

« Sachez que dans un
endroit isolé
– dans une vallée couverte
de nuages –
il y a encore un pin sacré
qui demeure
à travers la froideur des
âges.



DAISHIN

Ces vers peuvent vous
rappeler que , comme les
anciens patriarches du Zen,
vous êtes ce pin sacré ici et
maintenant.

Au milieu de l'activité
humaine, des vers d'une telle
beauté vous nourrissent, et
vous aident à rester en
contact avec le mystère
immense, et le merveilleux
impressionnant de la vie ».

Denkoroku M° Keizan Jokin

Printemps : la Demeure sans Limites
vous accueille à partir du **jeudi 9 avril**,
quand vous voulez, jusqu'à la fin de
l'année.

Première retraite avec Joshin Sensei :
vendredi 10 au lundi 13 avril. Retraite
dirigée par Joshin Sensei : « L'amour
dans les enseignements du Bouddha ».
Il y aura d'autres retraites dirigées par
Joshin Sensei ou Jôkei Ni ; les dates
seront données le mois prochain dans
Daïshin et sur le site courant mars.

**Journée de zazen à Paris avec Joshin
Sensei** le samedi 28 mars,
de 9h30 à à 16h, chez les bouddhistes
coréens, rue de Lyon. Pas d'inscription
auprès du Centre Coréen, svp..
Renseignements et inscription : Laurent :
01 39 46 52 73 ou
Sabine/ Jean-François : 01 30 56 16 49.

SOMMAIRE

Une immense responsabilité :
prendre le voeu de bodhisattva (2ème partie),
Chogyam Trungpa Rimpoche

Question aux Maîtres : les disciples du
Bouddha et les animaux (1ère partie),
Rev. Zenkei Blanche Hartmann

Tea Time (6)

Tea Time (7) : Et à un moment, on lâche...
Joshin Sensei

Face à la guerre... Orit Yujaku

Joshin Sensei dans le magazine « La Vie »

Une immense responsabilité : prendre le vœu de bodhisattva (2ème partie)

Entrer dans cette approche Mahayana de la bienveillance signifie abandonner toute notion de possession, de « privé », et développer une vision plus large. Plutôt que nous concentrer sur nos propres petits projets, nous élargissons notre vision pour englober le reste du monde, le reste de la galaxie, tous les univers. Mettre en pratique une telle vision demande que nous traitions chaque situation avec un esprit clair et soigneux. Afin de lâcher notre égoïsme, qui limite notre vue et rend nos actions floues, il nous est indispensable de développer notre compassion. Traditionnellement, cela se fait en développant d'abord la compassion envers nous-même, puis envers une personne proche, enfin envers tous les êtres, même nos ennemis. A ce point, nous pouvons regarder tous les êtres avec les mêmes sentiments que s'ils étaient notre propre mère. Ce n'est pas nécessaire d'attendre d'être comme cela pour faire le premier pas vers l'ouverture et la gentillesse. L'important, c'est que quelqu'un doit faire ce premier pas. D'habitude, nous sommes dans cette impasse avec notre monde : « Est-ce que je vais attendre qu'il me dise qu'il est désolé, ou bien est-ce que je vais m'excuser près de lui en premier ? » Mais en devenant un bodhisattva, vous brisez cette barrière : nous n'avons pas besoin d'attendre que l'autre fasse le premier geste, nous avons décidé de le faire nous-même. Des millions de personnes dans le monde souffrent à cause de leur manque de générosité, de discipline, de patience, d'efforts, de méditation et de cette intelligence qu'est prajna. Faire le premier pas en prenant les vœux de bodhisattva ne veut pas dire essayer de convertir les gens à notre point de vue personnel ; mais nous pensons que nous devons apporter quelque chose au monde rien que dans notre façon d'être, par notre gentillesse.

*Chogyam Trungpa Rimpoche,
extrait de Tricycle, trad. Joshin Sensei.*

Question aux Maîtres : Les disciples du Bouddha et les animaux (1ère partie)

« Pourquoi est-ce que les traitements cruels envers les animaux ne sont-ils jamais discutés ou mis en question dans les cercles ou les magazines bouddhistes ? Tant de bouddhistes continuent à manger de la viande ou à porter du cuir ou de la fourrure. Je ne comprends pas cela. Qu'en pensez-vous, et comment nous, qui vivons par le dharma, pouvons-nous faire bouger les choses ? »

Rev. Zenkei Blanche Hartmann : Il me semble que nous sommes réellement efficaces lorsque nous apportons le changement autour de nous par notre exemple, par la façon dont nous vivons notre vie. L'argument le plus convaincant pour que tous les êtres soient traités avec gentillesse et compassion est de rencontrer quelqu'un qui fait cela de tout son cœur. Nous ressentons alors cette gentillesse et cette compassion, et nous voyons qu'une personne qui vit comme cela est généralement heureuse et reconnaissante, aussi bien que gentille.

Votre question dans ce magazine encouragera, je pense, des pratiquants du dharma à réfléchir à leur façon de vivre avec tous les êtres, pas seulement les êtres humains. Par exemple, alors que j'allais dire que je ne vois jamais d'amis du dharma porter de la fourrure ou du cuir, sauf pour les chaussures, je me suis demandée si je ne pourrais pas trouver des chaussures possibles qui ne seraient pas en cuir. Voilà une bonne raison de poser les questions, car cela nous oblige à faire le point. Mais nous devons aussi faire attention à ne pas tomber dans un état d'esprit douloureux, qui apparaît quand nous portons sans cesse des jugements ou des critiques.

Alors que la plupart des groupes du dharma que je connais aux USA servent de la nourriture végétarienne, nous devons aussi comprendre qu'il y a des cultures où le climat, pour des raisons d'altitude ou de latitude, ne permet pas à une population de survivre seulement grâce aux plantes qui poussent là. Ces cultures sont alors dépendantes de l'alimentation carnée. Ce qui me soucie le plus, c'est le traitement inhumain des animaux dans les élevages de masse. J'ai donc choisi un régime principalement végétarien, sauf un peu de yaourt ou de fromage blanc, et parfois du poisson. Je soutiens le mouvement « People for the Ethical Treatment of Animals » dans leurs efforts pour amener les gens à être plus conscients de la nécessité de traiter les animaux élevés pour l'abattoir de façon acceptable et éthique.

Z.B. Hartmann est l'abbesse retraitée du San Francisco Zen Center, fondé par Suzuki Roshi. Magazine «BuddhaDharma», trad. Joshin Sensei (pour Josette !)

Il n'y a pas de temps à perdre

Au bout de nos pieds, il y a un abîme. On fait des projets mais on ne doit pas oublier cet abîme. Il n'y a pas de temps à perdre, soyez joyeux.

Pommes de terre

Ce matin, je me souviens de cette histoire : Il y a quelques années pendant l'été, les pommes de terre étaient en train de s'abîmer. Une des règles de la Demeure sans Limites est d'essayer de ne jamais jeter la nourriture. Donc cet été-là nous avons mangé plus de pommes de terre.

Au début, une fois par semaine, puis deux fois par semaine. Mais au bout d'un moment, les personnes ne mangeaient pas beaucoup ce jour-là! Les personnes ici vont et viennent pendant l'été, sauf les résidents et les personnes qui font des longs séjours, et pour ceux-là, c'étaient pommes de terre, pommes de terre...

Un jour, j'ai eu l'idée de faire ces fameuses pommes de terre en curry : tout le monde était content d'avoir un repas avec plus de goût que d'habitude, tout le monde en a beaucoup mangé et nous avons continué ainsi pendant 2 mois et demi, jusqu'à la fin des pommes de terre !

Peu de temps après, je suis allée en Amérique du Sud. En arrivant là-bas, la jeune femme qui m'accueillit me dit : « Sensei, j'ai fait votre plat préféré! » Et elle pose sur la table une grande platée de... pommes de terre au curry ! Parce que dans les résidents de tout l'été, il y avait eu une autre femme d'Amérique du sud, elle avait pensé : « Si on mange tout le temps cela, et puisque c'est Sensei qui fait le menu, c'est qu'elle aime beaucoup ça... »

Cela m'avait choqué à l'époque, j'avais d'abord été horrifiée : « Est-ce que tout le monde pense que les choses tournent autour de moi ? Que l'on ne fait que ce que j'aime ? » Puis j'ai pensé que c'était là façon de voir habituelle : nous essayons tous d'avoir ce que nous aimons. Mais assez vite, si on habite dans un monastère, si on devient nonne/

moine, on perd cette habitude – ou en tous cas, il vaut mieux essayer de la perdre rapidement ! Parce que vous n'aurez pas ce que vous voulez... Le point de vue : ne pas laisser les pommes de terre s'abîmer même si on doit en manger tous les jours, est difficile à réaliser pour la plupart des personnes de l'extérieur. Le point de départ est plutôt : mon désir, ma volonté, ce que je désire. La vie du temple est : « Qu'est-ce qu'il y a à faire ? » C'est-à-dire : qu'est-ce qui est important ?

Nous tendons notre bol pour recevoir (au sens figuratif et concret), nous nous habituons à recevoir et à dire merci – toujours : recevoir tout ce qui est donné avec reconnaissance. C'est ce qui vient petit à petit, quand vous n'avez plus rien, et que vous dépendez complètement des autres, même pour manger.

A l'extérieur on tend la main pour saisir, on n'est plus dans le recevoir mais dans le prendre. Toute notre souffrance vient du fait qu'on cherche à attraper ce qu'on désire, tout le temps. Pour moi, cela a un peu disparu. Mettre l'horaire, la cuisine, etc., au premier plan, c'est intéressant. Il faut du temps pour changer de position, pour comprendre. On commence à suivre plutôt que de se battre pour obtenir ce que l'on veut. Manger un peu de tout, un assortiment pour la santé et pour ce qu'il y a au temple.

C'est inimaginable pour moi, vivant dans des temples depuis plus de dix ans, de ne choisir que ce qu'on aime – même si, à l'occasion, quand c'est possible, quand c'est juste là, devant moi, ça va se faire : ce n'est pas un refus masochiste ! Juste peut-être un peu moins d'attachement à « moi », et un peu plus de reconnaissance pour le simple fait d'avoir à manger.

Joshin Sensei

Tea time (7) : Et à un moment, on lâche...

(en réponse à M. qui a dit sa souffrance et son refus de mettre en vente la maison de son enfance, et pour d'autres aussi, y compris moi-même, parfois...)

C'est vrai que lorsque nous sommes crispés, bloqués dans une situation de refus, nous vivons une immense souffrance. Lorsque nous disons « non » à ce qui est devant nous, nous créons nous-mêmes cette souffrance. Lorsque nous nous accrochons à quelque chose qui n'existe plus, lorsque nous refusons de lâcher ce qui n'est déjà plus là, nous alimentons cette souffrance.

Imaginez que vous soyez cramponné au bord d'un précipice, accroché par le bout des doigts, et en plus, il y a une personne avec une pierre qui vous martèle les mains : vous avez mal, vous avez peur de ce qui va se produire quand vous allez lâcher – car vous sentez bien que vous ne pourrez pas rester comme cela ! Vous savez que vous allez tomber, vous écraser, ou vous noyer, enfin souffrir – mais vous souffrez déjà tellement en ce moment ! Vous allez mourir, vous en êtes sûrs, alors, malgré l'immense douleur, vous vous cramponnez de plus belle... Et vous souffrez encore plus...

Et en fait vous êtes bien sûr à la fois la personne qui s'accroche, et la personne qui frappe les doigts – car vous savez, avec cette certitude intérieure complète que nous essayons si souvent d'ignorer – que vous allez devoir lâcher, que nous n'avons pas d'autre choix – qu'il n'y a aucun autre choix que ce qui est devant nous. Et vous vous infligez à vous-même cette souffrance, sans relâche...

Et à un moment, on lâche... Oh ! Pas d'un coup, pas de bon coeur, mais à un moment, pour poursuivre l'image, le bord s'effrite, il n'y a plus rien à quoi se retenir... Et on tombe, et en même temps on pousse un grand « noooooon »...

Vous voyez, comme dans les dessins animés !...

Et, surprise, en fait, on ne tombe pas ! Que se passe-t-il ? Choisissez, selon votre caractère, l'image qui vous parle le plus – ou le moins !

Voilà : soit on a – et on a toujours eu – la terre sous les pieds, pas de précipice, pas d'abîme, pas de chute... On reste tout étourdi, désarmé, presque vexé : pas de drame !

(Remarquez que les personnes très douées arrivent à buter, ou se tordre les pieds, ou autre, et ah ! drame – « quand même... » !)

Soit on peut se représenter la suite comme cela : on ne tombe pas, c'est l'espace qui nous porte, il n'y a jamais rien eu à craindre. Juste à lâcher, et se laisser porter, flotter, pas d'obstacle. On ne le savait pas, ou bien on l'avait oublié, on n'y croyait pas... On est infiniment léger, mais de temps en temps, peut-être, un petit élanement dans les doigts, une envie d'attraper quelque chose, de refermer la main...

Et peut-être qu'il fallait juste ce temps, et cette douleur pour apprendre, une première fois, ou une fois de plus... et peut-être qu'on va s'y retrouver encore et encore, agrippés par les doigts, par les dents !...

Ça va. On est lents, aussi, mais ça va. On a le temps, tout le temps d'apprendre, toute notre vie. Pas de blâme, surtout pas de blâme – cela équivaldrait à prendre une deuxième pierre pour se taper dessus !

J'agite la main

et je pars
sans même emporter
un nuage
avec moi.
Zu Xhimo

Joshin Sensei

Face à la guerre...

Que dirait le Bouddha ?
Ou
Qu'a t-il dit ?

Face à la guerre, face à la souffrance des victimes, à la souffrance des offenseurs, face à notre ignorance. C'est en temps de paix que cette dernière construit tout doucement l'avenir de la guerre. Dans sa manifestation complète, elle devient la cruauté elle-même. Hommes et femmes pleins de peurs, pleins de fausses justifications pour leurs actes destructifs. Je dirais « réveillez-vous », mais je ne sais que faire. Que disent les ancêtres face à cette souffrance, face à ma souffrance ?

Les yeux ouverts, pas complètement mais assez pour que
Les yeux pleurent
Les yeux voudraient se reposer, se fermer, mais
Ils ne peuvent pas tant que
Les yeux de tous ne s'ouvrent pas à la réalité présente.

J'aime le noir avant l'aube ;
Silence, pensées, respiration, la lourdeur du corps, la légèreté de l'air et de l'espace vide tout autour.

L'univers se réveille, se met en mouvement, la lumière commence à pénétrer nos yeux, lumière bleue, douce. Le monde apparaît, il est né encore et encore chaque matin. Le corps se lave dans cette lumière et s'incarne de nouveau. Le soleil perce le ciel et la terre est aveugle face aux milliers de rayons. Un grand cercle de vie, de chaleur. Destruction et transmutation. Vers le sommet de la manifestation, de l'accomplissement. Réveillons-nous !

Orit Yujaku

***Depuis quelques années, j'écris régulièrement dans le carnet
« Les Essentiels » du magazine La Vie.***

C'est l'occasion de partager le Dharma avec des personnes de toutes religions. Je reçois beaucoup de courrier ; de nombreuses personnes viennent nous rendre visite à la Demeure sans Limites ; plusieurs sont devenues des amis du Dharma, ou des étudiants de la Voie.

***Maintenant, les Essentiels sont téléchargeables en pdf sur le site de La Vie:
www.lavie.fr/rubriques-bleues/les-essentiels-en-ligne.html***

* * * * *

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.