

Sokushin Zebutsu: L'esprit même est Bouddha

Rev. Tairyu Tsunoda
Professeur, Université de Komazawa

Sokushin zebutsu (L'esprit tel qu'il est est Bouddha), ainsi que *shikantaza*, est l'une des phrases les plus importantes dans le Bouddhisme Soto Zen. Réaliser (*joto* en japonais) *sokushin zebutsu* avec *shikantaza*, définit la doctrine Sotoshu. Ils en sont les enseignements ultimes.

Ces deux termes sont même accentués dans le *Sotoshu Shuken* (la constitution Sotoshu). Dans le premier chapitre il explique que « Respecter le Vrai Dharma singulièrement transmis par les Bouddhas et les Patriarches, la doctrine Sotoshu est de réaliser (*joto*) *shikantaza* (juste en s'asseyant) et *sokushin zebutsu* (L'esprit tel qu'il est est Bouddha). »

Dans « *Gakudo Yojinshu* » (« Points à regarder dans la pratique de la voie »), *joto* est expliqué par Dogen Zenji ainsi:

Joto (réalisation) est la directe réalisation de la bouddhété avec ce corps-esprit. En d'autres termes, il ne s'agit pas de changer l'ancien état du corps-esprit en un autre état particulier mais juste de suivre la réalisation de l'autre (son professeur). Ce qui est appelé (juste là) ou *joto*.

Les enseignements fondamentaux Sotoshu impliquent de réaliser la bouddhété au travers de *shikantaza* et *sokushin zebutsu* à chaque instant. Ainsi *sokushin zebutsu*, comme *shikantaza*, sont des termes très importants ainsi qu'un enseignement fondamental pour les bouddhistes Soto Zen.

La signification de *sokushin zebutsu* dans la tradition Zen en général

Dans l'utilisation courante chinoise de la phrase, « *soku A ze B* » signifie « A est B » où « A est exactement B. » Cependant, dire « *soku A soku B*, » accentue la similarité de A et B mais pas l'identité de A par rapport à B.

Ainsi, l'expression « *sokushin zebutsu* » signifie originellement que l'esprit lui-même est en fait Bouddha. Cette phrase est extrêmement importante avec d'autres phrases chinoises zen célèbres, comme « ne pas se fier aux mots et aux lettres ». « Les enseignements sont transmis hors des écritures ». « Pointer directement vers son esprit » « Voir à travers sa propre nature et atteindre la bouddhété » et « transmission d'esprit à esprit ». Dans ces expressions, il est clair que l'accent est fortement mis sur l'esprit. La voie de Bouddha est fondamentalement un chemin d'introspection. Le bouddhisme zen explique que clarifier le soi, ou clarifier son propre esprit et clarifier sa propre nature, est fondamental. En dehors de cela, il ne peut exister aucun autre Bouddha ou chemin vers Bouddha.

On retrouve *Zeshin zebutsu*, une autre expression similaire à *sokushin zebutsu*, dans *The Sutra of Meditation on the Buddha of Immeasurable Life*, traduit par Kyoryo Yasha dans la région occidentale de Chine entre 424 AD ~ 452 AD. La notion que l'esprit est Bouddha est une notion très ancienne dans le Zen.

Plus que tout autre chose, *sokushin zebutsu* est connu comme étant les mots de Baso Doitsu (709 ~ 788), qui vivait sous la dynastie Tang.

Sokushin zebutsu et shikantaza

Dogen Zenji explique le *sokushin zebutsu* ou *sokushin sokubutsu* de Baso Doitsu dans une *jodo* (discussion) dans l'*Eihei Koroku*.

Baso dit « *Sokushin zebutsu*. » Daibai l'a étudié pendant plus de 30 ans, en demeurant au sommet de sa montagne, masquant ses traces dans les bruits de la vallée et dans les couleurs de la montagne. Le patriarche Baso a finalement envoyé un moine pour rendre visite et dire à Daibai, « Le Bouddha Dharma de Baso est différents ces temps-ci. »

Daibai répondit, « Comment est-il différent? »

Le moine dit, « *Hishin hibutsu*. » (Pas d'esprit, pas de Bouddha).

Daibai dit « Même s'il dit 'Pas d'esprit, pas de Bouddha,' je poursuis juste *sokushin zebutsu*. »

Le moine rentra et raconta au patriarche.

Baso dit, « Cette prune est mûre. »

Dogen dit « *Sokushin zebutsu* est plus intime. Année après année Daibai murit au milieu de l'été. » (*Eihei Koroku*, vol. 1, no. 8)

Daibai Hojo (752~839) comprit la voie du Bouddha au travers des enseignements du *sokushin zebutsu* de Baso et se retira dans les montagnes profondes pendant plus de trente ans. Il pratiqua *sokushin zebutsu* de tout son cœur. Il ne fut pas du tout peiné lorsqu'un moine envoyé par Baso lui dit, « Le Bouddha Dharma de Baso a récemment changé de *sokushin zebutsu* à *hishin hibutsu* » Il dit, « *Hishin hibutsu* ne m'importe pas. Je poursuis seulement *sokushin zebutsu*. » En entendant sa réponse, Baso admira Daibai, en disant « Une prune a muri. »

Cet épisode mettant en scène Daibai et Baso apparaît également dans *Eihei Koroku*, vol. 4, no. 319. Ce qui est intéressant est que ce *jodo* commence par la phrase « Le vrai Dharma correctement transmis par les bouddhas et les patriarches est simplement *shikantaza*. » Dogen présente cette phrase comme la dernière instruction de Maître Nyojo à l'assemblée. Ici, l'histoire est narrée afin d'accentuer l'importance du *zazen* (*shikantaza*). Dogen Zenji parle de Daibai comme d'une personne qui « mangeait des pignes de pins et portait des feuilles de lotus, et passa sa vie à pratiquer le *zazen* jour et nuit. » L'histoire se trouve originellement dans le chapitre « Daibai Hojo » du *Record of the Transmission of the Lamp Published in the Jingde Era* (*Keitoku Dentoroku*, Taisho Tripitaka 51, p. 254 ff.). Cette source ne mentionne pas si Daibai pratiquait le *zazen* dans les montagnes. « passa sa vie à pratiquer le *zazen* jour et nuit » est probablement la conviction religieuse personnelle de Dogen. « Je poursuis juste *sokushin sokubutsu* » signifie seulement *shikantaza*. C'est la raison pour laquelle cette phrase va de pair avec *shikantaza* dans *Sotoshu Shuken* (Constitution Soto Shu).

Il est compréhensible que Dogen Zenji écrive au début de *Shobogenzo* « *Sokushin Zebutsu*, » « ce

que les Bouddhas et les patriarches ont maintenu sans exception est le *sokushin zebutsu*. » C'est une phrase si importante qui décrit la réalisation qu'il est tout à fait acceptable de remplacer *sokushin zebutsu* par *zazen*.

Dogen Zenji dit « Sokushin zebutsu est le bouddha d'aspiration, de pratique, d'éveil, et de nirvana. »

Dans le *Shobogenzo* « *Sokushin Zebutsu*, » Dogen Zenji écrit « En entendant la phrase '*sokushin zebutsu*, 'les personnes ignorantes pensent que les pensées et la conscience des êtres sensibles, bien qu'ils n'aient pas fait naître en eux l'aspiration à l'éveil, sont déjà Bouddha. Ils pensent ainsi parce qu'ils n'ont pas encore rencontré d'enseignant authentique. »

Lorsque les personnes ignorantes entendent la célèbre phrase de Baso, ils pensent à tort que l'esprit ordinaire de pensée et de conscience, l'esprit avant de faire naître *bodhicitta* (aspiration à l'éveil), est inconditionnellement déjà Bouddha. Dogen explique que c'est parce qu'elles n'ont jamais rencontré d'enseignant authentique.

Alors qu'est-ce que *sokushin zebutsu*? Dogen écrit « *Sokushin zebutsu est le Bouddha d'aspiration, de pratique, d'éveil et de nirvana. Ceux qui n'ont pas actualisé l'aspiration, la pratique l'éveil et le nirvana ne sont pas sokushin zebutsu.* »

Normalement « aspiration, pratique, éveil et nirvana » sont les quatre étapes de l'apprentissage bouddhiste. « Aspiration » est l'abréviation de « aspiration pour Bodhi (éveil). » Ce qui signifie faire naître l'esprit qui recherche Bouddha. Après l'aspiration, nous passons à l'étape de la pratique. « Pratique » est l'abréviation de « apprentissage à long terme et avec diligence ». Grâce à la pratique nous atteignons l'éveil. « Eveil » signifie accomplir la Voie. Avec tout cela nous atteignons le nirvana. « Nirvana » signifie, éradication de toutes souillures. C'est un état où l'éveil ultime est atteint. Il existe deux sortes de nirvana; nirvana avec trace, et nirvana sans trace. Le nirvana avec trace est le nirvana d'une personne éveillée qui a éradiqué toutes les souillures mais qui est toujours vivante avec un corps. Le nirvana sans trace est le nirvana d'une personne éveillée qui est morte est qui a ainsi éradiqué à la fois le corps et toutes les souillures. En raison de l'idée de nirvana sans trace, la mort du bouddha est parfois appelée nirvana.

Ainsi, la compréhension générale de l'aspiration, de la pratique, de l'éveil, et du nirvana est qu'il existe quatre étapes consécutives. L'aspiration vient en premier. Après l'aspiration, la pratique commence. Grâce à la pratique, l'éveil est accompli. Puis la personne éveillée entre en état de nirvana avec trace. Lorsque le corps meurt, la personne éveillée entre finalement dans le nirvana sans trace.

Cependant, Dogen Zenji écrit dans le *Shobogenzo* « *Gyoji*: Première partie » « Entre l'aspiration, la pratique, l'éveil et le nirvana, il n'existe aucun interstice. » Il ne doit exister aucune intervalle ou instant entre les quatre. Cela doit être « aspirationpratiqueéveilnirvana. » Lorsque l'aspiration est présente, la pratique est déjà là. La pratique est en soi l'éveil (l'identité de pratique et de réalisation). Cette pratique-éveil est le nirvana. Donc, « aspiration, pratique, éveil et nirvana » ne sont pas des étapes consécutives. Tous ne font qu'un. Les bouddhas pratiquent cette unité d'« aspiration, pratique, éveil et nirvana ». C'est exactement ce *sokushin zebutsu* signifie.

Shakyamuni Bouddha est *sokushin zebutsu*

A la fin de *Shobogenzo «Sokushin Zebutsu»* Dogen Zenji explique que « Les bouddhas mentionnés ici ne sont autres que Bouddha Shakayamuni. Bouddha Shakyamuni est *sokushin zebutsu*. Lorsque tous les bouddhas du passé, présent et futur sont bouddhas, ils deviennent immanquablement Bouddha Shakyamuni. »

Ici il enseigne que *sokushin zebutsu* est Bouddha Shakyamuni. Tous les bouddhas qui pratiquent l'aspiration, la pratique, l'éveil, et le nirvana, sont Bouddha Shakyamuni lui-même. Dogen Zenji déclare que Bouddha Shakyamuni est *sokushin zebutsu*.

Ainsi pour Dogen Zenji, *sokushin zebutsu* change sa signification de façon drastique de « L'esprit tel qu'il est est Bouddha » à « Bouddha appelé *sokushin zebutsu* » ou « Bouddha d'aspiration, de pratique, d'éveil et de nirvana. » Ce Bouddha n'est pas loin de ce que nous sommes. Nous-mêmes devrions être un Bouddha appelé *sokushin zebutsu*.

Originellement écrit en japonais par Rév. Tairyu Tsunoda

Traduit par Rév. Issho Fujita

Assisté de Rév. Tonen O'Connor et Rév. Zuiko Redding