ce propos son texte de méditations sur la nature, *Le journal du réel gravé sur un bâton*, qui a été récemment réédité¹¹, qui s'est directement abreuvé aux sources de l'esprit tch'an et zen. Yang-shia par exemple, un disciple direct de Houei-nêng, s'est retiré pendant quelque temps juste après son illumination, voulant semble-t-

il « digérer » ce qui lui était arrivé : « Après mon grand éveil, je demeurai dans une calme retraite sous les pins située sur un grand pic pour être loin du monde et méditer dans quelque cabane; j'y savourais d'un cœur léger le calme d'une vie tranquille.¹² » Rappelons aussi qu'Houeï-nêng lui-même a passé quinze ans à vivre dans la forêt après avoir reçu la transmission du Cinquième Patriarche.

Dans ce contexte de vie monastique aux pratiques régulières, il était important pour les maîtres de secouer leurs moines afin qu'ils ne s'endorment pas dans la routine et la bigoterie : « Le maître rapporta une histoire d'après laquelle: «L'Honoré du Monde [le Bouddha], après sa naissance, leva une main pour pointer vers le ciel et abaissa une main vers la terre, fit sept pas en avant, regarda dans la direction des quatre quartiers et dit: "Au-dessus et au-dessous du ciel, moi seul suis l'Honoré Unique."» Le maître ajouta: «Si je l'avais vu à ce moment-là, je l'aurais fauché avec mon bâton et j'aurais donné sa chair à manger aux chiens afin que la paix puisse régner sur le monde.» On voit mal un maître spirituel chrétien commenter de cette façon la parole du Christ : « Je suis la Voie, la Vérité et la Vie » ! Tout compte fait, cet enseignant avait raison en disant que si on cesse de faire dire aux fondateurs de religion qu'ils sont absolument uniques, cela coupera à la racine le besoin de guerre de religion et favorisera la paix du monde...

L'histoire de Hsing-Zen est également intéressante. Il est venu voir le Sixième Patriarche, et quand celui-ci lui a demandé de présenter ses pratiques, il lui a répondu : « Je ne me suis pas préoccupé des vérités sacrées¹³ [les quatre nobles vérités, qu'on entend répétées dans toutes les conférences d'introduction au bouddhisme]. » Il considérait que celles-ci étaient du domaine de la voie progressive, dans leur insistance sur le fait de se désintriquer progressivement de la souffrance, alors qu'il s'intéressait lui-même au niveau de l'éveil subit. Le Patriarche a authentifié son point de vue, et il avait une si haute opinion de lui qu'il l'a nommé chef de l'assemblée. La religiosité morbide peut toucher certains bouddhistes comme elle affecte aussi des membres d'autres religions. Ils peuvent tourner autour en rond autour des quatre nobles vérités, en particulier les deux premières : « Il y a la souffrance, il y a les causes de la souffrance... » Hsing-Zen s'est libéré de tout cela, et son maître a grandement apprécié. Ce dernier disait qu'un véhicule, *yâna*, n'est pas un but en soi, mais qu'il est simplement là pour mener à la destination¹⁴. Il se démarquait ainsi des disputes entre Hînayâna, Mahâyâna, Vajrayâna etc.

Qu'il me soit permis de raconter un rêve que j'ai eu lorsque je travaillais à cette préface. D'habitude, je n'attache pas tant d'importance aux songes, mais celui-ci était significatif dans le contexte de ce travail : « J'étais invité à une conférence sur le bouddhisme qui s'annonçait fort intéressante, avec beaucoup de bons orateurs qui étaient invités. J'étais en retard, et en arrivant près des portes de la salle, j'ai vu qu'on évacuait des tas de gens sur des brancards. Certains avaient le visage découvert et semblaient seulement blessés, d'autres au visage recouvert par le drap blanc semblaient bel et bien morts. Il y avait en particulier un grand chariot sur lequel gisaient des tas de vieilles dames visiblement décédées. Quand j'ai demandé ce qui s'était passé, on m'a juste répondu : « Les participants à la conférence ne faisaient pas partie des mêmes écoles... » Dans toutes les religions, il y a de nombreuses victimes de l'esprit de chapelle, et statistiquement, les vieilles dames sujettes à la bigoterie en semblent atteintes de manière plus fréquente et durable, d'où l'image de mon rêve. Heureusement, celles parmi elles qui ont une pratique sincère et ouverte peuvent aussi élargir leurs opinions et arriver à voir finalement les choses du point de vue de la Mère universelle.

Quels que soient les paradoxes que les maîtres du Tch'an aient utilisés pour réveiller les moines de leur somnolence pieuse, il ne faut pas oublier le rappel au bon sens de Lin-Tsi, lui dont le nom signifie tout simplement « le maître » : « Dans la salle, le maître dit: "Vous, moines, vous ne devez pas avoir de pensées erronées. Le ciel est le ciel, la terre est la terre,

une montagne est une montagne, un ruisseau est un ruisseau, un moine est un moine et un laïc est un laïc¹⁵." »

L'éveil subit non-duel, ou « comment ne pas confondre l'hôte qui reçoit et l'hôte qui est reçu ».

En français il y a double sens au mot *hôte*, il est à la fois celui qui reçoit et celui qui est reçu. Dans le Tch'an, ces deux personnages représentent les deux pôles autour desquels gravitent la méditation, on dirait dans le védanta le pôle de l'observateur et le pôle de l'observé. pour Shankarâchârya, la distinction est essentiel et lui a consacré un livre bref mais important, *drig-drishya viveka*¹⁶, « la différence de l'observateur et de l'observé ». La pédagogie des maîtres consiste à faire passer le disciple de l'attitude de l'invité, c'est-à-dire de l'identification à toutes ces pensées qui ne font que passer, à celle de l'aubergiste, c'est-à-dire de la nature propre, de la conscience de base qui regarde les voyageurs arriver et partir. Le maître à faire rimer pensées, passer et passé : en effet, la nature des pensées n'est-elle pas de passer dans le passé ?... Si l'on distingue deux niveaux d'observation, celui de la conscience individuelle supérieure, (en sanskrit *buddhi*), et celui de la conscience universelle, on peut alors désigner cette dernière comme celle qui reçoit l'invité, « l'hôte de l'hôte ». Dans le même sens, on parle aussi de l'opposition prince/ministre. La femme sage de l'Inde Mâ Anandamayi disait qu'elle voyait les maladies comme des entités qui pénétraient les autres ou elle-même. Quand on lui demandait pourquoi elle ne se débarrassait pas de celles qui étaient entrées en elle, elle répondait : «Elles sont mes visiteuses, mes invitées comme vous l'êtes, et donc je n'ai pas plus de raison de les chasser que de vous chasser vous ! »

Normalement, on distingue l'un de l'autre, mais en méditant sur l'Unité, arrive un moment où l'on ne peut plus séparer l'Un de l'autre, car le premier englobe le second, on pourrait dire pour continuer sur la même idée, que l'hôte, en son double sens de Celui qui reçoit et de celui qui est reçu, est à la fois l'Un et l'autre... Lin-Tsi insistait particulièrement sur la nécessité de revenir à la position de l'hôte, et dans sa traduction, Lu K'uan Yü n'hésite pas à parler aussi du « Self », c'est-à-dire du Soi. Quand on demandait à un maître : « Qu'est-ce que le Bouddha a dispensé toute sa vie ? », il a répondu simplement : « l'enseignement de l'Un¹⁷. »

Le koan célèbre : « Tout revient à l'Un, mais à quoi l'Un revient-il ? » fait penser à la formule des Upanishads souvent récitée en conclusion des rituels en Inde : « Om purnamidam... » «Om, ceci est l'Un,... et si l'on retire l'Un de l'Un, l'Un demeure ». Ce koan aurait de quoi faire réfléchir les mullahs et dévots islamistes qui assènent aux autres la suprématie du Un tel qu'ils conçoivent de façon limitée et finissent par assassiner en son nom leurs opposants. Il faut être atteint d'une singulière perversion pour faire cela, mais malheureusement, il s'agit d'un type d'atteinte psychique qui se répand régulièrement comme une épidémie dans de grands groupes humains. Les maîtres du Tch'an évitaient d'utiliser des termes spécifiques répétitifs pour désigner l'esprit. Souvent, ils employaient juste « celui-là, cela », ce qui rappelle bien sûr le *tat*, « Cela » des Upanishads. On désignait parfois les disciples éveillés comme « ceux qui savent que Cela est¹⁸ ». Un nom d'initiation religieuse en Inde est «Tanmaya », 'celui qui est pénétré de Cela'.

Le Yoga est d'emblée défini par Patanjali comme l'arrêt des vagues du mental. Dans ce sens, on peut dire que le Tch'an aussi est fondé sur le Yoga compris de cette façon essentielle, qui dépasse toutes les paires d'opposés. Han-shan dit par exemple dans un de ses poèmes :

*Si le cœur ne s'agite pas pour des futilités,
Le changement perpétuel ne saurait le troubler
Si l'on comprend cela,*

*On sait qu'il n'y a ni dos ni face*¹⁹.

Plus proche de nous, Hsu-yun disait au siècle dernier : « Quant aux méthodes dont nous disposons pour nous débarrasser des pensées erronées, il y a d'ores et déjà de nombreuses paroles du Bouddha Sakyamuni. Quoi de plus simple que le mot *arrêt* dans sa parole : "S'il s'arrête, c'est l'illumination²⁰." ? » Quand le mental devient aussi immobile qu'une pierre, on n'a plus d'anxiétés à propos des changements du monde ; Han-shan de nouveau nous le dit du fond de sa montagne :

*Les herbes tendres pour couche,
Le ciel bleu pour couverture,
Joyeux, la tête sur une pierre,
Je laisse ciel et terre poursuivre leur changement*²¹

Les moines étaient appelés des «hommes-montagnes», la réunion des deux caractères en chinois désignait d'ailleurs aussi immortalité. Du point de vue concret, cela signifie aussi que le pratiquant finit par avoir un corps en méditation aussi stable qu'une montagne.

La nature propre est souvent comparé à l'espace, ce qui correspond directement au védanta où l'on appelle le Soi *gagana-sadrishan*, c'est-à-dire « pareil au ciel ». Han-shan évoque ceci dans un poème qu'il a inscrit sur les parois des grottes de la montagne froide (*han*, froid, *shan*, montagne)

Les cinq montagnes sacrées, réduites en poussière
le Mont Mérou, montagne d'un pouce
l'océan immense, une goutte d'eau
sont contenus dans le champ du cœur,
où croît la graine de la sagesse,
qui recouvre jusqu'au ciel des cieux
un conseil à ceux qui aspirent au Tao
Ne vous empêchez pas dans les dix soucis.

Du point de vue de la neurologie moderne, on peut mentionner les travaux de d'Aquili et Neuberg²², qui montrent en substance que dans la méditation profonde quelle que soit la tradition, l'activité cérébrale se déplace des centres du schéma corporel proche de la scissure rolandique (sur les côtés de la tête) vers les centres frontaux responsables de la conscience de l'espace. De manière intéressante, on peut remarquer que c'est sur le centre du front, l'âjñâ, qu'on se concentre en yoga pour développer le sens de l'espace mystique, de l'océan de lumière, etc..

Dans le védanta, on parle du Soi en tant que Satchidananda, *être- conscience - bonheur*. De son côté, Houei-nêng définissait le *sambhogakâya* comme « le fait de recevoir le Soi, pensée après pensée, sans perdre de vue la pensée fondamentale [de la nature propre, de son vrai Soi]²³ ». La nature propre qui se contemple elle-même, instant après instant, engendre un émerveillement. Il faut rappeler que *sam-bhoga-kâya* signifie corps, *kâya*, d'expérience, *bhoga*, complète, *sam*, de jouissance complète. On voit que les deux notions sont proches. *Ta* signifie « grand » en chinois. En sanskrit, *Brahman* est de la même racine que *breit* en allemand et *broad* en anglais, et signifie aussi « grand, vaste ». Pour une oreille à mystico-poétique, on pourrait interpréter *Tao* en entendant le *o* comme l'exclamation universelle de l'émerveillement, c'est-à-dire que Tao prendrait alors le sens de « Grand émerveillement ». Même s'il s'agit d'une interprétation qui n'est qu'à moitié scientifique, elle convient bien pour la méditation... Il n'est pas jusqu'au génie de la langue française qui ne rapproche *merveille* et

éveil ; on pourrait dire : « qui ne s'émerveille, quand il est touché par une vague de la mer d'éveil ? »

L'origine indienne du Tch'an, apparaît par exemple dans la déclaration suivante : « ce Dharma est un lait pur de l'Himalaya, qui donne un beurre raffiné... »

Les ascètes qui ont donné à Houei-nêng son nom après sa naissance l'ont expliqué à ses parents comme *Houei* signifiant « doctrine », « Dharma », et *nêng* voulant dire « celui qui transmet ». Ceci dit, *nêng* signifie aussi le sud, et dans l'histoire du Tch'an, la doctrine du sud est devenue synonyme de doctrine subite, c'est donc aussi de cette façon que les Chinois de l'époque pouvait entendre le nom Houei-nêng. Il est intéressant de remarquer qu'il a reçu la transmission de son maître par sa *gâthâ*, sa strophe de poésie où il résume tout son enseignement, et où, en substance, il soutient qu'il n'y a pas besoin de nettoyer la poussière, car il n'y a pas de miroir sur lequel celle-ci puisse s'accumuler²⁴. Or, bien après sa mort, l'empereur Hsien-tsoung (806-820) lui a décerné le titre posthume de *Ta-chien*, « grand miroir » : la question se pose alors de savoir si ce miroir existe ou n'existe pas... Il semble que même après son départ, le maître ait voulu nous indiquer l'au-delà des paires d'opposés, en particulier celles de la non-existence et de l'existence. Le plus grand des miroirs est la Vacuité.

Le fondement de la doctrine de l'éveil subit, c'est que celui-ci peut survenir en un claquement de doigts, en un instant. On parle en sanskrit de *kshanam*, ce qui signifie un moment, souvent aussi bref qu'un clin d'œil. Bien que l'étymologie scientifique rapproche le mot de la racine *kri-*, « avoir du temps libre », pour une oreille sanskrite, il s'agit d'un mot très proche de *kshaya*, la destruction, *kshanam* voudrait alors dire « le destructeur ». Chaque instant détruit le moment précédent, et en ce sens il a une potentialité libératrice pour dissoudre les liens. Mâ Anandamayî disait qu'il y avait deux instants fondamentaux, celui de la naissance qui détermine le cours de notre vie en ce sens qu'il nous lance dans toute une série de conditionnements, et l'Instant qui détruit le temps, celui de la Libération. Elle aimait méditer sur l'image de la graine et de l'arbre, un symbolisme qui était également à la base des chants de libération, *gâthâ*, de nombreux Patriarches, en particulier à l'époque du Tch'an ; citons par exemple ce passage de Mâ :

Mouvement, repos, perdent leur distinction pour qui voit. Mouvement...Repos..., la graine enfouie dans la terre repose, mais dans le même instant, le processus de germination commence, un mouvement !

Si se mouvoir signifie ne pas rester en place, comment se fait-il qu'ici mouvement et repos coïncident ?

C'est ainsi !

De la même façon, chaque instant de la croissance de l'arbre est un point de repos et un passage...

Dès que vous avez trouvé le Soi, l'univers entier vous appartient. De même qu'en recevant une graine, vous recevez en puissance un nombre infini d'arbres, de même devez-vous capter l'Instance Suprême Unique qui, en se réalisant, ne laissera plus rien qui ne soit réalisé²⁵.

Cette idée de la toute-puissance de l'instant ne doit pas aboutir au nihilisme, en sanskrit *uchedana*, qui est décrit comme un extrême au même titre que la croyance en une substance éternelle. Les maîtres bouddhistes étaient de bons psychiatres, prompts à discerner chez ceux qui contemplaient le vide en tant que vide une dépression masquée par un discours apparemment beau de calme complet et de plongée dans la Vacuité, etc. En yoga, on critique aussi pour la même raison le *jada samâdhi*, le samâdhi inerte.

Il y a clairement eu une influence de la voie du milieu, *madhyamika marga* de l'école de Nâgârjouna (III^e siècle) sur le védanta (codifié par Shankarâchârya vers le VII^e ou VIII^e siècle) : on y insiste sur le Soi en tant que *dvanvâtîta*, au-delà des paires d'opposés, et donc comme aboutissement d'une voie du milieu. Nous y reviendrons dans la troisième partie sur *Eveil de conscience, et éveil d'énergie*.

Pour revenir à l'essentiel, le Tch'an nous enseigne à ne pas être la chauve-souris qui volète de ci de là dans les boyaux de la caverne du mental, mais à devenir comme l'aigle qui contemple directement le soleil. A témoin cette interprétation d'un rêve du maître Koueï-chan. pour tester deux de ses disciples avancés qui le servaient : il leur a raconté un songe qu'il venait de faire et leur en a demandé l'interprétation. Le premier disciple lui a apporté un bassin d'eau de forme ronde, le second un bol de thé rond aussi. Il a authentifié leur compréhension juste, car il a discerné dans leur geste clair comme un pictogramme l'évocation du rond de l'Unité, cette Unité qui s'était manifestée dans le rêve. Cette anecdote pourrait servir de koan aux psychanalystes qui savent faire des interprétations réductrices détaillées des rêves, ayant une certaine valeur, mais qui ont du mal à les relier directement à l'Absolu, à part certains jungiens qui s'intéressent plus au Soi que les autres thérapeutes.

Souvent, les disciples croient avoir trouvé le « pot aux roses ». Le rôle de maître Tch'an avec ses coups de bâton est de briser ces « pots aux roses » transitoires, jusqu'à ce que s'épanouisse dans le feu de l'expérience la véritable Rose de la Réalisation. Le sujet et l'objet sont comme des grains de poussière, l'espace et le temps également, quand la Grande Conscience se révèle, ils n'ont tout simplement plus de raison d'être.

Houeï-nêng a eu l'éveil quand il a entendu son maître, le cinquième Patriarche, lui lire dans la nuit le Soutra du Diamant (*vajra-cheddika prâjñâ-paramita sutra*) et arriver à cette phrase : « développer un esprit qui ne réside nulle part ». Il se trouve que j'ai l'habitude de lire chaque jour, dans l'ermitage sous les pins où je pratique, un verset de la Bhagavad-Gîtâ ; le jour même où j'ai pris connaissance de ce mode d'éveil de Houeï-nêng, le verset de la Gîtâ que j'ai lu disait ceci :

Celui qui a un esprit qui ne s'attache nulle part (asakta budhi sarvatra), qui s'est vaincu lui-même et qui a dépassé les souillures [de l'identification aux sens] atteint grâce au renoncement la perfection suprême qui n'engendre pas de karma. (18, 49)

Il se trouve aussi, coïncidence étrange, que quand j'ai décidé quatre ans plus tard de relire ce texte sur l'enseignement Tch'an pour le mettre sur l'internet, je venais de relire quelques jours avant ce même verset. Il s'agit du même message à un millénaire et des milliers de kilomètres de distance. Mâ Anandamayî abonde aussi dans ce sens quand elle dit :

Que pouvez-vous atteindre qui ne soit déjà là ? Tout ce qui a été trouvé sera reperdu. Pour se préparer à la révélation de Cela qui est éternellement, on dispose d'instructions, de diverses voies etc.. Mais ne voyez-vous pas que chaque sentier à une fin ? En d'autres termes, vous devez vous concentrer sur cette idée qui balaie toutes les autres et, une fois parvenus au-delà de tout idée, vous trouverez la révélation de Cela que vous êtes éternellement²⁶.

Si ceux qui pratiquent la non-dualité ne peuvent dépasser l'esprit de chapelle, qui y parviendra? Houeï-nêng avait cette expérience de l'Un au-delà de tout, cela transparaît dans la manière dont il présente le *tri-sharanam*, le Triple Refuge du bouddhisme :

Amis instruits, nous nous abandonnons à l'Un Illuminé, le plus honoré parmi les êtres à deux pieds²⁷ et nous nous appuyons sur lui.

Nous nous abandonnons à l'Un juste, l'Un le plus honoré exempt de tout désir et nous nous appuyons sur lui.

Nous nous abandonnons à l'Un pur, le plus honoré de l'Ordre et nous nous appuyons sur lui.

L'école sôto-Zen s'est répandue largement durant ces dernières décennies en Occident. Deux maîtres en ont été à l'origine, Tsao-chan et Tsong-chan, ils venaient respectivement des montagnes, *chan*, de Tsao et de Tsong, d'où le nom chinois de l'école, Tsao-tsong, qui a donné en japonais *sôto*. Lors de sa recherche errante du début, le jeune Tsong-chan est arrivé à l'ermitage du vieux sage Iun-ien. Là, il a obtenu un satori, est devenu son disciple et lui a posé avant de partir la question suivante : «Après *nirvâna* que vous m'avez donné, si quelqu'un me demande: «Pouvez-vous encore décrire la réalité de votre maître?» Que devrais-je répondre?» Iun-ien dit: «Vous devrez répondre: "Seul celui-ci est³."» Tsong-chan resta silencieux un long moment et Iun-ien ajouta: «En continuant ce travail [de recherche de la nature propre], le vénérable ami doit être très prudent⁴.»

A la fin de cette partie sur la Réalité seule et unique au-delà des contraires me revient à l'esprit le nom courant du Bouddha, Tathâgata, qu'on peut traduire par « celui qui est venu ainsi » *tahâ-âgata* ou celui qui s'en est allé ainsi », *tahâ-gata*. ce poème de conclusion du recueil de Han-shan, qu'il a dû graver sur quelque écorce d'arbre ou paroi de grotte dans sa montagne solitaire :

*maître Han-shan
toujours ainsi
habitant seul
ni vivant ni mort*

La question : « Qui écoute ? », un koan de l'éveil subit.

Nous avons mentionné au début de cette préface la question : « Qui récite le nom du Bouddha ? » C'est l'une manière dont les maîtres du Tch'an amenaient des pratiquants de la voix dévotionnelle de la Terre pure par exemple vers la voie de la Connaissance : ces fidèles étaient habitués dès l'enfance à réciter le plus souvent possible le nom du Bouddha au point que cela devenait comme un flux sonore continu en eux. Par cette question, ils pouvaient toujours profiter de leur entraînement passé mais en plus se retourner sur eux-mêmes : ainsi, ils en venaient à remettre en question la solidité du sujet qui est en train de réciter. Quand ils avaient tendance à s'endormir, c'était une question qui les réveillait. Ainsi, ils passaient directement vers la voie de la Connaissance. C'est une méthode simple qui m'a été expliquée également en Inde par des védantins tout à fait traditionnels. Il s'agit d'une pratique que Hsu-yun présentait comme une synthèse de différentes écoles à son époque, c'est-à-dire pendant la seconde moitié du XXe siècle en Chine. Elle est attribuée au bodhisattva Avalokiteshvara dans le Surangama soutra. C'est elle que Manjushrî a choisie quand le Bouddha lui a demandé quelle était la méthode d'illumination complète qu'il préférait. Ceci n'est pas si étonnant si l'on sait qu'un autre nom de Manjushrî est *Manju-svara*, celui dont la voix, *svara*, est douce, *manju*²⁸. Au fond, quelle voix peut-être plus douce que celle du silence ? Il y a près du Mont Kailash au Tibet une montagne assez élevée qui s'appelle *Manju-Parvat*, la « montagne douce », on pourrait y voir une allusion à ce bruissement du silence qui, quand il est perçu avec une grande continuité à l'intérieur, mène directement au sommet de l'état de Shiva ou du Bouddha, c'est-à-dire symboliquement le Mont Kailash.

On peut passer de façon continue de l'écoute d'un mantra de plus en plus subtil jusqu'à la perception du doux sifflement du silence. A ce moment-là, le mental s'arrête facilement, ce qui est interprété avec des mots différents selon les traditions : le groupe des Radha-Soamis et les écoles de bhakti en Inde parleront de l'union au gourou qui vous a initié au mantra et à l'écoute du son du silence. Dans la Méditation transcendantale, on évoquera l'expérience du Champ unifié et dans le bouddhisme, on parlera plutôt du dépassement de la dualité sujet-objet.

On fait observer dans le Yoga que *l'ajapa-japa*, cet état où l'on ne répète plus le mantra, mais on l'écoute se répéter, n'est pas différent de la koundalinî. Dans les deux cas, la respiration devient hyper-consciente. On dit souvent que l'observation directe de la respiration est apaisante, et c'est vrai pour les débutants : mais arrive un moment où elle devient réellement énergétisante, c'est comme si se mettait à fonctionner une usine marémotrice capable de capter l'énergie de ces marées montantes et descendantes que sont l'inspir et l'expir.

De plus, la monotonie du son intérieur facilite les arrêts en fin d'expiration, dans la réceptivité complète. Cette expérience est reliée aux trois parties de cette préface : déjà il y a une expérience non duelle au-delà du sujet de l'objet, en effet, quand le sujet se demande : « Qui suis-je ? », une réponse incontournable semble être : « Je suis celui qui respire ! » Cependant, quand cette respiration elle-même s'arrête, cette évidence s'effondre naturellement en elle-même. Il y a dans ce moment de pause respiratoire une absorption complète dans l'écoute du son, c'est le sujet de cette seconde partie, et il y a aussi un éveil d'énergie et de conscience dont nous reparlerons dans la troisième partie.

Dans la répétition du mantra, surtout quand celui-ci vient à se réciter tout seul (ce qu'on appelle en Inde *l'ajapa japa*), cette question « qui est en train de réciter ? » ou bien « qui écoute ce qui se récite tout seul ? » a un effet de réveil. Nous avons vu que ce genre de question est appelé en chinois *hua-t'eou* qu'on pourrait traduire par « avant-pensée », mais aussi par « avant-audition » : « Le *hua-t'eou*, c'est aussi le retournement de la faculté d'audition vers l'intérieur pour écouter la nature propre, afin que l'esprit (sujet) se dégage des objets externes. » Cet « avant-son », ce Son avant les sons n'est pas différent du bruissement du silence.

Écoutons maintenant ce qu'Avalokiteshvara dit précisément de cette méthode dans le Surangama soutra :

*«Au début, en dirigeant l'écoute (l'oreille)
Dans le courant de la méditation, cet organe devint détaché de
son objet.»*

Lu K'uan Yü commente ainsi : « Cette méthode consiste à tourner l'écoute vers l'intérieur, vers la nature propre pour entendre cette nature propre de sorte que les six sens²⁹ ne s'égareront pas au dehors pour entrer en contact avec les six objets externes. Telle est la réunion des six sens dans la nature de Dharma. » De là, Avolokiteshvara continue :

*«En chassant le concept à la fois du son et de l'entrée dans le
courant,
À la fois l'agitation et le calme
Devinrent clairement non-existants»
...Avançant ainsi pas à pas,
À la fois l'ouïe et son objet arrivèrent à leur terme.
Mais je ne m'arrêtai pas là où ils finirent.
...Lorsque la conscience de cet état et cet état lui-même
furent perçus comme non-existants,
La conscience du vide devint tout-incluante
Après l'élimination à la fois du sujet et de l'objet se rapportant*

au vide.

Alors la disparition à la fois de la création et de l'annihilation
Aboutirent à l'état de nirvâna devenant manifeste.»

L'ouïe et son objet qui arrive à leur terme évoquent la dissolution dans le son du silence. Cependant, celle-ci peut entraîner une torpeur, et nous avons vu que pour se réveiller, on se met à se demander : « Qui écoute ce son du silence? » A ce moment-là, on débouche sur une conscience vraiment non-duelle. Après avoir atteint ce stade, le bodhisattva Avalokitesvara dit:

«Soudain je sautai à la fois au-dessus du mondain et du supramondain et réalisai une clarté toute-incluante pénétrant les dix directions...³⁰ »

La prise de conscience du son est en soi un phénomène subit, si on n'y fait pas attention, il disparaît de notre conscience, si on y fait attention, il apparaît tout d'un coup. C'est peut-être en faisant allusion à cela que maître Hsu-yun, pour conclure une *sechin* de méditation où il avait enseigné cette méthode, s'est mis à frapper un morceau de bois et a seulement dit : « Le poisson de bois est frappé, le bol jaillit ! » Dans les monastères Tch'an, on frappe le poisson de bois pour appeler la communauté à table. Il y a donc un délai certain entre ce son et le moment où les moines commencent à prendre leur bol pour manger. Contrairement à cette réalité extérieure et commune, la perception du son intérieur fait jaillir immédiatement « l'expérience qui nourrit », elle est en soi un aliment immédiat.

Un maître dit : « Tandis que l'oiseau chante et les fleurs s'ouvrent, la lune atteint le courant³¹. » Ceci peut se comprendre comme une allusion à la Réalisation dans le courant de la vie quotidienne, mais on peut aussi y voir une indication de la pleine conscience (lune) du courant de son intérieur même quand il y a des bruits extérieurs, en occurrence l'oiseau qui chante, ou la distraction des sensations, qui sont comme des fleurs qui s'épanouissent sous notre peau. Du point de vue yogique, on peut aussi interpréter cette lune qui pénètre le courant comme la conscience stable du courant d'énergie qui monte à travers le canal central pour aboutir dans le troisième oeil. Elle n'est pas perturbée par des événements extérieurs comme un oiseau qui chante ou une fleur qui s'ouvre.

Un sage du Tch'an disait : « Il y a un écho dans chaque mot et une épée [de sagesse] en chaque maxime. » La perception d'échos de plus en plus subtils amène au son fondamental. Pour percevoir vraiment clairement celui-ci, une grande immobilité du corps est requise : d'où ces images classiques du Tch'an : dans la bûche de bois mort, le dragon gronde, le cheval de bois hennit, le bœuf d'argile tombé dans la rivière se met à mugir, etc.. C'est comme si une pensée de sagesse frappait un gong à l'intérieur de nous-même, la vibration de celui-ci correspond à l'expérience spirituelle et sa dissolution dans le silence au lien ultime qu'on réussit à établir entre la pensée explicite de départ et la Réalité.

Un maître du Tch'an du 16e siècle chinois, Han-shan, à ne pas confondre avec son prédécesseur et homonyme le poète, est parvenu à l'éveil subit en méditant sur ce son du silence au sein de la Montagne au Cinq sommets, un lieu de pèlerinage célèbre en Chine consacré au bodhisattva Manjushrî. Nous avons vu que ce dernier, de par son nom *Manjusvara*, était relié au son du silence. Il y a un symbolisme derrière cela. Les cinq sommets peuvent évoquer les sources des cinq courants des sens, c'est quand on réussit à rester stable, encore plus à l'intérieur de celles-ci, qu'on révèle sa nature de bodhisattva, c'est-à-dire qu'on développe la pureté, *sattva*, de la conscience, *bodhi*. Cette méthode était fondamentale pour Han-shan, on peut s'en apercevoir quand on regarde son commentaire des quarante chants de Réalisation, *gâthâs*, des Patriarches. Il en parle dès l'explication du premier gâthâ, alors que celui-ci ne fait pas de référence directe au son.

Un moine demanda à son maître: «Avec quoi l'homme du Tao doit-il être assez intime pour obtenir l'audition perpétuelle même avant d'entendre une chose?» Le maître répondit: « Les deux sont sous la même couverture³².» Il voulait sans doute dire que quand on a obtenu l'audition perpétuelle du son du silence, le sujet et l'objet étaient sous la couverture d'une même conscience unique.

On dit dans les soutras que tous les dharmas proclament d'une voix forte le Dharma. On peut y voir une allusion à la méditation sur le bruissement silencieux de la nature en tant que résonance de l'Absolu. Il y a un jeu de mots entre dharma qui signifie objet, et le Dharma qui signifie la Loi juste, le point commun entre les deux, c'est qu'il sont en fait la manifestation de la même réalité, de ce qui est. *Dhar-* signifie porter (cf. *ferre* en latin), dharma à donc un sens général de ce qui est supporté, objet ou réalité³³.

Le son fondamental est sans doute une des interprétations possibles de cette phrase quelque peu énigmatique de maître Tsong-chan, le fondateur du sôto-Zen : « Bien que le Dharma ésotérique ne soit pas du plan de ce monde, il n'est pas entièrement muet³⁴. »

Dans le *Soutra de l'Illumination entière* traduit à la fin du troisième volume, on insiste sur la triade *samathâ*, *samâpatti* et *dhyâna*. *Samathâ* signifie l'égalité complète, l'apaisement, *samâpatti* la rencontre par hasard, la coïncidence, et *dhyâna* bien sûr la méditation. Dans les significations données par le soutra, *samathâ* correspond à la concentration directe sur la Vacuité qui donne un apaisement complet, à l'immobilité, *samâpatti* à la perception de cette même Vacuité, mais au sein des phénomènes, au mouvement donc et *dhyâna* est la voie du milieu, qui permet d'aller au-delà de ces opposés. Si l'on applique cela à la perception auditive, *samathâ* représente le son du silence en tant que tel, perçu quand tout est tranquille autour, *samâpatti* la perception de ce même son du silence, mais sous-jacent à tous les bruits du monde, et *dhyâna* le dépassement de ces opposés dans une conscience réellement non duelle qu'indique Avalokiteshvara, nous l'avons vu. Cette « méditation du milieu », *madhya-dhyâna*, on aimerait pouvoir dire *madhyâna*, qui pourrait signifier « le véhicule du milieu »..., correspond en Yoga à la perception du son dans l'axe milieu, comme le bruissement du jet continu d'une fontaine. Le prâna en passant à travers un canal d'énergie produit un son, tout comme l'eau dans un tuyau Le tronc du corps devient alors comme un violoncelle à une seule corde, dont la vibration remplit tout l'espace. Ryôkan, un maître Zen plus tardif, fait allusion au son du silence comme un « koto sans corde », le koto étant l'instrument à cordes le plus répandu au Japon à son époque. Son itinéraire spirituel tenait à la fois du soto-zen et de cette écoute du silence qu'on pourrait surnommer *koto-zen*. Une autre évocation de cet axe central par laquelle monte l'énergie sonore est la flûte. Lin-tsi l'évoque sans doute dans le distique suivant :

*Lorsque la brise d'automne joue sur la flûte de jade,
Quel ami intime apprécie la mélodie ?*

Cela revient à poser la question « qui écoute ? » dont nous avons parlé précédemment. On pourrait dire aussi que lorsqu'un vent de détachement (l'automne, la saison où les feuilles mortes sont emportées par le vent) passe de façon impersonnelle à travers le complexe corps-mental purifié (le jade), le son intérieur devient perçu très distinctement, et il occupe tellement tout l'espace qu'on peut se demander s'il y a encore quelqu'un pour l'écouter. Le sujet n'est plus dissociable de l'objet, et n'a plus de niche, d'alcôve, de géode où il puisse se réfugier pour « espionner » le son de façon séparée.

Dans un autre passage, un maître Tch'an émet une réflexion intéressante : « On ne peut connaître le Dharma enseigné par les objets inanimés que quand la voix est entendue par les yeux. » Pour ceux qui connaissent l'Inde, cela évoque directement la pratique de l'écoute de la voix du silence au niveau du troisième oeil, une zone au centre du front qu'on appelle aussi la

dixième porte. Celle-ci s'additionne aux neuf « portes » orifices naturels du corps. Nous avons mentionné dans l'introduction qu'il y a environ un million d'indiens actuellement qui pratiquent de cette façon. Dans la tradition de la Terre pure, on dit qu'il n'y a que dans le Paradis de l'ouest où les objets inanimés puissent proclamer le Dharma. Mais le maître ramène l'expérience du Paradis à l'intérieur du corps ici et maintenant. – et ce qui permet ce miracle, c'est la perception directe et continue du son intérieur³⁵.

Deux poèmes de Han-shan relient de façon imagée ascension par l'axe central et son intérieur :

*Je gravis le chemin de Han-shan,
le chemin de qui n'a pas de fin
de longs torrents de pierres et de rocailles
de larges ruisseaux aux herbes épaisses
la mousse glisse, pourtant nulle pluie
les pins bourdonnent, pourtant nul vent
qui se dégagera du fardeau du monde,
pour venir s'asseoir avec moi dans les nuages blancs³⁶ ?*

Après la remontée du torrent (un symbole classique de l'axe central) le méditant arrive à la zone élevée du troisième œil où résonne le son du silence, là où « les pins bourdonnent, pourtant nul vent ».

Dans le second poème, le symbolisme est analogue, avec en plus une allusion au fait que l'entrée dans l'axe central fait bondir la conscience au-delà du temps :

*Été comme automne
le torrent secret susurre sans cesse
dans les hauts pins le vent souffle, souffle
pendant une demi-journée, assis,
j'oublie cent années de tristesse³⁷.*

Sans exagérer, on peut dire que celui qui reste réellement assis immobile pendant une demi-journée a déjà une certaine expérience de cette conscience au-delà du temps qui est source de toute joie intérieure...

On trouve dans le Sutra de l'Illumination entière une autre évocation du lien entre l'axe central et la perception du son intérieur : « Bien que ces pratiquants avancés soient encore dans le monde phénoménal, ils sont comme le son d'un instrument de musique atteignant de grandes distances ; [cette paire d'opposés qu'est] l'agitation mentale, *klesha*, et *nirvâna* ne peuvent plus les gêner³⁸. » Les paires d'opposés s'inscrivent dans la gauche et la droite du corps, et ce qui les dépasse dans l'axe du milieu. Les pratiquants sont « rendus loin » comme on dit. C'est pourquoi également on conseille de se concentrer sur un son très subtil : ainsi, on a l'impression qu'il vient de très loin et on peut de cette façon élargir sa sphère de conscience. Un peu plus loin dans le sutra³⁹, on dit que la concentration du milieu, *dhyâna*, est calme et sans passion comme le son d'une musique instrumentale. En Yoga, nous avons vu qu'on affirme que c'est l'énergie, *prâna*, qui provoque le son intérieur en s'écoulant à travers les canaux, comme de l'eau émet un bruissement doux et continu en passant à travers un conduit.

Par ailleurs, est-ce qu'on ne pourrait pas voir dans les longues oreilles du Bouddha, entre autres interprétations, tout simplement une allusion à sa capacité de percevoir clairement le son fondamental ? Parmi les grands bodhisattvas, l'un d'eux s'appelle « celui qui peut discerner

le son⁴⁰ ». Ce qualificatif n'aurait pas de sens s'il s'agissait des sons ordinaires, car cela voudrait simplement dire que le bodhisattava n'est pas sourd. Il s'agit donc d'un son subtil, fondamental.

Le pilier d'Ashoka à Sarnath représente quatre lions en train de rugir dans les quatre directions de l'espace. C'est le symbole même de l'enseignement du Bouddha, un son qui emplirait l'espace jusqu'à ses confins. C'est un signe tellement fort qu'il a été choisi par Nehru et ses collègues comme symbole du gouvernement de l'Inde. Malgré cette image du lion pour impressionner les masses, Subhuti, un disciple avancé du Tathâgata, disait qu'« il écoutait l'enseignement silencieux du Bouddha en se bouchant les oreilles⁴¹ »...

Il ne s'agit pas de disqualifier la pratique du son extérieur, par la répétition des soutras ou de formules pas exemple. Houei-nêng disait de façon concrète que par la répétition, « un moment vient où l'esprit s'unit à la bouche⁴² ». Il conseillait de façon fort poétique à un aspirant qui se plaignait de réciter trop mécaniquement le soutra du Lotus : « Si tu es convaincu que le Bouddha est sans paroles, alors de ta bouche fleurira le lotus ». Répéter mécaniquement nous fait tourner en rond dans le soutra, mais quand la conscience s'éveille au son intérieur, au soutra sans lettre, c'est le soutra ordinaire qui tourne en rond autour de nous.

Pour plus de précisions sur l'écoute du silence, en particulier dans le bouddhisme, je renvoie à mon ouvrage *La mystique du silence*⁴³. Mâ Anandamayî disait : « Il y a un son qui, une fois entendu, fait perdre l'envie d'entendre tout autre son. » Vers la fin de sa vie, Bodhidharma a demandé à ses disciples ce qu'ils avaient réalisé. Il interrogea Eka en dernier, et celui-ci resta simplement debout en silence devant lui. Le maître loua son attitude, et lui dit : « Tu as atteint la moelle de mes os ».

On demanda à un prédécesseur de Maître Dôgen, maître Guixi : « Quelle est la porte du silence ? » Il répondit seulement : « Ne faites pas de bruit ».

Etant arrivé à la fin de cette partie, le lecteur réalisera sans doute qu'on ne peut considérer l'écoute du son du silence comme une pratique périphérique dans le bouddhisme, même si elle n'est pas toujours explicitée directement. Ne désigne-t-on pas la transmission globale du Dharma du Bouddha, au-delà des différences d'écoles et des voies multiples, comme l'enseignement de la « Voix unique », ou du « Son unique »⁴⁴ ?

Eveil subit d'énergie, éveil subit de conscience

Dans le Tch'an, il y a une conception claire de ce qu'on appelle en Inde *shaktîpat*, c'est-à-dire littéralement la « tombée de l'énergie », la transmission subite d'énergie du maître au disciple. En chinois, on appelle cela *Ta-yung*, « la grande fonction », c'est-à-dire le geste, la parole ou même le cri de transmission⁴⁵. L'expression « la grande fonction » est méritée, car c'est cette capacité de transmettre une énergie qui est le signe principal d'un vrai maître.

Yun-men était connu pour ses réponses laconiques, souvent d'un seul mot. On lui demandait un jour « Qu'est-ce qu'une maxime ? » Il répondit : « Initier »⁴⁶. Lors de cette initiation, maître et disciple deviennent comme deux miroirs qui se regardent l'un l'autre. Il est intéressant de noter à ce propos que les noms des cinquième et sixième Patriarches sont comme en miroir, en écho l'un de l'autre, respectivement Houang-mei et Houei-nêng, comme s'il s'agissait des archétypes mêmes du maître et du disciple. On a le droit de penser à Elie et Elisée, qui représentent eux aussi dans le contexte de la Bible l'archétype de la relation d'enseignement spirituel.

Les maîtres réveillent l'énergie intérieure par des formules-chocs et les appellent souvent des « plantes grimpantes » ; elles ne sont pas grand-chose par rapport à l'arbre de l'expérience réelle, mais elles indiquent aussi clairement que possible sa place. Elles ont le potentiel d'enlacer la réalité au plus près. Dans le Yoga, l'arbre correspond à l'axe, au passage central dans lequel s'engouffre l'énergie qui monte, et les canaux latéraux sont enroulés autour en spirale, ou même en double spirale. Ils évoquent les courants secondaires d'énergie, *prâna*, et de mental, *manas*, qui sont attirés invinciblement par l'axe central comme des étoiles par un trou noir. Une fois qu'elles y sont absorbées, elles font faire à la conscience un « saut quantique » au-delà de l'espace habituel. Dans ce sens va aussi cette autre remarque de Yun-men, encore d'un seul mot, en réponse à la question : « Qu'est-ce qui est à l'intérieur du mystérieux ? » « Un passage⁴⁷ ». Techniquement, le yoga a un terme pour désigner ce passage de l'énergie dans l'axe central et à travers les chakra, *chakra-bheda*, « la percée de chakra ».

Dans les conceptions qu'a une culture du corps subtil, il y a mon sens trois facteurs :

- le transmission directe et explicite de connaissance, avec un corpus d'exercices, etc., comme dans le Yoga, le bouddhisme tantrique ou le taoïsme.

- le rôle des archétypes, comme cette image de la plantes grimpante qui évoque directement la gravitation de la conscience autour de l'axe de l'essentiel, et du point de vue du corps subtil, autour de l'axe central.

- la physiologie subtile elle-même, fondée sur la physiologie corporelle. Comme dirait La Palisse, le bassin est le bassin et la tête est la tête, quelle que soit la culture. Nous avons développé ces points dans notre livre *Le mariage intérieur*⁴⁸.

Il ne faut pas croire que le Tch'an ou le Zen ne recommande qu'une descente de l'énergie dans le hara. Déjà, on peut remarquer que, dans l'école chinoise moderne de Lu K'uan Yü, on recommande la concentration sur un point à mi-chemin entre le nombril et la pointe du sternum. On dit que la concentration sur le hara a tendance à ramener les pensées vers le *samsâra* ; il n'y a pas là de quoi faire une guerre de religion entre écoles, il faut comprendre que ces points de concentration ne sont que des tremplins, des plongeoirs permettant de faire le « saut de l'ange » au-delà du corps et de l'esprit : à ce moment-là, la conscience n'est plus physique mais omniprésente dans l'espace. Quand on est réellement absorbé dans un point, il y a plus de point. Avant d'atteindre ce niveau, que chacun suivent la méthode de l'école à laquelle il est habitué. À ce propos, on peut faire remarquer qu'il y a une équivalence réflexe entre : deux points : d'une part le « point du centre de l'être humain » comment on dit en acupuncture, à mi-chemin entre la lèvre supérieure et le septum nasal, et sur lequel on conseille de se concentrer dans la méditation vipassana, et d'autre part le hara. Chacun des deux est sous-tendu par un espace musculaire plutôt plat, et symétrique par rapport à deux orifices, au-dessus de la bouche pour le premier, et pour le second en dessous du nombril, cette sorte de « bouche foetale ». Donc, à cause de ce vieux réflexe, méditer sur l'un revient presque à méditer sur l'autre.

Dans le soto-Zen classique, on dit souvent : « Pousser la terre avec les genoux, pousser le ciel avec la tête ». Il y a donc un double mouvement de l'énergie, descendante et ascendante, provoquant un étirement de la colonne vertébrale et du point de vue subtil une ouverture de l'axe central : c'est ce qui est recherché.

Les Tibétains sont des experts pour faire le lien entre la voie bouddhiste de l'éveil et le Yoga du corps subtil. Lors d'un séminaire à Sarnath en fin 1999 sur « *Purna-Shunya* », « le Plein et le Vide », j'avais demandé à Samthong Rimpoché, - à l'époque le directeur de l'Institut Tibétain de Sarnath, qui est devenu à la suite le premier Premier ministre élu du gouvernement tibétain - si l'on pouvait considérer que la voie du milieu (*madhyamika* de Nagârjuna) incluait aussi le Yoga de l'absorption dans l'axe du milieu du corps. Il m'a répondu : « Bien sûr ! ». On peut noter à ce propos que Nâgarjuna est classé parmi les

Patriarches de la transmission du Tch'an avant l'époque chinoise, le quinzième après le Bouddha. Son nom même signifie cobra, *nâga*, brillant, *arjuna*. On ne peut avoir de nom qui évoque de façon plus claire l'éveil de la koundalinî, même s'il ne semble pas en parler directement dans sa métaphysique très rigoureuse.

Donnons à ce propos encore une réponse brève de Yun-men à la question : « Y a-t-il encore quelque faute lorsque aucune pensée ne s'élève? » « Mont Soumérôu ! ». Le Mont Mérou, ou Soumérôu représente l'axe du monde, la stabilité de l'Absolu, et dans le corps, l'axe central. D'ailleurs en sanskrit, la colonne vertébrale se dit *meroudand*, « le bâton de Mérou ». Lorsque aucune pensée ne s'élève, la conscience s'écoule d'une bonne façon par l'axe central (*sou* signifie bon et donc *mérou* axe central, d'où la nuance d'un écoulement bon, satisfaisant dans cet axe central). Dans ces circonstances, cette conscience est complètement stable et il n'y a plus de risques de faute, cette énergie considérable éveillée par l'arrêt des pensées trouve son bon canal, son bon exutoire pour s'écouler, et ne posera donc plus de problèmes. Dans le bouddhisme, cet axe est souvent associé également à l'arbre de la *bodhi*.

Houei-nêng parle de sa voie comme la Voie du diamant, nous voyons encore que nous ne sommes pas loin des Tibétains avec leur voie supérieure qu'ils appellent le Vajrayana, la voie du Diamant également. On peut noter à ce propos qu'en Yoga, l'axe central est composé de trois gaines concentriques, et la plus interne s'appelle *vajra*. Les tibétains ne font pas des pratiques de yoga un but en soi, mais un ensemble de moyens habiles, *upaya*, pour atteindre l'éveil. Il faut se rendre compte aussi que le Tch'an s'est répandu en Chine à la même époque que le bouddhisme tantrique au Népal et aux confins du Tibet -avec Padmasambhâva alias Gourou Rimpoché, le gourou précieux, par exemple- vers le VIe-VIIIe siècle.

En sanskrit, le terme *madhya*, « milieu » est proche de *medas* qui signifie la moelle et de *medha*, voulant dire « intelligence » ainsi que « sacrifice ». Quand les courants de sensations s'engagent régulièrement dans la moelle de l'axe central, les soucis secondaires sont comme sacrifiés et la véritable intelligence s'éveille. En latin aussi, on retrouve une similarité analogue des racines, on pourrait dire que quand la méditation s'absorbe dans l'axe médian, on trouve la véritable médication aux souffrances de l'esprit...

On décrit classiquement dans le Yoga et le Tantra l'éveil de la koundalinî comme un phénomène progressif de montée graduelle de chakra en chakra, mais cela n'exclut pas l'aspect subit de la chose : de même qu'un fruit peut mûrir progressivement pendant des mois, mais se détache en une seconde, de même une expérience peut se préparer durant des années mais survenir subitement. Une gestation de neuf mois amène une expulsion du bébé en quelques secondes. Pour cet éveil subit, l'intervention du maître peut être un facteur déclenchant, mais il peut s'agir aussi d'un phénomène extérieur apparemment anodin, ce que les bouddhistes appellent dans leur langage technique une circonstance « concourante », ou favorisante. Cela peut être, d'après des épisodes bien connus dans la tradition Tch'an et Zen, le pied qui frappe sur un caillou, une pierre qui heurte un bambou, ou le fonds d'un seau qui lâche et l'eau qui se vide d'un coup.

On distingue dix stades, *dasabhûmî*, avant d'arriver au niveau du bodhisattva, et le dixième et dernier d'entre eux s'appelle 'Yoga' : c'est dire si la tradition bouddhiste mahâyâna prend ce savoir au sérieux. En Chine aussi, le taoïsme avait une vision précise de la physiologie subtile qui n'était pas fondamentalement différente de celle du tantrisme. Dans les textes du Tch'an, on parle de l'Absolu comme du Tao et on appelle aussi de façon honorifique es pratiquants avancés *Tao*.

On compare l'attitude juste d'un chercheur spirituel à celle de quelqu'un qui est tombé dans un puits profond et qui n'a qu'une idée, c'est de s'en sortir. Cela évoque la déesse koundalinî emprisonnée dans le bassin et qui n'a qu'une aspiration, celle de monter jusqu'à la tête où elle pourra s'unir à son mari Shiva.

On dit dans les textes d'une façon un peu contournée : « La nature de Dharma révèle le milieu qui est la réalité de l'esprit brillant, représentant lui-même la merveilleuse illumination de l'état de Bouddha⁴⁹ ». A quoi fait penser cet esprit, ce souffle brillant qui révèle le milieu, si ce n'est à l'énergie de koundalinî ? Nous avons déjà cité cette parole qui est en rapport aussi avec ce que nous sommes en train de dire : « l'accession à ce milieu leur permet d'entrer en nirvâna sans se lever de leur siège⁵⁰ ».

A propos de cet axe central, nous pouvons risquer une interprétation de l'histoire du sixième Patriarche, Houei-nêng, qui va laver la robe de son maître. Comme il ne trouvait pas d'eau vraiment pure dans le monastère, il part à cinq miles de là, atteint un bosquet luxuriant, et y pénètre ; il y lève son bâton vers le ciel, puis le plante dans la terre. De là jaillit une source qui forme finalement un bassin dans lequel il peut laver la robe du maître⁵¹.

Il y a déjà dans ce récit une allusion directe à l'histoire concrète de Houei-nêng, qui a reçu la transmission du cinquième Patriarche malgré une forte opposition du monastère, et a dû partir dans la forêt pendant seize ans pour intégrer en son cœur de façon pure cette transmission loin des chamailleries des clans de moines de sa communauté d'origine. Du point de vue symbolique, aller à cinq miles du monastère veut dire aller au-delà des cinq sens reliés au corps physique. A ce moment-là, on pénètre dans le « bosquet luxuriant », c'est-à-dire le corps subtil éveillé. En « poussant le ciel avec la tête, et le sol avec les genoux », on étire et ouvre l'axe central, c'est le sens de monter le bâton vers le ciel de le planter en terre. De là vient l'énergie inépuisable de l'expérience directe qui permet de tremper et laver la robe, c'est-à-dire de garder la transmission provenant du maître complètement pure.

On trouve souvent dans le Tch'an l'image de faire un pas au sommet d'un mât de cent pieds de haut pour atteindre le pic⁵² : il s'agit de pas s'endormir dans une expérience même assez élevé, mais d'être capable de faire le saut quantique vers la nature propre au-delà du corps et de l'esprit. Un maître l'exprime clairement : « Un pas du sommet du mât de cent pieds de haut, et son propre corps se manifeste à travers tout l'univers⁵³ ». Du point de vue pratique, le mât de cent pieds de haut peut correspondre à l'énergie qui est déjà montée jusqu'au troisième oeil, c'est de là qu'on peut facilement basculer au-delà du corps, plonger dans l'Océan de lumière, la grande Vacuité, etc. C'est aussi ce dont parle Râmâna Maharshi quand il dit qu'on peut résumer tout le védanta en une seule formule : *Ko 'ham ? Deham nâham. So'ham.* « Qui suis-je ? Je ne suis pas le corps. Je suis Cela. »

Allons maintenant examiner de façon plus précise l'éveil de ce troisième oeil dans la tradition du Tch'an : on y dit : « Un héros utilise son épée de sagesse dont la pointe, *prajñâ*, (la sagesse), émet la lumière du diamant, *vajra*⁵⁴ ». L'épée évoque l'axe central, et sa pointe qui perce les chakras finit par parvenir au troisième oeil qu'on appelle d'ailleurs en Yoga *âjñâ* chakra., on retrouve ici la racine *jñâ* qui signifie connaissance, *pra-jñâ* signifiant quelque chose comme « connaissance qui progresse », une énergie qui avance en montant vers la lumière du diamant au centre du front.

Lin-tsi, dont le nom signifie, rappelons-le, tout simplement « le maître », évoque l'éveil du troisième oeil dans une image étonnante de force et de fraîcheur : « Il y a un homme vrai sans position déterminée [l'esprit fondamental] qui rentre et sort à travers votre front ; j'engage ceux qui n'ont pas expérimenté cela à essayer de le voir⁵⁵. » On parle dans le kriya-yoga d'un anguthâ Purush, d'une « personne-pouce » (anguthâ signifie 'pouce'), qui est en fait l'image lumineuse mais condensée, réduite du méditant lui-même qu'il visualise au centre de son propre front.

Dans la tradition du Yoga, on critique ceux qui n'utilisent la *khechâri moûdrâ* (la pointe de la langue redressée vers la lèvre) que pour entrer dans un samâdhi inerte, par exemple pour se faire enterrer vivants pendant plusieurs mois. Aussi spectaculaire que cela puisse paraître pour les gens ordinaires, cela n'a pas d'effet d'éveil spirituel.. On raconte ainsi l'histoire d'un

yogi qui avait demandé un verre d'eau, mais avant qu'on ne le lui apporte, il est rentré dans cet état de samâdhi inerte. Il en est sorti six mois plus tard, et la première question qu'il a posée à été : « Où est donc mon verre d'eau ? » On retrouve la même critique de la part des maîtres du Tch'an⁵⁶, à l'égard des moines qui se contentent de coller leur langue contre le palais, obtenant ainsi un état de bien-être relatif qu'ils prennent à tort pour l'Éveil. En Yoga, la *kecharî-moûdrâ* est pratiqué en même temps que la concentration sur le troisième oeil. Cette remarque des maîtres Tch'an est une reconnaissance indirecte que ces techniques devaient être pratiquées à cette époque dans leurs monastères.

L'éveil d'un chakra est classiquement comparé en Yoga à l'épanouissement d'un lotus. Dans le Tch'an, on parle de « la fleur qui s'ouvre sur une bûche desséchée », celle-ci évoquant le corps complètement immobile en méditation profonde, avec cette fleur qu'est la sensation qui n'est perçue qu'au niveau des chakras. On dit de Maitreya, le Bouddha à venir qu'on représente en train de rire, qu'il a eu l'illumination sous « l'arbre à la fleur de dragon », en termes yogiques on dirait qu'il a expérimenté un axe central dont le chakra supérieur, le troisième oeil, s'est ouvert.

C'est dans ce sens aussi qu'à mon avis, on doit comprendre l'expression « sauter au-dessus de la Porte de dragon⁵⁷ ». Quand on a tendance à s'endormir en méditation, on « pique du nez », la tête s'incline, et l'énergie s'accumule dans la gorge et vers l'avant du thorax. Souvent aussi, le corps penche - on dirait presque qu'il *pèche* - de côté tandis que le mental se laisse aller à des inclinaisons déviantes et inférieures. Quand on se reprend en redressant la nuque, c'est-à-dire en rentrant le menton et en poussant le ciel avec la tête, l'énergie revient en force vers le troisième oeil et saute même au-dessus dans l'espace. C'est de cette manière qu'on pourrait comprendre l'expression « sauter au-dessus de la Porte du dragon ». On dit dans les textes tantriques que si l'énergie arrive en bas de troisième oeil, elle risque de se transformer en colère alors que la partie supérieure de la zone correspond, elle, au Paramâtma, au Suprême. C'est peut-être pour cela qu'il est écrit *au-dessus* de la Porte et non pas au travers...

On dit dans les textes : « Les myriades de pensée qui s'élèvent résident en *nâga-samâdhi*⁵⁸ ». Nous avons vu que *nâga* signifie *cobra* en sanskrit, mais que les Chinois le traduisent par *dragon*. Quand les myriades de courants de sensations qui s'agitent d'habitude dans le corps se stabilisent, elles sont absorbées dans l'axe central, et à ce moment-là il y a samâdhi. Nâga était aussi un des titres de Bouddha⁵⁹, il est le Nâga par excellence, c'est-à-dire celui qui a maîtrisé l'énergie de l'axe central, par rapport au nâgas secondaires qui correspondent aux courants latéraux et diffus, c'est-à-dire indisciplinés; sa représentation iconographique le montre d'ailleurs avec un dais de cinq, sept ou neuf nâgas. Dans même sens, on dit qu'il a eu la Réalisation, l'éveil de koundalinî final au pied de l'arbre de la Bodhi.. Or, en Inde, depuis l'antiquité, on aime mettre au pied de grands arbres des pierres avec des nâgas dressés, souvent deux d'entre eux enroulés en double spirale et qui s'embrassent au sommet, pour évoquer le Divin et l'éveil spirituel par l'union des canaux d'énergie. C'est un symbole qu'on trouve déjà dans l'antique civilisation de Sumer, et qui a continué jusqu'à nos jours dans le caducée d'Hippocrate et de l'ordre des médecins.

On mentionne dans le Sutra de l'Illumination entière l'éveil subit de la petite fille Nâga-kanyâ, qui n'avait que huit ans, quand elle a entendu l'enseignement du bodhisattva Manjushrî. Il y a un symbolisme clair derrière cela : le chiffre 8 et la moitié de 16, nombre de la plénitude. La déesse koundalinî, lorsqu'elle est encore dans le bassin, demeure comme dans un état d'enfance, à moitié accomplie. Mais lorsqu'elle entend la « voix douce » (*Manju-svara*, un autre nom de Manjushrî comme nous l'avons vu), elle s'éveille et monte le rejoindre au niveau du troisième oeil. En effet, c'est là qu'on médite d'habitude sur le son intérieur et qu'on fait aboutir l'énergie qui monte de la base du corps. Dans la poésie hindi classique, cette montée est comparée à la procession de la jeune mariée qui rejoint la demeure de son époux,

en l'occurrence la zone du troisième œil, et l'union de l'attention ascendante et du son intérieur devient une véritable histoire d'amour...

A la fin du soutra de l'Éveil entier, on dit que les nâgas et les dévas qui étaient venus écouter l'enseignement de Bouddha sont finalement illuminés⁶⁰. Les nâgas, qu'on se les représente comme des cobras ou des dragons, avancent en serpentant et évoquent ainsi les courants de sensations tortueux et torturés qui sont à la base de l'agitation du mental. Ils sont perçus dans une demi conscience, en un clair-obscur, mais quand on les fait converger vers un centre de lumière, à ce moment-là ils deviennent complètement brillants, ils deviennent en eux-mêmes autant de « cobras brillants », « nâg-ârjounas ». Dans la grande sculpture la plus ancienne de l'Inde (fin VIIe siècle), la descente du Gange à Mahâbalipuram sur la côte au nord de Pondichéry, on voit des nâgas représentés sous la forme d'êtres mi-humains mi-serpents qui convergent vers une veine dans le rocher au centre de la fresque d'une vingtaine de mètres de long, cette veine représentant clairement l'axe central du corps.

Nous pouvons mentionner que Fabienne Verdier, qui a travaillé pendant longtemps avec des maîtres chinois de calligraphie, parle du fait que les artistes dans la tradition chinoise travaillent toute leur vie dans l'espoir de « voir la fumée du dragon », certains mêmes brûlent leurs oeuvres pour y arriver. Si le dragon représente l'éveil de la koundalinî, la fumée évoque la conscience qui en résulte : celle-ci sort, avec le feu, de sa bouche, c'est-à-dire du troisième œil. Ce processus n'est possible que quand il y a détachement complet de l'égo, ce qui est évoqué de façon spectaculaire par l'artiste qui brûle ses propres œuvres.

Cette énergie du dragon qui monte de la queue vers la tête est indiquée aussi dans les expressions *houa-t'eou* et *houa-wei*, respectivement « tête de mot » et « queue de mot ». Quand on parle automatiquement, des mots s'échappent tout seuls de la bouche et on ne saisit que la queue des mots. Par contre, la conscience profonde fait réaliser la « tête des mots ». Du point de vue de la physiologie subtile, l'énergie instinctive est logée dans la mâchoire et dans la bouche, alors que l'énergie spirituelle s'accumule au sommet de la tête. Pour donner une image, on pourrait visualiser un oiseau à l'intérieur du crâne, perché sur les mâchoires qui regarde vers l'arrière, avec sa queue au niveau de la bouche et sa tête au niveau du vertex. Méditer sur un koan, un *houa-t'eou*, c'est aussi faire monter une énergie de conscience de la queue de cet oiseau vers sa tête, c'est-à-dire de la bouche vers le sommet du crâne, ou aussi le troisième œil.

Quand un pratiquant obtient une réalisation sur la voie, on dit que « les dragons-rois deviennent ses serviteurs ». D'habitude, les courants de sensations indisciplinés qui forment la base de notre mental agité nous gouvernent comme s'ils étaient des rois. Mais quand on parvient à les guider et à les rassembler en direction d'un centre, ils deviennent nos serviteurs, ils se mettent à nous être vraiment utiles. Ce symbolisme est assez clair en Thaïlande, par exemple dans ces grands escaliers monumentaux à l'entrée de la plupart des *vats*, des temples : leurs rambardes ont la forme de dragons : ceux-ci, s'ils sont maîtrisés, peuvent nous mener à la nature de Bouddha.

Dans les statues du Bouddha lui-même, comme celle qui est l'objet du grand pèlerinage de Pitsanulok au centre de la Thaïlande, il y a des courants de flammes comme des dragons qui montent à partir des coudes du Tathâgata de chaque côté des bras pour se réunir au-dessus du sommet de sa tête. Cela évoque on ne peut plus clairement la convergence des courants d'énergie dans la partie supérieure de l'axe central. On retrouve cet archétype dans les Bouddhas ou Vishnous tantriques népalais et tibétains : au sommet se trouve la gueule de Mahâkala, qui tient un serpent par le milieu avec les deux parties du corps de celui-ci qui tombent de chaque côté. C'est le pouvoir de la conscience au-delà du temps (*Mahâ-kal* signifie 'grand temps') qui fait converger au sommet l'énergie de la koundalinî.

Un koan sur lequel on médite dans le Tch'an est « le dragon qui gronde à l'intérieur de la bûche desséchée ». Le dragon évoque le cobra de la koundalinî et la bûche l'axe central du

corps –tout comme le lingam de Shiva- nous sommes proches de l'archétype des temples shivaïtes avec le cobra enroulé autour du lingam et sa tête au-dessus. Pour des raisons concrètes évidentes, il est difficile de représenter le cobra à l'intérieur du lingam, mais on pourrait aussi le visualiser comme cela, selon qu'on l'associe ce lingam au tronc du corps ou bien à l'axe central.

Nous en savons maintenant assez sur le dragon pour pouvoir mieux comprendre une histoire fondatrice du Tch'an : c'est la seule à être racontée au début du Soutra de l'Estrade⁶¹. Lorsque Houeï-nêng, le sixième Patriarche, s'installa au monastère de Pao-lin (dont le nom signifie « Bois précieux »), il y avait un dragon dans un étang en face de la salle de méditation qui perturbait beaucoup les moines. Houeï-nêng le maîtrisa en le capturant dans son bol, ensuite il fit combler l'étang et ériger un stoupa dessus.

Le plan d'eau en face de la salle de méditation représente le miroir du mental agité par les mouvements de l'énergie vitale, le dragon. Cette énergie vitale doit devenir de taille raisonnable pour être gérable, ceci est rendu possible par le détachement, évoqué ici par le bol du moine qui est une des ses seules possessions, nécessaire car c'est elle qui lui permet de recueillir l'aumône de nourriture.. A ce moment-là, la conscience ne se gaspille plus dans la mare aux désirs, mais devient stable dans l'axe central, elle est un monument de louange ('louanges' est le sens original du mot *stoupa*) à la Nature fondamentale. Un autre sens de *stoupa* est « bûcher funéraire », et cela va bien avec l'image de la flamme de l'axe central où sont consumés les restes de l'ego qui vient de mourir...

J'écris cette préface dans un ermitage au milieu d'un bois, c'est en quelque sorte mon Pao-lin, mon Bois précieux, car un endroit où l'on peut faire une bonne pratique mérite bien le nom de « précieux ».

Le bâton du maître est aussi un bois précieux, car il permet de séparer les tigres. On raconte qu'un jour deux tigres se battaient à mort, le maître est venu avec son bâton et a réussi à les séparer. Les êtres humains sont soumis à des conflits de paires d'opposés parfois tellement violents qu'ils en arrivent à se suicider. Mais si nous avons la maîtrise du bâton, c'est-à-dire de l'axe central qui transcende la dualité de la gauche et de la droite, et à travers elle toutes les dualités, les tigres des conflits intérieurs cessent de rugir. Le bâton comme le bol est le symbole du moine, en particulier de son détachement, et c'est bien ce type de liberté intérieure qui nous permet de dépasser les conflits internes.

Nous avons fait déjà plusieurs fois allusion à la montée de l'énergie, nous pouvons rapporter quelques paroles des maîtres du Tch'an qui l'évoquent de manière plus directe dans son rapport aussi avec le Soi stable et immobile. Le dialogue suivant avec la nonne réalisée Mo-shan mérite d'être cité : « Kouan-ts'i s'agenouilla pour présenter ses respects, et demanda: «Qui est Mo-shan?» Elle répondit: «Le sommet de la tête n'est pas découvert.» Il demanda: «Quel est le propriétaire de la montagne Mo-shan?» [shan signifie « montagne », et évoque l'immobilité à la fois du corps en méditation et du Soi] Elle répondit: «Il n'est ni mâle ni femelle.» Il cria: «Pourquoi ne se transforme-t-il pas lui-même?» Elle répondit en retour: «Il n'est ni un fantôme ni un esprit, en quoi devrait-il se transformer?»⁶².

Dans la physiologie subtile du Yoga, le sommet de la tête et au-dessus correspond au royaume de Shiva sans forme, de l'Absolu immuable. Demander à Mo-shan « Qui est Mo-shan ? » revient à lui demander son niveau de réalisation. Si le questionneur lui-même n'a pas atteint, découvert ce niveau, le sommet de la tête, aucune réponse explicite ne pourra le lui communiquer. Le sujet suprême, le propriétaire de la montagne, est au-dessus de toutes les dualités, par exemple celle entre masculin et féminin. Il est aussi au-delà des transformations, en réalité au-delà de l'être et du non-être. (en sanskrit, « fantôme » se dit *bhuta*, littéralement le participe passé du verbe être, c'est-à-dire « ce qui a été ». Quand la conscience est immergée dans l' « ici et maintenant », elle devient immunisée contre les fantômes du passé).

Dans un autre texte, on peut voir une allusion imagée à l'ascension de l'énergie :

*Il n'est pas nécessaire que les épées se croisent
Un bon pratiquant, comme un lotus s'épanouissant dans le feu
Peut bondir à travers le ciel⁶³.*

Dans le contexte de la citation, les épées qui se croisent évoquent l'opposition de l'apparence et du réel, et leur mise en parallèle l'union des deux, c'est ce qui est recherché. Du point de vue du corps subtil, l'image suggère l'entrée des courants latéraux dans l'axe central (les épées parallèles, ou qui peuvent converger sans heurter l'autre et tirailler le mental en des directions opposées) qui provoquent une ascension et un éveil de l'énergie au troisième oeil, d'où l'image du lotus qui s'épanouit dans les flammes. A ce moment-là, on passe au-delà de la conscience du corps, on peut « bondir dans le ciel ».

On parle d'un *dharmapala*, d'un « gardien du Dharma », de la façon suivante : « L'esprit à la tête enflammée détenteur du *vajra* est un esprit gardien dont la tête est couronnée d'un éclat étincelant. Le Surangama soutra parle de lui comme ayant réussi à transcender la lascivité et à la transformer en feu de sagesse⁶⁴." On peut voir là une image directe de la transmutation ascendante de l'énergie. On peut retrouver la même idée avec une image différente dans la réponse à la question : « Qu'est-ce que c'est qu'être assis, dos droit, pour rappeler la Réalité? » Yun-men répondit : « La pièce jetée dans la rivière doit être reprise à celle-ci⁶⁵ ». Ce qui rentre dans le courant en bas sous forme d'énergie vitale doit pouvoir en ressortir en haut sous forme de lumière de conscience.

Il y avait un sage qui s'était installé sur le quai d'un port et vivait dans une barque, on l'appelait « le moine à la barque ». Un jour qu'un chercheur lui posait une question sur la Nature fondamentale, il leva simplement sa rame. Chacun « rame dans sa petite barque », mais certains savent aussi redresser leur pagaie, c'est-à-dire redresser le dos en méditation et observer la rivière, la barque et le batelier, s'observer en fait eux-mêmes en train de fonctionner, et ce grâce à leur redressement. ainsi, cette « rame dressée » correspond à l'éveil de l'énergie de conscience.

On peut discerner un sens analogue dans le maître qui élève son chasse-mouches, signe de son autorité, pour répondre au même genre de questions sur la Nature propre. Le chasse-mouches, comme le corps en méditation, reste alors redressé et fixe, mais s'il y a du vent, ses poils peuvent bouger. De même, quand la conscience est absorbée à l'intérieur, les poumons continuent de bouger avec le « vent » de la respiration. Quand le corps est complètement immobile et la respiration totalement attentive, la conscience peut bondir au-delà du corps et du mental dans le *dharmakâya*, l'absolu de l'Espace unique.

Dans un épisode célèbre, Maître Hsiuh-tcheu a été éveillé par Tsiens-lung quand celui-ci a répondu à sa question sur la nature propre simplement en levant le doigt, et il a aussi souvent transmis l'éveil de la même manière. Il a reconnu, dans sa *gâthâ* composée à la fin de sa vie :

*Le Tch'an du doigt de Tsiens-lung
Toujours fut utilisé au long de ma vie⁶⁶.*

En d'autres termes, une fois qu'il a eu *shaktipat*, son énergie éveillée par son maître, il a réussi à ne pas la laisser redescendre, ce qui, en fait, n'est pas le cas de tous les disciples. À propos du pouce qui symbolise l'énergie du maître, Vijayânanda, un disciple français de Mâ Anandamayî qui a passé 31 ans auprès d'elle, décrit son action de maître spirituel de la façon suivante : « C'est comme un géant qui percerait un tunnel dans la montagne grâce à un coup de pouce. Après, tout ce que le disciple a à faire, c'est de balayer quelques graviers qui encombrant encore le passage. »

En conclusion de cette partie, il me faut redire que ces phénomènes énergétiques et de physiologie subtile n'ont qu'une importance relative. Comme le déclare Houeï-nêng au début de cette fameuse *gâthâ* qui lui a valu la transmission, « par essence la bodhi n'a pas d'arbres⁶⁷ ». Il prend ainsi le contre-pied de l'image classique de l'arbre de la Bodhi. Elle n'est pas localisée dans l'axe central, elle ne réside nulle part, elle est omniprésente, on en prend conscience dans le corps seulement pour aider et faciliter sa pratique. Un texte de yoga classique comme la *Shiva-samhitâ* abonde en fait dans le même sens quand il consacre son premier chapitre à un exposé complet du védanta, c'est-à-dire du Soi qui est complètement indépendant du corps. Le Yoga n'est qu'un ensemble de moyens habiles pour arriver à ce niveau.

En guise de conclusion : des interprétations à la pratique

La compréhension des paroles les anciens doit éviter deux extrêmes : être trop laborieuse, ou bien trop superficielle. Certains récitent et font tourner dans leur esprit des soutras à la manière de pauvres animaux qui font indéfiniment fonctionner une noria : ils pourraient méditer ce conseil de Houeï-nêng à un jeune aspirant qui psalmodiait mécaniquement le soutra du Lotus, nous l'avons déjà mentionné :

Lorsque l'esprit est soumis à l'illusion, le soutra du Lotus le fait tourner en rond, mais lorsqu'il est éveillé, il fait graviter le soutra autour de lui⁶⁸.

A l'inverse, se contenter d'interprétations superficielles ou de lire celles des autres ne fait pas progresser :

*Ils sont de faible spiritualité
Ceux qui ne peuvent abandonner leurs attachements chéris
Et les autres qui ont tendance [à interpréter trop] rapidement
Comme des chats agiles ou des bœufs blancs⁶⁹.*

Logiquement, on ne devrait pas rappeler la parole suivante de Yun-men, car elle dit en substance que citer les autres, c'est déjà proférer un mensonge car cela nous éloigne de notre vérité intérieure. Cependant, puisqu'elle a été rapportée dans les écrits classiques qui nous sont parvenus, je me permets de le faire : « Maintenez votre esprit élevé, mais ne mémorisez jamais les paroles des autres. Un peu de vérité vaut mieux qu'une grande masse de mensonges⁷⁰ ... »

Mon propre maître qui pratique la méditation depuis maintenant 70 ans résume en une formule le paradoxe du Tch'an, ou même globalement des voies non-dualistes : « Il n'y a rien à faire, mais il y a beaucoup à défaire. » L'intérêt de lire des textes comme ceux qui suivent en entier, c'est qu'une parole corrige les autres et que les paradoxes se rééquilibrent de cette manière. Certaines formules peuvent sembler destructurantes, mais il ne se passera pas longtemps avant qu'on en trouve une autre fort structurante. Par exemple Lin-tsi est un des maîtres qui insistait le plus sur la non-séparation du sacré et du profane, c'est-à-dire en pratique sur la valeur de l'action. Il conseillait quand même par ailleurs, pour ceux qui en avait la possibilité, d'aller se retirer dans un monastère et d'y vivre sans souci « assis sur le bord d'un lit de méditation et en mangeant du riz pour passer le temps... ». De plus, quand le lien au maître spirituel est concret et fort, le disciple peut passer bien mieux à travers certains enseignements apparemment destructurants, car la dévotion au gourou est une structure en soi. Je me souviens à ce propos de Ranjit Mahârâj, qui avait eu le même gourou. que Nisargadatta Mahârâj. J'avais été le visiter à Bombay avant sa mort. Un de ses mantras était «

zéro », il répondait souvent aux questions ou aux inquiétudes des gens en disant : « Tout cela, c'est zéro ! ». Cela aurait pu friser le nihilisme et être déstructurant, mais il avait une grande dévotion à son gourou, et ses disciples avaient eux aussi une grande dévotion en lui. Ainsi, ils ne me sont pas apparus déstructurés, mais semblaient avoir au contraire bien les pieds sur terre, bien que ne s'identifiant pas au flux des expériences au travers esquelles ils passaient.

En sanskrit, *shîlam* signifie la pratique répétée, ou la bonne habitude et finalement la moralité, la discipline, et par ailleurs le mot proche *shilâ* signifie le rocher, la pierre de fondation, etc. Rapprocher les deux mots est un enseignement en soi. La discipline est le fondement de l'immutabilité, *samâdhi* qui mène elle-même à la sagesse, *prajñâ*. Le pratiquant doit éviter les excès du volontarisme et le laxisme, les deux sont des maladies, la seconde est sans doute plus répandue que la première.

La mystique comparée est intéressante, certains ont la vocation d'écrire pour quelque temps sur ce sujet, mais l'essentiel est de s'engager dans une voie et de pratiquer. Comparer, c'est suivre le tour de la roue, pratiquer, c'est progresser le long d'un rayon qui mène au centre. Après un dialogue serré sur la Nature fondamentale, le maître Tsao-chou a conseillé à son visiteur : « Il n'est pas utile que le vénérable ami se crée des difficultés. Sur la bûche desséchée, il devrait faire s'épanouir quelques fleurs⁷¹. »

C'est l'intensité de pratique et les divers niveaux de compréhension qui constituent la véritable différence entre « petit » et « grand » véhicule, Hînayâna et Mahâyâna - et non pas des différences d'école ou de géographie. Celui qui atteint une vraie non-dualité est au-delà du sectarisme, s'il ne l'est pas, qui pourra l'être ?

Par toutes sortes de comparaisons originales et rafraîchissantes, les maîtres du Tch'an nous renvoient vers l'intérieur, non à nous-même en tant qu'ego, mais à notre nature propre. Ils nous donnent le même message fondamental que les Upanishads, qui définissent la méditation tout simplement comme *antar-chakshu*, « l'œil intérieur » ou « le regard tourné vers le dedans ». On a demandé un jour à un maître célèbre pour ses réponses laconiques:

- *Qu'est-ce que la route intime de Yun-men ?*

- *Intime.*

Que dire de plus au lecteur qui s'embarquera dans la lecture des textes ci-dessous, plus que millénaires ? Il suffira peut-être de rappeler le poème du maître Tch'an solitaire dans sa montagne, Han-shan :

*Jadis ici je suis passé
il y a soixante-dix ans de cela
des vieux amis plus aucune visite
ils sont enterrés dans des tombeaux anciens
aujourd'hui, tête blanche,
toujours gardien d'un bout de montagne sous les nuages
que recommander aux générations à venir
sinon de lire la parole des anciens ?⁷²*

¹ Albin Michel/Spiritualités, 2001

² I, 15

³ II, 66

⁴ III, 26

⁵ I, 86

⁶ III, 46

-
- ⁷ II, 106
- ⁸ , 78
- ⁹ Albin Michel/spiritualités, 2003
- ¹⁰ I, 156
- ¹¹ Editions du Rocher, 2002
- ¹² III, 132
- ¹³ III, 82
- ¹⁴ III, 79
- ¹⁵ II, 185
- ¹⁶ Shankaracharya Comment discriminer le spectateur du spectacle ? Librairie d'Amérique et d'Orient, Jean Maisonneuve, 1997
- ¹⁷ II, 281
- ¹⁸ II, 89
- ¹⁹ Han-shan, *op.cit.*, p.92
- ²⁰ I, 18
- ²¹ Han-shan, *op.cit.*, p.112
- ²² E. d'Aquili et A. Neuberg *The Mystical Mind - Probing the Biology of Religious Experience* Fortress Press, Minneapolis, USA, 1999, traduction française 2003.
- ²³ III, 61
- ²⁴ III, 18
- ²⁵ Sélection de paroles de Mâ Anandamayî sur « La graine et l'arbre » effectuée par Marion Mantel, publiée dans le Jay Mâ n° 67 - 68, 2003, disponible sur le site de Mâ Anandamayî : www.anandamayi.org/ashram/French
- ²⁶ *L'enseignement de Mâ Anandamayî* Albin Michel/spiritualités, 1988 p. 121
- ²⁷ « Etres à deux pieds » : les humains et les déva, ceci signifie aussi que le Bouddha est au-dessus des paires de contraires, comme la tête est au-dessus de la dualité des membres.
- ²⁸ Dictionnaire de Monier-Williams, Munshiram Manoharla, Delhi, p.774
- ²⁹ Les chinois, comme certaines écoles de l'Inde, classent le mental avec les cinq sens.
- ³⁰ I 110-112
- ³¹ I, 137
- ³² II, 236
- ³³ I, 244
- ³⁴ II, 199
- ³⁵ II, 170,171
- ³⁶ Han-shan, *op.cit.*, p.57
- ³⁷ Ibid. p.115
- ³⁸ III, 301
- ³⁹ III, 304
- ⁴⁰ III, 209
- ⁴¹ III, 210
- ⁴² I, 26
- ⁴³ Albin Michel/spiritualités 2003, 3^e partie, ch.3
- ⁴⁴ II, 176
- ⁴⁵ II, 289
- ⁴⁶ II, 249
- ⁴⁷ II, 279
- ⁴⁸ Albin Michel/spiritualité 2001
- ⁴⁹ III, 221
- ⁵⁰ III, 307
- ⁵¹ III, 88
- ⁵² I, 42
- ⁵³ III, 153
- ⁵⁴ III, 162
- ⁵⁵ II, 142
- ⁵⁶ II, 165
- ⁵⁷ I, 122
- ⁵⁸ III, 74
- ⁵⁹ III, 210
- ⁶⁰ II, 371
- ⁶¹ III, 9

⁶² I, 107

⁶³ II, 178

⁶⁴ III, 368

⁶⁵ II, 278

⁶⁶ I, 170

⁶⁷ III, 18

⁶⁸ III, 70

⁶⁹ II, 204

⁷⁰ II, 268

⁷¹ II, 241

⁷² Han-shan, *op.cit.* p.111