

AMA Samy

Cœur zen, esprit zen

Les enseignements du maître zen Ama Samy

Traduit de l'anglais par

Annelise Salier et Claudine Vial

SULLY

*À la mémoire de Sridevi Rao,
qui a rassemblé et édité ces enseignements.*

Titre original : *Zen Heart, Zen Mind*

Publié par :

Cre-A

New N° 2, 24th East Street

Thiruvanmiyur, Chennai 600 041

Inde

© AMA Samy, 2002

© Éditions Sully, 2010, pour la traduction française

Éditions Sully

BP 171 – 56005 Vannes Cedex – France

Tél. : 33 (0)2 97 40 41 85 - Fax : 33 (0)2 97 40 41 88

Courriel : editions.sully@wanadoo.fr

Site : editions-sully.com

Tous droits de reproduction réservés pour tous pays.

Sommaire

Note de l'éditeur	5
Maître Ama Samy	7
Préface	11
LA MÉTHODE ZEN	15
<hr/>	
Zazen : le Bouddha est assis	17
<i>Shikantaza</i> : le zazen de l'intimité	28
Le zazen de l'équanimité, de la joie et de la compassion	33
Le zen des koans : le cœur-esprit en quête	39
TEISHOS	47
<hr/>	
Première partie : votre visage originel	51
Votre visage originel avant d'être né	53
Un bol d'argent rempli de neige	65
Retour chez soi	73
Mille erreurs, dix mille erreurs	80
Unmon et la maladie du monde	88
Enfant du vide	98
Deuxième partie : si ce n'est pas maintenant, quand ?	107
Si ce n'est pas maintenant, quand ?	109
Cœur brisé, cœur d'amour	116
La voie du cœur-esprit	125
L'esprit de tous les jours est la Voie	134

CŒUR ZEN, ESPRIT ZEN

L'ÉVEIL 148

Les montagnes ne sont pas des montagnes, les rivières ne sont pas des rivières	151
Pas un, pas deux	159
Les montagnes sont des montagnes, les rivières sont des rivières	165

UNE BRÈVE HISTOIRE DU ZEN PAR SRIDEVI RAO 173

Glossaire 199

Bibliographie 203

NOTE DE L'ÉDITEUR

Cet ouvrage procède, pour l'essentiel, de divers enseignements oraux dispensés à ses élèves par le maître zen Ama Samy.

Un enseignement oral zen ou *teisho*, ou discours sur le Dharma*, ne ressemble à aucun autre. Parfois simple et direct comme une bouffée d'air pur, parfois hautement elliptique et métaphorique, parfois percutant et concis, parfois décousu et s'éloignant du sujet, il cherche à trancher les schémas mentaux habituels de la raison et de la logique pour s'adresser directement au cœur-esprit de l'auditeur. Certains passages (en particulier certains des koans* qui donnent du piment aux enseignements) peuvent sembler incompréhensibles à première lecture, mais ils demeurent quelque part juste au-dessous du niveau de la conscience et se fraient un chemin au moment où nous nous y attendons le moins, pour nous apporter une étincelle de compréhension, un instant que les pratiquants du zen aiment appeler l'expérience du « Aha ! ». Les *teishos* de ce livre ont été soigneusement choisis pour rendre, autant que possible, la pleine saveur des enseignements du maître zen Ama Samy. Bien sûr, le mot écrit ne traduit pas toujours les silences qui imprègnent la parole et la présence du maître, et qui donnent aux *teishos* toute leur portée. Les *teishos* comportant plusieurs niveaux de signification, il vaut mieux les lire – ou plutôt les savourer – lentement, à plusieurs reprises, en gardant l'esprit ouvert. Et tout à coup, ils peuvent devenir aussi vivants, aussi frais et essentiels que la fleur qui tombe et la rosée du matin, pour reprendre une expression d'Ama Samy.

* Les mots marqués d'un astérisque sont expliqués dans le glossaire p. 199.

Nous avons pris la liberté de citer les noms des maîtres zen soit dans leur version chinoise soit dans leur version japonaise, en retenant la plus connue. Par exemple, maître Joshu est plus connu sous son nom japonais que par son nom chinois d'origine, Chao'chou, c'est donc le premier qui a été utilisé.

Sridevi Rao

MAÎTRE AMA SAMY

Le maître zen Ama Samy (Gen-Un-Ken) est le seul Indien à ce jour ayant reçu d'un maître zen reconnu le Sceau dharmique de l'illumination.

Ama Samy (Arul Maria Arokiasamy) est né en Birmanie en 1936. Ses parents étaient indiens de confession chrétienne. Il arriva en Inde après la guerre. Poussés par la pauvreté, ses parents le confièrent à son grand-père maternel, qui vénérât un saint musulman et considérait comme un devoir sacré de veiller sur son tombeau. Le grand-père mourut peu de temps après dans un accident, laissant le jeune garçon sans soutien. Celui-ci réussit cependant à terminer sa scolarité et à entrer dans l'ordre des Jésuites.

Le temps passa, Ama Samy devint prêtre, mais son cœur restait assoiffé de Dieu. « Durant ma formation et mes études de jésuite, ma vie spirituelle s'avéra totalement vide et privée de sens » dit-il. « Je recherchais la libération et l'expérience de Dieu, mais je ne les ai pas trouvées. » Il se tourna vers les Upanishads* et celles-ci lui ouvrirent le cœur et l'esprit. Il séjourna dans des ashrams* hindous, mais bien qu'il y trouvât une inspiration, ceux-ci ne purent lui apporter ce qu'il cherchait. Il rencontra alors l'ascète Swami Abhishiktananda et souhaita le suivre en tant que mendiant errant. Abhishiktananda ne l'encouragea pas dans cette voie mais l'introduisit aux enseignements du sage advaitique* de l'Inde du Sud, Ramana Maharshi. Bouleversé par la vision de Ramana, Ama Samy se consacra à trouver la réponse à la question posée par le grand sage : « Qui suis-je ? » Pour un temps mendiant errant, il vécut ensuite en ermite près d'un sanctuaire dans le district de Dindigul, nourri par les villageois. Il endura de

CŒUR ZEN, ESPRIT ZEN

nombreuses privations, mais persista dans sa quête et parvint finalement à l'Éveil avec la question qu'il s'était posée.

Cependant, il ressentit la nécessité de faire confirmer et authentifier sa réalisation, et c'est à cette période qu'il rencontra le père Enomiya Lasalle qui, non seulement l'initia au zen, mais l'aïda à se rendre au Japon pour y poursuivre sa formation sous la direction du roshi Yamada Ko-Un à Kamakura.

Yamada Ko-Un était le disciple principal du roshi Yasutani Haku-Un, lui-même disciple de Harada Dai-Un. Harada appartenait à l'école zen Sôtô, mais il avait aussi été formé par l'école zen Rinzai aux koans zen. Disciple de Harada, Yasutani associait l'approche zen des koans et celle du zazen de l'école Sôtô, et Yamada Ko-Un poursuivit cette pratique. Yasutani et Yamada créèrent ensemble l'école Sanbo Kyodan, qui fut l'une des premières écoles zen du Japon à accepter des étrangers comme élèves (l'enseignement et l'approche de roshi Yasutani sont détaillés dans le livre *Les Trois Piliers du zen*, publié par Philippe Kapleau. Ce livre relate aussi l'histoire du satori – ou illumination – de Yamada Ko-Un, désigné en tant qu'homme d'affaires par les initiales K.Y.).

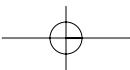
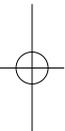
Yamada Ko-Un confirma l'Éveil d'Ama Samy, après quoi Ama Samy mena à son terme l'étude des koans sous sa direction, afin d'approfondir sa réalisation. En 1982, il reçut du roshi Yamada Ko-Un l'autorisation d'enseigner ; ce dernier mourut en 1989. Il reçut aussi de son maître le nom de Dharma « Gen-Un-Ken », qui signifie « Nuage sombre » ou « Nuage originel ».

Ama Samy commença à enseigner le zen au début des années 1980. En 1996, il créa le centre zen Bodhi Zendo à Perumalmalai, près de Kodaikanal. Ce centre offre tout au long de l'année des enseignements pratiques du zen en utilisant à la fois les méthodes Sôtô et Rinzai. La Bodhi Sangha* (la communauté des élèves et des disciples d'Ama Samy) s'est développée en Europe, aux États-Unis, en Australie, et bien sûr en Inde. Ama Samy passe plusieurs mois de l'année à l'étranger pour enseigner et aider ses élèves. Le voyage spirituel d'Ama Samy l'a également

ramené à son point de départ, la tradition chrétienne, à laquelle il appartient et à laquelle il apporte une approche nouvelle et éclectique. « Il m'est souvent demandé à quelle religion j'appartiens », dit-il. « Je me situe entre l'hindouisme, le bouddhisme et le christianisme. » Il se reconnaît dans le Christ, dans le zen et dans le cœur-esprit des humains.

L'éditeur – avril 2002

On peut joindre Bodhi Zendo à :
Bodhi Zendo, Perumalmalai,
Kodaikanal 624 104, Tamil Nadu, Inde
E-mail : mail@bodhizendo.org
URL : www.bodhizendo.org



PRÉFACE

La première fois que je rencontrai mon maître, le roshi Yamada Ko-Un, à Kamakura au Japon, il me dit avec un clin d'œil : « Je suis si content que Bodhidharma vienne enfin me voir ! » Ayant terminé mon cursus de koans avec lui et alors que j'étais sur le point de partir, il me dit : « Le Japon est connu pour importer les choses, les transformer en quelque chose de meilleur et ensuite, les exporter. Maintenant, j'exporte le zen de nouveau en Inde ! »

Le zen a pris racine en Inde, dans la tradition du *dhyana** du bouddhisme Mahayana*. Il a été transmis sous le nom de *ch'an* en Chine, où il a revêtu une forme et un style particuliers qui sont devenus ensuite le zen. Le zen est comme la fleur *udumbara**, rare et merveilleuse dans le jardin du bouddhisme. Il est concret, exigeant et orienté vers l'expérience. Il concerne ce monde et célèbre la vie et la nature. Il tend vers le beau et le simple, il est centré sur le présent, il est sensible à ce qui est fini et mortel, à la fleur qui tombe et à la rosée du matin et en reconnaît la valeur. Il aime le paradoxe et la parabole, il est plein d'humour et de rire, il est mystique et compatissant.

En Occident, le zen est souvent décrit comme individualiste et anarchiste. Nous ne pouvons nier que le zen soit individualiste, mais le réduire à ce seul aspect serait mal le comprendre. Le zen concilie discipline et liberté, individualité et communauté, immanence et transcendance, raison et paradoxe. Pour résumer, le zen est à la fois sagesse et compassion.

Dans la pratique, le zen a rencontré de nombreuses difficultés. Beaucoup de soi-disants maîtres ayant atteint l'illumination, en Occident comme au Japon, se sont révélés avoir des pieds d'argile. C'est pourquoi il est nécessaire d'avoir une Sangha ou

CŒUR ZEN, ESPRIT ZEN

communauté de pratiquants critiques, et des maîtres parvenus à l'illumination critiques et authentiques.

De nos jours, le zen est connu en Inde et de nombreux livres à son sujet ont une assez bonne audience. Mais pas sa pratique. Ce n'est pas un chemin facile : la discipline et la pratique sérieuse demandées par le zen sont souvent laborieuses. Il est possible cependant de goûter aux fruits de la pratique ici et maintenant, et non pas seulement dans quelque au-delà. Qui parmi nous possède la *bodhicita**, le cœur-esprit de l'Éveil, pour se consacrer de tout son cœur au Dharma ? Bien sûr, à moins d'être appelé, on ne répondra pas ; à moins de chercher, on n'entendra pas l'appel. Mais à moins que le Dharma ne soit « prêché », on ne l'entendra pas. C'est la raison pour laquelle j'offre cette petite contribution au service du Dharma, pour aider ceux qui cherchent.

Ce livre est un résumé de ma vision et de mon expérience, un guide pour mes frères et sœurs du Dharma sur le chemin. C'est un doigt pointé vers la lune.

Je suis reconnaissant à Sridevi Rao qui a édité ces pages. Elle a aussi ajouté un chapitre sur l'histoire du zen. Elle a mis beaucoup de cœur dans ce travail et je l'en remercie. Le docteur T.K. Gopalan a apporté des commentaires brillants et pertinents. Je remercie tous ceux qui ont contribué à l'élaboration de ce livre.

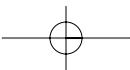
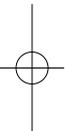
AMA Samy

*Étudier la Voie du Bouddha, c'est s'étudier soi-même ;
S'étudier soi-même, c'est s'oublier soi-même ;
S'oublier soi-même, c'est être Illuminé par les dix mille dharmas* ;
Être Illuminé par les dix mille dharmas,
c'est retirer la barrière entre soi et les autres ;
Il ne reste plus de trace d'illumination, et cette absence de trace
continue indéfiniment.*

Dôgen Kigen

*Ne marche pas sur les traces des anciens ;
Cherche ce qu'ils cherchaient.*

Bashô



LA MÉTHODE ZEN