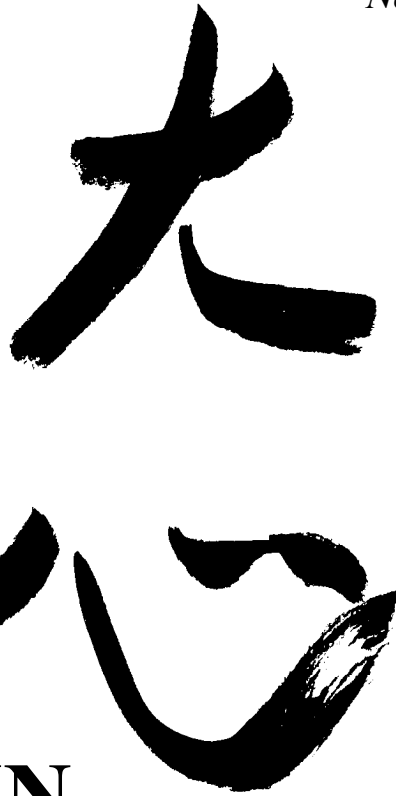


*même mon ombre
est au meilleur de sa forme
ce matin de printemps...*

Issa

Extrait de « Et pourtant... », Ed. Moundarren.

DAISHIN



Prêt pour la mort ?

Ce que nous voyons comme la pire crise de notre vie est en fait une occasion merveilleuse de découvrir l'esprit éveillé, dit le Dzogchen Ponlop Rimpoche. Il nous explique comment nous préparer maintenant afin de profiter de ce moment.

(J'ai trouvé ce texte à la fois extrêmement simple et extrêmement profond ; je suis sûre qu'il peut nous être d'une grande aide... demain ou dans x années. Nous voyons – et nous ne voulons pas voir – l'impermanence partout autour de nous ; ce texte nous aide à regarder sans peur la mort inévitable.

Je l'ai traduit en le raccourcissant un peu, avec respect mais en laissant les passages qui n'étaient peut-être pas clairs si l'on n'a pas l'habitude des approches de l'école tibétaine. Joshin Sensei).

SOMMAIRE

Prêt pour la mort?

Dzogchen Ponlop Rimpoche

Le bol de la Demeure sans Limites

Ombres

Tada Chimako

Bienvenue...

Orit Yujaku

Préparé ou non, nous allons tous rencontrer le Seigneur de la Mort. Quel est ce grand seigneur, et quel pouvoir a-t-il sur nous ? Cette figure légendaire qui inspire tant la peur n'est en fait que la personnification de l'impermanence et de la cause-à-effet, ou karma.

Dans la littérature bouddhique, ce seigneur est invincible. Personne ne peut le battre, sauf une véritable personne porteuse de sagesse. C'est la sagesse qui décime le décimeur.

Au fond, ce que nous appelons vie est seulement une illusion de continuité – une succession de moments ; un courant d'émotions, de pensées, et de souvenirs, que nous ressentons comme nôtre. Alors, nous aussi nous sautons dans l'existence, comme les possesseurs de cette continuité. Néanmoins, à l'examen, nous découvrons que cette continuité est comme un rêve, une illusion. Ce n'est pas une réalité continue, ni substantielle. Elle consiste en moments uniques, qui apparaissent, se dissolvent, et apparaissent à nouveau, comme les vagues

de l'océan. Donc, ce « je » apparaît et se dissout également à chaque moment. Il ne continue pas d'un moment à l'autre. Le « j e » d'un moment se dissout et disparaît. Et le « je » du moment suivant apparaît. On ne peut pas dire que ces deux « j e » sont semblables ou différents, pourtant ils sont identifiés par l'esprit qui conceptualise comme un soi unique et continu.

Quand cette illusion de continuité vient à se terminer, aussi brièvement que ce soit, nous avons alors l'occasion d'apercevoir la réalité plus profonde sous-jacente. Ceci est la vraie et constante nature de l'esprit, inséparable de l'esprit et de la réalisation de Padmasambhava. C'est la conscience primordiale, la sagesse lumineuse de laquelle tous les phénomènes émergent spontanément. Cette sagesse est inconnaissable, dans le sens ordinaire du terme, car elle est au-delà de tout concept. Elle est donc aussi au-delà du temps. Elle est dite sans naissance et sans mort. Si nous pouvons nous relier à cette expérience, passé et futur sont transcendés et nous nous éveillons naturellement à un monde vaste et brillant.

Quand nous avons la connaissance réelle qu'avec chaque fin, il y a aussi un renouveau, nous commençons à nous détendre. Nos esprits commencent à s'ouvrir au processus du changement. Nous sentons que nous pouvons vraiment toucher la réalité et nous ne sommes plus effrayés par la mort. Nous pouvons apprendre à vivre bien et complètement maintenant, avec la compréhension que la mort n'est pas quelque chose coupé de la vie. **Ainsi, du point de vue bouddhiste, nous avons le choix : diriger notre histoire pour vivre et mourir maintenant, ou attendre, en fermant les yeux au message de l'impermanence, jusqu'à ce que la mort nous oblige à les ouvrir.**

Puisque nous aimons les fins heureuses, pourquoi choisir de parier avec le Seigneur de la Mort ?!

Partir en voyage.

Quand nous nous embarquons pour un grand voyage, il y a un sens de mort et de renaissance. Les expériences que nous faisons ont un goût de transition.

Au moment où nous franchissons le seuil de la maison et fermons la porte, nous commençons à laisser notre vie derrière nous. Nous disons au revoir à notre famille, à nos amis, aux lieux familiers et aux routines dans lesquelles nous habitons. On peut se sentir à la fois triste et excité en montant dans le taxi qui nous emmène à l'aéroport. S'éloignant de la maison, on est en même temps tristement séparé et joyeusement libéré de tout ce qui nous définit. Nous pensons de moins en moins à la maison, et plus à notre prochaine destination. On commence à regarder à une nouvelle carte, à penser à l'endroit où nous allons atterrir, aux nouvelles personnes, aux nouvelles façons de faire, au nouvel environnement – tout un ensemble de nouvelles expériences à venir. Jusqu'à ce que nous ayons atteint notre destination, nous sommes en transit, entre deux points. Un monde a disparu, comme le rêve de la nuit précédente, et le suivant n'a pas encore apparue. Dans cet espace, il y a un sens de liberté totale : nous sommes libres du travail d'être notre soi habituel ; nous ne sommes plus attachés au monde quotidien et à ses demandes tout à fait de la même façon. Le moment présent prend toute sa fraîcheur, et on l'apprécie mieux. Mais en même temps, nous pouvons aussi avoir des moments où nous nous sentons effrayés, sans rien pour poser les pieds, parce que nous sommes entrés un territoire inconnu. Nous ne savons pas avec certitude ce qui va apparaître le moment suivant, ni où cela va nous mener. Mais au moment où nous nous détendons, notre insécurité se dissout et l'environnement devient amical et nous soutient. Nous sommes à nouveau à l'aise dans notre monde et nous avons confiance ¹.

Quitter cette vie ressemble beaucoup

¹ *Cette description de la perte de repères et de la liberté/angoisse qui l'accompagnent me rappelle les réactions aux premières journées de retraite, à La Demeure sans Limites... « Et quand nous nous détendons... » ! La peur crée elle-même ses propres causes. Joshin Sensei.*

à partir pour un long voyage. Dans ce cas, le voyage que nous faisons est un voyage de l'esprit. Nous laissons derrière nous ce corps, ceux que nous aimons, nos possessions, et toutes nos expériences acquises dans cette vie et nous allons vers la prochaine. Nous sommes en transit, entre deux points. Nous avons quitté la maison mais pas encore atteint notre prochaine destination. Nous ne sommes ni dans le passé ni dans le futur. Nous sommes en sandwich entre hier et demain. En fait nous sommes dans le présent, le seul endroit où nous pouvons être.

Traduction de Joshin Sensei (suite les deux mois prochains).

Le bol de la Demeure sans Limites

Nous recherchons un téléphone, un téléphone tout à fait ordinaire serait très bien, sans répondeur, ni rien de spécial – mais avec touches « dièse » et « étoile », bien sûr !

Et vous pouvez envoyer ou apporter des cartouches d'encre pour l'imprimante ! HP 344 couleurs, ou HP 338 Noir et blanc. (Eh oui ! Notre imprimante est très snob : elle n'aime que le HP et bave – de dépit ? – quand on la nourrit avec autre chose ! Et on a essayé, croyez-moi...)

Un éléphant sombre
vivant dans une sombre forêt
vint prendre une gorgée d'eau
à un étang
– et le Bouddha regardait

Un éléphant sombre
d'une forêt sombre
était venu à l'étang
et d'une gorgée avala
la vision tremblée de la lune

Un daim sombre
d'une forêt sombre
vint aussi prendre une gorgée d'eau à l'étang

Le daim aussi a avalé
la vision de la lune

Le Bouddha se pencha
et recueillit la lune dans sa paume

moi aussi j'irai prendre une gorgée
si cela illumine mon coeur
même un peu

Plus de deux mille ans
après la mort du Bouddha
ses restes furent divisés sans fin
seuls les nombres imaginaires peuvent compter
les tuiles qui surmontent les stupas
qui s'élèvent dans le ciel
trois étages, cinq étages, sept étages...

Personne de clarté
vivant maintenant dans une ville de lumière
à quel étang irez-vous
prendre une gorgée d'eau quand vaincu par la nuit ?
Quand vous recueillerez l'eau
quelle vision de la lune
trouverez-vous dans votre paume ?

Moi aussi
j'irai prendre une gorgée
si cela met mon coeur à l'ombre
même un peu.

Tada Chimako : « Moonstone Woman ».

Bienvenue...

Une nouvelle vie, bienvenue à SAN, toute ma gratitude et beaucoup de respect.
Voilà une autre opportunité de voir le monde de nouveau... de toucher l'innocence, l'humilité et l'amour inconditionné.
Être une maman : par excellence, la présence en toute sa force, avec la joie et la paix mais aussi avec de la faiblesse, de la fatigue et de l'insatisfaction.

Dans le mouvement je trouve le silence,
Dans le bruit, j'écoute,
Pendant le repos, je me repose
Ce que je peux faire c'est de laisser naître la vie.

Gassho,

Orit Callcut Yujaku

* * * * *

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.