

*L'exercice méditatif dans la Vie Quotidienne ? **

Pour la plupart des gens, le quotidien, ce sont les petites choses qui se répètent, les ennuis, le besoin de gagner de l'argent, de répondre aux exigences de la communauté, etc. Toutes choses qui nous empêchent de rester concentrés sur nous-mêmes. Nous sommes entourés de gens tendus, stressés. Nous pouvons nous demander comment, dans ces conditions, il est possible de garder un contact avec la méditation. Et pourtant on doit comprendre que l'état méditatif se distingue de celui qui ne l'est pas par le simple fait que l'Homme reste ou non en contact avec l'autre réalité. En contact, c'est-à-dire dans la présence de cette ambiance du sacré et en même temps au service du sacré. Il n'est rien qu'on ne pourrait pas faire au service du "sacré".*

Comment commencer ? Où commencer ? Je crois que chacun devrait avoir son exercice dans son quotidien. Il faudrait trouver l'activité qui se répète tous les jours de la même façon, dans les mêmes gestes. Le vieil artisan est l'exemple même de l'Homme dans cette situation. Regardez un potier, un céramiste, un cordonnier, une tisserande ou une brodeuse !

Le tir à l'arc japonais est un exercice méditatif. La cérémonie du thé, le combat au sabre ou le sumo japonais sont des exercices méditatifs.

Que veut dire méditatif ? C'est tout simplement le fait d'être en contact avec son Être profond. C'est le fait de se sentir responsable de rester en contact avec l'Être qui transforme le quotidien en vie méditative.

p.p. 173 à 175

* voir à ce propos le film de Wim Wenders « Perfect Days » ou "Les Jours parfaits" (2023), qui illustre magnifiquement ce dont il est question !!

« Le Centre de l'Être » "Propos recueillis par Jacques Castermane"
Jacques Castermane - Éditions Albin Michel © 1992

«**Perfect Days**»
ou "**Les Jours parfaits**"
film de *Wim Wenders* © 2023

Le personnage central de l'histoire Hirayama (Kōji Yakusho) rappelle la dimension allégorique d'un "numineux"* ou "sacré", dans le film également de Wim Wenders « Les Ailes du désir » [1987].



... Solveig Dommartin

Le récit s'articule autour d'entretiens amicaux avec Leonard Cohen à la suite de son séjour au monastère Zen du Mt Baldy en Californie entre 1996 et 2000.



... Leonard Cohen

Il s'agit de la narration d'une vie simple et dépouillée d'un homme à l'âge de la maturité, qui n'a pas toujours été dans cette situation, il a un passé qui n'as pas été ainsi...

Ses journées sont sobre et bien ordonnées dans la régularité, entre son travail très humble (agent d'entretien «The Tokyo Toilet»^[1]) et ses occupations plus personnelles** où il apparaît que cet homme est issu d'un milieu social cultivé.



... Tokyo-Toilet, parc Nabeshima Shôtô (Mori no Komichi)...

Bienveillant, serviable et aimable dans la rigueur, une sensibilité poétique certaine l'habite et il incarne le sentiment de respect vis à vis de toutes personnes et toutes choses :

« Si l'on ignore trop les “petites choses”, on ne peut avoir une vue de l'ensemble des choses ! » est-il dit...

On se rend compte au fil du déroulement de l'histoire qu'il a vécu un évènement intérieur important dans sa vie, une forme “d'état de grâce”, une “révélation poétique”.



... Hirayama (Kōji Yakusho) et Niko (Kōji Yakusho) sa nièce dans un parc à Tokyo...

Cela se traduit par des clichés photographiques impromptus, dans une quête de la lumière à travers les feuillages dans la brise, de structures fractales du sommet des branches des arbres.



Activité de gratitude qu'il prolonge en récupérant délicatement de jeunes pousses au pied d'un arbre ou un autre, pour les transplanter en "art du Bonsaï". C'est une sorte de "mystique" qui ne sait pas vraiment qu'il l'est... ! Son rythme de vie est en

quelque sorte une ascèse en milieu urbain.



Dans cette existence bien organisée, quelque peut “routinière”, dans le répétitif appliqué qui donne un socle de stabilité, surgissent des “intrusions” qui révèle l’éclairage bien particulier de l’histoire. Car en effet lorsque surgit “l’évènement” celui-ci révèle au personnage quelque chose qu’il ignorait : “la famille” relève plus ou moins du “fictionnel” !



...portrait en songe de Niko (Kōji Yakusho) la nièce...

...à 1h24,30 du film — au «Sakura Bridge»,



«Sakura Bridge»

dialogue entre Hirayama (Kōji Yakusho) et Niko (Arisa Nakano) sa nièce :

- Niko à son oncle Hirayama : « Vous n’avez rien en commun, maman et toi. »
- Hirayama à sa nièce : « Tu crois ? »
- Niko « Elle dit que vous n’êtes pas du même “monde” »
- Hirayama « C’est possible »
- Niko « Ah oui ? »
- Hirayama « Le monde est fait de nombreux “monde”. Certains sont connecté, d’autres non ! Mon “monde” et celui de ta mère sont très différents. »
- Niko « Et moi alors , je suis de quel “monde” ? »..., regardant du haut d’un pont (le “Sakura Bridge”) le cours d’eau (la rivière Shingashi) : « ça coule vers l’océan ? »



- Hirayama « C’est ça ; vers l’océan. »
- Niko « Tu veux y aller ? »
- Hirayama « Une prochaine fois »

- Niko « c'est-à-dire ? »
— Hirayama « Une prochaine fois »



Niko (Kōji Yakusho) la nièce...

- Niko « Et c'est quand, ça ? »
— Hirayama « La prochaine fois, c'est la prochaine fois. Maintenant, c'est maintenant ! »

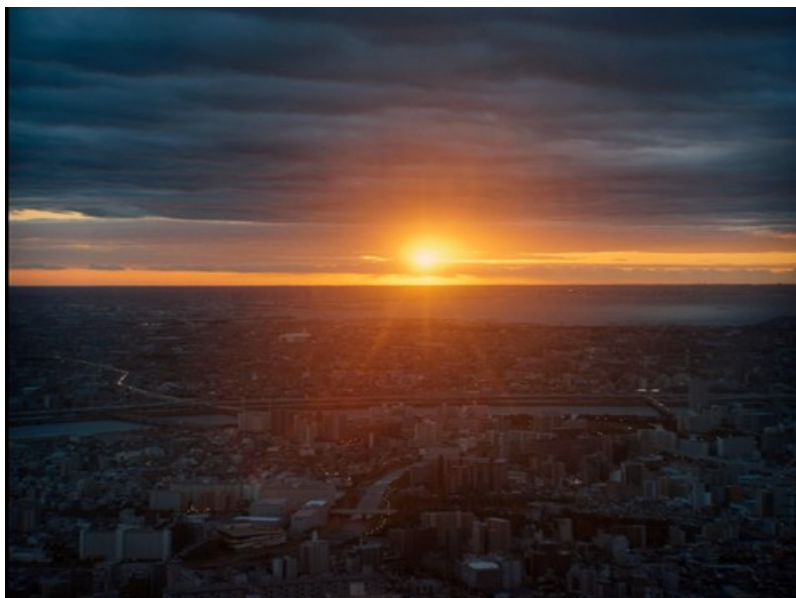


- Niko reprend en écho : « La prochaine fois, c'est la prochaine fois. Maintenant, c'est maintenant ! »
Nous sommes au plus près de l'esprit du Zen !



«Sakura Bridge»

L'histoire de ce film nous apprend que rien n'est tout à fait pareil de jours en jours, d'instant en instant si l'on sait porter attention et "voir" ce qui transparaît, que tout est constamment différent... la société consumériste à outrance et "addictive", enferme dans de la dépendance, forme d'emprisonnement et source d'aliénations de notre intériorité à vivre.



Tokyo

*“numineux” dérivé du latin “numen” ou l’expression du sacré dans la conjonction paradoxale des opposés d’une expérience personnelle du « tout autre », hors de la saisie du mental, dans l’archétype et dynamiques puissantes de l’inconscient.

** Grand amateur de bandes musicales K7 des années 60/70, dont la trame d’ensemble exprime la poésie des sentiments, des rencontres et souvenirs émouvants, de la contemplation et d’horizons lointains, de déambulations dans la ville et vicissitudes de l’existence...

« Perfect Day » (1972) — Lou Reed

<https://www.youtube.com/watch?v=9wxI4KK9ZY0>

« The House of Rising Sun » (1964) — The Animals

<https://www.youtube.com/watch?v=4-43lLKaqBQ>

« The Dock of the Bay » (1967) — Otis Redding

<https://www.youtube.com/watch?v=rTVjnBo96Ug>

« (Walkin’ Thru The) Sleepy City » (1964) — The Rolling Stones

<https://www.youtube.com/watch?v=V13xXkB2bK0>

« Pale Blue Eyes » (1965) — Lou Reed, with The Velvet Underground (1969)

<https://www.youtube.com/watch?v=MA3aKUwu-Dk>

https://www.youtube.com/watch?v=02JThCg_9mk

« Redondo Beach » (1975) — Patti Smith

<https://www.youtube.com/watch?v=9yPkGkhA1OI>

« Sunny Afternoon » (1966) — The Kinks

<https://www.youtube.com/watch?v=yFWJmPXY3pw>

« Brown Eyed Girl » (1967) — Van Morrison

<https://www.youtube.com/watch?v=Z-O9sgPKDGk>

« Feeling Good » (1965) — Nina Simone

<https://www.youtube.com/watch?v=oHs98TEYecM>

[1] «The Tokyo Toilet»





Niko (Kōji Yakusho)



«Tokyo Toilet» parc Nabeshima Shôtô (Mori no Komichi)



«Tokyo Toilet» parc

Jingû-dôri (Amayadori)



«Tokyo Toilet»
«WHITE», gare d'Ebisu



«Tokyo Toilet» Tokyo Toilet» parc Haruno-Ogawa



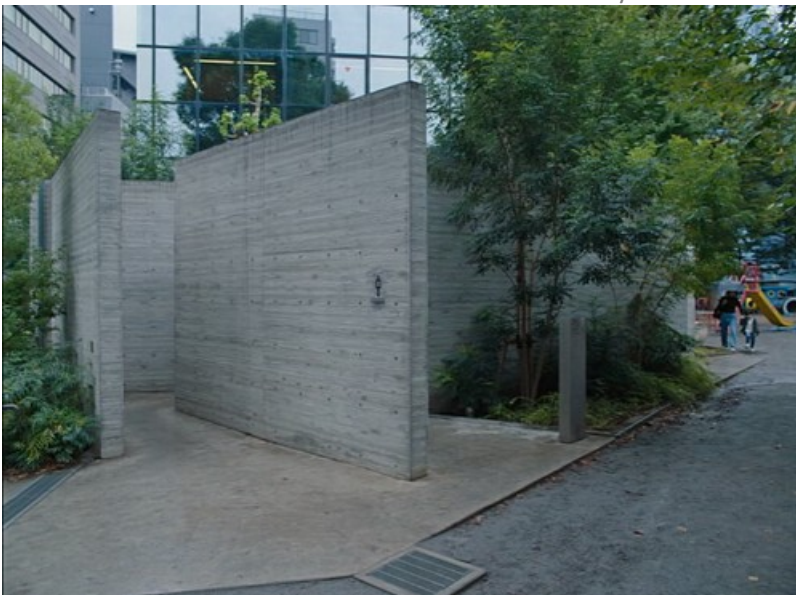
«Tokyo Toilet»
«Hi Toilet» du parc Nanagô-Dôri



«Tokyo Toilet»



«Tokyo Toilet»



«Tokyo Toilet»

«Tokyo Toilet»



«Tokyo Toilet» n'apparaissant pas dans film de Wim Wenders «Perfect Days»



«Tokyo Toilet» Nishi-Sandô



«Tokyo Toilet» Yoyogi du sanctuaire Meiji