

SATORI

→ TEXTES :
EMMANUEL CHARLOT
→ ILLUSTRATIONS : NICO

Satori, pour y voir clair

LE SATORI ? UN ESPOIR VENU D'ORIENT D'ÉQUILIBRE PARFAIT, DE POSTURE ABSOLUE. DE QUOI RÊVER... DE QUOI TRAVAILLER. CAR AU FOND, POURQUOI PAS ?

VOUS CONNAISSEZ ?
C'est un secret oriental

Une idée ébouriffante : Il serait possible de parvenir au détachement suprême, à la délivrance mentale, à l'équilibre intérieur parfait, à la compréhension vraie... et cela d'un coup d'un seul, comme un bouchon de champagne saute sous la pression de gaz

En sanskrit, on dit « Bodhi » (le nom du célèbre Bodhidharma voulant dire « loi de l'éveil »). Les Japonais disent satori, les Chinois zhengjue, les Indiens moksha. Dans tous les cas, il s'agit d'un état, qui peut être soudain, de libération, de délivrance. De quoi est-on libéré ? De la souffrance de la vie, des illusions.

le champ d'expérience des grands sabreurs, pour qui atteindre « mushin » était aussi un aboutissement, car un tel état intérieur permet d'exprimer la technique sans aucun parasite mental et d'atteindre une perception des choses détachées et pertinentes qui était considérée comme la véritable maîtrise. Satori vient du verbe japonais « satoru », reconnaître. Car, dans l'esprit, il s'agit de découvrir ce qui a toujours été là et qu'on ne parvenait pas à percevoir. C'est la véritable nature des choses, présente en soi et autour de nous depuis le début, que le satori permet de contempler, de reconnaître soudain, là où il n'y avait que la confusion de l'illusion. Le zen peut être considéré comme une véritable méthode pour atteindre le satori. Globalement, cette méthode s'appuie sur trois piliers : une vie concentrée sur les

travaux quotidiens de la vie naturelle (Qu'est-ce que le zen ? demande le disciple. Si tu as fini de manger, alors lave ton bol, répond le maître). La méditation – une pratique physique et mentale pour tâcher d'atteindre « mushin » – et les koans. Le koan est un court récit ou un témoignage sur le comportement, les réponses parfois étranges de tel ou tel patriarche du zen à des disciples. L'idée du koan est de créer une rupture dans la logique intellectuelle. En théorie, le choc du koan peut déclencher un satori. Certaines écoles du zen s'appuient très largement sur ce procédé. Travaillant le koan, on s'élève au niveau de conscience suffisant pour comprendre soudain dans quelle modalité il « fonctionne ». Il faut bien le dire, la plupart des koans sont incompréhensibles ! À une question sur la nature du Bouddha,

du zen ou du satori, le maître répond manifestement « à côté », ou « ailleurs » ou se comporte de façon absurde, comme en plaçant sa sandale sur sa tête, en poussant un cri... ou en frappant violemment son disciple ! Incompréhensible, « à côté »... rien de plus normal puisqu'il ne s'agit pas de comprendre, mais de sentir dans un mode différent, de passer à autre chose, au-delà du

mental, de l'intelligence, de la compréhension abstraite, intellectuelle, qui font écran à la perception immédiate et pure. Néanmoins certains koans élémentaires (car il existe une liste des koans officiels, classés par catégorie en fonction de leurs effets) sont assez simples à comprendre. Ainsi celui-ci : « Le Disciple demande au maître si lui, disciple, est en possession de la nature de Bouddha.

Le maître lui répond que non. Pourtant, dit le disciple, on nous apprend que tous les êtres vivants, les oiseaux, les insectes, sont en possession de la nature de Bouddha. Et pas moi. Pourquoi donc ? Parce que tu poses la question, répond le maître. » Sous entendu, parce que ton intelligence inquiète, ton envie de me surprendre ou de me plaire, tes interrogations, tes angoisses, tous ces mouvements de pensée

et d'émotion qui t'agitent, te coupent, toi et toi seul, de la vraie nature du Bouddha (c'est-à-dire de la vie pure, du fonctionnement naturel et juste des choses), à laquelle les animaux, sans conscience, participent pleinement. Cette réponse, au fond, toute simple, n'est pas très loin du « tais-toi et bosse » que le professeur de karaté pourrait répondre au pratiquant inquiet de tout savoir

à l'avance, de tout passer à la moulinette de son esprit agité, ratant dans le même temps l'expérience à laquelle il est convié, celle de l'entraînement, de son rythme spécifique, de son silence apaisé.

L'Éveil par le karaté

Si les samourais se sont approchés du satori, pourquoi pas nous ? Sans doute parce que nous ne pratiquons pas (tous) le zen et que nous donnons moins à notre entraînement que les experts du passé. Sans doute parce que le monde a changé... Néanmoins, en « dédramatisant » un peu cette notion d'éveil, ne pouvons-nous pas nous y relier un petit peu, en toute humilité ? Bien sûr, les conditions – et surtout le regard que nous portons sur les choses, ce à quoi nous croyons – ne permettent plus de prise de conscience soudaine et grandiloquente telle que l'évoque la tradition. L'entraînement trois fois

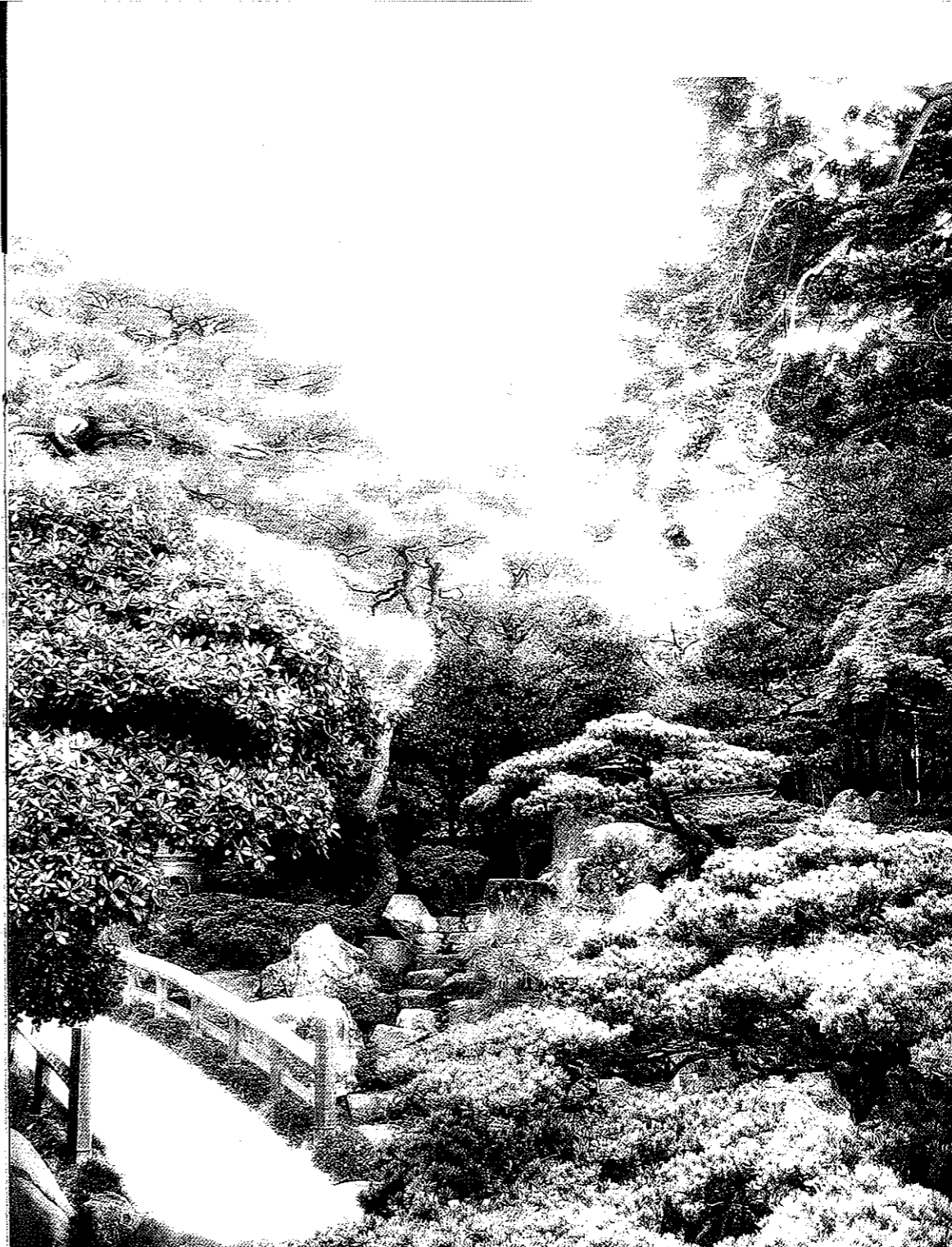
« Une tradition particulière en dehors des écrits sacrés, une attention centrée sur l'âme humaine, le regard tourné vers sa propre nature, pour atteindre à l'éveil du Bouddha. » Bodhidharma

longuement accumulés. Les Japonais appellent cela, un « satori » – un éveil.

Mythe exotique ?

Pourtant, de l'Inde au Japon, en passant par la Chine, cette vision d'une illumination intérieure immédiate et complète traverse les frontières et le temps...

On y parvient en renonçant aux désirs et en s'immergeant dans l'instant présent. L'état d'esprit qui accompagne ce niveau de conscience, c'est « mushin », l'esprit pur, le silence intérieur débarrassé du cortège des émotions, des sentiments, des pensées. Un concept qui entraine parfaitement dans



SATORI

MALENTENDU AU SOMMET

Ono était parti à l'aventure, pour connaître, et pour échapper à son destin. Il ne le regrettait pas, arpenter depuis plusieurs années les campagnes en écrivant des poèmes, dormant à la belle étoile. Parfois, il frappait à la porte d'un dojo, comme s'il était un expert de passage.

Bon technicien, il était suffisamment clairvoyant pour connaître ses limites et se gardait bien de montrer quoi que ce soit, ce que, d'ailleurs, on ne lui demandait jamais. Cette fois cependant son subterfuge innocent allait lui poser un problème. Alors qu'il était arrivé le matin même et avait été invité à assister à l'entraînement de l'après-midi, un jeune disciple s'était penché à son oreille en lui expliquant avec force « *s'il vous plaît* » que le sensei du dojo souhaitait faire un assaut contre lui. C'était son habitude de ne jamais laisser passer un expert de renom sans l'avoir confronté. Ono comprit à demi mot que le sensei en question n'avait non plus jamais trouvé son maître. Ono ne fut pas embarrassé. Il en serait quitte pour un coup qu'il ne verrait sans doute pas venir. Il partirait le lendemain, où dès ce soir, savourant déjà la quiétude d'une belle nuit d'été. Quand le moment fut venu, il se leva donc et se plaça au centre du dojo, souriant doucement, le sabre dressé sans intention particulière sinon de faire illusion pour les spectateurs présents. Il ne pensait à rien, projetant son regard au-delà de son adversaire sur les frondaisons agitées par la brise qu'il voyait au loin, déjà impatient de retrouver la nature et sa solitude aimée. Il attendait simplement. Droit et impassible, le sensei le jugeait de son arme et du regard. Ono attendait sans impatience que le coup vienne... Celui-ci ne vint pas. Après un temps prolongé, le sensei rompit la garde et s'agenouilla. Ono fut traité avec crainte et honneur. Désolé de la façon dont les choses tournaient, il s'en alla au soir avouer sa forfaiture au sensei, qui s'en amusa fort. Les deux hommes, liés par cette expérience qui les avait transformés l'un et l'autre, discutèrent soir après soir, s'apprécièrent mutuellement. Le sensei, bientôt, offrit son savoir à son vainqueur, qui l'accepta. Il devint l'un des plus grands sabreurs de son temps.

par semaine ne peut pas tout faire et sans doute, hélas, ne peut-il pas nous faire échapper au cycle de la souffrance humaine, nous permettre d'atteindre à la clairvoyance et au suprême détachement du Bouddha historique – Lequel, pour ceux qui ne le savent pas, était, au V^e siècle avant JC, un prince népalais de sang royal, Siddhārtha Gautama, qui médita des années pour trouver le moyen de sortir des limites de la nature humaine, et, semble-t-il, y parvint, ses disciples fondant à sa suite le Bouddhisme. Mais, contre les vents et marées de la modernité, le budo a gardé son caractère initiatique, de sa capacité à transformer l'homme. Alors pourquoi pas ? Si nous ne voyons pas autour de nous beaucoup d'« illuminés » (au sens noble du terme !), nous

connaissons beaucoup de gens biens que la pratique du karaté a fait évoluer à de nombreux niveaux, y compris dans leur perception du monde, dans leur façon de réagir et de vivre les choses. C'est déjà ça, et c'est beaucoup ! L'entraînement permet de se débarrasser d'une part de nos illusions néfastes, des pièges de l'ego, de mieux sentir, de mieux évoluer dans l'espace...

Maturation psychologique

À l'entraînement, on atteint parfois une sorte de joie légère, le sentiment d'être plus en phase, mieux connecté au monde. Et si c'était ce que les Japonais appellent « kensho », fulgurance soudaine qui s'estompe progressivement, éveil incomplet ? Avouez qu'il serait bien plaisant de vivre constamment dans cet état de concentration allègre,

de bonheur simple où tout tourne autour de l'application à bien faire ce qu'on est en train de faire, du bonheur d'être avec les autres. Petit satori de l'entraînement du lundi soir... Si une part du satori nous échappe par le haut (à nous qui n'avons pas atteint l'état d'éveil parfait et complet), l'entraînement nous réserve quelquefois de ces fulgurances. Et quant à la base de ce qui pourrait conduire au satori, nous en comprenons intuitivement très bien la logique. Orient ou Occident, même combat, il s'agit d'échapper progressivement aux illusions, aux faiblesses du mental qui s'agitent en nous. C'est-à-dire ? Faire taire un peu le courant constant de pensées et d'émotions qui nous animent, même fugitivement, en permanence, crainte, orgueil, confusion, gêne, agressivité, désir, jalousie,

convoitise...

Notre méthode ? Le budo. Son entraînement régulier qui nous apaise et nous fait profiter un peu mieux de l'instant présent et des autres, en toute simplicité. Nous n'avons ni un mot, ni concept comparable à celui du satori en Occident (Sagesse ? Prises de conscience ?), mais nous pouvons comprendre que la base du processus est une *maturation psychologique*, qui passe, dans une perspective globale et synergique de progrès, par une meilleure posture physique, une meilleure perception des choses et des autres, une meilleure posture morale. Le combat, l'entraînement, la recherche du geste juste, le travail avec les autres est un creuset dans lequel nous macérons. La transformation qui s'opère reste aléatoire, mais nous pouvons espérer qu'elle soit

positive. D'autant plus si nous nous aidons nous-même en prenant au sérieux notre discipline et ses objectifs, même les plus ambitieux. Dans cet ordre d'idée, voici une liste d'« exercices spirituels » (nous dirions plutôt de bonne attitude mentale) retenu par la tradition et pouvant favoriser l'éveil :

- Ne pas mentir
- Ne pas jouer (pour s'étourdir)
- Ne pas chercher l'Éveil
- Ne pas avoir d'opinion tranchée
- Ne pas parler de choses futiles
- Ne pas parler de soi ni de sa famille
- Ne pas critiquer, ni juger
- Ne pas être envieux, jaloux, possessif, coléreux
- Ne pas chercher à progresser vite
- Ne pas chercher à être le meilleur
- Ne pas avoir besoin des autres

Bonne chance et bon satori ! ■

