

ZEN · JAPON · XIII^e SIÈCLE · SHIKANTAZA

DI-00011

SŌTŌ

曹洞宗 — « l'école Sōtō »

Le Sōtō (曹洞宗) est l'une des grandes écoles du Zen japonais, fondée au XIII^e siècle par Dōgen. Centrée sur l'assise silencieuse (shikantaza), elle met l'accent sur la pratique elle-même comme expression de l'éveil, et compte aujourd'hui des milliers de temples.

NATURE	École zen japonaise
FONDATEUR	Dōgen (1200–1253)
FONDATION	XIII ^e siècle
PRATIQUE CENTRALE	shikantaza (assise silencieuse)
TEXTE MAJEUR	Shōbōgenzō
MONASTÈRES	Eihei-ji · Sōji-ji
AUTRES FIGURES	Keizan Jōkin
AIRE	Japon · monde

L'ASSISE COMME ÉVEIL

Pour Dōgen, l'assise (*zazen*) n'est pas un moyen d'obtenir l'éveil : elle est l'éveil en acte. Cette voie, appelée *shikantaza* (« simplement s'asseoir »), dissout la séparation entre pratique et réalisation.

Héritier du Caodong chinois, le Sōtō japonais se développa autour d'Eihei-ji et de Sōji-ji, et essaima dans tout le Japon avant de gagner le monde au XX^e siècle.

Sa proximité avec les laïcs et les villages en fit l'une des écoles les plus populaires du pays.

ORIGINE ET TRANSMISSION

Le Sōtō prolonge la lignée chinoise Caodong, née de Dongshan Liangjie et Caoshan Benji, et illustrée par Hongzhi Zhengjue. Dōgen (1200–1253) étudia en Chine auprès du maître Rujing, de cette lignée, et rapporta l'enseignement de l'assise silencieuse.

De retour au Japon, il fonda en 1244 le monastère d'Eihei-ji, dans la province d'Echizen, et rédigea le Shōbōgenzō, somme de sa pensée. Son disciple et successeur spirituel, Keizan Jōkin (1264–1325), élargit l'audience de l'école et fonda Sōji-ji.

Grâce à Keizan, le Sōtō se diffusa largement en province, devenant l'une des plus grandes écoles bouddhiques du Japon, proche des communautés rurales et des laïcs.

La transmission, de maître à disciple, demeure au cœur de l'école : chaque abbé reçoit le sceau de la lignée, dans une chaîne ininterrompue depuis Dōgen et ses successeurs.

DEUX GRANDS MONASTÈRES

Eihei-ji, fondé par Dōgen, et Sōji-ji, développé par Keizan, forment les deux grands sièges de l'école. Ils structurent la formation des moines et la vie rituelle du Sōtō.

Autour d'eux, des milliers de temples maillent le Japon, assurant offices, funérailles et accompagnement des fidèles.

SŌTŌ

LES ENSEIGNEMENTS

PRATIQUE ET RÉALISATION

Dōgen enseigne l'unité de la pratique et de l'éveil : s'asseoir n'est pas se préparer à l'éveil, c'est le manifester. La foi en l'assise et la persévérance quotidienne en forment le cœur, au-delà de toute recherche de gain spirituel.

Cette vision non dualiste fait du simple fait de s'asseoir, dans la posture, l'attention et l'abandon, le lieu même de la réalisation.

LE SHŌBŌGENZŌ ET L'ÊTRE-TEMPS

Le *Shōbōgenzō*, « Trésor de l'œil du vrai Dharma », rassemble les enseignements de Dōgen : temps et être, nature de bouddha, pratique, causalité. Texte difficile et profond, il compte parmi les sommets de la pensée japonaise.

Il y développe la vision de l'*uji*, « être-temps » : tous les êtres et tous les temps sont l'être du temps, et chaque instant contient l'univers.

SHIKANTAZA

« Simplement s'asseoir », sans objet ni but : l'assise nue, dans la posture et la présence, où l'éveil se déploie de lui-même.

LA NATURE DE BOUDDHA

Pour Dōgen, elle n'est pas un trésor caché à découvrir : elle est l'ensemble de ce qui apparaît, et elle se réalise dans la pratique.

LA CAUSALITÉ ET L'ÉVEIL

Dōgen repense la causalité : l'éveil n'est pas la conséquence d'un effort, mais la réalité qui se manifeste dans la pratique. Il met en garde contre une quête de résultat.

Cette vision distingue profondément le Sōtō des voies fondées sur l'accumulation ou la progression graduelle.

SAMU ET QUOTIDIEN

Le travail (*samu*) n'est pas un à-côté de la pratique : il est pratique. La cuisine, le jardin, le nettoyage sont des lieux d'éveil, où l'attention se déploie.

Cette spiritualité du quotidien donne à l'école sa tonalité sobre et travailleuse.

LA LIGNÉE ET LA FOI

Le Sōtō insiste sur la foi en la pratique et sur la continuité de la transmission : l'éveil n'est pas un exploit personnel, mais la manifestation de la lignée dans le pratiquant.

Chaque génération reçoit et transmet l'assise, dans une fidélité vivante à Dōgen et à Keizan.

SHIKANTAZA

Le Sōtō privilégie le shikantaza, la « simple assise » : s'asseoir sans objet, dans une présence nue, sans chercher un gain.

Dōgen enseigne que l'assise n'est pas un moyen d'obtenir l'éveil, mais l'éveil lui-même, déjà accompli dans la posture.

DŌGEN ET LA PRATIQUE

Dōgen, figure majeure, donna au Sōtō sa doctrine et sa méthode, dans une œuvre dense (*Shōbōgenzō*).

Il enseigne que la pratique et l'éveil sont un : cultiver l'assise, c'est manifester l'éveil dans chaque instant.

LA DOCTRINE DU SŌTŌ

Le Sōtō privilégie le shikantaza, la « simple assise » : s'asseoir sans objet, dans une présence nue, sans chercher un gain.

Dōgen enseigne que la pratique et l'éveil sont un : l'assise n'est pas un moyen d'obtenir l'éveil, mais sa manifestation directe.

L'école souligne l'impermanence et l'éveil de tous les êtres, et la continuité de la pratique dans la vie quotidienne.

La transmission de maître à disciple, strictement gardée, assure la fidélité de la lignée.

Le Sōtō a profondément marqué la spiritualité japonaise et compte aujourd'hui des pratiquants dans le monde entier.

Dōgen, fondateur du Sōtō japonais, explora dans le *Shōbōgenzō* la pratique, le temps et l'éveil, en une pensée profonde.

L'école souligne la foi (*shinjin*) et la constance de l'assise comme expression de l'éveil déjà là.

Le Sōtō met l'accent sur la foi (*shinjin*) et la constance de la pratique, sans recherche de gain.

Dōgen y voit la manifestation de l'éveil dans l'instant, et non un moyen d'y parvenir.

Transmis en Occident, il demeure l'une des grandes voies du Zen.

SŌTŌ

LES PRATIQUES ET LES RITES

LES PRATIQUES

La vie du temple rythme assise, travail, repas en silence, étude et offices. Le *sesshin* intensifie la pratique ; dans la vie laïque, l'assise régulière et la simplicité tiennent lieu de voie.

La posture, la respiration et l'attention à l'instant forment le cœur de l'assise, prolongée par le travail et les gestes quotidiens.

LES RITES

Les offices, la récitation des sūtras, les offrandes et les cérémonies des temples structurent la vie rituelle du Sōtō. Les funérailles et les services de mémoire des défunts y occupent une place majeure, en lien avec les familles.

Les fêtes du Bouddha, du Nouvel An, la mémoire de Dōgen (Dōgen-ki) et de Keizan rythment l'année. Les rituels de prise de refuge, d'ordination et de transmission marquent les étapes de la vie monastique.

Les danses ou les processions sont rares : le Sōtō privilégie la sobriété de l'assise et de la liturgie.

DÉVOTION, RETRAITES ET PÈLERINAGES

La dévotion au Bouddha, à Dōgen et à Keizan structure la piété. Les pèlerinages vers Eihei-ji et Sōji-ji, et vers les temples de la lignée, unissent marche et pratique.

Les sesshin, les périodes d'assise prolongée et les ermitages composent la pratique intensive des moines et de nombreux laïcs.

REPÈRES CHRONOLOGIQUES

1200 — naissance de Dōgen.

1223-1227 — séjour en Chine auprès de Ruĳing.

1244 — fondation d'Eihei-ji.

1321 — Keizan fonde Sōji-ji.

XX^e s. — diffusion mondiale du Sōtō.

SŌTŌ

LES GRANDS TEXTES · LE GRAND VOYAGE

LES GRANDS TEXTES

Le *Shōbōgenzō* de Dōgen est le texte central, accompagné de l'*Eihei Kōroku* (recueil de ses enseignements) et de ses poèmes. Les règles monastiques et les traités de Keizan complètent l'ensemble.

La lignée transmet aussi les *kōan* et les écrits des maîtres Caodong (Hongzhi), ainsi que les chants et les textes liturgiques du Sōtō.

TEXTES MAJEURS

Shōbōgenzō — Dōgen.

Eihei Kōroku — Dōgen, enseignements.

Œuvres de Keizan — Transmission.

Règles monastiques — Zen.

Kōan Caodong — Hongzhi.

NOTIONS CLÉS

Shikantaza — Assise silencieuse.

Zazen — Assise.

Uji — Être-temps.

Samu — Travail.

Sesshin — Retraite.

LE GRAND VOYAGE

Le Sōtō prolonge le Caodong chinois, transplanté au Japon par Dōgen. De là, il s'est étendu au pays entier, puis, au XX^e siècle, en Europe et en Amérique, notamment par les centres de pratique fondés par ses maîtres.

Il compte aujourd'hui des milliers de temples et une diaspora internationale.

FIGURES ET TRANSMISSIONS

Chine. La lignée Caodong, Dongshan, Caoshan et Hongzhi Zhengjue ; le maître Rujing.

Japon. Dōgen ; Keizan ; et les grandes figures monastiques du Sōtō.

Modernité. Les maîtres japonais et occidentaux qui diffusent le shikantaza.

LANGUES ET ÉCRITURES

Le Sōtō transmet en japonais, avec le chinois classique des sources (*kōan*, traités) et des mantras sanskrits. Le *Shōbōgenzō*, écrit en un japonais dense et poétique, est un monument de la langue bouddhique japonaise.

SŌTŌ

RELATIONS · VOCABULAIRE · À RETENIR

RELATIONS AVEC LES AUTRES TRADITIONS

Avec le Rinzai. Les deux grandes écoles du Zen japonais se distinguent par la place du kōan : le Rinzai le pratique intensivement, le Sōtō privilégie l'assise silencieuse.

Avec le Caodong chinois. Le Sōtō en est l'héritier direct, par Dōgen et la lignée de Rujing.

Avec la société japonaise. Proche des villages et des laïcs, le Sōtō a marqué les rites funéraires et la vie locale.

VOCABULAIRE À CONNAÎTRE

Sōtō — École de Dōgen.

Shikantaza — Assise silencieuse.

Dōgen — Fondateur.

Keizan — Second patriarche.

Eihei-ji — Monastère.

Sōji-ji — Monastère.

Uji — Être-temps.

Samu — Travail.

À RETENIR

Le Sōtō, fondé par Dōgen, fait de l'assise silencieuse (shikantaza) l'éveil en acte. Héritier du Caodong chinois, il est l'une des plus grandes écoles du Japon et s'est largement diffusé dans le monde.

MOTS ASSOCIÉS

Dōgen · Keizan · Shōbōgenzō · shikantaza · zazen · uji · Eihei-ji · Sōji-ji · Caodong · Hongzhi · Rujing · Rinzai · sesshin · Sōtō-shū

RENOIS DANS LE DICTIONNAIRE

Voir aussi : ZEN · RINZAI · DŌGEN · KEIZAN JŌKIN · SHŌBŌGENZŌ · SHIKANTAZA · ZAZEN · CAODONG ZONG · EIHEI-JI · SŌJI-JI · SESSHIN · MOZHAO CHAN.

Aliénor & Alain Delaporte-Digard