

## **Les 10 tableaux représentant la quête du buffle ( ou la pratique du zen )**

*Bienvenue à la pagode,*

*Tout d'abord, en notre nom à tous, je voudrais remercier respectueusement la Vénérable Sr Cô Huệ Nhân qui nous accueille chaleureusement comme à l'habitude*

*Je propose que nous ayons une pensée par compassion pour les bouddhistes tibétains qui souffrent en ce moment.*

*A tous les amis et disciples qui sont venus nombreux ce jour à l'invitation du groupe NCS ou des pratiquants bouddhistes laïcs et du groupe Zen, nous leur souhaitons beaucoup de persévérance dans la progression vers la sérénité et la lumière.*

*Merci à vous car vous nous avez donné l'occasion et la joie de nous réunir afin d'échanger nos modestes savoirs pouvant être utiles à la pratique de chacun.*

*Je ne suis qu'un simple pratiquant qui a beaucoup de plaisir à partager avec vous l'enseignement qu'il a reçu.*

*Les limites des connaissances ne viennent pas du bouddhisme mais des miennes.*

*Je compte donc sur vous pour m'aider à enrichir et à éclairer certaines notions soulevées tout au long de cette réunion.*

*Comme le temps est limité, je vous propose de faire appel à anh ND pour le rôle de modérateur.*

*Dédions cette réunion au Bouddha*

*Nam Mô Phật Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni ( 3 fois )*

*Aujourd'hui je vous emmène partir à la recherche du Buffle avec son gardien, le bouvier  
Vous allez peut-être vous dire : « Je viens pour apprendre le Zen et voilà qu'il propose de m'emmener faire un safari... comme c'est bizarre ! Peut-être que je me suis trompé de pagode? ou qu'il ne va pas bien? »*

*- « Eh bien non ! Rassurez-vous : vous êtes dans la bonne pagode ! quant à la 2<sup>e</sup> réponse je vous laisse seuls juges ☺*

*Ce n'est pas vraiment un safari ☺ encore que cela pourrait être un jeu de pistage spirituel.*

*Quelqu'un sait-il ce que représente cette parabole ? ou métaphore ?*

*Le **Buffle** représente notre for intérieur, notre esprit, notre état d'âme ( **Tâm** : difficilement traduisible de manière complète en français. Peut signifier : le cœur, le fond du cœur, le for intérieur, l'état d'âme, le centre, l'essentiel, la quintessence, l'esprit, la mentalité...)*

*Et le **Bouvier** représente Nous-mêmes*

*Ainsi cette quête du Buffle est un parcours initiatique tout au long duquel nous essaierons de comprendre le fonctionnement de cette mutation intérieure de notre esprit.*

*Je propose que nous ayons une vue d'ensemble, avant de revenir étudier chaque tableau*

*Je me suis largement inspiré du livre de notre Maître Le Vénérable Thích Thanh Từ et de l'enseignement d'un de ses plus brillants disciples Maître Thích Thông Phương*

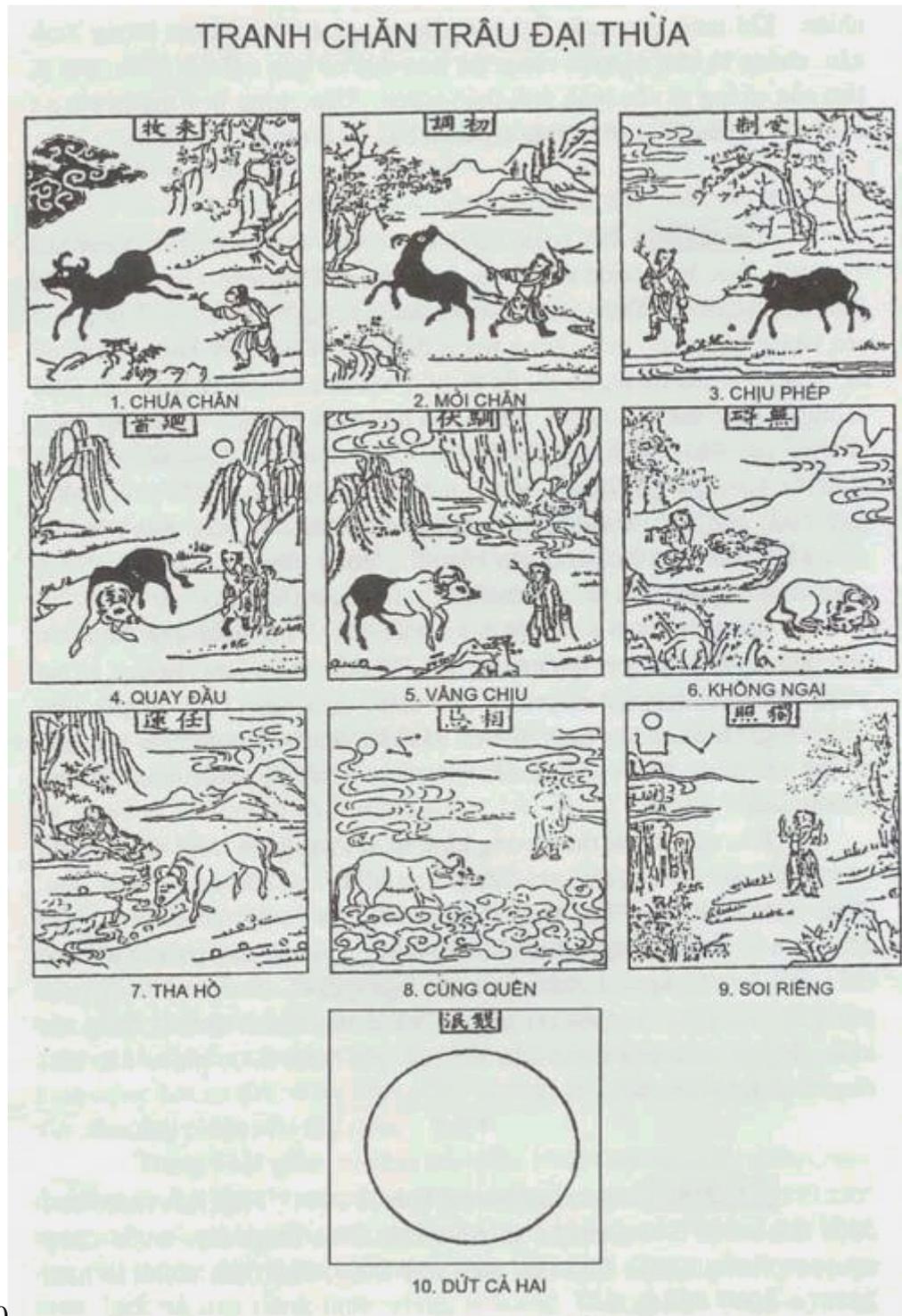
*Le support illustré est une animation co-réalisée par les moines de Clerlande et les Voies de l'Orient qui sont un espace d'inspiration chrétienne en Belgique fondé en 1980 de tous ceux qui s'intéressent aux traditions spirituelles asiatiques.*

*<http://www.voiesorient.be/Buffle/buffle.htm>*

**Historiquement**, on ne sait quand remontent exactement les tableaux de la quête du Buffle ( Mực ngu đồ = tranh chăn trâu ). Tout ce que l'on sait, c'est qu'ils sont très anciens et qu'au début ils étaient 6, puis ils ont été égarés.

Par la suite au 12<sup>ème</sup> siècle ( après JC ) plusieurs séries de tableaux avaient fait leur apparition dans les monastères et autres centres de méditation, dénotant ainsi la diversité des pratiques qui restent néanmoins dans la tendance du Mahayana. La série actuellement la plus utilisée est celle des moines peintres **Thanh Cừ** et **Quách Am**.

Ces tableaux sont tous accompagnés d'un poème et d'un texte explicatif. On peut les classer en 2 sortes : ceux du Mahayana et ceux du zen.



## TRANH CHẶN TRÂU THIỀN TÔNG



1. TÌM TRÂU



2. THẤY DẤU



3. THẤY TRÂU



4. ĐƯỢC TRÂU



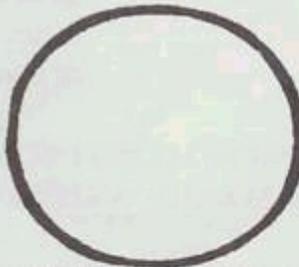
5. CHẶN TRÂU



6. CÒI TRÂU VỀ NHÀ



7. QUÊN TRÂU CÒN NGƯỜI



8. NGƯỜI TRÂU ĐỀU QUÊN



9. TRÒ VỀ NGUỒN CỘI



10. THÔNG TAY VÀO CHỢ

Une **différence** selon les écoles dans la représentation :

- Dans le **Mahayana** : le buffle de noir, deviendra progressivement blanc au fur et à mesure de la pratique représentant le passage progressif par les différents stades de connaissances et d'éveil.

- Par contre dans le **Zen** le buffle reste noir du début à la fin, indiquant ainsi que la nature du simple commun des mortels est identique à celle du bouddha, et que ce qui les différencie c'est l'ignorance chez l'un et l'éveil chez l'autre.

Le zen est une branche du mahayana mais avec une approche plus directe, une voie plus raccourcie (đường chim = en vol d'oiseau), considérée comme la voie la plus haute (Tối Thượng Thừa) et qui préconise de diriger son regard vers l'intérieur pour s'observer (introspection) (Phân quan tự kỷ) afin de voir (ou saisir) la nature ultime des êtres et devenir bouddha (Trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành phật)

## **Introduction du maître zen Quach Am**

(Il faudra vous contenter de ma traduction qui est approximative et que j'espère compréhensible car une traduction fidèle demande plus de temps et plus de compétence, donc mes excuses d'avance en cas d'imprécision ou d'erreur. Essayez d'accueillir le sens global sans trop vous attarder sur les mots, et laissez les choses mûrir tout doucement en vous)

**La Bouddhité** ou la nature de bouddha est en chacun de nous et donc commune à chaque être vivant. Ce qui fait la différence réside dans la capacité d'éveil ou au contraire dans l'ignorance. Effectivement, d'un côté, l'éveil ou la compréhension ultime des choses aide les uns (les bouddhas) à sortir du cycle sans fin des réincarnations ou des causes à effets... et de l'autre côté, l'ignorance qui plonge les autres (le commun des mortels, nous autres) dans l'océan infini des souffrances...

Devant la diversité des gens (en fonction de leur capacité, de leur karma, de leur degré de compréhension), les anciens par compassion ont montré ou ont inventé une multitude de voies pour les aider.

Il y en a qui sont relatives, intermédiaires, (Lý thiên lệch, bát liễu nghiã) et d'autres absolues jusqu'à la quintessence. (viên mãn, viên đôn, liễu nghiã, tròn đây)

Les pratiques peuvent être progressives (tiệm) ou raccourcies, immédiates (đốn).

On parle de Đốn ngộ, tiệm tu = autrement dit la compréhension, l'illumination peut être subite (ou l'éveil immédiat) mais la mise en pratique progressive

Elles (les pratiques) peuvent aller de la simplicité à la finesse, de la surface à la profondeur, jusqu'à être instantanées comme pour le seigneur **Mahākāśyapa** (S). le 1<sup>er</sup> disciple du bouddha

Selon la légende **l'allégorie de la fleur de lotus et du sourire subtil de compréhension**

On raconta qu'un jour, sur le mont des vautours, durant une séance d'enseignement, le bouddha a reçu comme offrande de Pham thiên Vương une jeune fleur de lotus.

En revenant vers ses élèves, il la brandit en l'air. Toute l'assistance n'avait pas saisi la signification de ce geste et resta silencieuse. Seul Mahakasyapa sourit en regardant le bouddha, qui le fixa à son tour les yeux dans les yeux (on parle de moment, d'espace de communication entre 4 yeux où seuls les bouddhas peuvent se comprendre) et lui transmit sa succession ou la garde « du trésor de la Voie Juste contenu dans le regard » (Chánh Pháp Nhân tạng) autrement dit toute la quintessence du bouddhisme zen dont la **transmission de l'enseignement se fait dans le non-dit** en dehors des paroles. (Giáo ngoại biệt truyền, bát lập văn tự)

On compare la pratique de celui qui parvient à ce niveau d'éveil à un vol d'oiseau ne laissant pas de trace, alors que celle de celui qui reste coincé sur les mots et accroché à la rhétorique, à une tortue à la traîne.

Quand le roi vietnamien Trần Nhân Tông (le père de notre lignée Zen de la bamboueraie ou de la forêt de bambous) demandait à son maître zen et conseiller Tuệ Trung Thượng Sĩ : Quelle est la tâche essentielle d'un pratiquant zen ?

Il lui a été répondu : « **l'introspection** est le devoir primordial du pratiquant zen, qui ne s'obtient **pas de l'extérieur** à partir des autres... » "Phân quan tự kỷ bản phận sự, bát tùng tha đắc".

Au début le **maître Thanh Cừ** en observant les pratiquants, a dessiné **8 tableaux** pour son enseignement. On y observe un buffle noir qui blanchit au fur et à mesure de la pratique, pour aboutir à sa disparition complète et de celle du bouvier représentée par un cercle ou un rond blanc. Pour ce maître, cela correspond à la fusion ou à l'unicité de notre esprit (bouvier) et de la perception des phénomènes extérieurs (le buffle)

Cette représentation risque de faire douter certains esprits et de tomber dans des  **croyances erronées qui ne sont pas bouddhiques**.

1/ ils peuvent croire que la pratique conduit au Néant = qu'il ne restera plus rien ( ce qui fait taxer le Bouddhisme d'**Annihilisme** par certains = **đạo kiến ngoại đạo** )

2/ ou au contraire croire dans le **côté Immuable des choses** quoique l'on fasse ? ( **Thường kiến ngoại đạo** ) ce qui conduit à l'immobilisme en jetant le doute sur l'intérêt de la pratique.

Le **Maître zen Tác Công** afin de rassurer les pratiquants, dessina le 9<sup>e</sup> tableau de **retour aux sources** çàd à la nature ultime limpide, première, commune à tout l'univers.

Enfin le **maître Từ Viễn** rajouta le 10<sup>e</sup> ( et dernier ) : **en immersion dans le marché**, autrement dit se fondre dans le milieu pour venir en aide aux gens puisque le seul salut de soi-même ( correspondant à l'idéal de l'Aarhat du petit véhicule) n'est pas satisfaisant pour un bodhisattva du Mahayana, il lui faut secourir également les autres ( cette vision des véhicules étant beaucoup simplifiée, j'espère ne pas offenser certains amis pratiquants du Theravada )

Partir à la recherche du Buffle revient à rechercher notre for intérieur, notre esprit, ( çad nous-mêmes ) notre **Tâm**

Cela suppose que nous l'avons perdu ( notre Esprit ) ou que nous croyons l'avoir perdu auparavant. Action a priori contradictoire voire impossible car nous utilisons notre Esprit pour partir à sa recherche. D'où l'image dans le zen : « **Chevaucher le Buffle à la recherche du Buffle** ».

Certaines vérités sont présentes sous nos yeux, mais nous ne les voyons pas, car trop occupés à chercher à l'extérieur.

Tel le **maître Huệ Hải**, qui répondit aux élèves en quête d'apprentissage « je n'ai rien à vous apprendre... allez vous reposer ». C'est ainsi qu'expliquaient les anciens maîtres zen à leurs élèves : « nous n'avons rien à vous donner... nous ne faisons qu'enlever les clous et les vis de vos cadres conceptuels pour supprimer vos idées préconçues, vos préjugés... »

Le **maître Rinzai** de l'école Zen qui enseignait l'illumination subite et l'étude des koans, faisait cette remarque aux élèves : « votre esprit ne fait que gambader dans tous les endroits et chercher qu'à l'extérieur de vous-mêmes, comme une personne qui tient sa tête pour partir à la recherche de cette dernière » alors que plus lucide, elle aurait pu observer intérieurement sa nature ultime qui est identique à celle des bouddhas.

Ou la réponse de **Maître Thượng Đương** aux 2 moines qui viennent le saluer, et avant même qu'ils n'ouvrent la bouche : « Vous avez tort tous les 2 ». En effet, il devine qu'après leurs prosternations, ils ont coutume de demander l'avis du Maître, donc encore quelque chose à l'extérieur. Alors que ce qui prime c'est la recherche intérieure de Soi, ou l'introspection.

2 remarques importantes :

1/ le Soi = Buffle = **Tâm** recherché n'a jamais disparu, il a **toujours été là**, bien présent.

2/ Et si on arrive à le trouver à l'extérieur, il ne nous appartient plus mais à quelqu'un d'autre ( puisqu'à l'extérieur et non à l'intérieur )

**Maître Đôn Hà** rappelle que nous possédons en nous un lieu de stabilité, nul besoin de chercher la vérité à l'extérieur de nous.

**Maître Văn Môn** met cela sur le compte de l'absence de confiance que nous avons en nous.

La cause de tout cela est le **Non-Eveil ( Bất Giác ) ou l'ignorance**

Exactement comme dans un rêve, où vous vous voyez en train d'y vivre, avec au moins 2 personnages : un Vous spectateur et un Vous acteur, une sorte de reflet.

**Autrement dit on confond le Soi intérieur ultime avec un autre Soi extérieur** qui est tributaire des conditions et des circonstances extérieures changeantes. Ce reflet qui change sans cesse, nous échappe en créant une sensation de manque : ce qui nous incite à partir à sa quête...

Cette façon de voir les choses reviendrait à se scinder en 2 : Un Soi ( Bouvier ) qui part à la recherche d'un 2<sup>e</sup> Soi ( Buffle ) qui est recherché.

**On divise l'univers Unique ( originel ) en un monde Binaire.**

Et ainsi de suite en une multitude de subdivisions... une multitude de pensées, de concepts, d'esprits, d'états d'âmes : joie, peine, jalousie, colère, haine... qui seront plaquées sur une échelle de valeurs et des jugements ) :

Résultat : Tout cela nous éloigne de notre point de départ originel et de notre chemin de retour.

Quelle est le **nœud du problème** ici ? **Trop** de cogitations, de comparaison, de jugements...  
Le fil d'Ariane pour nous ramener à la sérénité serait de savoir **lâcher-prise**

Pour le fichier flash très bien fait des différents tableaux dont je n'emprunte que les illustrations ,  
veuillez vous reporter sur le site : <http://www.voiesorient.be/Bufle/buffle.htm> . Merci aux personnes qui  
l'ont réalisé dans le but d'aider les pratiquants.

Tableau 1 : #1 Chercher le Buffle



尋牛

## Seeking Chercher

*Sous l'impulsion d'une effervescence intérieure, le bouvier écarte l'herbe à la recherche du buffle*

*Jusqu'au fin fond des hautes montagnes, des interminables chemins et des eaux profondes*

*A bout de force, et dans une grande lassitude, il ne le trouve guère*

*Il ne perçoit que le seul chant des cigales*

Le bouvier poussé par une quête intérieure, écarte les buissons à la recherche du buffle.

Il franchit les torrents et les montagnes, ainsi que les interminables sentiers.

Il est à bout physiquement et mentalement mais point de buffle en vue.

Au crépuscule, au milieu de la forêt, il n'entend que le chant des cigales et le souffle du vent.

Métaphore décrivant l'état motivé du débutant en quête de l'éveil, à **la recherche de lui-même** ( son esprit, son for intérieur ) = traduit par **Tâm** ( difficilement traduisible de manière complète en français  
Peut signifier : le cœur, le fond du cœur, le for intérieur, l'état d'âme, le centre, l'essentiel, la quintessence, l'**esprit**, la mentalité...)

et pour ce faire, il fréquente en changeant sans cesse de multiples sanghas, de divers groupes spirituels. Il dépense ainsi toute son énergie sans pouvoir trouver ce qu'il cherche au fil du temps.

« Le sentier semble ne pas finir... plus il cherche, plus il s'éloigne de son but : Pourquoi ?  
Parce que sa quête ne se fait qu'à l'Extérieur ++ »

On voit le Bouvier perdu, au crépuscule, dans sa Solitude... tableau à la fois mélancolique, mais aussi magnifique car c'est une condition essentielle pour trouver le Buffle ++ la **Solitude ici est synonyme de Prise de conscience et de Vraie Liberté...** aucune tentation ne peut entraver sa quête ( ce qui pourrait être difficile s'il y avait des distractions extérieures )  
Il le fait avec toute son énergie et sa volonté ++

--

Tableau 2 : #2 Voir les traces



見跡

Seeing  
Voir



*Vers la clairière, sur les bords d'une étendue d'eau on voit plusieurs traces répétées  
Le Bouvier écarte les hautes herbes et les buissons espérant trouver le Buffle  
Ainsi, les traces de sabot sont là, nombreuses et bien visibles  
Sans nul doute, tout n'est qu'une question de temps pour trouver leur propriétaire  
Qui, son museau levé vers le ciel, ne peut plus se cacher.*

*Donc les traces dans la boue et l'herbe couchée sont autant des preuves que l'animal était passé par là, mais le Bouvier devra dépasser ces traces « figées » du passé, pour trouver et constater de ses propres yeux le Buffle vivant dans le présent*

*Ce qui veut dire d'après les textes anciens, que nous possédons en commun cette nature de Bouddha, la Bouddhété, et que si nous persévérons dans la pratique, tôt ou tard, nous deviendrons à notre tour, des bouddhas.*

*Autrement dit, les **textes sont autant des traces**, des preuves qui nous incitent à croire en cette **bouddhité, cette capacité d'éveil** qui sommeille en nous, mais que nous devons la développer par notre pratique, et non réciter la théorie par cœur sans aucune conviction. Rester sur les textes c'est rester coincé dans les traces « mortes » : le Buffle ne s'y trouve pas .*

*Donc le Bouvier ou le pratiquant après avoir couru un peu partout, fatigué, n'arrivant plus à distinguer, c'est à ce moment là, qu'il est le plus apte à apercevoir le Buffle ! juste en avançant un pas supplémentaire...*

*Comme l'histoire de Hôi Thạch Đâu, un ancien tailleur de pierres précieuses qui entra dans les ordres. Analphabète, il se faisait aider en répétant par cœur ses prières ( Kinh Pháp Hoa ) après une autre personne. Un jour pendant qu'il récitait ses prières par cœur en rythmant avec un pilon sur une pierre ( mortier ? ), le maître zen Nam Đường lui fit remarquer que réciter par cœur ne lui est d'aucune utilité au moment crucial du passage de la vie à la mort. Il a dû résoudre le koan « qui relate l'illumination subite de Triêu Châu qui, en tapant sur une pierre, avait fait jaillir une étincelle. » = « Frapper de toute sa force, sur un endroit sans accroc, l'étincelle en jaillit »*

*Notion de **matrice commune** :*

*De même que tous les bijoux bien qu'ils soient d'aspects différents, sont constitués d'une matière commune qui est l'Or.*

*De même Notre Nature ultime est de la même matrice que le monde environnant, des « choses » ou des entités qui nous côtoient dans leur ainsité. Ce que nous constatons du monde extérieur de phénomènes, passe par notre perception à travers nos organes de sens, Ce n'est donc qu'un reflet, une image, une manifestation qui est tributaire de notre perception, de notre subjectivité, de notre classification, de notre échelle de valeurs.*

*Ce qui nous ramène à **Tâm** ( **Tâm** : qu'on peut traduire par : cœur, le fond du cœur, le for intérieur, l'état d'âme, le centre, l'essentiel, la quintessence, l'**esprit**, la mentalité...) mais aussi ce qu'on appelle le **Cognitif** autrement dit ce qui nous permet de reconnaître le monde extérieur, qu'il ait un sens, une signification et donc existe à nos yeux. Ce monde extérieur, par ses manifestations, est en sorte un reflet de notre Tâm.*

*Pour essayer de le percevoir, il faut abandonner le mode binaire, la distinction, le jugement... toutes les rhétoriques ou pensées parasites, autant de reflets qui au contraire risquent de nous éloigner du « miroir » çàd de la matrice originelle commune.*

*Pour revenir à notre tableau : Tout porte à croire que la rencontre est imminente avec le Buffle, mais le pratiquant zen est encore resté sur le seuil de la porte. Ce qui importe est de **persévérer avec conviction** ++ ( vers un face à face avec soi-même )*

--

Tableau 3 : **#3 Découvrir le Buffle**



見牛

## Dis-covering Dé-couvrir



*Kiến Văn Giác Tri : C'est par **les canaux** des sens tels que la Vue et L'Ouïe que nous trouvons le Buffle ( mais aussi par les autres sens = goût, odorat, toucher ou tact, et la cognition = Y' ) autrement dit la **Perception par ces sens** ++*

*C'est une vraie joie pour un pratiquant de prendre conscience que **le Buffle passe effectivement par ces 6 canaux** ( les 6 sens ( 6 căn ) et ce depuis toujours, pour aller paître sur ses lieux de pâturage représentés par les stimuli du monde extérieur 6 Trần )*

*Les 6 sens ( căn ) mis en face de leurs stimulus ( 6 Trần ) génèrent les fonctions de perception ( Thức ) qui lorsqu'elles sont « primitives, sans fard, justes » s'appellent « Tánh Giác » = capacités intrinsèques de perception ; dans le cas contraire on parle de « vọng thức » = çàd perceptions fausses ou déformées ( par notre Ego, notre ignorance )*

***Savoir voir dans l'eau sale, l'eau propre qui s'y trouve + les saletés en suspension.** Pour retrouver l'eau limpide, on laisse se décanter ou sédimenter les saletés. Mais si on secoue à nouveau l'eau décantée ( par les pensées ), on remet en suspension les saletés et l'eau redevient sale.*

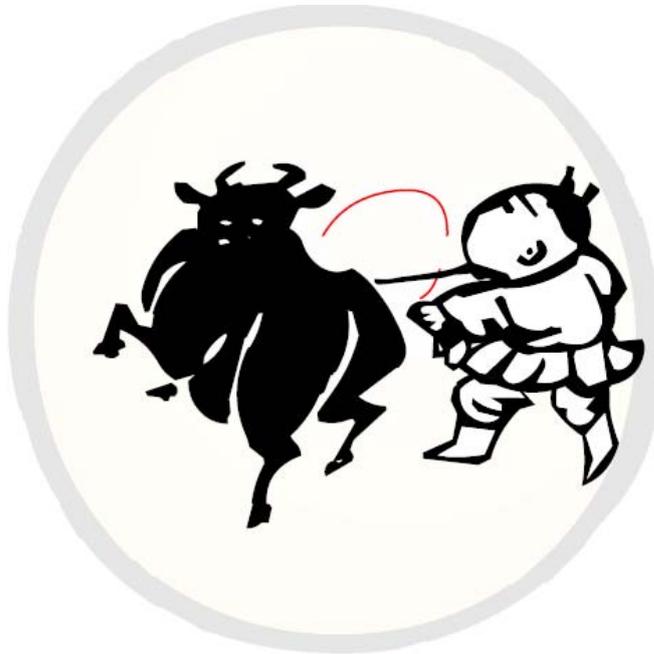
*Comme savoir reconnaître le sel dans l'eau salée, la colle dans la peinture... autrement dit la partie présente mais invisible de prime abord des choses.*

*Cependant cette **prise de conscience est encore incomplète** = le Bouvier ne voit que le derrière du Buffle. Le Faux et le Vrai sont encore entre-mêlés. Il a encore du mal à tout discerner. Il est encore **prisonnier en partie de ses anciens préjugés.***

*Et même si on l'aperçoit ( « le perçoit » dans le sens de la perception directe ) sa description est impossible, au-delà des mots... difficile de partager entièrement ce que l'on ressent...*

--

Tableau 4 : #4 Tenir le Buffle



得牛

Holding  
 Tenir



*Usant toute son énergie et sa concentration, le Bouvier parvient enfin à capturer le Buffle. Mais encore sauvage, ce dernier apparaît et disparaît sans cesse derrière les fumées de pensées parasites, suite aux vieilles habitudes de vision binaire, aux tentations.*

*Cette prise de conscience, si elle se fait, doit être immédiate... Elle sera masquée ( déformée ) dès qu'on réfléchit, ou qu'on rentre dans les diverses rhétoriques...*

*« Một vọng niệm không sanh, toàn thể hiện  
Sáu giác quan động, liền bị mây che »*

*Traduction « sans aucune pensée parasite, notre clairvoyance pourra s'exercer... dès qu'un de nos sens fonctionne, notre esprit sera sitôt voilé »*

*Le Bouvier est obligé de tenir les rennes, obligé de rester vigilant dès la moindre incartade, et d'utiliser toute son énergie pour lutter contre le Buffle. Stade où la Pratique l'emporte sur la Théorie et la Compréhension.*

Tableau 5 : #5 *Apprivoiser le Buffle*



牧牛

## Taming Apprivoiser



*Dès qu'une pensée survient ( soit par un stimulus, soit générée par Y'), une autre la suit, et une autre encore, s'enchaînant en une longue suite de pensées parasites ( **images de vagues successives** ) qui nous mènent et nous submergent si nous sommes ignorants.*

*Par contre, si nous les détectons dès leur apparition sans les poursuivre, nous sommes dans un état de lucidité. ( Ex du **miroir et de ses reflets** ).*

*La pratique consiste à prolonger cette lucidité et de ne pas laisser s'insinuer des pensées parasites ( d'interprétation, de jugement etc... ) et donc de rester lucide le plus longtemps possible dans l'instant présent : c'est ce que le bouddhisme appelle « **la pleine conscience** ». ) ramené à la métaphore : **à ce stade, le Bouvier doit rester vigilant et tirer sur la corde** dès la moindre manifestation, la moindre envie d'incartade du Buffle, pour arriver progressivement à **le discipliner**, par la suite **lui donner du lest, du mou** à la corde, et **enfin le laisser libre** de toute laisse )*

***Un Point important de pratique dans notre lignée:** Il ne s'agit pas d'agir en force pour empêcher les pensées de surgir, en gaspillant toute son énergie, mais seulement les reconnaître pour les laisser ensuite passer comme une brise. D'où le célèbre conseil du 6è ( et dernier ) Patriarche Huệ Nãng : « **Il ne faut pas avoir peur de l'apparition des pensées, mais seulement de leur détection tardive** ». Donc pour le pratiquant il ne s'agit pas de*

détruire ses pensées, de se détruire, mais de les identifier clairement et le plus tôt possible pour ne pas les suivre, ( ou les transformer = *chuyên hoá* ) cela nécessite bien sûr une vigilance permanente.

En réalité la pratique est nettement plus difficile que la théorie, car en simples communs des mortels, nous avons tendance à garder et à réagir selon nos anciens réflexes, nos tendances de jugement, de vision binaire... çàd nos anciennes habitudes.

Dans le Sutra du Diamant ( *Kinh Kim Cang* ) on parle d' « **Esprit de sans attache, de non-fixation** » ( *Tâm Vô Trụ* ) qui correspond à un lâcher-prise des stimuli ( revenant à la perception directe des choses sans aucune interprétation ) sinon en termes Zen, nous risquons de rajouter aux connaissances d'autres connaissances qui nous éloignent de l'ainsité des choses. ( *Trên Tâm lại sanh Tâm, tức trên cái Biết lại thêm cái Biết* )

Comme l'anecdote des 3 maîtres zen ( *Trưởng Khánh, Bảo Phước, Quế Sâm* ) devant le **spectacle d'une fleur** ( le 1<sup>er</sup> BP dit « quelle belle fleur ! », le 2<sup>e</sup> QS en pensant à sa brièveté « Quel triste destin ! », le 3<sup>e</sup> TK rappelle enfin ses 2 condisciples : « Pourquoi ne pas dire simplement : Fleur ? » ( en fait BP provoque des occasions pour la réflexion et l'enseignement )

Dans la métaphore « **Comment obtenir une eau claire à partir d'un cours d'eau trouble** » : on pourrait agir à la source ( claire ), puis durant son parcours, elle reçoit plein d'impuretés ( en la laissant décanter ) mais équilibre précaire, fragile car risque de récurrence si on la secoue, d'où penser à éliminer les sédiments ( par filtrage ) : çàd nous débarasser définitivement de nos anciennes habitudes erronées en agissant sur les germes, sur les causes. L'eau claire sera stable.

« Quand le Buffle est encore dans la montagne, il a suffisamment d'eau et d'herbe. Dès qu'il en sort, il donne des coups de cornes à droite et à gauche ». Ce koan signifie clairement que la pratique doit rester vigilante et devenir une habitude naturelle : le Buffle s'habitue au Bouvier pour devenir à la fin obéissant même sans laisse, çàd toujours présent à ses côtés. Notion représentée par le Buffle blanc du Mahayana.

Lorsque Maître Ba.ch Vân Thủ Đoan demanda à Quách Công Phụ un seigneur bouddhiste laïc : « **Est-ce que votre Buffle est obéissant ?** » « Oui » lui répondit ce dernier. Aussitôt le maître commença à le couvrir d'insultes. Imperturbable, le seigneur continua à saluer le maître comme si rien n'était. En le voyant impassible, le maître lui sourit : « Effectivement ».

Alors si maître Tuệ Cang élève la voix sur vous, vous savez ce qu'il vous reste à faire ;-)

--

Tableau 6 : #6 *Sur le chemin du retour sur le dos du Buffle*

=



歸家  
騎牛

## On the royal road Sur le chemin du grand retour



*Sur le chemin du retour sur le dos du Buffle qui est devenu obéissant.*

*L'affrontement est terminé, le Buffle est enfin dompté, le pratiquant laisse les polémiques à l'entrée de ses oreilles. Gain ou perte : peu lui importe, toute la journée, il reste serein, souriant, détendu, sans effort dans sa pratique. ( il chante des chansons simples ou joue de la flûte des airs enfantins, chevauchant tranquillement le Buffle, tout en regardant le ciel ) Il ne se laisse pas distraire par le monde extérieur ( les stimulus extérieurs )*

*Autrement dit, il a réussi à apprivoiser son Esprit qui est revenu à son état originel, ses pensées redeviennent justes : ce qui explique sa **Sérénité**. Le monde extérieur n'arrive plus à l'influencer ni à le capter, à le distraire de sa route de retour. Il vit en plein dans l'état primitif, originel de son Esprit. Il pratique pleinement le concept selon lequel le monde extérieur n'existe que par l'Esprit, le Cognitif intérieur. « La naissance de l'Esprit entraîne celle du Monde Extérieur, et son déclin la disparition de ce dernier. » ( Tâm sanh thì Pháp pháp sanh, Tâm diệt thì Pháp pháp diệt ). Selon la conception du Monde de phénomènes, le Monde Extérieur existe en toile de fond, mais c'est l'Esprit dans son fonctionnement, en créant des « vagues » qui le rend perceptible, visible. Inversement, la disparition de l'Esprit entraîne aussi celle du Monde Environnant ( pour l'individu ).*

*Anecdote de la question d'un moine au Maître **Cự Tuân** à Lăng Nha : « Maître, les anciens qu'ont-ils découvert et obtenu pour renoncer aux tentations extérieures ? » Réponse : « **Comme des voleurs qui entrent dans une maison vide** » donc rien à voler. Ainsi, quand l'Esprit du pratiquant est libre, non occupé par des préjugés, des jugements, des pensées parasites, les stimuli extérieurs n'ont aucune emprise sur lui.*

*Dans le cas contraire, il se produit plein d'accrocs, donnant naissance à des tourments. Sur le dos du Buffle, le pratiquant rentre chez lui, en réduisant son karma selon les circonstances (*

tùy duyên tan nghiệp cũ ) et en ne créant pas de nouveaux. L'erreur est d'accumuler de nouveaux à cause de nos anciennes habitudes.

Si nous utilisons la métaphore de l'eau limpide une fois les impuretés décantées dans le fond, le risque qu'en cas d'agitation est de la retrouver : il faut donc savoir aller plus loin en filtrant l'eau pour éliminer les impuretés définitivement, et alors obtenir une eau limpide stable, même si on essaie de la touiller.

**Maître Vạn Hạnh** : « Peu importent les changements des événements extérieurs, ils sont comme la rosée du matin » = çàd les choses de la vie n'ont aucune influence sur lui, car ce ne sont que des circonstances, des conditions extérieures.

Tableau 7 #7 : *Le Bouvier seul et sans Buffle = seul et sans mémoire*



存人忘牛

Alone and without memory  
*Seul et sans mémoire*



*Le Buffle a disparu, le Bouvier reste seul près de sa maison. En fait, tout conduit vers la même Vérité Unique. Cela peut donner l'impression d'une similitude avec le 1<sup>er</sup> tableau, mais en fait, nous sommes dans une situation différente. Dans le 1<sup>er</sup> : l'absence du Buffle est due à l'Ignorance du pratiquant, et c'est ce qui le pousse à partir à sa recherche. Alors qu'ici dans le 7<sup>e</sup>, **Buffle et Bouvier ne font plus qu'UN**. Pas besoin de partir à sa recherche, puis de le tenir en laisse, de le surveiller etc... Tout ce qui est Faux, Illusoire s'est décanté, et a disparu. Le pratiquant n'a plus besoin de distinguer, de séparer le Vrai/du Faux.*

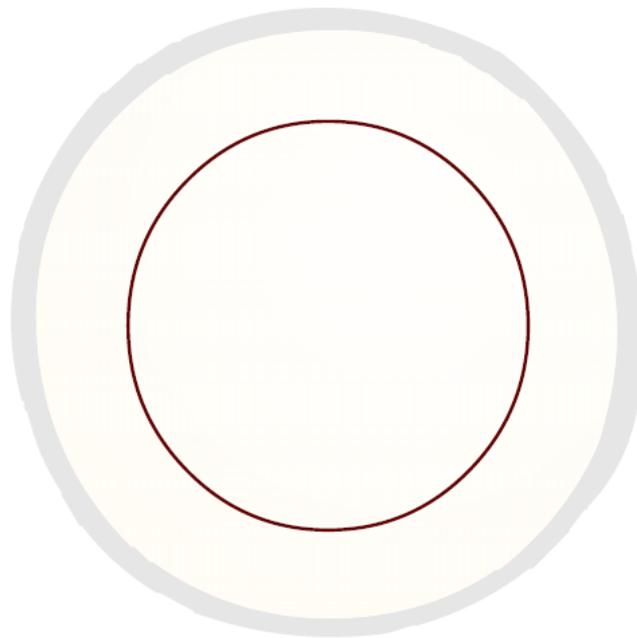
**Le Buffle n'est qu'un moyen subtil** pour inciter les pratiquants à ne pas oublier leur richesse intérieure. Une fois le but atteint, le moyen devient inutile. L'or pur obtenu, qui se soucie encore de sa gangue. La lune est sortie des nuages. **La Vraie Nature Ultime, est enfin là.**

*Elle est originellement calme et toujours présente, nul besoin de dépenser de l'énergie pour cela. A ce stade, le pratiquant est réellement serein, son esprit n'est plus binaire, et échappe à toutes les constructions conceptuelles humaines. Un lâcher-prise total qui lui permet de revenir à la Source.*

*Cependant, il doit savoir **aller encore plus loin, jusqu'à la disparition complète du Bouvier ( stade 8 )** car ce dernier serait la dernière trace d'un ego même infime. Le but final du Zen est d'Agir naturellement, sans aucune attente de retour « Agir sans avoir l'impression d'agir »*

--

Tableau 8 #8 *La disparition des 2 ( Buffle et Bouvier ) représentée par un Cercle, un Rond ou un Zéro : Rien ?*



俱忘人牛

Nothing  
Rien



**## Si on résume depuis le début :**

*1/ par ignorance, on croit que la Vérité se trouve à l'extérieur, d'où la quête.. C'est un monde binaire par nos interprétations et nos jugements.*

*2/ On recherche ses traces, les preuves de son existence dans les textes, l'enseignement des anciens.*

*3/ En se tournant vers l'Intérieur ( Introspection ) on perçoit une partie de cet Esprit originel mais qui est indescriptible, au-delà du langage.*

4/ on le trouve mais il est difficilement maîtrisable, car on est encore prisonnier de ses anciennes habitudes issues de l'ignorance.

5/ on arrive à l'apprivoiser par un travail de tri, de filtrage, de transformation des pensées parasites.

6/ on retrouve cet état originel sur le chemin du retour sur Soi.

7/ Arrivée à la maison, disparition du Buffle car le monde non subjectif, dépouillé de toute interprétation, de tout jugement, de tout commentaire, de toute échelle de valeurs n'est pas binaire, mais Unique ou Un. Cependant, même dans le Un, on est coincé dans une approche duale, un couple d'opposition (đôi đăi) = 1 par rapport à 0 ; Existence/Néant

Dans le tableau 8 : On essaie de pousser encore plus loin, et aller au-delà de tout jugement et de la dernière vision binaire ou de dualité manichéenne ( 1/0, existence/non-existence ou néant ) en effaçant la dernière trace de l'Ego d'où la disparition du Bouvier, et aussi la trace de « la conception classique de la Pratique » En réalité, il n'y a ni retour, ni maison, ni endroit où il faut aller... Il suffit de vivre en pleine conscience dans le « Ici et Maintenant » ( *Thực tại* ). Les textes deviennent alors inutiles et la pratique ne doit plus nécessiter d'effort = « *Vô công dụng đạo* » autrement dit le « stade de la Voie sans effort ».

Stade que le 6<sup>e</sup> Patriarche Huệ Năng qualifiait de « Etat Originel sans Objet sans Forme » « *bản lai vô nhất vật* »

Stade au-delà de toute pensée et du langage, non dual, que Maître Duy Nghiễm comparait au fait de « faire pousser des fleurs sur la pierre, où tout enracinement est impossible ! », ou le stade indescriptible, inexprimable qui confine au silence Bodhi Dharma durant 9 ans face tournée vers le mur, Huệ Năng aux tâches ménagères et de cuisine sans mot dire... ou l'état qui échappe à l'emprise des stimuli extérieurs.

En résumé, par Ignorance, notre Esprit Originel pourtant limpide, part dans des constructions de pensées binaires, et après les différentes étapes de la pratique, arrive à démonter ces constructions illusives pour revenir à sa Sérénité Originelle. Il a toujours été là, mais nous ne savions pas l'appréhender ni même conscients de sa présence, car nous sommes continuellement manipulés, sous l'emprise des stimuli extérieurs. ( métaphore du miroir et des reflets du monde extérieur )

( Rappelons que la vraie signification de la Voie du Milieu = *Trung Đạo* = ne désigne ni un point ni un chemin sinon on reste encore prisonnier d'une image, d'une forme. La Voie du Milieu est par essence, libre de toute attache ni aux extrêmes, ni au milieu, elle n'est ni fixée dans l'espace ni figée dans le temps.)

--

Tableau 9 : # Au-delà du « Rien » ? Quelque chose plutôt que rien...



還返  
源本

## Something rather than nothing Quelque chose plutôt que rien



*Après le Tableau 8, une fois « lâchés » le Buffle et le Bouvier, on croit qu'il ne reste « Rien ». Or ce Rien n'est pas synonyme de Néant, mais d'une Matrice limpide et silencieuse qui englobe la totalité des choses, de l'Univers.*

*Anecdote : Jusqu'à maintenant, on a tendance à voir la menace comme venant de l'extérieur. Le maître Duyên Quán à qui l'on ( Chiên Viên ) demanda « **comment combattre quand les bandits ( pensées fausses ) sont des gens à l'intérieur de la maison ( de Soi ) ?** », il répondit « si on arrive à les connaître, ils sont aussi de la famille » atmd ces pensées fausses ont aussi leur origine dans l'Esprit Juste, comme l'ombre qui résulte de l'objet sous le soleil, l'ombre ne peut exister de manière autonome, mais suit liée à son objet ( comme le Faux par rapport au Juste )*

- *Que faudra t-il faire après ?*
- *DQ : Les amener jusqu'au lieu de « Non naissance » atmd le « Rien » ( du tableau 8) dénué de toute trace de pensée*
- *Chiên Viên : Alors cet endroit c'est bien la destination finale ?*
- *DQ : Non, puisque ce sont des eaux mortes, ne pouvant abriter les dragons.*
- *CV : Alors c'est quoi les eaux vives qui abritent les dragons ?*
- *DQ : Là où l'on essaie de provoquer les vagues mais en vain ! Là où quoi qui se passe, malgré toutes les agitations, cela n'entraîne pas de perturbations de l'Esprit.*

***Métaphore du fleuve qui s'écoule doucement, sans vague :** Si on représente le cours des choses comme un fleuve qui s'écoule. Nous sommes dans un monde de phénomènes ( pháp trản ) : ce qui est visible à nos yeux sont les vagues ( phénomènes apparents ) qui se forment sous l'effet du vent ( conditions extérieures favorables ou défavorables = duyên thuận hay*

*ngịch* . Quand il n'y a plus de vent, les vagues retournent à l'état d'eau calme, horizontale qui est la matrice. Beaucoup de pratiquants s'arrêtent à cette vision de matrice qu'ils croient immobile et sans changement ( *Tịch tĩnh* ). Et bien qu'il soit acquis qu'elle ne naît ni ne disparaît ( *không sanh không diệt* ), une approche plus fine voudrait qu'elle soit en mouvement, qu'elle se transforme imperceptiblement, comme un cours d'eau qui s'écoule tout doucement, sans vague, sans bruit, et continuellement.

« L'oiseau rejoint son nid, l'eau revient à sa source, la feuille détachée retombe vers la racine de l'arbre... »

« Quand le **Maître zen Duy Tín regardait les monts et les fleuves**, pour lui c'était des monts et des fleuves. Après avoir reçu l'enseignement, ils n'étaient plus des monts et des fleuves. Après 30 longues années de pratique, il les revoyait comme des monts et des fleuves. Cette allégorie montrait la progression de l'approche malgré une similitude qui peut prêter à confusion les stades 1 et 3 : en effet , au début, il voyait les montagnes et les fleuves comme des certitudes, à travers l'œil de son Ego, embué d'ignorance ; au stade 2 : il reconnaît la nature ultime des choses par leur absence d'existence intrinsèque ; au stade 3 : bien que sachant la vraie nature des choses, **il les accueille telles qu'elles sont, dans leur ainsité, sans intervention de son Ego** »

Dans le zen Rinzai, on parle de la « **Non fusion entre le pratiquant et le monde qui l'entoure** », **chacun à sa place** : c'est le monde limpide lumineux des bouddhas. Le 3<sup>e</sup> Patriarche *Tổ Tăng Xán* dans *Tín Tâm Minh* parle **d'un monde complet, ni manque ni excès, qui se suffit à lui-même** ( *Tròn đồng thái hư, không thiếu không dư* )

Le Père de notre lignée, le roi **Trần Nhân Tông** à qui l'on demandait « comment pratiquer la Voie ? » eût cette réponse simple : « Un vêtement quelconque comme habit, le matin manger une bouillie de riz, le soir boire du thé au clair de lune » Nous pouvons l'imiter dans l'apparence, mais dans le fond il faudra posséder cette faculté d'accueillir les choses dans leur ainsité, sans intervention de notre Ego.

**Arrivé ici, il nous faudra oublier les stades antérieurs, les tableaux précédents, puisque ce ne sont que des moyens illusoire temporaires pour parvenir au stade d'éveil actuel**

Le conseil de **notre Maître HT Thích Thanh Từ** à ses élèves se résume en un mot-clé : « **Lâcher** » ( **Buông** ) ou « **Lâcher-prise** » ( **Buông Xả** ) C'est d'autant plus un moyen de tri efficace entre le Vrai Soi ( *Chân Tâm* ) et le Reste ( par définition Faux ou illusoire ). Tout ce que vous pouvez lâcher, c'est soit de l'Extérieur soit du Faux, et ce qui reste c'est le Vrai Vous.

Tableau 10 #10 : *En immersion sur la place du marché*



昭和辛卯夏  
富吉郎  
画並刻智

重手入廓  
十

## Towards the market place *Vers la place du marché*

*Les pieds nus et le torse à l'air en allant au marché,  
Le corps plein de terre et de boue, le sourire cristallin  
Point besoin de méthode miraculeuse  
Et pourtant, les terres arides deviennent florissantes.*

*En immersion sur la place du marché :*

*Après le stade précédent du Salut de Soi-même, il reste un dernier stade de la pratique où le pratiquant part sur le terrain pour aider les autres. Pour ce faire, il s'immerge et s'adapte au contexte ambiant. Il doit ouvrir une voie particulière, propre à lui, différente des celles des anciens. Il ne s'agit donc pas de recopier sans discernement ce qui a été fait avant, mais de découvrir son propre chemin de façon sincère et volontaire. Il se peut que ses actions soient incomprises ou critiquées, car anti-conformiste, il lui arrive de ne plus respecter les règles classiques et la bienséance, et que le vrai mobile n'est connu que par lui seul.*

*Il est impossible de juger un tel bodhisattva sur son apparence extérieure et ses actions. ( ex celui qu'on surnomme le Moine Fou = Ngai Té Diên )*

*Celui qui n'est pas encore à ce stade d'éveil, prend des gros risques en essayant d'imiter.*

### **## Conclusion finale**

*Diviser le mental en différents stades est en réalité un pur artifice, puisqu'il est unique et forme un tout. Utiliser son esprit pour aller chercher son esprit est quasiment impossible : cela revient d'une part à scinder son esprit en 2, et d'autre part essayer de regarder sa tête*

*sans l'aide d'un miroir ( en zen on dit : chevaucher le buffle pour partir à la recherche du buffle ou trimbaler sa tête en partant à sa propre recherche )*

*Tout cela n'est qu'un **moyen ( outil ) subtil d'enseignement**, ( dans le zen on parle de provoquer exprès des vagues même sans vent ) ( không gió mà làm dậy sóng ) juste pour créer des conditions favorables ou des occasions d'enseignement. Dans l'absolu tout cela est discutable ( car cela reviendrait à diviser l'esprit en plusieurs parties )*

*Tout en sachant les limites d'une telle approche car la réalité du zen est au-delà des mots, du langage, ces tableaux ne sont qu'un **moyen judicieux ou habile** pour communiquer un enseignement qui dans l'absolu, devrait se dérouler dans le non dit et dans la perception directe, avec ni jugement ni trop de connaissances préconçues.*

*Bien qu'il soit imparfait , c'est un **Outil d'aide à notre pratique** qui peut nous être utile pour peu que nous ne nous attachions pas trop d'importance aux mots, à la logique matérialiste, mais laisser plutôt la place à la perception directe de l'esprit, à l'accueil du cœur ouvert à la compassion qui prédomine davantage que la raison dans les 2 derniers tableaux )*

*Plutôt qu'aller chercher la Vérité à l'extérieur de soi, le **vrai travail consiste à revenir sur Soi** par une introspection sincère et sans concession, par un démontage des « cadres préconçus de pensées et d'habitudes » ( comparé à un travail d'ablation de clous et de vis ) afin de redécouvrir cette partie limpide, cette nature ultime cachée en Soi et commune à tous les êtres. Ainsi la pratique consiste en un lâcher-prise ( buông xả ) nécessitant lucidité ( tri' tuệ ) et justesse ( chánh niệm ) des choses illusoires de la vie. Et selon l'Art et la Manière de procéder d'après les enseignements du Bouddha :*

*C'est aussi l'**esprit de « sans attache »** ( tinh thần Vô trụ ), de « **non-emprisonnement** » du Sutra du Diamant ( Kinh Kim Cương ) ni dans un cadre, ni dans des mots, ni dans des concepts « sitôt utilisés sitôt balayés » puisque ce ne sont que des moyens transitoires, temporaires et non des finalités.*

*On est dans un esprit dynamique et non statique, sans accroc, sans attache, sans carcan, totalement libre ++ dans une espèce de mouvement fluide ++*

***Mal utilisé**, comme nous valoriser avec une échelle de valeurs appliquée à ces tableaux, risque de **grossir notre Ego, et de nous emprisonner dans ce système de cotation** ou de classification comme : « A quel tableau êtes-vous déjà ? ou se vanter d'être à un certain degré de tableau, avec un brin de fierté » : voilà le genre de dérive qu'il peut y avoir par une mauvaise compréhension de l'utilisation de ces tableaux.*

*Merci d'être venus, et continuez à surveiller votre Buffle.*

*TMD*