

HON SHA ZE SHO NEN

(Traduction Edith GAUTHIER)

Dans le cadre du Reiki II (Okuden), nous trouvons le symbole/mantra « Hon Sha Ze Sho Nen »

(本者は正念), (noter le trait horizontal sous « Sho » 正

Qui se traduit littéralement par : « **ma nature originelle est l'esprit juste** ».

Mais que signifie « nature originelle » dans un contexte japonais traditionnel ?

« *Si vous contemplez votre nature originelle avec un esprit inébranlable... vous réaliserez que votre propre esprit est, en lui-même, le Bouddha.* » — Maître Zen Bassui Tokushō

Comme le soulignent de nombreux maîtres zen, notre nature originelle est l'esprit du Bouddha.

En fait, Mikao Usui a mis ce point en évidence bien au-delà du seul *Hon Sha Ze Sho Nen*. Dans les livrets *Shin-Shin Kaizen Usui Reiki Ryoho Kokai Denju Setsumeï* et *Usui Reiki Ryoho Hikkei* — deux documents diffusés par l'Usui Reiki Ryoho Gakkai, figure un entretien avec Mikao Usui. Sa réponse y renvoie également à l'esprit du Bouddha :

- **Q.** L'Usui Reiki Ryoho ne sert-il qu'à guérir la maladie ?

--**R.** Non. L'Usui Reiki Ryoho ne se limite pas à la guérison des maladies. Les troubles mentaux tels que l'angoisse, la faiblesse, la timidité, l'indécision, la nervosité et autres mauvaises habitudes peuvent être corrigés. Vous êtes alors en mesure de mener une vie heureuse et de guérir autrui grâce à l'esprit de *Kami* ou de *Hotoke* [Bouddha]. C'est là l'objectif principal. »

Ainsi, l'objectif principal des enseignements de Mikao Usui, comme il l'a lui-même souligné, est de réaliser que notre propre esprit est celui du Bouddha ; c'est à partir de cet état d'esprit qui nous donne la possibilité d'aider les autres. Rappelons-le :

***Hon Sha Ze Sho Nen* se traduit par « ma nature originelle est l'esprit juste ».**

« *Le non-esprit est identique à l'esprit juste.* » — Maître Zen Takuan Soho.

L'esprit juste équivaut au non-esprit, et c'est là notre nature originelle.

« *L'esprit unique — l'esprit du Bouddha, qui est non-esprit — constitue notre nature originelle.* » — Maître Zen Huineng

Plus nous intégrons le concept mis en lumière par Mikao Usui à travers *Hon Sha Ze Sho Nen*, plus nous redécouvrons ce que nous avons toujours été, depuis l'origine.

« *Notre nature originelle pure... est toujours à l'œuvre, à chaque instant. Si vous atteignez cette nature originelle, alors il est possible de transformer votre karma. Mais la seule façon d'y parvenir est d'avoir une pratique solide. On ne saurait trop insister sur ce point. Vous devez percevoir que le karma est une pensée : il est totalement vide. Il ne possède pas de nature propre. Vous pourrez le constater par vous-même à mesure que votre pratique gagnera en force et en clarté. En attendant, abstenez-vous simplement de juger en termes de bien ou de mal, et cela deviendra bientôt évident pour vous. À ce stade, quel est votre visage originel, votre essence originelle ? Personne ne peut vous les donner ; c'est quelque chose que vous ne pouvez atteindre que par la pratique de la méditation.* » — Maître Zen Seung Sahn

Le maître Zen Seung Sahn l'exprime magnifiquement. Cela signifie également que *Hon Sha Ze Sho Nen* s'adresse à nous-mêmes et non aux autres. Car comment pourrions-nous purifier le karma

d'une autre personne ? En effet, nous ne pouvons transformer que notre propre karma. Il souligne aussi que cela nécessite une pratique solide, tout comme Mikao Usui l'indiquait dans les préceptes du Reiki : pratiquez avec diligence !

« Comprendre par soi-même l'esprit originel, c'est voir sa propre nature originelle. » – Maître Zen Huineng

Tous ces grands maîtres soulignent que nous devons accomplir ce cheminement nous-mêmes, en nous tournant vers l'intérieur. C'est aussi la raison pour laquelle le niveau II est traditionnellement appelé **Okuden**, ce qui se traduit par : enseignements intérieurs ou cachés. Cela renvoie à ce qui est dissimulé en nous : notre nature originelle. Mais si nous continuons à la chercher à l'extérieur par le biais de pratiques tournées vers l'extérieur, il sera très difficile de redécouvrir ce qui est caché en nous ; pour cela, nous devons nous tourner vers notre intériorité.

« À l'origine, rien ne change. Ni naissance, ni mort. Tout est calme absolu. Ni bonheur, ni souffrance, ni problème. Telle est notre nature originelle. » – Maître Zen Seung Sahn

C'est véritablement l'essence des enseignements de Mikao Usui, ce qu'il désignait comme l'objectif principal : un état d'esprit au-delà de la souffrance et du bonheur, un état d'esprit totalement libre et fluide. Et que se passe-t-il lorsque notre énergie se trouve dans cet état d'esprit ? Elle circule librement, elle aussi.

« Si vous libérez votre esprit de toute préférence — de ce que vous aimez ou n'aimez pas —, votre nature originelle rayonnera et vous verrez le monde tel qu'il est réellement. » – Maître Zen Seung Sahn.

Libérer notre esprit de toute préférence : n'est-ce pas là ce que soulignait également Mikao Usui dans les préceptes ? Une fois l'esprit libéré de ces préférences, nous atteignons un état exempt de colère et d'inquiétude, éprouvant de la gratitude pour tout ce qui survient. Nous pouvons alors rester fidèles à notre voie et à notre être profond, dans un état d'esprit empreint d'une compassion absolue envers nous-mêmes et envers autrui.

Mikao Usui a magnifiquement mis en lumière cette forme de guérison ultime à travers les préceptes du Reiki : la méthode secrète pour attirer les bénédictions, le remède spirituel à toutes les maladies.

Comme le disait le maître zen Seung Sahn :

« Notre nature originelle pure... est toujours à l'œuvre, à chaque instant. »

Il nous suffit de la reconnaître, de nous en souvenir. Et grâce à une pratique assidue, notre compassion, notre énergie et notre grande lumière éclatante rayonneront sur le monde.

Frans STEEN