

Une histoire de la pleine conscience en Asie

Elle chemine tout du long avec le Bouddhisme, au fil des siècles, et bien avant, on la trouve mentionnée dans les Upanishads (1500 avant J-C).

Il est raconté que le Bouddhisme débuta en Inde pour passer ensuite en Chine et au Japon avant de gagner les Etats-Unis 12 siècles plus tard. Le passage par le Japon aurait profondément influencé le Bouddhisme. Or cette narration partagée par la plupart demande à être précisée car elle est en partie fautive, si l'on en croit David HINTON, passant notamment sous silence la réalité de *la réinterprétation du bouddhisme par le taoïsme, connu sous le nom de bouddhisme Ch'an*. Ce poète et traducteur américain évoquait dans son ouvrage (« China root », Shambala Publications, 2020) cette véritable appropriation culturelle japonaise sur le Bouddhisme Ch'an. A l'appui, les noms des maîtres ch'an ont disparu en étant japonisés, de même que les concepts, devenus koan, satori, mu, kensho, zen.

Qu'en est-il d'abord de l'introduction du Bouddhisme en Chine ? Lorsqu'il arrive là-bas au 1^{er} siècle de notre ère, dit HINTON, le Bouddhisme est réinterprété fondamentalement par la pensée taoïste, sa sensibilité métaphysique s'enracinant alors dans une approche empirique et phénoménologique. Le résultat de cet amalgame prend forme du 3^{ème} au 5^{ème} siècle après J-C et devient le Ch'an. A peine si le Bouddhisme qui le constitue est encore reconnaissable. La philosophie chinoise est portée à un niveau de clarté et d'intensité par l'enrichissement des textes, d'idées et de pratiques provenant du Bouddhisme qui sont réinterprétés en des termes taoïstes. Parmi ces éléments importés, la conscience vide de tout contenu connue sous le nom de *dhyana*.

Parmi les premiers à l'avoir enseigné en Chine où il se rendit en 255, figure Tang Hoi, moine vietnamien que Thich Nhat Han décrit comme un précurseur du Bouddhisme dhyana, de source mahayana. Il mentionne également Hue Thang, un autre moine venant du Vietnam, gagna la Chine dans la seconde moitié du 5^{ème} siècle, alors que la tradition indique que le Bouddhisme y arrive seulement avec Bodhidharma au 6^{ème} siècle.

Le *Ch'an* voyait le *dhyana* comme un entraînement utile au début mais en modifia la pratique méditative en revenant à une version plus riche de l'ancien concept taoïste de la méditation. Être sage dans l'ancienne Chine signifiait comprendre **comment se tissent en une unité la nature profonde de la conscience et le Cosmos**. Une telle compréhension nous intègre aux processus cosmologiques originaires du Tao. C'est l'éveil du *Ch'an*, « voir la nature dans son authenticité », dont les pratiques consistent essentiellement à **gagner ce moment/lieu originare où nous existons comme un tout**. Le sixième patriarche Hui Neng (638 – 713) l'exprime ainsi : « vous voyez les dix mille dharmas depuis votre nature authentique car chaque dharma est de lui-même nature authentique ». Cette idée était préfigurée dans la philosophie de Mencius (4^{ème} siècle avant J.C) : « les dix mille choses sont en moi. Et il n'y a pas de joie plus grande que regarder en moi et me trouver conforme à elles ».

Le Ch'an gagne ensuite le Japon par vagues successives, pour devenir le Zen auquel nombre d'Occidentaux s'intéresseront dans la seconde moitié du 20^{ème} siècle :

- HINTON David, *China root*, Shambala Publications, 2020
- THICH NHAT HANH, *Histoire du Bouddhisme vietnamien*, Ecole pratique des Hautes Etudes, 4^{ème} section, Sciences historiques et philologiques, 1975 (merci cordial à Jacques BURGER d'avoir attiré mon attention sur l'existence de cette conférence)
- THICH NHAT HANH, *Maître Tang Hôï*, Editions Sully, 2006
- Mindfulness : c'est de cette manière que Rhys DAVIDS, de la British Pali text society, traduit au 19^{ème} siècle le terme *sati* qui veut dire mémoire en pali, en enrichissant son sens à la lumière des écrits bouddhistes

La contribution du Laos, de la Birmanie et de la Corée au Bouddhisme est avérée mais n'est pas documentée ici.