

SAGESSE DES CONTES ZEN

Chacune des grandes religions est porteuse de sagesse. C'est le point de départ de cette collection qui propose 20 méditations philosophiques pour penser sa vie et donner du sens à son existence. Faut-il apprendre à s'ennuyer ? Avons-nous soif d'infini ? Doit-on renoncer à soi-même pour être libre ? La peur nous empêche-t-elle de vivre ? Faut-il rechercher la perfection ? Pour répondre à l'ensemble de ces questions, les auteurs sélectionnent 20 contes de la tradition zen, qu'ils présentent en trois temps : la narration, une analyse et des pistes de réflexion.

Oscar BRENIFIER est Docteur en philosophie, formateur et consultant philosophique, il travaille depuis de nombreuses années, en France et à l'étranger, sur le concept de «Pratique philosophique», tant sur le plan pratique que théorique. Il est l'un des principaux promoteurs de la philosophie dans la cité : cafés-philos, ateliers philosophiques avec les enfants et les adultes, ateliers et séminaires en entreprises... Il a publié de nombreux ouvrages en ce domaine, dans plus de vingt-cinq langues. Il a cofondé l'Institut de Pratiques Philosophiques dont il est le président. Il est également l'un des auteurs du rapport de l'Unesco «La philosophie, une école de la liberté». Vous trouverez plus d'informations sur son site : www.brenifier.com et sur celui de l'IPP : www.pratiques-philosophiques.com.

Isabelle MILLON est philosophe-praticienne, spécialisée en pratique philosophique avec les enfants et les adolescents. Elle a travaillé dans de nombreux pays, a cofondé l'Institut de Pratiques Philosophiques dont elle est la directrice, forme enseignants et personnes diverses à la pratique philosophique et organise des ateliers philosophiques hors les murs. Elle est aussi l'auteur de livres pour jeunes adultes et adultes, et collabore avec Oscar Brenifier sur de nombreux ouvrages.

www.editions-eyrolles.com
Groupe Eyrolles | Diffusion Geodif



13,90 €

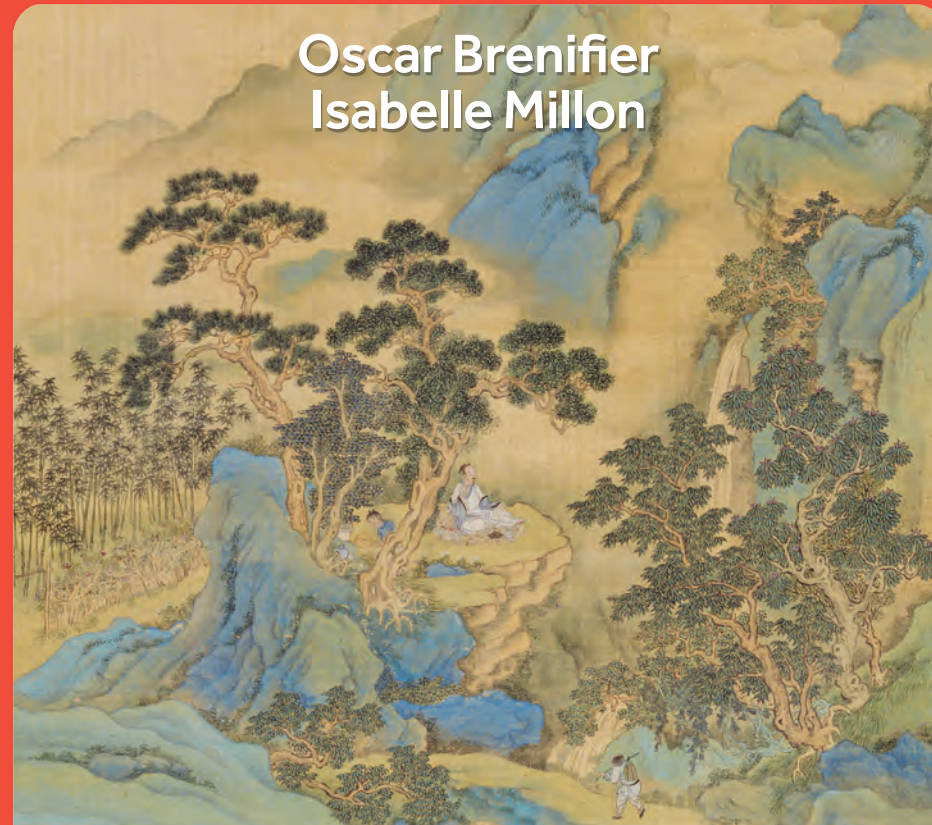
Couverture : studio Eyrolles © Éditions Eyrolles
Image de couverture : Photo © Musée Guimet, Paris, Dist. RMN-Grand Palais/Christine Vanneste



Oscar Brenifier – Isabelle Millon

SAGESSE DES CONTES ZEN

Oscar Brenifier
Isabelle Millon



SAGESSE DES CONTES ZEN

Exercices philosophiques

EYROLLES

Sagesse vivante

1/ **Respiration**
Faut-il apprendre à s'ennuyer ?

Un étudiant vint voir son maître pour se plaindre.

— Maître, ce travail sur la respiration finit par vraiment m'ennuyer. Aspirer, souffler. Aspirer, souffler. Sans arrêt. À la longue, c'est vraiment lassant. Ne pourrais-je pas travailler sur quelque chose de plus intéressant ?

— Je comprends, répliqua le maître, viens avec moi.

Il mena son élève au bord de la rivière et lui demanda de se pencher au bord de l'eau. Puis il le saisit par le cou et lui plongea la tête dans l'eau. Au bout de quelques secondes, n'en pouvant plus, l'élève commença à résister mais le maître le maintint de force. Le pauvre se débattait autant qu'il pouvait, et le maître finit par le relâcher, toussotant, crachotant et haletant.

— Alors, est-ce que ta respiration t'ennuie toujours ?

Le dialogue maître-élève (dokusan)

La relation dialogique entre maître et élève est cruciale dans la pratique du zen. Le concept utilisé pour la caractériser est le dokusan, qui est composé d'« aller seul » (doku) et de « vers un supérieur » (san). Car l'élève fait la démarche de trouver un maître afin de **s'initier** ou de parfaire son éducation. De ce fait s'instaure une sorte de **dialogue permanent**, par des échanges verbaux et des tâches à accomplir, censés faire progresser l'élève sur la voie (oshie), vers l'illumination (satori). Sans l'intervention d'un maître et la confrontation régulière, l'apprentissage ne peut rester que formel et superficiel.

Pour que s'effectue le dokusan, élève et maître doivent s'engager dans une **démarche commune**, qui s'approfondit au fil du temps. Mais le maître ne le fera que s'il perçoit une attitude adéquate chez l'élève, ce que dans la tradition bouddhiste on nomme « attitude juste », qui implique d'une part d'être ouvert et réceptif, d'autre part d'être animé par une réelle volonté et de fournir des **efforts**. C'est d'ailleurs ce dernier problème que nous rencontrons dans la présente histoire : l'élève se lasse de pratiquer l'effort, il se relâche et vient se plaindre à son maître, qui dès lors doit trouver le moyen de lui faire prendre conscience du problème et le redynamiser. Dans la tradition zen, plutôt que d'expliquer les choses, il s'agit de faire vivre une **expérience pédagogique**, quelque peu saisissante, qui sort l'esprit de sa somnolence.

Le dialogue est en fait un moment de mise à l'épreuve de l'élève, pas tellement pour évaluer son savoir au sens scolaire, mais à la fois pour travailler la pratique, fortifier l'être et prendre conscience de soi. On pourrait comparer cela à un **échange maître-élève** dans l'apprentissage d'un art martial, où le premier a évidemment un avantage sur le second. Dans la pratique zen, le maître doit inviter l'élève à sortir de lui-même, ce qui implique une certaine **vio-lence** dans l'échange. Cette dimension exige une forte confiance chez l'élève, qui sans cela s'enfuit ou se révolte. Sa capacité à relever le défi, en s'arrachant à lui-même, est la condition pour grandir et devenir lui-même un maître.

La bienveillance

A priori, la bienveillance désigne un état d'esprit : la disposition favorable envers quelqu'un, un groupe ou l'humanité tout entière, ou encore la totalité de l'existant. Un affect qui nous porte à désirer le bonheur de notre prochain. On lui attribue comme synonyme la **bonté** et comme expression la **générosité**. La personne bienveillante, généralement en position de force, serait serviable et généreuse, puisqu'elle désire le bien et le bonheur d'autrui, que ce soit la communauté ou une personne en particulier. Néanmoins, la bienveillance peut facilement glisser vers une acception particulière, comme la complaisance, la prévenance ou la gentillesse. Prenons à l'inverse le maître de notre histoire. Il s'occupe avec soin de son élève, peut-être même n'en a-t-il pas d'autre. En tout cas, il prend le temps de travailler avec lui : puisque celui-ci s'ennuie de son travail et n'en comprend pas l'**utilité**, il l'emmène jusqu'à la rivière. Bien entendu, on peut considérer que sa leçon n'est pas « gentille », puisqu'elle n'est ni gracieuse, ni charmante, ni agréable, ni prévenante. Elle serait fortement prohibée par les préceptes pédagogiques en cours, ainsi que sur le plan juridique : le maître pourrait être poursuivi en justice pour violences ou tentative de meurtre... Le maître est-il donc bienveillant ?

Il est clair qu'au cours du dernier demi-siècle, l'enseignement a beaucoup changé en Occident, moins sans doute dans d'autres parties du monde. Influencé en particulier par la psychologie, il a perdu beaucoup de son **formalisme** et de sa **sévérité**. À tel point que par le retour habituel du bâton certains pédagogues dénoncent aujourd'hui les excès du « pédagogisme », d'après eux privé de toute exigence ou de tout contenu. Ils y voient justement un excès de complaisance ou d'indulgence, ou une gentillesse creuse et artificielle empêchant tout apprentissage réel et toute éducation.

Chacun aura sa perception particulière du geste du maître, mais au-delà de la sensibilité individuelle, il s'agira de comprendre son geste. Il tente d'inculquer à son élève le principe de **réalité**, afin de le détacher de sa **subjectivité**, de l'extraire d'une **inertie mentale** qui fait d'une part qu'il s'ennuie, d'autre part qu'il utilise sans

© Groupe Eyrolles

vergonne cet ennui comme un argument qui serait fondé. En faisant cette expérience, la respiration retrouve sa force et sa réalité, l'élève se retrouve lui-même. Ne peut-on pas considérer que le maître fait acte de bienveillance ?

L'ennui

L'ennui est à la fois une absence d'intérêt, liée à un apprentissage qui semble dépourvu d'utilité ou monotone, mais c'est aussi un état d'esprit, qui indique une certaine **lassitude** ou un **abattement**, psychologique ou existentiel. Certes, une activité ennuyeuse à répétition peut engendrer morosité ou tristesse de l'esprit, de même qu'un esprit chagrin trouvera toute activité ennuyeuse. Le fait de s'ennuyer nous fait ressentir de la fatigue et de l'impatience, tout comme la fatigue et l'impatience, en nous empêchant de nous concentrer et de nous intéresser, provoquent en retour de l'ennui.

L'ennui est souvent utilisé comme une sorte d'argument implacable et incontournable. La personne qui s'ennuie, comme toute victime, a raison *a priori* : son ennui est convoqué comme une **critique justifiée** face à un objet qui de ce fait manquerait d'intérêt. Ainsi, lorsque quelqu'un affirme s'être ennuyé en lisant un livre, on tend à en conclure que ce livre a un problème. Dans cette logique, il faudrait donc éviter toute source d'ennui, pour son absence de plaisir et son aridité. Le sens et la charge émotionnelle de l'ennui en font un souci ou un désagrément. C'est ainsi que de nombreux adultes pensent à l'enfant : il faut tout faire pour qu'il ne s'ennuie pas, ce qui signifie le distraire, l'amuser en permanence, et tout ce qui l'ennuie serait une activité critiquable à définitivement écarter. Il faudrait par exemple que tout enseignement soit « amusant » sans quoi il deviendrait « ennuyeux ». Cette **problématique** est d'actualité, avec sa justesse et ses excès, **débat** qui polarisera aisément parents et enseignants, entre tenants du modernisme et de la tradition. Ainsi Kant défend l'idée de la discipline, de la soumission aux préceptes de la raison, comme modalité constitutive de l'éducation : l'ennui ne le soucie guère.

Pour le maître de l'histoire, l'ennui de l'élève provient plutôt d'une certaine mollesse d'esprit, qui l'empêche de fournir les efforts nécessaires à l'accomplissement de sa tâche. Aussi choisit-il le « **saisissement** », technique pédagogique habituelle du zen, comme moyen de faire vivre et comprendre à l'élève son propre problème. À travers cette **confrontation** au réel, revigoré par cette expérience surprenante, ce dernier prendra conscience de lui-même et du monde, il émergera des fantasmes de sa subjectivité auxquels il finit par croire.

Certes la pratique de la méditation sur la respiration est ennuyeuse, elle n'est pas plus divertissante que ne l'est pour beaucoup d'élèves la pratique des mathématiques ou la contemplation artistique : par manque d'action, par manque de divertissement, nourrissant l'impatience. Mais il semble que l'apprentissage de l'ennui soit à la fois inévitable et utile. Selon Kierkegaard, il s'agirait de transformer l'ennui « mère de tous les maux » en une **oisiveté**, simple cessation d'activités trépidantes et enivrantes, condition de la pensée. Il faudrait **se réconcilier** avec l'ennui, avec une temporalité vide, en ne cherchant plus de satisfactions immédiates. Entreprise difficile, presque un luxe, alors que règnent la sollicitation intempestive et la gratification immédiate.

La respiration

Qu'y a-t-il de plus immédiat et urgent que notre souffle ? Quelle perception ou expérience est plus intime à l'être même de la vie ? La respiration est le seul mouvement absolument contigu à l'existence, l'unique dont nous ne pouvons jamais avoir conscience qu'il s'arrête très longtemps parce qu'alors la conscience ne serait plus. Quand l'esprit désire **se vider** de toutes choses, quand il souhaite s'abstraire même du temps, il ne lui reste que cette unique horloge, ce balancier dont il ne peut se débarrasser, qu'il ne peut arrêter que très temporairement et au prix d'un considérable effort. Ce **mouvement lent**, plus ou moins régulier mais nécessaire et vital, fait pénétrer en nous le monde environnant pour en aspirer la substance, nous liant ainsi inexorablement à ce que nous ne sommes pas.

© Groupe Eyrolles

La respiration est un **sentiment primitif** de la vie ainsi qu'une conscience immédiate de l'altérité, premier mouvement d'osmose entre le soi et le non-soi, prérogative de l'animalité. Elle est ce mouvement instinctif qui nous fait ouvrir tout grand la bouche avant même de connaître la faim. Aussi n'y a-t-il rien de plus angoissant, de plus terrifiant, que l'expérience horrible et soudaine de suffoquer, de ne presque plus ou de ne plus respirer du tout : le monde se refuse à nous. « Laisse-moi respirer », disons-nous à celui qui nous presse et nous empêche de vivre et de penser.

Notre intimité avec le souffle a pour conséquence première que bien souvent nous ne nous apercevons même pas de son activité. C'est uniquement lorsqu'il nous manque que nous l'apercevons, par exemple lors d'un effort inhabituel ou dans un espace confiné. Pourtant, nous avons tout intérêt à en prendre conscience, car elle régle tant notre activité physique que psychique. Elle constitue une **horloge interne**, mais aussi un baromètre de nos états mentaux. La disposition des organes nécessaires à la respiration, qui vont de l'abdomen jusqu'au nez, représente une bonne partie de notre corps, centrale et dynamique. La position du diaphragme, **centre de gravité** par excellence, nous indique aisément notre condition émotionnelle.

Pour toutes ces raisons, la respiration est objet récurrent de **méditation** ou de **concentration**. Dans la tradition bouddhiste, une des premières étapes de la pratique méditative est « l'attention à la respiration » : le sujet est assis et doit se focaliser pleinement sur sa respiration normale. Cet exercice est censé améliorer les facultés de concentration et procurer une grande détente. Le méditant observe ses inspirations et ses expirations sans forcer la respiration, il doit être attentif à son rythme respiratoire, à l'entrée et à la sortie de l'air, tout en laissant fonctionner le processus de façon naturelle. Il doit seulement être vigilant et attentif à celui-ci. Cette pratique conduit au **calme intérieur**, à la **sérénité** du mental, ainsi qu'à la **réalisation** ou à l'**illumination**.

Quelques questions pour approfondir et prolonger

Compréhension

- Pourquoi l'étudiant se plaint-il ?
- Que recherche l'étudiant en allant voir son maître ?
- Quel est l'intérêt de méditer sur la respiration ?
- Pourquoi le maître est-il d'accord avec son élève ?
- Pourquoi le maître plonge-t-il lui-même la tête de l'élève dans l'eau ?
- Le maître est-il bienveillant ?
- Le maître est-il dur avec son élève ?
- Quels principes pédagogiques le maître applique-t-il ?
- Cet étudiant a-t-il besoin d'un maître ?
- Pourquoi l'étudiant accepte-t-il un tel traitement ?

Réflexion

- Peut-on réellement apprendre par soi-même ou a-t-on toujours besoin d'un maître ?
- Faut-il apprendre aux enfants à s'ennuyer ?
- Sommes-nous responsable de notre propre ennui ?
- La plainte est-elle un mal nécessaire ?
- La méditation est-elle toujours un exercice profitable ?
- Est-ce l'exercice de la méditation qui importe, ou son objet ?
- L'apprentissage doit-il nécessairement passer par un état de crise ?
- La violence peut-elle être utile ?
- La bienveillance a-t-elle des limites ?
- Un maître doit-il expliquer sa pédagogie à ses élèves ?

4/ Le petit éléphant

Apprend-on à être libre ?

Un élève se plaignait à son maître de ne pas réussir à méditer très longtemps, car sa pensée sautait de tous côtés. Ce dernier lui raconta une histoire.

C'était celle d'un petit éléphant trouvé dans la forêt, qu'un chasseur avait ramené au village. Une fois ses craintes initiales passées, l'éléphanteau prit l'habitude de courir çà et là, n'en faisant qu'à sa guise, commettant toutes sortes de bêtises. Il renversait, bousculait, cassait, culbutait, écrasait, sans même s'en apercevoir. Il sursautait et partait en courant lorsque ces gesticulations provoquaient des catastrophes. Et de sa trompe jaillissait une stridente cacophonie. Les villageois, énervés, n'en pouvant plus de cet animal encombrant, allèrent trouver son maître pour se plaindre, qui décida de prendre des mesures.

Il attacha le jeune animal à un gros arbre au bout d'une corde très solide, et l'y abandonna, avec boire et manger. Bien entendu, l'éléphanteau, après avoir essayé vainement de tirer sur son lien, ne pouvant rien arracher ni casser, entra dans une rage effroyable. Avec furie, il piétinait la terre, frappait l'arbre violemment ou le poussait de toutes ses forces, donnait de grands coups sur la corde, éparpillant sauvagement l'eau et la nourriture qu'on lui avait apportées. Périodiquement, la trompe dressée, il barrissait à fendre l'âme. Mais rien n'y faisait, ni la corde ni l'arbre ne cédaient, et le jeune éléphant s'épuisait en efforts inutiles.

Cela dura plusieurs jours. Mais peu à peu, la fatigue s'installa. L'animal lentement se calma. Puis il accepta son sort et cessa de se débattre. Voyant cela, son maître le détacha, et l'éléphanteau tranquillement traversa le village, heureux de sa nouvelle liberté. Néanmoins, plus jamais personne ne se plaignit de lui.

L'impulsivité

Le petit éléphant est impulsif, cela va de soi. Il ne pense pas aux implications et aux conséquences de ses actes, il est pressé, il est dans l'immédiat, le futur n'existe pas pour lui. Le passé non plus d'ailleurs, car il ne souvient pas de ce qu'il a fait : il ne s'en soucie guère et ne saurait en tirer aucune leçon. Comment pourrait-il donc apprendre à persévérer en quoi que soit ? C'est pourtant une des caractéristiques de l'accomplissement et de la volonté, comme le découvre l'élève. Il est dans l'urgence : celle du désir et de la réaction. Il ne maîtrise rien, il subit le monde et lui-même. Il doit être d'une grande émotivité, puisque n'existent ni **temporalité**, ni distance par rapport aux événements. Pas étonnant qu'il devienne furieux une fois qu'il se retrouve attaché. Il est incapable de dominer ou de transformer les pulsions qui l'animent. Il ne réfléchit pas, il se débat, se cabre, et clame son impuissance au monde. Car l'impulsif, lorsqu'il se heurte au principe de réalité, ne peut que connaître la souffrance : il est incapable de **raisonner**, il est donc une victime. De ce fait, il a raison contre tous et tout, il en veut à ce monde injuste qui ne le comprend pas, et à l'**arbitraire** d'un ordre qui le fait exister dans des conditions aussi insoutenables.

L'urgence qui domine l'impulsif lui rend impossible d'inhiber une quelconque réaction intérieure aux stimuli extérieurs, c'est en cela qu'il subit de manière impuissante autrui et lui-même. Il ne sait pas différer ses actions avant de réagir. Obnubilé par son **insatisfaction** ou sa **douleur**, il erre sans comprendre ce qui se passe. Il ne peut même pas connaître le regret, car il n'inscrit pas les événements dans un processus de **causalité** lié à lui-même. Il ne se rappelle du passé que sous la forme chaotique d'une série d'incidents arbitraires qui le font pleurer sur lui-même et justifient son impuissance.

L'impulsif ne peut pas se concentrer sur la moindre tâche : dès qu'il s'y attelle, il se voit distrait ou perturbé par des pensées ou des souvenirs intrusifs, voire obsessifs. Un flux disparate et confus d'images, d'idées, de désirs ou d'émotions l'envahit de manière incontrôlée. Cette impuissance crée une accoutumance

à la nouveauté, car ne trouvant aucune satisfaction à sa situation présente, il est en quête permanente de nouvelles expériences susceptibles de finalement lui procurer un **contentement durable**. À moins qu'il ne répète pour la énième fois un geste qui pourtant ne l'a jamais assouvi, apaisé ou comblé. C'est ainsi que certains mangent, boivent ou jouent sans jamais être rassasiés. C'est cette routine infernale que le maître invite son élève à traiter.

Liberté et nécessité

Le jeune éléphant est libre : il fait ce qu'il veut. Lorsqu'il est attaché, il ne l'est plus : il ne fait plus ce qu'il veut. Mais une fois libéré, il fait à nouveau ce qu'il veut. Pourtant son **comportement** a changé. Que lui est-il arrivé ? Il a été maté, brisé ou conditionné, diront les critiques. Il s'est réconcilié avec la nécessité, rétorqueront ceux qui à l'instar du maître pensent qu'il a appris quelque chose, puisque ce dernier cite le petit éléphant comme exemple à son élève.

Spinoza affirme qu'« une chose est libre qui existe et agit par la seule nécessité de sa nature, et contrainte est cette chose qui est déterminée par une autre à exister et à agir selon une modalité précise et déterminée ». Cela signifie-t-il pour Spinoza que l'éléphanteau est libre dans le premier cas de figure et non dans le second ? Mais le philosophe critique « cette liberté humaine que tous les hommes se vantent d'avoir et qui consiste en cela seul que les hommes sont conscients de leurs désirs et ignorants des causes qui les déterminent » et il conclut « qu'il n'est rien que les hommes soient moins capables que de **modérer** leurs passions, et que souvent, aux prises avec des passions contraires, ils voient le meilleur et font le pire : ils se croient libres cependant »...

Le problème est alors de savoir si on peut être le jouet de soi-même, et être privé de liberté en écoutant ses désirs et en suivant ses impulsions. C'est cette **méditation** que tente de provoquer le maître zen en racontant l'histoire de l'éléphanteau à son élève. Ce dernier est-il lui-même, est-il libre, en suivant les soubresauts

de son esprit ? Il voudrait méditer, il n'y arrive pas. Il pourrait dès lors considérer que méditer est une **obligation** formelle extérieure, imposée arbitrairement par le maître ou la tradition. Elle serait donc étrangère à son être, elle ne lui serait guère naturelle, s'y astreindre représenterait une trahison de lui-même. À moins qu'il considère que sa volonté, fondée en raison, reconnaisse la nécessité de se faire violence à lui-même, de confronter ce « manque d'être » que représente l'absence de concentration. Une nécessité d'ordre supérieur, différente du besoin, qui serait la condition même de toute liberté.

Mais pour cela il faudrait que le sujet se situe en « extériorité » à lui-même, qu'il se désavoue en quelque sorte, qu'il détermine délibérément ce qu'il devrait être, en s'opposant à ce qu'il est. Il opterait pour le « deviens qui tu es » de Nietzsche, formule ambiguë s'il en est. « Puisse-tu devenir qui tu es en l'apprenant », avait écrit Pindare. Il y aurait donc des degrés d'être, des **niveaux d'existence**. Il s'agirait d'accéder à un « soi » à la fois présent et absent, dont trop souvent nous nous détournons, par indolence ou par futilité, qu'il resterait à élaborer ou à découvrir. Mais après tout, pourquoi faudrait-il ne pas écouter ses désirs ? Certes, pourquoi ne pas renverser, bousculer, casser, culbuter et écraser ? Que nous chaut la nécessité ou un « soi » si éloigné...

La **pensée** est comme un éléphant sauvage, explique le maître à son disciple. Elle court et saute en tous sens, elle prend peur, et par la parole ne cesse de faire du bruit. Il faut alors apprendre à la fixer. La corde représente l'attention, la tension de l'esprit qui travaille sur lui-même, tandis que l'arbre représente l'objet de cette attention, ce sur quoi nous méditons, ou encore le centre, celui de notre corps ou de notre pensée. C'est par une telle **contrainte**, ou exercice, que nous prenons conscience de la réalité, de cette nécessité à laquelle nous ne saurions échapper sans conséquence pour soi et pour autrui. La véritable liberté consiste dès lors à calmer la pensée, à la dompter, à la maîtriser. Et au fil du temps, cette **nécessité** se verra intégrée à notre manière d'être, elle ne sera plus vécue comme une contrainte, mais comme une source de calme, comme une **puissance d'être**.

L'esprit du singe (xinyuan)

Xinyuan est un terme bouddhique chinois qui indique l'état commun de la pensée, souvent inquiète, agitée, capricieuse, velléitaire, fantasque, confuse, indécise, incontrôlable et incontrôlée, etc. Cette métaphore fait quelque peu écho à l'utilisation du mot singe dans la langue française. **Singer**, c'est imiter de manière grotesque, faire le singe, c'est agir de manière bouffonne, prétendument drôle, ce qui entraîne toujours une connotation de superficialité, d'**absence de sens**. La référence au singe est plus importante dans des cultures ou pays où ceux-ci sont présents à l'état sauvage. On les voit bondir de branche en branche, s'agiter et s'arrêter soudainement, se pendre aux branches, se balancer, sautiller sur place, se poursuivre les uns les autres, pousser des cris stridents, se disputer ou se tripoter mutuellement, sans que ces gestes aient nécessairement du sens pour l'observateur. Pour ces raisons et parce qu'ils nous ressemblent, on peut naturellement percevoir ces animaux comme une **caricature** de l'être humain, en son côté excessif et arbitraire, ce qui les rend au demeurant drôles et sympathiques. Dans le contexte bouddhiste, où il s'agit d'apprendre à contrôler ses émotions et ses pensées, on peut comprendre l'évidence de cette **analogie**, car le côté chaotique, imprévisible et déraisonné de notre esprit nous fait penser au comportement des singes dans la forêt. Nos idées sont rebelles, égarées et têtues, il est difficile de faire le vide dans son esprit, ou de garder le cap sur une idée déterminée, ce que le bouddhisme nous invite à travailler à travers l'exercice de la **méditation**, tandis que notre esprit résiste. Nos désirs, nos doutes et nos craintes font surgir de nombreuses **impulsions désordonnées**, qu'il s'agit justement d'éliminer, d'observer ou de canaliser. Bouddha lui-même décrit l'esprit humain comme rempli de singes avinés, qui sautent partout, hurlent dans tous les sens, et veulent attirer l'attention. Il ajoute que la crainte est un singe particulièrement bruyant, pointant du doigt vers toutes sortes de choses qu'il considère comme menaçantes, inquiet de tout ce qui pourrait aller mal. Ou encore le désir, car nous

© Groupe Eyrolles

appétons toujours de nouvelles choses. Tout comme les singes lâchent une branche pour en attraper une autre, la pensée passe d'une idée à une nouvelle, ainsi les **idées** apparaissent et disparaissent jour et nuit. Il faut donc apprivoiser cet animal turbulent et agile, qui est partout sauf au **centre**, là où il devrait être. Ainsi il s'agit de travailler à se calmer l'esprit, ce que proposent depuis l'origine les diverses traditions bouddhistes, comme à travers la pratique du **zazen**. C'est en général une méditation sur un point précis, par exemple la respiration et la conscience de celle-ci. Néanmoins, cette pratique ne consiste pas seulement à forcer l'esprit à se calmer comme gage de réussite. Le simple fait de contempler cet esprit chaotique suffit déjà à faire le travail. En un sens, attacher le petit éléphant, quand bien même il continue à se débattre, en soi suffit à prendre conscience de l'esprit du singe, à percevoir le chaos qui nous habite, ne serait-ce que par la douleur que cet effort provoque. Mais il semble aussi que la pensée contrôlée et maîtrisée puisse constituer une autre manifestation de l'esprit du singe, obstacle à l'illumination. Et comme toute instrumentalisation de la pensée la rend inopérante et que nous avons besoin de penser, on ne saurait échapper à ces singeries. Il s'agit seulement de pouvoir sentir à chaque instant le monde **émerger** du néant et y **replonger**.

**Quelques questions pour approfondir
et prolonger**

Compréhension

- Pourquoi le maître raconte-t-il cette histoire à l'élève ?
- Attacher l'éléphanteau, est-ce une punition ?
- L'éléphanteau est-il brimé ?
- L'éléphanteau est-il éduqué ou dressé ?
- Le maître a-t-il eu raison d'attacher l'éléphanteau ?
- Qu'est-ce qui a changé chez l'éléphanteau ?
- Pourquoi l'éléphanteau s'est-il calmé ?
- L'éléphanteau n'est-il plus lui-même ?
- Le maître a-t-il aidé son élève en racontant cette histoire ?
- Le jeune moine ressemble-t-il à l'éléphanteau ?

Réflexion

- Est-il bon de suivre ses impulsions ?
- Peut-on apprendre à tranquilliser son esprit ?
- Pourquoi la contrainte nous insupporte-t-elle ?
- Les contraintes sont-elles une condition de la liberté ?
- Autrui peut-il nous empêcher de vivre ?
- Faut-il se plier aux exigences de la société ?
- Faut-il nécessairement imposer pour éduquer ?
- L'éducation passe-t-elle toujours par des états de crise ?
- L'homme qui fait ce qu'il veut est-il libre ?
- La liberté s'acquiert-elle par l'apprentissage ?

5/ **Le chat**
**La possession est-elle source
de violence ?**

Le maître se promenait dans la cour lorsqu'il rencontra deux moines qui se disputaient violemment à propos d'un petit chat qu'ils avaient trouvé, et que chacun voulait garder pour soi. Lorsqu'ils aperçurent le maître, les protagonistes lui demandèrent immédiatement de les départager. Le maître leur demanda de lui donner l'animal.

— C'est à cause de ce chat que vous vous disputez ? demanda-t-il.

Les deux moines, très énervés, répondirent en même temps par un flot de paroles, chacun tentant de justifier sa position. Voyant cela, le maître tordit le cou du chat, le jeta par terre et s'en alla.

Les deux moines se regardèrent, effarés. Puis l'un d'entre eux courut après le maître.

— Maître ! Maître ! cria-t-il. Pourquoi avez-vous fait cela ?

Le maître le regarda, leva son bâton, frappa le moine sur la tête et continua son chemin.

La possession

« Le premier qui ayant enclos un terrain, s'avisait de dire : "ceci est à moi", et trouva des gens assez simples pour le croire, fut le vrai fondateur de la société civile. Que de crimes, de guerres, de meurtres, que de misère et d'horreur n'eurent point épargné au genre humain celui qui arrachant les pieux ou comblant le fossé, eut crié à ses semblables : "Gardez-vous de cet imposteur ; vous êtes perdus si vous oubliez que les fruits sont à tous, et que la terre n'est à personne." », écrit Rousseau. Pour résoudre le problème de cette possession « peu naturelle », le philosophe propose le concept de « **contrat social** », **convention collective** par laquelle la propriété devient « le plus sacré de tous les droits des citoyens, et plus important à certains égards que la liberté elle-même ».

On retrouve ce constat dans la philosophie zen : la possession est source de **dissension**, de **violence** et de **misère**. Mais plus radicale que le philosophe, moins soucieuse d'établir une quelconque convention, celle-là ne peut accepter une société fondée sur une telle aberration. Cet instinct émane directement de ce « moi » qui s'oppose à autrui. Il est l'expression directe et de surcroît le renforcement de cette fixation réductrice de l'esprit, source de problème. Car la possession étend le moi et son emprise sur le monde, que ce soit au travers de l'identité, des honneurs, des biens, des relations sociales et familiales, etc. L'illusion du « moi » s'en accroît et se solidifie. Et sur un tel pacte, comme le dit Rousseau, la société s'érige, mais dans la perspective du zen une telle conception pervertit le réel puisqu'il se fonde alors sur une prétention d'**individualité**, car ce qui est à moi est à moi, et donc pas à toi ! Cette absence de communauté est ce qui fit dire à Proudhon que « la propriété, c'est le vol ».

On peut aussi opposer cela à l'idée de Descartes, pour qui le véritable savoir peut « nous rendre comme maîtres et possesseurs de la nature ». Car là encore, l'esprit humain montre sa **démésure** et son **agressivité**. Posséder, c'est contrôler, c'est donc entrer en conflit. Ici, l'homme entre en conflit avec la totalité du monde,

selon le zen qui défend plus tôt l'**humilité** et l'**harmonie** avec la nature. Nous sommes loin du « soyez féconds, multipliez-vous, emplissez la terre et soumettez-la » du livre de la Genèse.

Sur un plan psychologique, on peut aussi dire que celui qui possède est possédé. Même si le démon n'est pas un personnage en soi mais l'expression d'une subjectivité exacerbée, en conflit avec la raison. D'un autre côté, on peut défendre la possession, dans la mesure où contrairement à la propriété, elle n'a pas de droit fondé sur ce qu'elle détient : c'est uniquement un état de fait. Elle prétend bénéficier des avantages d'une situation, sans y fonder une quelconque **légitimité**. Mais visiblement, les moines de notre histoire, prêts à se battre, semblent revendiquer un attachement qui ressemble étrangement à cette dernière.

La confrontation (agôn)

Nietzsche déclare : « Pas de philosophie sans agôn », terme grec que l'on retrouve dans les mots **agonie** ou **antagonisme**. Et à sa suite, Brecht définit la philosophie comme « l'art de recevoir et de donner des coups dans un combat ». C'est cette même veine que l'on retrouve dans la philosophie zen, comme le montre littéralement cette histoire.

En Grèce antique, où les archétypes étaient personnifiés, Agôn était un esprit honoré à Olympie, cité où l'on organisait périodiquement toutes sortes de compétitions. Il y avait son autel, sa statue le montrait portant des poids, se confrontant ainsi à la gravité, à l'ordre du monde. Sur le plan conceptuel, le terme trouve son origine dans la tragédie, indiquant le moment spécifique où deux personnages énoncent des **perspectives opposées**, tandis que le chœur, qui représente la *vox populi*, l'homme de la rue ou le spectateur, alterne entre les deux. De manière générale, il désigne toute forme de **concours** : sportif, oratoire ou artistique.

C'est ce que signifient de manière semblable les gestes durs posés par le maître dans la présente histoire. La violence, au lieu d'être dirigée contre « autrui », devient l'occasion de se confronter à soi-même, afin de grandir et de dépasser son être empirique et réducteur. Il s'agit de **canaliser** le désir inné de combat qui réside

© Groupe Eyrolles

dans l'âme humaine en un combat avec soi-même. Ainsi les deux moines doivent, par ce geste, saisir l'**absurdité** de leur attitude. Ce qui inclut de comprendre la fausseté de leur « amitié » ou « compassion » pour le chat.

On retrouve la même problématique dans le rapport de Socrate avec les sophistes, qui devait mener à son exécution. Platon opposait deux concepts : l'éristique et la dialectique. Les deux comportent une connotation de combat, on peut perdre ou gagner, mais le but n'est pas le même. Dans le premier cas, on lutte contre l'autre, afin d'**avoir raison**, comme chez les sophistes : l'art de la rhétorique. Dans le second, le combat ne se soucie guère de personnes mais de **vérité**. On gagne ou l'on perd non pas contre l'autre, mais grâce à lui, ou en dépit de lui s'il se défend ou s'échappe et ne veut pas rechercher la vérité. C'est ce que faisait Socrate qui sollicitait en permanence ce genre de dialogue, interrogeant tout un chacun. La tradition zen semble combiner à la fois la confrontation verbale et corporelle, ce que l'on retrouve aussi dans sa pratique des arts martiaux.

La violence

La présente histoire choquera plus d'un lecteur, de par son caractère violent. De nos jours, où l'on vante le soin, la douceur et la gentillesse, la violence est un concept qui pose problème : la non-violence est l'idéal par excellence. La violence est chargée négativement : elle véhicule les idées d'abus, de douleur, de transgression, voire d'inhumanité. Mais afin de donner un sens à l'histoire, demandons-nous comment elle peut être un **concept positif**.

Déjà, comme une réalité première, quasi ontologique. Prenons comme exemple le principe d'Héraclite, selon lequel « le conflit est père de toutes choses, roi de toutes choses ». La violence désigne une **force** à la fois destructrice et productrice ; elle engendre le processus même de la **vie**, qui comporte une dimension de violence. Les choses et les êtres s'entrechoquent, s'excluent, se détruisent et s'assimilent, se transforment en leurs contraires. L'**identité** est sans cesse menacée, elle ne peut être qu'éphémère. La violence est donc assimilable à une force,

à une puissance, la première **forme de l'être**, comme le dit Platon. Les mouvements violents sont contre nature, mais ils en participent pourtant.

Sur le plan politique, Hannah Arendt regrette que les termes de « pouvoir », « force », « puissance » et « autorité » se démarquent difficilement du terme de « violence » : la limite en est ténue et glissante. Il semble que nous retrouvions la même problématique lorsqu'il s'agit de distinguer un « résistant » d'un « terroriste » : simple question de **perspective**. La nécessité et la légitimité d'une action feraient passer le jugement d'un extrême à l'autre ; ce ne serait alors que question d'opinion politique ou de sensibilité personnelle. Même Gandhi, apôtre par excellence de la non-violence, spécifie que celle-ci ne consiste pas à s'abstenir de tout combat réel face à la méchanceté : « Là où existe seulement le choix entre la lâcheté et la violence, il faut se décider pour la solution violente. »

René Girard défend l'idée d'une violence créatrice de civilisation, principe que l'on retrouve dans tous les grands mythes fondateurs. Il élabore le concept de sacrifice, exutoire nécessaire par lequel la violence doit pouvoir s'exprimer : il canalise la violence qui sans cela se déchaînerait avec une brutalité terrifiante. C'est ce que l'on retrouve dans l'idée de mourir pour un **idéal**, facteur d'humanisation. « À travers la violence qui les terrifie, c'est la non-violence que vise toujours l'adoration des fidèles », écrit-il. N'est-ce pas ce que l'on retrouve dans le « meurtre » du chat, dans le coup de bâton sur la tête de l'élève ? Par l'annihilation des causes de la violence, on élimine cette dernière.

La compassion (karuna)

Une des valeurs importantes du bouddhisme zen est la compassion. De manière simple, c'est un sentiment fort de **sympathie** pour les êtres, en particulier pour ceux qui souffrent, accompagné d'un désir de les **aider**. Elle nous fait partager psychologiquement les malheurs d'autrui, du moins en se plaçant au même niveau que lui. Pour le bouddhisme, la compassion est sans doute la caractéristique principale du bodhisattva, celui qui veut suivre

© Groupe Eyrolles

la voie de Bouddha et respecte les règles du dharma. Il ne saurait abandonner les êtres à leur souffrance : il investit la totalité de son être dans la tâche d'aider tout un chacun à y échapper. L'**éveil** en est l'élément essentiel, à la fois pour les autres et pour lui-même. Car la clé de l'abolition de la souffrance est la réalisation que les choses et les êtres n'existent pas en eux-mêmes. Et la « grande compassion » opère lorsque le bodhisattva ne se distingue plus de celui pour qui il pourrait compatir. Paradoxalement, cette compassion n'est plus un sentiment, elle est étrangement semblable à de l'**indifférence**, car le sujet n'a plus vraiment de statut, ni le sien propre, ni celui d'autrui. On y trouve une sorte de détachement radical, contraire à l'idée que l'on pourrait se faire de la compassion. Mais il s'agit de comprendre dans cette logique que tout attachement pour un être, quelles qu'en soient la forme et la bonne intention, en accordant un statut objectif ou légitime au sujet, ne ferait que nourrir la souffrance qu'elle prétend combattre.

Il s'agit ici d'arriver à penser la possibilité d'une compassion sans attachement. « Dès lors elle n'est plus une réaction émotionnelle, mais un engagement fondé en raison », explique le Dalai-Lama. « Elle n'est pas basée sur nos attentes ou nos projections, mais sur les besoins d'autrui. » Certes, la compassion implique une capacité d'**empathie**, d'**écoute**, d'**harmonie** avec autrui, mais elle doit en outre nous **libérer** de la souffrance. Aussi n'est-elle pas réductible à la sympathie d'un ami, aussi forte et attentionnée soit-elle. Car cette sympathie, ce « souffrir ensemble », peut renforcer ou légitimer les sources mêmes de la souffrance, plutôt que de révéler la voie de la libération. Sur ce point, le zen prend une posture radicale. Il ne s'agit pas d'accompagner l'autre dans sa douleur, ni de le consoler, aussi « thérapeutique » que soit une telle posture, il s'agit de « rompre » les attaches qui engendrent cette souffrance. Dans cette perspective, on peut comprendre la compassion qui anime le maître de cette histoire, qui souhaite que ses disciples perçoivent l'absurdité de leur comportement et de la vision du monde qu'ils entretiennent.

**Quelques questions pour approfondir
et prolonger**

Compréhension

- Pourquoi les deux moines se disputent-ils ?
- Les moines se préoccupent-ils du chat ?
- Pourquoi le maître ne départage-t-il pas les deux élèves ?
- Pourquoi le maître n'explique-t-il pas le problème à ses élèves ?
- Pourquoi le maître tue-t-il le chat ?
- Pourquoi le maître frappe-t-il son élève ?
- Les moines avaient-ils besoin du maître ?
- Le maître est-il un bon pédagogue ?
- Les deux moines sont-ils plus violents que le maître ?
- Le maître est-il juste ?

Réflexion

- Pourquoi nous disputons-nous ?
- Est-ce illégitime de vouloir posséder quelque chose ?
- La possession est-elle source de violence ?
- La violence peut-elle faire œuvre pédagogique ?
- La violence peut-elle être bénéfique ?
- La violence est-elle nécessaire pour arrêter la violence ?
- Que recherchons-nous chez les animaux de compagnie ?
- Les animaux peuvent-ils remplacer les humains ?
- A-t-on le droit de tuer les animaux ?
- Les explications sont-elles toujours appropriées ?