

L'homme parfait
n'a pas de méthode,
mais ce n'est pas
qu'il n'ait aucune
méthode ;
il a la méthode
parfaite
– qui est de ne pas
avoir de méthode.

Daoji

DAISHIN



Les prochaines journées de
zazen à Paris avec *Joshin Sensei* :

samedis 22 octobre,
samedi 26 novembre,
samedi 17 décembre.

Retraites à la DsL avec
Joshin Sensei :

- du jeudi 6 (à partir de 14h) au dimanche 9 octobre (après le déjeuner)
- et du vendredi 28 octobre (arrivées: à partir de 14 h) au mardi 1er novembre (après déjeuner).
«Ceci étant, cela est : *pratitya samutpada*».

Vous pourrez aussi rencontrer les 5, 6 et 7 novembre *Joshin Sensei* au Forum de Terre du Ciel à Aix les Bains.

Toutes les dates des activités de *Joshin Sensei* sont sur le site.

Sommaire

Faire confiance aux
Trois Trésors (fin)

Geoffroy Shugen Arnold

Suite «Pélerinages» :
Bodhgaya

Jérôme

Question aux Maîtres :

*Narayan Liebenson
Grady*

En vrac

Faire confiance aux Trois Trésors :

LE TRESOR DE LA SANGHA

Soyez un avec la Sangha, avec tous les êtres sensibles. Guidez les hommes et que l'harmonie se répande partout. Prendre refuge dans le trésor de la Sangha c'est faire confiance à ceux qui sont en chemin avec nous ; c'est comprendre profondément la valeur -en fait la nécessité- d'être engagé dans une pratique si essentiellement solitaire, avec les autres.

Nous pensons surtout au Trésor de la Sangha en termes du soutien qu'elle apporte, mais il y a beaucoup plus. Elle nous permet de remplir nos devoirs naturels, nécessaires et inévitables envers les autres.

Si nous devons soulager la souffrance des autres -de tous les êtres- c'est ici que cela doit commencer, avec cette personne en face de nous, avec ceux de notre Sangha. Si cela ne se fait pas ici, probablement cela ne se fera pas du tout.

Si nous devons considérer tous les êtres comme porteurs d'une nature éveillée, nous devons voir les personnes les plus présentes dans notre vie comme possédant cette nature.

Quand nous aurons véritablement compris que ceux qui pratiquent avec nous possèdent la nature de Bouddha, nous souhaiterons faire tout ce qui nous est possible pour les aider à réaliser cette vérité. Nous nous apercevrons alors que nous ne pouvons restreindre cette sagesse et cette générosité à nos amis du Dharma. Il devient évident que nous devons ouvrir nos cœurs à tous les êtres, aux dix mille choses, sans égard pour leur apparence, leur personnalité ; sans égard pour leur karma ou leur passé, leurs opinions politiques ou

leur style de vie, sans considérer ce qu'ils font ou ne font pas pour nous.

Depuis longtemps, j'ai senti que la pratique du Trésor de la Sangha est la réponse du bouddhisme à l'éternelle question des hommes : pouvons-nous vivre ensemble en paix ?

Comme il est si facile d'être pris dans ses positions égocentriques, il nous faut être très vigilants quand nous nous laissons aller à la colère, ou quand nous cultivons la rancœur et la jalousie. Avec la Sangha, nous développons une immense patience, à la fois envers les autres, et envers nous-mêmes quand nous ouvrons le cœur de la grande compassion et commençons à nous harmoniser avec tous les êtres.

Réaliser « être un avec la Sangha », c'est réaliser qu'il y a un corps -une pratique, un esprit, une conscience, un accomplissement- et laisser partir le soi qui crée la dysharmonie, l'intérêt personnel, la compétition, la jalousie et le conflit.

« Guidez les hommes et que l'harmonie se répande partout »

Comment guider les hommes ?

Avec sagesse et compassion. En tant que bouddhiste, nous le savons, mais comment faire ?

Comment passer de l'intention à la vérité ayant pris corps ?

C'est ce que les préceptes - shila - nous offrent.

Donner corps aux préceptes, c'est manifester sagesse et compassion désintéressées comme s'il s'agissait de notre propre corps, de notre propre esprit, de notre propre vie. Ne pensons pas « être un chef », ce n'est qu'une autre façon de promouvoir le soi. Mais

plutôt, soyons seulement nous-mêmes, notre soi originel. Soyons fidèles à notre vraie nature quand nous sommes debout ou quand nous tombons, et nous saurons intimement comment tomber et comment nous tenir debout.

Plongés dans les détails de nos vies et dans notre travail, saisissons les occasions pour apprendre à bien faire cela.

Prendre refuge dans les Trois Trésors, ce n'est pas traverser la vie en sécurité, en chérissant sa laisse. C'est bondir en avant avec une confiance profonde dans la sagesse naturelle, présente dans tous les phénomènes. Alors, que chacun soit honnête et sincère et se débarrasse des contraintes liées au profit ou à la perte, à la réussite ou à l'échec.

Qu'il soit libéré de tout jugement et d'attachement à soi ; qu'il se libère du fardeau de son auto-promotion ou de son auto-dénigrement.

N'est-ce pas ainsi que nous inspirons les autres et que nous sommes nous-mêmes inspirés ?

N'est-ce pas ainsi que nous pouvons guider, en incarnant la libération, en démontrant la Voie, « en étant » la Voie ?

N'est-ce pas cela être un avec le Bouddha, le Dharma et la Sangha ?

Ces Trois Trésors sont notre corps et notre esprit, le corps et l'esprit de toute chose - sensible et non sensible.

Il y a l'être éveillé, les enseignements de l'éveil, et la communauté éveillée.

Si nous avons l'occasion de pratiquer dans une Sangha, d'étudier le Dharma avec un enseignant réalisé, nous pouvons facilement oublier à quel point ces trésors sont infiniment rares. Ne l'oublions pas.

Cultivons une profonde gratitude pour le karma qui nous a amenés à une rencontre intime avec ces trois trésors. Comprenons que le karma, qui souvent semble nous ligoter dans notre vie, est ce même karma qui nous a aidés à trouver le chemin vers la porte qui est toujours ouverte.

*Geoffroy Shugen Arnold
Buddhadharma Fall
2009*

*Trad : M. C. Calothy
A. Delagarde*

Vent et Argent

Brillant prodigieusement
La lune d'automne flotte
dans le ciel mince ;

Et dans les bassins où ils nagent,
les poissons secouent leurs dos
et font étinceler

leurs écailles de dragon
quand elle passe
au-dessus d'eux.

Amy Lowell

Suite « Pèlerinages » : Bodhgaya

Après l'exploration du fascinant labyrinthe des religieux indiens, à Bénarès et à Ayodhya, je suis arrivé à Bodhgaya ce matin.

Dans la progression lente du train entre Bénarès et Gaya, j'ai pu observer longtemps la plaine inondée par les pluies et les eaux du Gange.

Je me suis dit qu'il m'était donné de contempler dans cette aire de quelques centaines de kilomètres, les paysages intacts que le Bouddha a parcouru 2 500 ans plus tôt. A peu de choses près, les

hommes, leur mode de vie et les paysages ont dû très peu changer par rapport à l'époque du Bouddha.

C'est très émouvant, et on a l'impression d'entendre dans ces rizières et ces arbres les sutras du canon Pali.

A Bodhgaya, j'ai vu l'arbre de la Bodhi mais ne suis pas rentré dans le temple, me réservant la journée de demain pour explorer le lieu.

Malgré les nombreuses écoles dont les doctrines sont parfois très éloignées, la grande leçon est de retrouver tous ces courants divers parfaitement réunis ici.

Outre des photos, je vais rapporter de précieuses reliques consistant en quelques feuilles mortes ramassées au péril de ma vie sous l'arbre !

Je suis allé aussi au temple japonais et je ferai zazen avec eux demain à five o'clock in the morning.

Il n'y avait dans ce temple qu'un moine jeune et esseulé qui ne comprenait pas l'anglais et comme moi je le parle mal, l'échange est donc resté limité.

Après -demain j'irai à Najgir et Nalanda. Je passerai notamment un petit moment au Pic des Vautours sous réserve que la cuisine locale me laisse cette chance. Après, je reviendrai sur Bénarès où je resterai 4 jours pour continuer d'explorer la ferveur des renonçants hindous et j'espère aussi aller à Sarnath.

Je me suis aventuré dans quelques endroits improbables surtout à Ayodhya, la ville de naissance de Rama, et j'y ai vu beaucoup de renonçants et d'ascètes.

Je me dis que, dans leurs regards terribles, leur

engagement absolu aux limites de la vie et en tout cas au -delà du supportable, j'ai une petite idée du courage qu'il a fallu au Bouddha pour atteindre l'Eveil.

/Plus tard:/

Je viens de rentrer d'Inde ce matin. Le voyage, je dois dire, m'a quand même un peu éprouvé. Après Bodhgaya, je suis allé à Rajgir où j'ai vu le "Pic des Vautours" ainsi que la grotte dans laquelle se serait tenu le premier concile. J'ai également pu visiter le site de Nalanda.

Ensuite, je suis retourné à Bénarès, et j'ai pris une longue journée pour visiter le site de Sarnath sur lequel se trouve notamment le premier monastère bouddhiste connu. Il existe aussi des restes de grands stupas construits au tout début de notre ère.

Enfin à New Delhi j'ai visité le musée archéologique où l'on peut admirer de très nombreuses oeuvres du bouddhisme des origines. Ce que j'ai vu m'a beaucoup intrigué en raison des nombreuses similitudes entre le bouddhisme, son art, ses cultes et ceux de l'hindouisme.

Bien entendu je n'ignore pas d'où viens le bouddhisme mais j'ai été troublé par de nombreux points, et en premier lieu par la ferveur des hindouistes sur tous les lieux bouddhistes. Et aussi, par les représentations des bodhisattvas des premiers temps, ondulant comme habité par l'homme serpent de la mythologie Indienne. Derrière le site de Bodhgaya, il existe un ensemble de temples en ruine qui semblent être bouddhistes. De petits Bouddhas y sont sculptés. Pourtant ils possèdent de nombreux éléments propres aux cultes de Shiva. Tout cela est passionnant.

Mais j'en reviens avec la certitude d'une réalité historique. D'une présence encore palpable, comme une résonance, qui me laisse penser que la vérité n'est dans aucun livre. L'importance de l'évènement, comme une déflagration, ne peut se laisser réduire à un simple évènement humain. Je veux dire, et c'est difficile à exprimer, que le merveilleux de la légende a assurément sa part de vérité dans cette mémoire du lieu.

Jérôme

Questions aux Maîtres :

Question :

Il y a de nombreuses sources de documentation bouddhiste pour le débutant ou la personne d'expérience modeste (ou de revenu élevé). Mais on ne peut pas lire tous ces livres ou assister à tous ces séminaires. Comment celui qui le désire peut-il passer du niveau moyen au niveau supérieur s'il ne vit pas dans un monastère ou n'est pas l'élève assidu d'un maître pendant plusieurs années ?

Narayan Liebenson Grady :

Le processus de l'Eveil est continu. Il n'est pas le produit d'un parcours : avoir vécu dans tel ou tel monastère, avoir été l'élève assidu de tel ou tel maître. Monastères et enseignants peuvent être extrêmement utiles. Néanmoins, être trop dépendant des conditions de vie d'un monastère, c'est manquer la finalité de l'apprentissage. Être assidu dans l'accompagnement d'un maître peut aussi être de grande valeur. Néanmoins, être dépendant de maîtres plutôt que de votre propre expérience, c'est aussi

manquer la finalité de l'apprentissage.

Nous pouvons approfondir notre apprentissage dans notre vie de tous les jours si nous comprenons que nous devons continuellement mettre en pratique cet apprentissage dans toutes les conditions, même celles qui sont très difficiles. Ceci exige le plein engagement, toujours repris, d'être conscient de chaque situation dans laquelle nous nous trouvons, et d'y pratiquer ce que nous avons appris.

Peut-être votre question est un appel à un réveil à vous-même. Comment pouvez-vous rendre votre pratique vivante ? S'interroger dans ce sens ne signifie pas que vous deviez abandonner l'apprentissage qui vous a été bénéfique. Cela peut signifier que vous avez à le pratiquer avec une perspective différente. La façon avec laquelle vous êtes relié à votre apprentissage est fondamentale, parce que d'une conception sage découle une tentative avisée.

Pour l'essentiel, notre apprentissage est de laisser partir les doutes du cœur. Si d'être actif est fondamentalement sain, la qualité de nos cœurs importe plus que cette activité elle-même. Faire attention à la qualité de nos cœurs signifie être conscient des moments d'avidité, des moments de rejets, et des moments de doute. En être conscient, c'est commencer à les laisser s'en aller.

Il y a des nombreux moyens de donner corps à notre apprentissage dans notre vie quotidienne. L'un d'eux est de choisir un aspect du Dharma et de s'y concentrer pendant une semaine entière. Au Centre de Méditation Intérieure de Cambridge, nous aimons beaucoup prescrire des exercices d'attention. Ces exercices peuvent comporter l'attention à la façon dont nous parlons, le souci de nos réactions dans nos relations avec les autres, et la pratique de la compassion en

conduisant la voiture. Nous fixant sur un aspect particulier du dharma pour une semaine, un mois ou une année entière, nous faisons place à une plus profonde introspection.

Je désire aussi faire un commentaire sur ce que vous avez dit de la nécessité d'avoir de bons revenus pour pouvoir entrer en formation. Je vous incite à rechercher plus loin pour savoir si cela est réellement vrai. Beaucoup des centres bouddhistes avec lesquels je suis en contact familial offrent à ceux qui ont des finances limitées des moyens pour participer. Même si chaque centre a besoin de fonds pour continuer à fonctionner, il est essentiel que tous les étudiants désirant faire une formation puissent le faire.

Narayan Liebenson Grady est une maîtresse enseignante au Centre de Méditation Intérieure de Cambridge

En vrac :

Si vous aimez les choses, elles viennent, elles vous parlent. L'amour que vous donnez à un caillou provoque l'éveil de l'amour endormi dans ce caillou, parce que dans toute chose, il y a de l'amour endormi, du désir d'échange, des élans de gratitude qui n'attendent que d'être réveillés...
(Est-ce que quelqu'un sait de qui est ce texte?) proposé par Nathalie

Je cherche l'édition française du Gyakudo Yojin-Shu (Points importants pour l'étude de la Voie) de M° Dogen qui a été publiée il y a plusieurs années par, je crois, une université belge.
Merci de me donner les références si vous connaissez ce livre. *Sensei*

" - <http://www.amitabha-terre-pure.net/regime_vegetarien_enpratique_amitabha_terre_pure.html>
(site intéressant, et recettes végétariennes vietnamiennes- avec produits qu'on trouve chez Tang-en prime !)

Daishin est le bulletin de la Sangha des étudiants de Joshin Sensei.

Il ne peut exister que grâce à votre participation.

Nous attendons vos textes, textes personnels, extraits de lecture, autres...

*Pour vous y abonner, merci d'envoyer un chèque de 15 euros/an à La Demeure sans Limites,
Riou la Selle, 07320 St. Agrève.*

Ordre : ASSOCIATION L'ARBRE DE L'EVEIL .