

*Rien qui m'appartienne*  
*– que la paix du cœur*  
*et la fraîcheur de l'air*

*Kobayashi Issa*

\*\*\*\*\*



**DAISHIN**

*Paris : Journée de zazen avec Joshin Sensei, le samedi 24 avril.*

*Programme la DSL : week-end de printemps avec Joshin Sensei, du 2 au 5 avril. Tout le programme printemps-été sur le site : <larbredeleveil.org>*

*Terre du Ciel : « De la méditation au geste », avec Joshin Sensei, du 16 au 18 avril, au Domaine de Chardenoux.*

*Inscription directement auprès de « Terre du Ciel ».*

***Hanna Matsuri : fête des fleurs, naissance du Bouddha, le 8 avril.***

\*\*\*\*\*

*Vous voulez apporter quelque chose en venant – ou nous envoyer un don : la Dsl a toujours besoin de céréales complètes – bio, de préférence – de pâtes, de ramettes de papier blanc ou de cartouches d'imprimante HP343 et HP 338 ; vous pouvez aussi penser aux petits gâteaux et aux desserts... si vous tenez à en manger !*

\*\*\*\*\*

## *SOMMAIRE*

*La liberté absolue (1<sup>e</sup> partie),  
Suzuki Shunryu Roshi*

*Suite du questionnement :  
les animaux et nous,  
Isabelle Sorente,  
revue « Ravages »*

*La Voie du bodhisattva,  
Lama Govinda*

*Poèmes, Ikkyu*

\*\*\*\*\*

## *La liberté absolue*

*Première conférence donnée sur le "Genjo Koan" à l'occasion d'une retraite au temple de Sokoji, Mai 1966.*

*« Nous trouvons Bouddha précisément là où nous pratiquons ».*

*Être Bouddha, c'est atteindre la liberté absolue. Comment atteindre la liberté absolue revient à demander comment vivre l'instant présent.*

*Le secret de tous les enseignements du Bouddhisme, c'est de savoir comment vivre chaque instant, comment atteindre la liberté absolue, instant après instant. A chaque moment, nous existons en interdépendance avec le passé et le futur et avec tout ce qui existe. En bref, si vous pratiquez Zazen, en vous concentrant sur votre respiration, un instant après l'autre, cela revient à observer les préceptes, en prenant soin de vous-même, en aidant les autres et en parvenant à la libération.*

*Nous ne cherchons pas à obtenir un état d'esprit en*

particulier ni ne mettons l'accent sur des enseignements spécifiques. Même si ces enseignements sont parfaits et profonds, nous ne nous attachons pas seulement à ces enseignements.

Nous mettons plutôt l'accent sur la manière dont nous les comprenons et comment nous mettons en pratique leur vérité.

Notre pratique ne se réduit pas à une seule pratique spécifique.

Quand nous parlons du "Zen", nous disons que le Zen englobe toutes les activités de notre vie.

Dogen Zenji disait que nous sommes comme l'eau et le lait quand nous pratiquons. Quand chacun de nous est concentré sur la pratique zen, nous ne sommes pas seulement des êtres séparés. Tous les étudiants ou moines présents constituent une entité unique.

Quand vous vivez chaque instant, chacun de vous est un être indépendant, dans le même temps, chacun de vous arrive à une indépendance absolue. Vous atteignez la même bouddhéité que Bouddha atteignit. Vivant chacun dans notre propre liberté absolue, nous atteignons la même réalisation. Chacun de nous est indépendant au sein d'un même royaume. Quand nous comprenons ce qu'est ce royaume, nous voyons qu'il y a des étudiants, des enseignants, quelqu'un qui sert le thé, quelqu'un qui boit le thé, et qu'il y a des êtres indépendants. Nous pratiquons la pratique initiée par Bouddha. C'est ainsi que le Bouddhisme va de l'avant. Bien que Bouddha soit né il y a 2500 ans, Bouddha est exactement là quand nous sommes dans sa pratique.

Bouddha vit avec nous aujourd'hui. Bouddha est le Bouddha et nous sommes des étudiants. Alors, même si vous pouvez dire qu'il y a l'étudiant et l'enseignant, nous sommes tous pareils – tous, nous sommes dans la même pratique tout comme nos ancêtres les Bouddhas l'ont été en leur temps. En réalité, nous sommes avec eux dans la même pratique. Quoique nous fassions, c'est la pratique de Bouddha et c'est comme cela que nous observons les préceptes.

A l'époque de Bouddha, le pratiquant vivait à la manière indienne – en Chine on vit à la manière chinoise, au Japon, à la manière japonaise. Bien que la manière de vivre soit différente, ce que nous faisons n'est en réalité pas différent de ce que faisait le Bouddha

parce que nous manifestons une liberté absolue. Il n'y a pas deux libertés absolues.

En Chine, lorsqu'ils s'intéressaient trop à la philosophie bouddhiste, ils ignoraient comment vivre à la manière de Bouddha. En d'autres termes, ils ne savaient pas comment observer les préceptes. Observer les préceptes, ce n'est pas suivre le mode de vie indien. Quand vous mangez ici, c'est bien ici que vous devez manger. Vous ne pouvez pas prendre tous vos repas en Inde (rires). Au sens strict, si vous voulez observer les préceptes à la lettre, alors vous devez aller en Inde (rires). C'est à cette condition que vous pourrez observer complètement les préceptes. On raconte une histoire intéressante sur un moine venu d'Inde. Quand il arriva en Chine, il ne pouvait pas suivre les préceptes indiens parce que les coutumes étaient différentes. Il retourna donc en Inde parce qu'il avait très peur de briser les préceptes indiens (rires).

Si vous ne savez pas comment observer les préceptes, ou si vous ne vous attachez qu'aux préceptes écrits sans savoir comment les suivre alors le Bouddhisme disparaîtra immédiatement. Si vous savez comment observer les préceptes, le Bouddhisme continuera à se développer tout comme le Zen s'est développé en Chine.

Plusieurs écoles du Mahayana ont disparu en Chine parce que les gens s'intéressaient trop à la philosophie du Bouddhisme et ne savaient pas comment mettre en pratique l'enseignement. De telle sorte qu'ils finirent par ignorer les préceptes tout en prétendant le contraire. On disait que les étudiants du Zen ne connaissaient pas les préceptes parce qu'ils ne les suivaient pas à la lettre. Certaines écoles du Mahayana les observaient de la même manière que les Bouddhistes indiens. Ils pensaient que c'était la voie du Bouddha. C'est ainsi que la voie du Bouddha finit par s'écarter de leur vie quotidienne.

Pourtant, pour les étudiants du Zen, les préceptes étaient leur manière de vivre même, ils ne se préoccupaient donc pas de l'aspect formel. Ils étaient sûrs que leur façon de pratiquer permettait de faire vivre les enseignements du Bouddha – en un mot, de vivre chaque instant. C'est la conclusion de la philosophie du

Mahayana – vivre chaque instant, pour atteindre l'éveil. Etre Bouddha, c'est atteindre la liberté parfaite. Comment atteindre la liberté parfaite si ce n'est en vivant chaque instant. En Chine, le Bouddhisme Zen a instauré de nouveaux préceptes, qui sont appelés : *Règles pures*. Pour les autres Bouddhistes, les préceptes correspondaient à certaines règles que Bouddha observait, mais pour eux (les personnes du Zen) les préceptes correspondaient à leur propre manière de vivre : ici et maintenant. Quand nous ne sommes pas tout à fait sincères quant à notre pratique ou à notre manière de vivre, nous pouvons toujours dire : "Je suis moine mais eux sont des laïcs" (rires). "Je suis moine et l'enseignement du Bouddha est écrit dans un livre donné". Si vous comprenez le Bouddhisme de cette façon, alors vous ignorez les préceptes. Mais si vous vous rendez compte que la religion est pour tout le monde, alors vous comprenez qu'elle concerne notre manière de vivre. Les préceptes écrits dans un livre donné, ne peuvent pas être réalisés, ne peuvent pas être mis en pratique dans la vie de tous les jours. Lorsque nous devenons sincères quant à notre vie quotidienne, et le sens de la religion, nous ne pouvons pas vivre avec de vieux préceptes instaurés pour une autre personne. Nous devons avoir nos propres préceptes. C'est ainsi que Hyakujo Zenji instaura les préceptes du Mahayana au 8ème siècle. Le Bouddhisme Mahayana avait été introduit en Chine vers le 4ème siècle. Pendant de nombreuses années, les préceptes indiens furent observés. Mais il est impossible pour des Chinois d'observer des préceptes indiens (rires). C'est ridicule. Ils ne les observaient que pour les prêtres sans tenir compte de la vie de tous les jours des gens ordinaires. (*Suite et fin en juin*).

*Extrait de « Wind Bel »,  
traduction : Catherine J..*

\*\*\*\*\*

## **Suite du questionnement : les animaux et nous**

### **Adieu bel animal**

Animal, animus, anima, tu étais mon dieu, mon ennemi, ma joie, je t'ai dessiné sur la paroi d'une caverne, je t'ai prié, tu m'as visité en rêve, je t'ai mangé, tu m'as mangé, je t'ai chassé, tu m'as chassé, j'ai lu l'avenir dans tes entrailles, j'ai mangé ton cœur, j'ai porté des coiffes de plumes, je me suis paré comme un roi de tes ossements, tes griffes ont inspiré la forme parfaite de mon poignard, j'ai cherché le dragon, la chimère et la licorne, je t'ai offert en sacrifice aux trois divinités, je t'ai chevauché, je t'ai échangé contre un royaume, j'ai prié le dauphin, le poisson, et l'agneau, où es-tu ? Je t'ai tatoué, castré, envoyé dans l'espace, accusé de la rage, j'ai modifié ton code génétique, je t'ai recrée docile pour mieux te dévorer, j'ai arraché tes ailerons, coupé tes cornes et tes forêts, j'ai empoisonné tes rivières, je t'ai abattu par troupeaux entiers. Pourquoi m'as-tu abandonné ? Maintenant la bête meurt, et mon âme, c'était toi.

*Isabelle Sorente, intro du N° 3 :  
« Adieu bel animal », revue Ravages,  
automne 09.*

\*\*\*

### **Le Pari**

Le pari de la renaissance, c'est vouloir rendre enfin la raison au plus faible. Prendre le risque de naître coyote, ou singe de laboratoire. Naître viande, naître aveugle. Assez humain pour pleurer. Assez oiseau pour chanter. Se souvenir, et plus encore. Se porter garant, non du bien-être financier, mais de la diversité de la vie. Porter la vie, aussi loin que possible. Je parie que je suis déjà morte, je parie que je reviendrai sous une forme ou une autre. Si je fais le pari de la renaissance, ce n'est pas pour fuir ma vie présente (...) Au contraire. Je veux croire en mes vies passées pour m'incarner davantage. Rendre grâce à ce corps, ces membres, ces organes, fragile vaisseau de chair qui contient tant de mémoire. Si je veux croire en mes vies futures, ce n'est pas pour espérer, mais pour aiguïser mon

désespoir. Je veux me souvenir à chaque instant que la terre brûle et que les bêtes meurent. Je veux m'en souvenir encore après ma mort (...) Je parie que j'ai vécu d'autres vies. J'étais une bête, et aussi autre chose. Je parie que mon corps se souvient de tout (...) Penser aux générations futures ne suffit pas à imaginer le visage de ceux qui ne sont pas encore nés. Penser aux bêtes ne suffit pas à les épargner. Sauf si je reviens, et que la bête, c'est moi...

*Isabelle Sorente, début du texte :  
« Le Pari » de la revue Ravages.*

\*\*\*\*\*

### **La Voie du bodhisattva**

« Tout ce qui est la perfection suprême de l'esprit humain, puissé-je l'accomplir pour le bien de tous les êtres ».

Quiconque recherche le progrès spirituel doit se tourner vers le plus haut idéal accessible. Il sera ainsi amené à des efforts toujours plus grands. Nul ne peut dire à l'avance où sont ses propres limites. Il est vraisemblable que c'est l'intensité de notre effort, ainsi que la puissance de notre dévotion vers le but choisi qui détermine ces limites. Alors la conscience d'illumination — l'esprit d'Eveil — bodhicitta — qui est en sommeil peut être éveillée.

*Testament spirituel de Lama Govinda :*

- Sans l'énergie, le mérite spirituel est impossible, comme sans le vent le mouvement. Qu'est-ce que l'énergie ? Le courage au bien. Quels en sont les adversaires ? L'indolence, l'attachement au mal, le découragement et le mépris de soi. Et il est dit dans le Dhammapada :
- Ceux qui persévèrent dans les méditations, constamment fermes dans leurs efforts, atteignent, eux les courageux, l'Extinction, cette paix insurpassée.

- Nous ne pouvons compter que sur nous-mêmes, sur nos propres forces, pour nous en sortir et enfin parvenir à la sainteté. Le Bouddha n'est que le guide qui nous montre le chemin. Nous devons faire le reste. Comme l'a affirmé Sa Sainteté le Dalaï-Lama : sortir du Samsarâ, accéder au Nirvâna ou à la Bouddhité dépend de vos propres efforts. Vous ne pouvez vous reposer sur personne, ni sur le Guru, ni sur les Bouddhas et Bodhisattvas. Ils voudraient tous donner pleine satisfaction aux êtres, mais c'est difficile et votre coopération est absolument indispensable.
- Mais, au cours de notre progression sur la voie, il ne faut surtout pas nous décourager lorsque nous découvrons que le chemin qu'il nous reste à gravir est escarpé. Comme le dit de nouveau Sa Sainteté dans un entraînement de l'esprit appelé "La Roue des Armes" et tendant à combattre l'attitude égoïste : "Un démon ordinaire et extérieur peut faire du mal, mais il est temporaire, tandis que le démon intérieur cause un mal permanent." Le démon le plus intérieur, le plus ancré en nous, est la notion du soi séparé, l'avidité du "moi". Cette profonde ignorance entraîne toutes les fausses vues après et avec elle, dont l'affection pour soi-même est la principale. Ces deux erreurs-racine : préhension du soi et amour du soi sont les pires que nous puissions avoir. Elles s'accompagnent et se supportent l'une l'autre. La jalousie, la convoitise, l'aversion et tant d'autres états

douloureux en découlent. En méditation, ce sont ces deux erreurs de base qui provoquent l'assoupissement de l'esprit, la dispersion, la distraction.

- Ainsi la vraie pratique du Dharma n'est pas chose aisée et le vrai pratiquant doit être un soldat qui combat sans cesse ses ennemis intérieurs dont le chef est cette croyance au "soi" que tous les autres entourent et suivent. On est parfois découragé par les difficultés qui s'élèvent, mais on doit penser que si dans les combats du monde une victoire n'est jamais définitive, dans les combats de l'esprit une victoire complète peut être obtenue.
- Si dans le monde une bataille ne termine pas une guerre, (et même généralement une guerre prépare la suivante) intérieurement, une bataille gagnée anéantit les démons vaincus.

\*\*\*\*\*

## *Poèmes d'Ikkyu*

### *La Grande Salle*

Si votre méditation ne marche pas dans la Salle  
de la Vie et de la Mort,  
la renommée et la richesse vont vous captiver ;  
les êtres humains ont un drôle de prix à payer,  
c'est sûr :  
parfois un délicieux ragoût à la viande, parfois  
du thé au citron tout pâlot !

\*\*\*

### *Eloge de Kannon*

Chaque poussière, chaque temple  
est la Kannon :  
elle a mille yeux  
profondément miséricordieux  
et sa compassion est infinie.  
La lune claire se reflète  
sur des milliers de fleuves.  
Mer verte et ciel bleu au coeur de la nuit.

\*\*\*

### *Naissance et mort*

Le Bouddha mourut juste quand la nature  
revenait  
à la vie ;  
une épée sépare proprement l'âme et le corps ;  
il est difficile de devenir Bouddha sans naissance  
ni mort –  
au printemps les fleurs apparaissent et  
disparaissent  
comme un vêtement sans couture.

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

*Demeure où nous aimons séjourner.  
Le moment vient peut-être de la quitter.  
Nos larmes reflétant la lune,  
Guident nos pas sur la Voie.*

*Michel Wa Do*

\*\*\*\*\*

\* \* \* \* \*

*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.*