

La Cosmologie Eiko Dai - Part II par H.F. Ito

Édité par Lee Seaman et Tomi Nagai-Rothe
Traduction française par Clémie Dudon

Deuil

Un certain nombre de mes proches ont récemment quitté ce monde: Philippe Beauvois, le frère de mon épouse Nicole, Jim Cummings, mon ami qui était un partenaire de travail de mon ami et collègue John Kent – et aussi mon cousin au Japon.

Nicole et moi, nous avons démarré un rituel matinal de deuil (“*morning mourning*”: jeu de mots en anglais *morning “matin” / mourning “deuil”*) en leur souvenir et aussi pour prier pour leurs âmes. Nous espérons aussi que cela les aidera dans leur passage hors de cette vie.

Selon la tradition Bouddhiste, il y a un long “tunnel” appelé *Bardo* que l’âme doit traverser sur sa route vers le Nirvana. Cela prend 49 jours et durant ce temps l’âme peut être attirée et distraite par des épisodes en lien avec son karma.



Philippe Beauvois by Clémie Dudon

C'est pour cette raison que les proches et les amis prient pendant 49 jours pour aider l'âme à émerger de ce tunnel sans rester coincée. Nicole et moi, nous l'avons fait pour Philippe, Jim et mon cousin. Durant notre rituel, nous avons écouté le Dalaï Lama entonner le Mantra Maha Mrityunjaya (<https://soundcloud.com/mantramrityunjaya/dalai-lama-chanting>)

Il y a 16 ans, j'ai visualisé la cosmologie *Eiko Dai* comme une approche *Kaiho-kei* pour traverser le *Bardo*. Ma propre fusion de ce rituel matinal de deuil est une approche *Yoki-kei*. J'utilise l'échauffement de *Tai Ji* de Maître Ma, “Les Cinq Exercices de préservation de votre santé” (*goboho kenko* 五防保健功) en plus de *Tenshingoso Yoki-kei* (天真五相).

Yugen

Le théâtre classique Japonais Noh est très dramatique, très ancien et plein de symbolisme. Dans ce théâtre, le personnage principal arrive souvent au centre de la scène, et ensuite un autre personnage arrive. Cela me fait penser à une personne qui marche dans les bois et qui, soudainement rencontre un fantôme. Habituellement, nous voyons les fantômes comme étant abominables, mais dans ce cas-là, le personnage principal n'est pas du tout effrayant.

Le fantôme est souvent quelqu'un qui est décédé et qui a commencé à partager ses regrets. Le personnage principal et le fantôme finissent par parler ensemble. Le fantôme partage tout au sujet des regrets de sa vie (presque comme une psychothérapie ou une consultation) et puis, il disparaît.

Zeami, le fondateur du théâtre Noh, a longuement parlé de *yugen* (幽玄) – un concept fondamental du théâtre Noh. *Yugen* signifie “ profonde grâce et subtilité.” C'est l'un des trois idéaux qui sous-tend la culture traditionnelle et l'esthétique japonaise. Zeami a dit qu'il est presque impossible pour de jeunes acteurs du théâtre Noh d'exprimer *yugen* sur scène: ils doivent atteindre un certain niveau de maturité avant qu'ils le comprennent. Pour moi, le concept de *yugen* est profondément relié à ces fantômes du théâtre Noh. Cela me paraît évident maintenant, mais je ne pense pas que j'aurais pu le comprendre quand j'étais un jeune homme.

J'ai souvent guidé des célébrations de vie pour des amis et des pratiquants de Shintaïdo qui étaient décédés : Marie-Alix Amiot, Bill Peterson, Juliette Farkouh, Christophe Bernard, Anne-Marie Grandtner, Joe Zawielski, et John Seaman.

Lorsque j'ai réalisé ces célébrations, mon sentiment était vraiment *Kaiho-kei*, et j'exprimais fortement mon énergie *ki* envers eux. Mais, maintenant, lorsque je fais le rituel matinal de deuil, c'est avec un sentiment *Yoki-kei*, plus résilient et réceptif. Pour moi, le *keiko Yokikei* est essentiellement une expression de *yugen*.

Durant nos rituels du matin, Nicole et moi avons souvent vu Philippe. Et exactement comme dans le théâtre du Noh, nous n'étions pas effrayés. En fait, cela paraissait très naturel. Derrière Philippe, nous avons vu les parents de Nicole et Philippe. Cela semblait un voyage dans le temps – connecté à une autre réalité. Plutôt qu'effrayant, c'était un plaisir et un réconfort. Sans séparation entre ce monde et l'autre monde.

Epilogue

Le Shintaido vient des arts martiaux et quand j'étais plus jeune, j'ai beaucoup parlé de la vie et de la mort, quand j'enseignais. Mais en fait, je n'avais jamais pensé que la mort était à mes côtés durant le *keiko*. Je n'y pensais pas jusqu'à ce que je commence à apprendre à plonger, c'est là que j'ai réalisé combien la mort était proche : une petite erreur peut être fatale quand vous plongez. Cela a vraiment changé mon enseignement du Shintaïdo. J'ai appris à avoir plus de respect en temps réel pour la vie et la mort. Et bien que la mort puisse paraître effrayante, elle ne l'était pas quand Philippe est apparu avec ses parents. C'était plutôt comme un “Wow!”

J'ai commencé mon rituel matinal de deuil de 49 jours avec la mort de Philippe mais, entre temps Jim est mort, puis ensuite mon cousin. C'est ainsi que les 49 jours de rituel se sont cumulés et étendus dans le temps. Et maintenant, mon sentiment c'est “Okay, je peux continuer avec cette méditation pour tous ceux et celles qui vont partir avant moi!” Jusqu'à la fin de ma vie...

Remerciements – Merci beaucoup à Lee Seaman et Tomi Nagai-Rothe qui m'ont aidé à exprimer ces expériences en mots et à Clémie Dudon pour la traduction française.