

# Petites douceurs

PAR LE MAÎTRE ZEN SEUNG SAHN

*Issu d'une conférence au Centre Zen de Providence le 6 mai 1993.*

Chaque personne en ce monde possède déjà tout, tout ! Cependant, très peu le comprennent ; elles ne comprennent pas ce " tout ". Ce qui signifie qu'elles ne comprennent pas leur vrai soi. Comprendre votre vrai soi signifie que tout est à vous. Ainsi, chacun d'entre nous a un travail unique à accomplir – notre travail d'être humain – pour comprendre cela. Les personnes qui pratiquent comprennent quelle est la voie correcte. L'argent, le sexe, la gloire, la nourriture et le sommeil font partie de notre esprit qui désire ; très important. Mais qu'est-ce qui est le plus important ? En vieillissant vous comprendrez. J'ai soixante-six ans. Quand on arrive à mon âge, le désir disparaît: l'esprit du sexe disparaît, la mentalité qui recherche la gloire disparaît, l'esprit du sommeil disparaît également. Quand cela vous arrivera, que ferez-vous ? Beaucoup de gens disent que le travail d'un être humain est de trouver de l'argent, du sexe, etc. Mais c'est seulement le travail corporel d'un être humain - un travail extérieur. Quel est votre travail intérieur ? Le travail intérieur d'un être humain est d'atteindre son vrai moi et de sauver tous les êtres. Si vous comprenez cela, alors ce monde tout entier peut être le vôtre. C'est l'enseignement du Bouddha.

Si vous atteignez votre vrai moi alors vous devenez complètement indépendant. En fait, l'esprit complètement indépendant est votre vrai moi. Toutes choses sont créées par l'esprit seul. Le Zen signifie - le bouddhisme signifie - ne pas être dépendant du Bouddha, ne pas être dépendant de Dieu, ne dépendre de rien. C'est un point très important. Pourquoi ?

Sans cesse ce monde change, change, change; et ces temps-ci cela se fait très rapidement. Aujourd'hui beaucoup de chefs religieux disent que la fin de notre monde, même de notre Terre, est proche. Souvent leur style est le suivant: " La fin est proche ! Vous devez me croire ! Si vous ne croyez pas en moi vous allez avoir d'énormes problèmes et beaucoup de souffrances. Si vous croyez en moi, alors je vous sauverai et vous serez très heureux: vos affaires, votre vie, votre famille, tout sera OK. " Toute religion peut produire ce genre de maître, même le bouddhisme.

Le Zen n'utilise pas ce type de prêche. Vous devez atteindre votre vrai moi, ainsi atteindre toutes choses. C'est le Zen. Mais les gens n'aiment pas la pratique du Zen; ils aiment uniquement les sucreries. Ils n'aiment pas l'eau claire du Zen; ils aiment les choses douces. Il y a beaucoup de personnes qui veulent seulement un bon goût : " Ohhh, formidable! J'ai eu une très bonne expérience ! Je dois suivre ce maître. " Mais ce type de maître - ce genre de religion - arnaque votre mental. En dehors il y a un maître renommé et de formidables sentiments. Mais à l'intérieur, il y a un démon. Si votre esprit

n'est pas clair vous ne comprendrez pas ce démon. Alors il vous capturera et vous irez droit en enfer. Alors, faites attention !

*– Traduit par Pierre Gaujal*

---

*This article copyright © 2008 Kwan Um School of Zen*