

LE ZEN DANS L'ART CHEVALERESQUE DU TIR A L'ARC: LE POINT DE VUE D'UN PRATIQUANT

Liam O'Brien

[C'est Liam O'Brien qui emmenait la London Kyudo Society lors du séminaire de Kyudo qui s'est déroulé du 18 au 22 mars dernier à La Falaise Verte et qui a rassemblé 35 kyudokas. Nous remercions l'auteur pour son aimable autorisation à publier en traduction de l'anglais l'article qu'il a fait paraître récemment dans le Journal of the Buddhist Society (London) : The Middle Way, Feb.-Apr. 2004, vol.78, n° 4]

Dans les années 20, l'universitaire allemand Eugen Herrigel alla au Japon en quête de l'expérience du Zen. Il avait étudié la théologie, puis la philosophie à l'Université d'Heidelberg et c'est par le biais de son intérêt pour le mysticisme chrétien (Eckart) qu'il en était venu à s'intéresser au Zen qu'il considérait comme l'une des religions les plus mystiques. Il cherchait une voie qui lui permette de faire directement l'expérience d'un bouddhisme vivant, ce qu'il pensait pouvoir trouver dans la pratique du bouddhisme zen.

Il était avisé, en tant qu'étranger, sans gouverner d'un Japonais, qu'il valait mieux qu'il étudie avant tout une forme artistique (*geido*) qui soit reliée au Zen afin de trouver ainsi, progressivement, une relation au bouddhisme zen. Fort de cet avis, il choisit la pratique du *Kyudo*, la Voie de l'arc japonais, et il a relaté son expérience dans un livre aujourd'hui fameux, *Zen in the Art of Archery* (« Le Zen dans l'Art Chevaleresque du Tir à l'Arc »). Après la publication d'une édition en anglais en 1956, d'autres publications suivirent en diverses langues dont le japonais. Ce livre aida à vulgariser un intérêt pour le Zen et le *Kyudo*, ainsi qu'à établir cette notion qu'il existait entre eux, d'une certaine façon, une intime connexion.

Herrigel entama son apprentissage du *Kyudo* sous la direction de Maître Kenzo Awa. Celui-ci se rattachait à la tradition japonaise de l'archerie qui provenait historiquement de deux branches principales: la tradition du guerrier (*bushakei*) qui se servait de l'arc comme d'une arme de guerre et la tradition de cérémonie (*reishakei*) avec son importance accordée à une forme ritualisée du tir. Dès lors que l'arc devenait désuet en tant qu'arme, il continua à être utilisé en compétition et en cérémonie rituelle. Son usage devint même une Voie d'entraînement moral et spirituel.

Awa était considéré comme un expert et était renommé pour sa précision. Il était capable de *hyappatsu hyakuchu* (100 tirs, 100 buts) et dans sa plus ancienne période en tant qu'instructeur il insistait sur la précision. Mais à un moment donné de sa carrière de kyudoka, on suppose qu'il a eu des doutes sur sa manière de tirer et sur l'archerie japonaise qui se cantonnait dans l'excellence de la technique. Il adopta le point de vue de *nani mo iranu* (on a besoin de rien) et décréta que cette pratique va au-delà de la technique et qu'il y a nécessité de créer un lien «spirituel» avec l'effort absolu et plus profond du *issha zetsumei* (un tir, une vie). Il semblerait qu'Awa ait eu quelque intuition ou illumination concernant sa propre pratique, ce sur quoi tout ceci s'appuyait. *Le Kyudo* d'Awa prit les allures d'une voie spirituelle, au point d'être considéré comme une religion par certains de ses détracteurs. A la même époque, Jigoro Kano fondait le Judo, dont le concept s'opposait à la pure technique du Jujitsu. Au même moment, le *Kyudo* se séparait du *Kyujitsu* (l'archerie japonaise) en tant que voie d'entraînement moral et de formation du caractère. La création par Awa de sa propre école, celle de « la Voie du Grand Tir » (*daishado*), reflétait ce changement d'orientation mais avec sa toute personnelle détermination spirituelle poussée à l'extrême.

A ce moment-là, les pratiquants du *Kyudo* considérèrent Awa comme non-orthodoxe, si ce n'est excentrique. Il y en a même certains qui pensèrent qu'il était fêlé. Il ne représentait certainement plus le courant majoritaire du *Kyudo*. Par ailleurs, sa relation à la pratique du Zen n'est pas claire. Il eut, dans le Maître zen Umeji Roshi, un «frère» en études, qui était aussi considéré comme non-conventionnel dans son enseignement du *Kyudo* et qui utilisait les approches du Zen dans sa méthode d'apprentissage. Il est notoire qu'Awa l'admirait beaucoup et qu'ils se sont entraînés ensemble même après qu'ils eurent établi leurs pratiques respectives d'entraînement. Mais il semble qu'Awa n'a jamais vraiment adopté l'entraînement du Zen ou pratiqué la méditation assise (*zazen*). Son approche consista à utiliser le *Kyudo*

comme un voie d'expérience transcendante, et il utilisa les concepts et la terminologie zen comme illustration mais tout ceci est aussi éloigné que possible d'une supposée connexion.

Pour Herrigel, pour ce qui est de sa propre quête d'en savoir plus sur la pratique zen, Awa fut du sur-mesure. Il a dû correspondre parfaitement à la notion romantique que se faisait Herrigel d'un maître mystérieux et mystique. Comme sous-entendu précédemment, Herrigel ne parlait ni ne comprenait le japonais et ceci n'allait pas l'aider à comprendre qu'Awa ne s'était jamais considéré comme un adepte du Zen et qu'en un sens Kyudo et Zen n'étaient pas synonymes. Ce fut comme s'il construisait sa propre interprétation à partir de ses expériences avec Awa de manière à renforcer son propre point de vue romantique du Kyudo en tant que forme de pratique du Zen.

On peut trouver un seul exemple de cela dans le livre d'Herrigel, dans un passage où il demande à Awa ce dont on a besoin pour atteindre la cible. Awa est censé avoir dit que nous n'avons pas besoin de penser à atteindre la cible. Nous n'avons pas besoin de la viser. Herrigel remet en question le postulat qui dit que si la cible n'est pas visée, elle ne peut pas être touchée.

Awa ordonna à Herrigel de venir à la salle de pratique ce soir-là. Dans la semi-obscurité, il plaça un bâton d'encens allumé devant la cible de sorte que seule sa lumière était visible (l'emplacement des cibles est d'ordinaire à 28 mètres de la ligne de tir). Awa tira sa première flèche et on l'entendit toucher sa cible. Il tira ensuite sa seconde flèche (les flèches sont tirées par paires) qui atteignit aussi sa cible. Il semblait que la première flèche avait atteint le centre de la cible et que la seconde flèche avait fait de même, s'étant encastrée dans l'encoche de la première.

Selon Herrigel, Awa disait qu'avec l'expérience il était normal que la première flèche touche au but, mais la seconde flèche était une évidence de tir sans le soi et ce tir n'était pas produit par ce dernier, comme si quelque chose de mystérieux avait pris sa place. Herrigel affirme dans ce passage qui a trait à cet épisode qu'Awa aurait dit: « *Ça tire et ça fait mouche. Inclignons-nous devant l'impact comme devant le Bouddha.* »

Cependant d'autres sources rapportent une explication de l'épisode par Awa tout-à-fait différente, à savoir qu'Herrigel alla pour retirer les flèches et comme il ne revenait pas, Awa l'appela mais ne reçut pas de réponse. Quand Awa se rendit à la butte des flèches il trouva Herrigel assis sans voix en face de la cible avec les flèches fichées dedans. Awa dit que ce n'était qu'une coïncidence et qu'il n'avait aucunement eu l'intention de démontrer une telle chose. Awa ne mettait pas de signification particulièrement mystique sur le fait de tirer et il aurait pu même être irrité que la deuxième flèche ait endommagé la première.

Mon expérience du Kyudo et mon expérience limitée de la pratique du Zen m'incitent à un traitement dans le strict sens des faits, sans mystification. Et pourtant ils ont toujours un contenu d'indicible vénération pour ce qui est en profondeur, qui n'est pas envisagé de manière différente de ce qui est ordinaire.

Dans l'épisode ci-dessus, Awa voulait, j'en suis sûr, démontrer qu'avec un alignement correct avec la cible et des conditions correctes pour faire un lâcher naturel, la flèche atteindrait sa cible. Il voulait montrer qu'en tant que Maître, il n'avait besoin d'aucun contrôle particulier, seulement les années d'entraînement qui avaient façonné concentration et aplomb. Il voulait qu'Herrigel ait foi en cela plutôt que de voir là de l'extraordinaire et du mystérieux.

Cet exemple est aussi important dans la compréhension du Kyudo parce que la notion du Kyudo à la fois romantique et mystique donne parfois l'idée qu'on n'a pas besoin de toucher la cible, ou laisse entendre que cela se produit selon un processus mystérieux qui arrive sans l'effort d'un entraînement personnel.

Les débutants peuvent trouver le moyen de toucher la cible, mais l'entraînement exige que la flèche soit décochée vers la cible dans la forme correcte. Dans la pratique courante, les lycéens sont encouragés à profiter de la situation au travers de la compétition et sans trop d'attentes immédiates, mais la forme est graduellement mise en application et c'est ce que doivent rencontrer les gradés supérieurs: de strictes exigences. Ils se doivent d'obéir au concept de *seisha seishu* (une touche correcte est un tir correct). Ils se doivent de relever le défi et suivre la discipline pour produire un lâcher vrai et naturel, basé sur l'utilisation correcte et naturelle de la forme.

La cible a sa raison d'être. Elle reflète notre tir d'une manière indéniable. Si la flèche ne va pas à la cible, alors il y a quelque chose qui manque. Bien sûr, il peut y avoir un effort manifeste et une sincérité dans le tir (ces qualités sont en elles-mêmes appréciées) mais pour s'en tenir à la discipline de *seisha seishu*, la flèche doit aller à la cible. La cible nous fournit aussi l'occasion de nous confronter au désir. Tout le monde a le désir de toucher la cible, mais, avec la pensée du résultat, nous sommes automatiquement séparés du moment et des conditions de l'ouverture totale qui produit son lâcher propre. Le désir est toujours une idée, un espoir ou une attente qui ne peut que nous écarter de la situation réelle.

Il nous faut travailler sur le désir et la sensation de frustration que nous produisons à partir de notre attente. C'est une condition normale dans le processus d'apprentissage. Ceux qui veulent faire un Kyudo «spirituel» et qui prétendent ne pas être concernés par le résultat s'abusent eux-mêmes. Dans beaucoup de salles de pratique du Kyudo, vous trouverez la calligraphie *mushin* qui est l'état de la personne qui se transcende dès lors qu'il n'y a plus que conscience éveillée non séparée. Ceci est considéré comme l'état le plus élevé du tir (un concept pris au Zen). Beaucoup d'étudiants de Kyudo recherchent cette condition, mais celle-ci ne peut être atteinte intentionnellement. Mon propre instructeur avait l'habitude de dire qu'on devait avant tout avoir *yushin*, le cœur rempli de désir, si on voulait trouver le cœur transcendé.

Awa était intransigeant et avait posé les buts ultimes de la pratique depuis le début. Son point de vue le plus radical, et le thème central de son enseignement, c'était qu'on ne devait être pris par rien (*tora warenaï*). On s'abandonne complètement au tir et à la situation. Pour que cela soit possible, on doit reconnaître que notre corps ne nous appartient pas, ni notre esprit ou nos pensées et qu'ils ont leur vie propre comme partie intégrante de La Vie.

Dans le Kyudo, la tenue de l'arc demande une compréhension de l'arc qui permet d'exprimer complètement son énergie et sa vie. C'est une relation et un dialogue qui est loin de l'idée de l'arc pris comme un outil qu'on manipule pour un résultat. Le corps est utilisé de manière naturelle de sorte que la disposition des articulations et l'utilisation de la force musculaire soient naturelles et correctes. La respiration et la posture doivent aussi obéir à la loi naturelle. Et c'est ainsi que nous devons comprendre la position d'Awa à propos de *nani mo iranu* (on n'a besoin de rien). Je ne crois pas, contrairement à certains, que, dans cette approche, il abandonnait toute technique parce que c'est impossible. Ce dont je suis sûr c'est qu'Awa entendait qu'on n'a besoin de rien d'extraordinaire. Quand on apprend à utiliser le corps dans le bon sens et à reconnaître le fonctionnement naturel de l'arc, il y a là la compréhension qu'il n'y a rien à rajouter (qu'on n'a pas besoin d'un accessoire supplémentaire pour l'opération). Il y ajuste le déroulement naturel de la situation.

Le paradoxe que nous expérimentons est que nous nous sentons séparés et en manque de quelque chose et cependant il n'y a rien à se procurer. Par l'acquisition du « naturel » dans la situation, nous avons plutôt besoin de moins que de plus. C'est comme si nous nous développons et avançons, ce que nous faisons dans un certain sens, mais nous le faisons en rejetant les malentendus et nos propres idées sur comment on devrait faire les choses. C'est pourquoi on a besoin d'attitudes relationnelles telles que l'acceptation, la confiance, le lien qu'on établit avec notre ressenti d'expérience plutôt que notre compréhension.

Nous devons vivre le paradoxe. Dans le Kyudo, nous devons nous tenir au milieu de compréhension et ressenti, doute et foi. Nous devons rechercher un idéal mais accepter la matière de fait de la situation. Nous devons avoir une compréhension technique, mais pas aux dépens d'une « compréhension » vécue.

L'entraînement est au fondement de tout cela. Bien que l'instructeur nous pousse quand nous sommes paresseux ou que nous nous fuyons nous mêmes, et bien que nous ayons l'expérience de tous ceux qui sont venus avant pour nous aider, la pratique est l'instructeur véritable, c'est là où la vérité de *seisha seishu* se réalise. Sans la répétition quotidienne de s'adonner à la pratique et de s'y confronter, rien ne se réalise. Car personne ne peut faire ça pour nous. Seul notre propre effort et notre propre persévérance peuvent rendre cela possible.

Traditionnellement, on voit le plus souvent trois phases dans le processus d'apprentissage : *shin*, *gyo* et *so*. *Shin* est le caractère pour la vérité qui représente les fondamentaux et l'essence de la pratique ; au niveau de *shin*, l'étudiant doit copier sans réserve les fondamentaux de la forme, sans déviation ou interprétation personnelle. C'est là l'entraînement essentiel du cœur afin d'établir l'attitude juste et dissiper les résistances. Nous devons pratiquer de manière répétée, en essayant d'en rester à la forme établie et en faisant cela nous nous confrontons à notre frustration et au désir de faire les choses dans notre propre sens. Ce qui nous est enseigné ce sont les fondamentaux qui sont aussi les possibles absolus de la forme, ainsi pouvons nous, par exemple, continuer à chercher à prendre la position correcte jusqu'à la fin de notre vie. Une fois que la pratique commence à être mieux acceptée et intégrée au corps, le pratiquant se trouve au niveau de *gyo*, là où la forme s'exprime avec un certain degré de naturel. A la suite de quoi, la condition ultime de *so* est l'état dans lequel pratiquant et forme ne font plus qu'un. Le caractère *so* est le caractère pour "herbe" (*kusa*), figurant le mouvement avec mille choses comme si nous bougions à l'instar de quelqu'un dans un champ d'herbes hautes.

D'autres éléments de l'apprentissage traditionnel insistent aussi sur le ressenti et l'approche intuitive plutôt que la compréhension technique. Par exemple les méthodes traditionnelles d'apprentissage s'appuient plutôt sur la pratique de l'observation (*mitorikeiko*) que sur l'explication simple. J'ai vécu cela alors que j'étais débutant et que je demandais à suivre l'exemple d'un instructeur et ensuite seulement à le copier. Dans la nature, les petits d'animaux font ça et c'est une évidence que l'acquisition d'un comportement est un savoir-faire qui, souvent, ne peut être acquis que par cette voie, par l'observation et ensuite l'intériorisation de l'acte. Mon instructeur aurait pu me dire: pourquoi ne vous en tenez-vous pas à juste faire les choses? Des étudiants plus jeunes simplement copient et exécutent. Mais évidemment, moi, en tant qu'occidental et plus âgé, je voulais essayer de filtrer l'expérience au travers de ma seule compréhension. Et ensuite, quand je sentais qu'elle était mienne, j'aurais admis qu'elle était acquise (cette pratique consiste à ne pas simplement observer avec ses yeux mais avec tous ses sens).

Dans le Kyudo moderne et aussi dans la manière de tirer d'Awa, chaque mouvement ou phase du tir offre l'occasion d'un auto-examen et d'une mise en relation. Là où c'est le plus évident c'est dans le lâcher. Dans le *Kyujitsu* on se sert d'un lâcher contrôlé et intentionnel, provenant des temps où on se servait de l'arc comme d'une arme. Mais dans le tir du *Kyudo* la production d'un lâcher naturel et non forcé est l'enjeu véritable.

Pour le pratiquant de Kyudo, cela s'appelle « le mur de fer » et « la montagne de verre ». C'est là où vous avez à choisir un lâcher « de sécurité », contrôlé, prémédité, qui vous donnera le résultat que vous voulez en atteignant la cible, ou un lâcher basé sur le principe de *seisha seishu*, dès lors que l'archer tente de s'abandonner avec sincérité au lâcher correct et naturel, qui enverra la flèche vers la cible. L'effort d'Awa de *issha zetsumei* (un seul tir où vous mettez toute votre vie) correspond à l'effort de donner sans abandonner. Comment laisser aller sans que ce ne soit qu'un laisser-aller ? Dans les propres commentaires d'Herrigel, ceci est bien illustré. Il s'entraîna sur un « arrêt » de flèches, une *makiwara*, les quatre premières années de son apprentissage. C'est là une astreinte énorme et peu courante de nos jours parce que la plupart des étudiants modernes au Japon et en Occident ont des attentes différentes et trouveraient ça peu satisfaisant et éventuellement abandonneraient. Mais Herrigel persévéra: il voyait là la recherche de son propre lâcher comme son apprentissage le lui proposait. Au départ, il avait dans l'idée qu'il y avait une technique qui se rattachait au lâcher, du genre de celle du tir au pistolet qu'il connaissait. Mais quand il essaya de produire un lâcher forcé, il fut rabroué par Awa et, progressivement, il réalisa la signification d'un lâcher naturel.

Dans le Kyudo, l'arc n'est à vrai dire pas tenu: la pression de l'arc sert à garder celui-ci dans la main gauche. Du côté droit, la force de l'arc est transférée du gant à l'épaule qui, à son tour prend en charge la tension de l'arc. L'archer est entre ces deux points de force de l'arc et en disposant le corps à l'intérieur de l'étirement de l'arc, il se centre à l'intérieur de la pression exercée par l'arc tendu. Dans cette expansion en opposition de l'énergie, vécue par le corps, la pression monte graduellement jusqu'à son maximum, c'est alors que la corde est libérée naturellement du gant et c'est un lâcher naturel qui s'exprime. Tout déséquilibre de force dans la tenue de l'une ou l'autre main ou un affaiblissement de cette tension se soldera par un lâcher insatisfaisant qui affectera le vol de la flèche. L'instant d'avant le lâcher est le

moment de réaliser l'équilibre corps, arc et esprit et d'écartier tout ce qui disperse, sensation négative, pensée de distraction.

L'expansion de l'énergie (*nobiai*) pour produire le lâcher est propre au Kyudo, on ne le retrouve dans aucune autre forme d'archerie. Ceci est au cœur de la compréhension du Kyudo. Quand nous nous consacrons à l'effort de l'expansion alors nous sommes dans le vif du moment (Interrompre cela en faisant une action de lâcher distincte et c'est un lâcher forcé). Comme nous ne pouvons connaître l'instant exact, seulement la condition de *nobiai* à cet instant, nous sommes au-delà, de la réflexion et de la personne séparée.

L'archer apprend par l'expérience à tableur sur la situation et à accepter les réactions émotionnelles de sorte qu'elles ont moins d'emprise. Le tir s'intègre progressivement au corps et au niveau le plus haut de la pratique, la présence d'un agent indépendant disparaît. Il n'y a plus personne qui tire, il ya juste le tir pour lui-même. Ce « naturel », sans la personne, est l'idéal de vérité, de bonté et de beauté (*shin, zen et bi*), « l'effort sans effort » mentionné par Herrigel dans son livre, cet effort qui n'a rien ajouté, qui ne cherche rien de spécial. Vu de la personne, c'est un effort complet de tout notre cœur mais sans la personne, c'est l'effort sans limite d'un acte ordinaire. C'est un effort sans définition, juste l'effort pour lui-même.

N'oublions pas de rappeler que même si nous recherchons le profond, c'est toujours l'ordinaire. Dans la salle de pratique, il n'y a pas de philosophie, juste l'entraînement du corps et de l'esprit pour trouver sa vraie nature.

Mais, dans la culture qui est la nôtre, le corps est tellement confisqué par nous-mêmes. Notre « personnalité » s'exprime par le visage et les mains. Envoyer l'énergie par les mains, le visage et le haut du corps exige beaucoup ; et avec la focalisation de la force dans le haut du corps et la respiration coincée dans la gorge et le haut de la poitrine, le corps dans son entier ne peut pas fonctionner naturellement. La conscience du corps devrait se centrer dans l'abdomen, juste sous le nombril, connu dans les pratiques de méditation et dans les arts traditionnels japonais sous le nom de *tanden* ou, plus communément, de *hara*. C'est dans ce centre que nous commençons par rassembler, tant notre concentration que notre respiration. Avec cette focalisation, le pratiquant exprime l'état naturel de non-dichotomie du corps et de l'esprit. Sans la dualité ou l'attachement à nos expériences, nos sentiments et nos pensées, nous pouvons être ce que nous sommes.

Ce dont nous nous rendons compte, c'est que, quoique le Kyudo et le Zen ne soient pas synonymes, tout en ayant leurs propres formes et traditions indépendantes, ils semblent bien en quête de la même réalité. Si le Zen, dans sa pureté, n'est la propriété d'aucune école mais, en tant qu'expression de la vérité, est par essence sans allégeance spirituelle particulière, alors je crois que l'approche que fit Awa du transcendantal et sa recherche personnelle avaient beaucoup points communs avec les idéaux et les préoccupations du Zen.

Dans le bouddhisme, nous nous questionnons sur le sens d'être une personne, un individu. En faisant cela, nous pratiquons l'extinction de l'attachement à ces notions et nous prenons conscience de la vie dans son entier. Nous nous abandonnons. Toutes les grandes traditions et pratiques qui reconnaissent ce quelque chose au-delà de l'individu ont besoin de cette compréhension en tant que fondement de l'apprentissage.

Les disciplines traditionnelles japonaises accordent une grande place à la soumission de nous même à ce qui est au-delà de nous même. Beaucoup d'Occidentaux (et je souhaite que beaucoup de Japonais fassent de même), entament une pratique comme le Kyudo ou la Cérémonie du Thé avec l'idée d'une préoccupation et d'une expérience individuelle. Mais dans le Thé, par exemple, l'invité est plus important que l'hôte, et dans un rassemblement de Thé plus conséquent, on doit être très attentif aux autres. La même chose est vraie pour le Kyudo. Quoiqu'il y ait souvent des tirs de cérémonie effectués par un maître ou gradé supérieur en individuel et quoique le tireur individuel semble presque héroïque seul sur l'aire de tir (tout-à-fait comme le méditant individuel), c'est la communauté du lieu de pratique et la manière d'œuvrer ensemble avec les autres qui est essentielle dans l'entraînement. Œuvrer avec les autres est en quelque sorte plus difficile qu'œuvrer avec l'arc ou la situation: cela remet en question la relation à

nous même; ainsi, par ce biais et tous les aspects réglementés du *dojo* et de la pratique, il reste très peu de place pour la complaisance envers soi-même. Je pense que cela est aussi vrai dans l'apprentissage du Zen.

Herrigel aida à créer le mythe que Kyudo et Zen sont d'une certaine façon la même chose et que le Kyudo est une discipline ésotérique. Comme nous l'avons vu, ils ne sont pas synonymes mais ils véhiculent bien la même réalité et ont beaucoup de choses en commun. Cependant, le Kyudo n'est pas considéré comme faisant partie d'une religion comme l'est le Zen, même si pour certains il y a une identification du spirituel. Quand Herrigel pratiquait le Kyudo, peu de pratiquants de Kyudo reliaient le Kyudo et le Zen ou pratiquaient celui-ci. La même chose est vraie aujourd'hui. Le Kyudo moderne doit son identification du spirituel à l'héritage d'Awa, mais une grande majorité de pratiquants au Japon le considèrent comme une activité de loisir à l'usage d'une discipline morale ou simplement comme une voie qui favorise une bonne santé. Bien que certains pratiquants de Kyudo en Occident épousent aussi cette vue utilitariste, la grande majorité, sous l'influence d'Herrigel, s'y est mise avec l'idée que c'était imprégné de préoccupations et d'idéaux zen. Cette compréhension du Zen s'est limitée pour beaucoup d'Occidentaux à la pratique de la méditation assise (*zazen*) et à quelques notions de transcendance de la personne. C'est ignorer le fait que les écoles du Zen ont étroitement partie liée avec les préoccupations et la pratique religieuses du bouddhisme.

La valeur de la contribution d'Herrigel pour ce qui est d'une reconnaissance populaire du spirituel est indéniable. Les disciplines traditionnelles japonaises telles que le Kyudo ou une discipline religieuse telle que le Zen demandent un engagement et une disponibilité par delà tout point de vue romantique et elles ne considèrent pas le profond comme extraordinaire ou séparé du phénoménal. Si nous réalisons cela, nous les comprendrons mieux et nous nous rapprocherons des exemples qui nous sont proposés par les grands instructeurs qui nous montrent que, plus loin sur le chemin, il y a une unité qui fait défaut à notre condition présente. Mais en même temps que nous regardons vers l'avant, nous devons aussi regarder, au même instant, où se posent nos pieds.

(Traduction de l'anglais: François Ferré)