

## SHIN JIN MEI (en japonais) / SIN SIN MING (en chinois)

Tableau réalisé par Christiane Marmèche pour le blog des Voies d'Assise ([www.voiesdassise.eu](http://www.voiesdassise.eu))

Traduction Maître Deshimaru Seghers 1976	Traduction L.Wang et J. Masui, Hermès 1985	Traduction de D. Suzuki, Albin Michel 1972
<b>Poèmes sur la foi en l'esprit</b>	<b>Inscription sur l'esprit de foi</b>	<b>Inscrit sur l'esprit croyant</b>
1. Pénétrer la Voie n'est pas difficile, Mais il ne faut ni amour, ni haine, ni choix, ni rejet.	La grande Voie n'a rien de difficile, Mais il faut éviter de choisir !	La Parfaite Voie ne connaît nulle difficulté, Sinon qu'elle se refuse à toute préférence
2. Il suffit qu'il n'y ait ni amour ni haine, Pour que la compréhension apparaisse, spontanément claire, comme la lumière du jour dans une caverne.	Soyez libéré de la haine et de l'amour : Elle apparaîtra alors dans toute sa clarté !	Ce n'est qu'une fois libérée de la haine et de l'amour Qu'elle se révèle pleinement et sans masque.
3. S'il se crée dans l'esprit une singularité aussi infime qu'une particule, Aussitôt une distance illimitée sépare le ciel et la terre.	S'en éloigne-t-on de l'épaisseur d'un cheveu, C'est comme un gouffre profond qui sépare le ciel et la terre.	Une différence d'un dixième de pouce, Et le ciel et la terre se trouvent séparés.
4. Si nous réalisons le <i>satori</i> ici et maintenant, Les idées de juste ou de faux ne doivent plus pénétrer dans notre esprit.	Si vous désirez la trouver, Ne soyez ni pour ni contre rien !	Si vous voulez voir la Parfaite Voie manifestée, Ne concevez aucune pensée, ni pour elle, ni contre elle.
5. Dans notre conscience, la lutte entre le juste et le faux Débouche sur la maladie de l'esprit.	Le conflit entre le pour et le contre, Voici la maladie de l'âme !	Opposer ce que vous aimez à ce que vous n'aimez pas - Voilà la maladie de l'esprit :
6. Si nous ne pouvons pénétrer à la source des choses, Notre esprit s'épuisera en vain.	Si vous ne connaissez pas la profonde signification des choses, Vous vous fatiguerez en vain à pacifier votre esprit.	Lorsque le sens profond [de la Voie] n'est pas compris, La paix de l'esprit est troublée et rien n'est gagné.
7. La Voie est ronde, en paix, large comme le vaste cosmos, parfaite, Sans la moindre notion de demeurer ou de rompre	Aussi parfaite que le vaste espace, Rien ne manque à la Voie, rien ne reste hors d'elle.	[La Voie est] parfaite comme le vaste espace, Rien n'y manque, rien n'y est superflu :
8. En vérité, parce que nous voulons saisir ou rejeter, Nous ne sommes pas libres.	A accueillir et à repousser les choses, Nous ne sommes pas comme il faut.	C'est parce que l'on fait un choix Que sa vérité absolue se trouve perdue de vue.

9. Ne courez pas après les phénomènes Et ne restez pas dans la vacuité ( <i>ku</i> ).	Ne pourchassez pas le monde soumis à la causalité, Ne vous attardez pas dans une Vacuité excluant les phénomènes !	Ne poursuivez pas les complications extérieures, Ne vous attardez pas dans le vide intérieur :
10. Si notre esprit demeure tranquille. Il s'évanouit spontanément.	Si l'esprit demeure en paix dans l'Un, Ces vues duelles disparaissent d'elles-mêmes.	Lorsque l'esprit reste serein dans l'unité des choses, Le dualisme s'évanouit de lui-même.
11. Si nous arrêtons tout mouvement, notre esprit deviendra tranquille. Et cette tranquillité par la suite provoquera encore le mouvement.	Quand l'activité cesse et que la passivité prévaut, Celle-ci à son tour n'en est que plus active.	<i>When you strive to gain quiescence by stopping motion, The quiescence thus gained is ever in motion ;</i>
12. Si nous demeurons aux deux extrémités, Comment pouvons-nous en comprendre une ?	Demeurant dans le mouvement ou la quiétude, Comment pourrions-nous connaître l'Un ?	<i>As long as you tarry in the dualism, How can you realize oneness?</i>
13. Si on ne se concentre pas sur l'originel, Les mérites des deux extrémités seront perdus.	A ne pas comprendre l'unité de la Voie, Le mouvement et la quiétude conduisent à l'échec.	Et quand l'unité des choses n'est pas comprise jusqu'au fond, De deux façons la perte est supportée.
14. Si nous acceptons seulement une existence, nous tombons dans cette seule existence. Si nous suivons le <i>ku</i> , nous devenons alors contre le <i>ku</i> .	Si vous vous arrachez au phénomène, celui-ci vous engloutit ; Si vous poursuivez le vide, vous lui tournez le dos.	Le déni de réalité peut conduire à son absolue négation, Alors que le fait de soutenir le vide peut résulter en une contradiction avec soi-même.
15. Même si nos paroles sont justes, même si nos pensées sont exactes, Cela n'est pas conforme à la vérité.	Plus nous parlons et plus nous spéculons, Plus nous nous éloignons de la Voie.	Phraséologie, jeux de l'intellect, Plus nous nous y adonnons et plus loin nous nous égarons.
16. L'abandon du langage et de la pensée nous mènera au-delà de tout lieu. Si l'on ne peut abandonner le langage et la pensée, comment résoudre la Voie ?	Supprimant tout discours et toute réflexion, Il n'est point de lieu où nous ne puissions aller.	Éloignons-nous donc de la phraséologie et des jeux de l'intellect, Et il n'est nulle place où nous ne puissions librement passer.
17. Si nous retournons à la racine originelle, nous touchons l'essence. Si nous suivons les reflets, nous perdons l'originel.	Retournez à la racine : vous obtiendrez le sens ; Courez après les apparences vous vous éloignerez du principe.	Lorsque nous remontons à la racine, nous obtenons le sens ; Lorsque nous poursuivons les objets extérieurs, nous perdons la raison.
18. Si nous sommes illuminés en toutes directions, ne serait-ce qu'un instant, Cela est supérieur au <i>ku</i> ordinaire.	Si, pour un bref instant, nous retournons notre regard introspectivement, Nous dépasserons le vide des choses de ce monde.	Au moment où nous sommes Illuminé en nous-même, Nous dépassons le vide du monde qui s'oppose à nous.
19. Le changement du <i>ku</i> ordinaire Dépend de la naissance des illusions.	Si ce monde nous paraît sujet à des transformations, C'est en raison de nos vues fausses.	Les transformations qui se déroulent dans le monde vide qui se trouve devant nous Semblent toutes réelles à cause de l'ignorance :

20. Ne cherchez pas la vérité, Seulement n'ayez pas de préjugés.	Pas besoin de chercher la vérité ; Il suffit de mettre fin aux vues fausses.	N'essayez pas de chercher la vérité, Cessez simplement de vous attacher à des opinions
21. Ne demeurez pas dans les deux préjugés, Ne recherchez pas le dualisme.	Ne vous attachez pas aux vues duelles ; Évitez soigneusement de les suivre.	Ne vous attardez pas dans le dualisme ; Évitez avec soin de le poursuivre ;
22. S'il nous reste un tant soit peu de notion de juste ou de faux, Notre esprit sombre dans la confusion	S'il y a la moindre trace de oui ou de non, L'esprit se perd dans un dédale de complexités.	Aussitôt que vous avez le bien et le mal, La confusion s'ensuit, et l'esprit est perdu.
23. Le deux dépend de l'un, Mais ne vous attachez pas à l'un.	La dualité existe en raison de l'unité, Mais ne vous attachez pas à cette unité.	Les deux existent à cause de l'un, Mais ne vous attachez même pas à cet un.
24. Si un esprit ne se manifeste pas, Les phénomènes seront sans erreur.	Quand l'esprit s'unifie sans s'attacher à l'un, Les dix mille choses sont inoffensives.	Lorsque l'esprit un n'est pas troublé, Les dix mille choses ne peuvent l'offenser.
25. Pas d'erreur, Pas de <i>dharma</i> , Pas de <i>dharma</i> , Pas d'esprit.	Si une chose ne nous offense pas, elle est comme inexistante ; Si rien ne se produit, il n'est point d'esprit.	Lorsque aucune offense ne vient d'elles, elles sont comme si elles n'existaient pas ; Lorsque l'esprit n'est pas troublé, c'est comme s'il n'y avait pas d'esprit.
26. Le sujet s'évanouit en suivant l'objet, L'objet sombre en suivant le sujet.	Le sujet disparaît à la suite de l'objet ; L'objet s'évanouit avec le sujet.	Le sujet est calmé sitôt que l'objet cesse ; L'objet cesse sitôt que le sujet est calmé.
27. L'objet peut être réalisé en tant que véritable objet par la dépendance avec le sujet. Le sujet peut être réalisé en tant que véritable sujet par la dépendance avec l'objet.	L'objet, c'est par le sujet qu'il est objet ; Le sujet, c'est par l'objet qu'il est sujet.	L'objet est un objet pour le sujet, Le sujet est un sujet pour un objet :
28. Si vous désirez comprendre le sujet et l'objet, Finalement vous devez réaliser que les deux sont <i>ku</i> .	Si vous désirez ce qu'ils sont dans leur dualité illusoire, Sachez qu'ils ne sont rien d'autre qu'un vide.	Sachez que la relativité des deux Réside en dernière analyse dans l'unité du vide.
29. Un <i>ku</i> identique à l'un et l'autre Inclut tous les phénomènes	Dans ce vide unique, les deux s'identifient ; Et chacun contient les dix mille choses.	Dans l'unité du vide, les deux sont un, Et chacun des deux contient en soi toutes les dix mille choses :
30. Ne discriminez pas entre le subtil et le grossier, Il n'y a aucun parti à prendre	Ne faites pas de distinction entre le subtil et le grossier ; Comment prendre parti pour ceci contre cela ?	Lorsque nulle discrimination n'est faite entre ceci et cela, Comment une vision partielle et préconçue peut- elle surgir ?
31. La substance de la Grande Voie est généreuse, Elle n'est ni difficile ni facile.	L'essence de la grande Voie est vaste ; En elle rien n'est facile, rien n'est difficile.	La Grande Voie est calme et d'esprit large, Rien n'est facile, rien n'est dur :

32. Les personnes ayant l'esprit fort Tombent dans le doute.		
33. Si nous adhérons à l'esprit mesquin,	Les vues mesquines sont hésitantes et irrésolues : Plus on pense aller vite, plus on va lentement.	Les petites opinions sont irrésolues, Plus hâtivement elles sont adoptées, plus tard elles disparaissent
Perdant toute mesure nous basculons dans la voie de l'erreur.	A nous attacher à la grande Voie, nous perdons toute mesure ; Nous nous engageons sur un chemin sans issue	L'attachement passionnel ne reste jamais dans de justes limites, Il est sûr de se lancer dans la fausse voie :
34. Si nous l'exprimons librement, nous sommes naturels. Dans notre corps, il n'y a aucun lieu où aller et demeurer.	Laissez-la aller et les choses suivront leur propre nature ; Dans l'essence rien ne se meut ni ne demeure en place	Lâchez prise, laissez les choses comme elles peuvent être. Leur essence ne part ni ne subsiste.
35. Si nous faisons confiance à la nature, Nous pouvons être en harmonie avec la Voie.	Obéissez à la nature des choses : vous serez en accord avec la Voie, Libre et délivré de tout tourment.	Obéissez à la nature des choses, et vous êtes en accord avec la Voie, Calme, détendu, exempt de tout ennui ;
36. <i>Ken hen</i> (dispersion de l'esprit) s'oppose à la vérité, <i>Kontin</i> (sommolence) s'en échappe.	Lorsque nos pensées sont enchaînées nous tournons le dos à la vérité ; Nous sombrons dans le malaise	Mais quand vos pensées sont liées, vous vous détournez de la vérité, Elles deviennent plus lourdes, plus sombres, et cessent d'être saines.
	Le malaise fatigue l'âme : A quoi bon fuir ceci et accueillir cela ?	Lorsqu'elles ne sont pas saines, l'âme est troublée ; Quel avantage y a-t-il alors à avoir l'esprit partial et préconçu ?
37. Si nous désirons aller, prendre le seul et suprême Véhicule, Nous ne devons pas haïr les six souillures.	Si vous désirez prendre le chemin du Véhicule unique, N'entretenez aucun préjugé contre les objets des six sens	Si vous désirez parcourir le chemin du Grand Véhicule, N'ayez aucun préjugé contre les six objets des sens.
38. Si nous ne haïssons pas les six souillures, Nous pouvons atteindre l'état de véritable bouddha	Lorsque vous ne les détesterez plus, Alors vous atteindrez l'illumination	Lorsque vous n'aurez plus de préjugé contre les six objets des sens, Vous vous identifierez à votre tour avec l'Illumination ;
39. L'homme sage est non actif, L'homme fou aime et s'attache lui-même	Le sage est sans rien faire ; Le fou s'entrave lui-même.	Les sages sont non-agissants, Alors que les ignorants s'enchaînent eux-mêmes
40. Dans le <i>dharma</i> , pas de différenciation, Mais l'homme fou s'attache lui-même	Les choses ne connaissent pas de distinctions ; Celles-ci naissent de notre attachement	Tandis que dans le <i>Dharma</i> lui-même il n'y a nulle individualisation, Ils s'attachent par ignorance aux objets particuliers

41. Se servir de l'esprit avec l'esprit, Est-ce grande confusion ou harmonie ?	Prendre son esprit pour s'en servir, N'est-ce pas là le plus grave de tous les égarements ?	Ce sont leurs propres esprits qui créent les illusions. N'est-ce pas là la plus grande des contradictions ?
42. Dans le doute, les consciences de <i>Ken hen</i> et de <i>Kontin</i> s'élèvent. Dans la conscience du <i>satori</i> , l'amour et la haine sont inexistantes.	L'illusion produit tantôt le calme, tantôt le trouble; L'illumination détruit tout attachement comme toute aversion	L'ignorance suscite le dualisme du repos et du non-repos, Ceux qui sont Illuminés n'ont ni attachements ni inimitiés :
43. Au sujet des deux aspects de tous les éléments, Nous voulons trop considérer.	Toutes les oppositions Sont fruits de nos réflexions	Toutes les formes de dualisme, C'est l'esprit lui-même qui les invente par ignorance
44. Comme un rêve, un fantôme, une fleur de vacuité, ainsi est notre vie. Pourquoi devrions-nous souffrir pour saisir cette illusion ?	Visions en rêve, fleurs de l'air : Pourquoi devrions-nous nous mettre en peine de les saisir ?	Elles sont comme des visions et des fleurs dans les airs : Pourquoi nous mettrions-nous dans le trouble en essayant de les saisir ?
45. Le gain, la perte, le juste, le faux, Je vous en prie, abandonnez-les.	Le gain et la perte, le vrai et le faux, Qu'une fois pour toutes ils disparaissent !	Gain et perte, justice et injustice, Qu'ils disparaissent une fois pour toutes !
46. Si nos yeux ne dorment pas, Tous nos rêves s'évanouissent.	Si l'œil ne dort pas, Les rêves s'évanouissent d'eux-mêmes	Si un œil ne tombe jamais endormi, Tous les rêves cesseront d'eux-mêmes :
47. Si l'esprit n'est pas soumis aux différentiations, Toutes les existences du cosmos deviennent une unité.	Si l'esprit ne se perd pas dans les différences, Les dix mille choses ne sont plus qu'une identité unique	Si l'esprit conserve son unité, Les dix mille choses sont d'une seule et même essence.
48. Si notre corps réalise profondément l'unité, Nous pouvons couper instantanément toutes les relations.		
49. Si nous considérons toutes les existences avec équanimité,	Quand nous saisissons le mystère des choses en leur identité unique,  Nous oublions le monde de la causalité	Lorsque le profond mystère de cette essence une est sondé, D'un seul coup nous oublions les complications extérieures :
Nous retournons à notre nature originelle.		Lorsque les dix mille choses sont envisagées dans leur unité, Nous retournons à l'origine et restons ce que nous sommes
50. Si nous examinons cela, Rien ne peut être comparé.		Oublions le pourquoi des choses, Et nous atteindrons à un état au-delà de l'analogie

51. Si nous arrêtons le mouvement, il n'y a plus de mouvement. Si nous faisons se mouvoir l'immobilité, il n'y a plus d'immobilité	Lorsque l'arrêt se met en mouvement, il n'y a plus de mouvement ; Lorsque le mouvement s'arrête, il n'y a plus d'arrêt	Le mouvement arrêté est non-mouvement Et le calme mis en mouvement n'est pas du calme
52. Le deux étant impossible, Le un l'est également		Lorsque le dualisme ne règne plus, L'unité elle-même ne subsiste pas comme telle.
53. Finalement, en dernier lieu, Il n'y a ni règle ni régulation.	Les frontières de l'ultime Ne sont gardées ni par des lois ni par des règlements.	L'ultime but des choses, là où elles ne peuvent pas aller plus loin, N'est pas limité par les règles et les mesures ;
54. Si l'esprit coïncide avec l'esprit. Les semences, les traces des actions s'évanouissent	Si l'esprit est harmonieusement uni à l'identité, Toute activité s'apaise en lui	L'esprit en harmonie [avec la Voie] est le principe d'identité Où nous trouvons toutes les actions dans un état de quiétude
55. Le doute du renard n'existant pas, les passions disparaissent complètement, Et soudainement apparaît la foi	Quand les doutes sont balayés, La foi véritable réapparaît, confirmée et redressée.	Les irrésolutions sont complètement chassées Et la juste foi est restaurée dans sa droiture originelle ;
56. Tous les éléments étant impermanents, Il n'y a aucune trace dans la mémoire.	Plus rien ne demeure, Rien qu'il faille se remémorer.	Rien n'est retenu maintenant, Il n'est plus rien dont on doive se souvenir.
57. Illuminer sa propre intériorité par la lumière du vide Ne nécessite pas l'usage de la puissance de l'esprit	Tout est vide, rayonnant et lumineux par soi-même Ne fatiguez pas vos forces spirituelles !	Tout est vide, lucide, et porte en soi un principe d'illumination, Il n'y a pas de tâche, pas d'effort, pas de gaspillage d'énergie
58. En ce qui concerne <i>hishiryō</i> , Considérer est très difficile	L'absolu n'est pas un lieu mesurable par la pensée, La connaissance ne peut la sonder.	Voici où la pensée ne parvient jamais, Voici où l'imagination ne parvient pas à évoluer.
59. Dans le monde cosmique de la réalité telle qu'elle est, Il n'y a entité d'ego ni autres différences	Dans le monde de la vraie identité, Il n'est autrui ni soi-même.	Dans le plus haut royaume de l'Essence vraie, Il n'y a ni "autre" ni "soi"
60. Si vous voulez réaliser le un, Cela n'est possible que dans le non-deux.	Si vous désirez vous accorder à elle, Il n'est que de dire : non-dualité.	Lorsqu'on réclame une identification directe, Nous ne pouvons que dire "Pas-deux"
61. Comme cela est non-deux, toutes choses sont identiques, semblables, Tolérant les contradictions	Dans la non-dualité toutes choses sont identiques, Il n'est rien qui ne soit contenu en elle.	En n'étant pas deux tout est le même, Et tout ce qui est s'y trouve compris :
62. Les sages, l'humanité toute entière Vont vers l'enseignement de la source originelle.	Les sages en tous lieux Ont accédé à ce principe cardinal.	Dans les dix quartiers de la terre, Tous les sages entrent dans cette foi absolue.

63. Un moment de conscience devient dix mille années.	Le principe est sans hâte ni retard ; Un instant est semblable à des milliers d'années :	Cette foi absolue est au-delà de l'accélération (temps) et de l'extension (espace).
64. Ni existence ni non-existence, Partout devant nos yeux	Ni présent, ni absent Et cependant partout devant mes yeux.	Peu importe comment les choses sont conditionnées, que ce soit par "être" ou "ne pas être", Tout cela est manifeste devant vous.
65. Le minimum est identique au maximum, Nous devons effacer les frontières des différents lieux.		
66. L'infiniment grand est égal à l'infiniment petit, Nous ne pouvons voir les limites des lieux	L'infiniment petit est comme l'infiniment grand, Dans l'oubli total des objets	L'infiniment petit est aussi vaste que peut l'être l'immensité, Lorsque les conditions extérieures sont oubliées ;
		L'infiniment grand est aussi petit que l'infiniment petit peut l'être, Lorsque les limites objectives sont reléguées hors de la vue.
67. L'existence elle-même est non-existence. La non-existence elle-même est existence	L'existence est la non-existence, La non-existence est l'existence	Ce qui est est la même chose que ce qui n'est pas. Ce qui n'est pas est la même chose que ce qui est :
68. Si cela n'est pas ainsi, Vous ne devez pas seulement le protéger.	Aussi longtemps que vous ne l'aurez pas compris, Votre situation demeurera intenable !	Lorsque cet état de choses manque de se produire, Ne vous attardez surtout pas.
69. Le un lui-même est toutes choses, Toutes choses elles-mêmes sont un.	Une chose est à la fois toutes choses, Toutes choses ne sont qu'une chose	Un en tout, Tout en un.
70. Si cela est ainsi, Pourquoi est-il nécessaire de considérer au sujet du non-fini ?	Si vous pouvez saisir cela, Il est inutile de vous tourmenter au sujet de la connaissance parfaite	Si seulement cela est réalisé, Ne vous tourmentez plus sur votre imperfection !
71. L'esprit de foi est non-deux, Non-deux est l'esprit de foi.	L'esprit de foi est non-duel, Ce qui est duel n'est pas l'esprit de foi.	L'esprit croyant n'est pas divisé, Et indivisé est l'esprit croyant.
72. Finalement les techniques de notre langage seront totalement brisées, Et passé, présent, futur ne seront pas limités.	Ici les voies du langage s'arrêtent. Car il n'est ni passé, ni présent, ni futur	C'est là que les mots sont impuissants, Car cela n'est pas du passé, de l'avenir ni du présent.