

Janvier 2012 : un N° spécial de Daishin : Notre pratique et l'engagement dans le monde. La pratique spirituelle est-elle compatible avec un engagement dans le monde ? Doit-elle être accompagnée d'un engagement dans le monde ou est-elle totalement incompatible avec l'«extérieur» ? Quelques textes de réflexion sur ce sujet...

**Bienvenue dans la Sangha :**

Martine Shinjô Daïki  
Marie Yûkô Anjin

**Anniversaire des 10 ans de rakusu de :**

Marina Gyokuen



# DAISHIN

N° 168 Décembre 2011

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

**samedi 17 décembre**  
**samedi 21 janvier**

**Retraites à la DsL :**

du mardi 27 décembre (14h)  
au lundi 2 janvier (10h)

**Fermeture de la DsL :**  
**lundi 2 janvier**

## Sommaire

### Questions aux Maîtres (3)

### La bonté des tigres (2)

### Faire un pas de côté Marina Gyokuen

### En vrac

### Questions aux Maîtres: (suite)

*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 ?

*Zenkei Blanche Hartman* : Quand j'ai, pour la première fois, demandé à mon maître « Quel est l'engagement essentiel à Tassajara ? » (notre monastère nouvellement ouvert), il répondit : « A Tassajara nous vivons ensemble, nous nous asseyons ensemble, nous travaillons ensemble, nous mangeons ensemble. Très vite, chacun peut savoir qui vous êtes. Vous pouvez tout aussi bien le voir vous-même ». A cette époque, j'avais encore des enfants à la maison et j'avais besoin de travailler à plein temps, je ne pouvais donc me rendre au monastère que pendant les vacances. Le reste du temps, je me plongeais moi-même dans une pratique quotidienne au Centre Zen local, où je pouvais m'entraîner avec un maître et une Sangha. Mon mari et moi-même alternions les retraites et la garde des enfants.

Je ne sais si, là où vous êtes, il y a un maître ou un sangha disponible, mais si votre situation karmique ne vous permet pas de partir pour un monastère, vous devez trouver le moyen de solliciter d'amis du Dharma cette espèce de réflexion en miroir, de telle sorte que vous n'ayez rien à cacher de vous-même. Continuez à vous interroger : quelle idée de moi-même ai-je imaginé aujourd'hui ? Cette question n'a pas à vous peser ; en réalité elle peut être gaie et légère. Mais avec le temps, elle deviendra très profonde et précise.

Notre pratique arrive à maturité lorsqu'on la met dans tous les aspects de notre vie quotidienne. Si votre but ultime est de cultiver une conscience continue du moment présent, de telle sorte que toutes les actions du corps, de la parole et de l'esprit soient en accord avec l'esprit de Bouddha, soyez conscient que c'est le travail d'une vie entière (ou de nombreuses vies). Ainsi ne soyez pas trop impatient avec vous-même. La pratique de la bonté et de la compassion commence ici même. Cependant nous désirons continuer à autoriser nos kleshas (imperfections) à pénétrer notre conscience de sorte que nous ayons la possibilité de les laisser partir, plutôt que de les laisser s'exprimer en nous.

Une relation intime avec un maître que vous respectez, quelqu'un qui en est arrivé à bien vous connaître, est particulièrement importante. Vous n'avez pas à vivre dans un monastère avec votre maître, mais vous devez avoir une sorte de relation constante, peut

être sous la forme de lettres ou d'appels téléphoniques, dans les intervalles des entretiens face à face. Je suppose que vous pratiquez quotidiennement. S'il y a une possibilité pour vous de pratiquer avec d'autres, ne serait-ce que de temps en temps, faites-le. S'il n'y a pas de groupe proche, peut-être pouvez-vous en former un ? Peut-être pourriez-vous inviter votre maître, qu'il vous rende visite et vous donne des enseignements de temps en temps.

*Zenkei Blanche Hartman*  
a été abbesse du Centre Zen de San Francisco. Extrait de la revue « *Buddhadharma* ». Traduction Hubert B.

## La bonté des tigres (2)

*Kerry Stewart* : Il y a trois traditions bouddhistes : Theravada la plus ancienne, Mahayana et Vajrayana ou bouddhisme Tibétain. Le Docteur Yifa est une nonne bouddhiste taïwanaise dans la tradition du Mahayana. Dans ces traditions différentes ou ces différents pays, les femmes sont-elles traitées de la même façon ?

*Docteur Yifa* : A Taiwan, la position de celles que nous appelons bikkhunis ou nonnes est incroyable. C'est vraiment hors du commun parce que la majorité des personnes monastiques en Taiwan sont des nonnes. Cela veut dire que le nombre de nonnes est supérieur à celui des moines, et il en est de même parmi les dirigeants. Par exemple, à Fo Guang Shan et c'est l'ordre auquel je suis affiliée, le temple comprend environ mille cinq cents moines et nonnes dont mille deux cents nonnes. Et 95% de la direction de l'institut est constituée de nonnes. En Corée aussi les nonnes sont très dynamiques et très influentes, elles ont de grandes capacités, et sont aussi très actives.

*Bikkhuni Dhammananda* : Il faut comprendre qu'à Taïwan les nonnes chinoises sont apparues avant les moines, c'est pourquoi elles sont bien établies. Quand les moines sont venus à cause des communistes en Chine, ils n'avaient aucun enracinement. Ils ont dû fuir le pays et ce sont les bikkhunis, les nonnes qui les aidèrent à s'établir. Ce fait historique fait que les moines regardent toujours avec compassion les bikkhunis; ils ont de très bonnes relations, plus que dans d'autres pays où les hommes ont tendance à être mieux implantés que la Sangha des femmes.

*Kerry Stewart* : En Thaïlande où vit Bikkhuni Dhammananda, les moines Theravada sont si bien établis que même le roi se prosterne devant eux. En comparaison, une Sangha de nonnes ne s'était jamais développée mais Dhammananda est au premier plan du changement. Elle est la première femme Thaï à être allée au Sri Lanka afin d'y recevoir l'ordination complète.

*Bikkhuni Dhammananda* : J'ai enseigné dans une université et j'ai donc pu prendre ma retraite assez tôt. J'ai quitté ma famille, à cette époque mes fils étaient grands, et je n'ai pas eu de cas de conscience comme si j'avais dû les laisser jeunes. J'ai donc débuté ma vie en tant que personne pleinement ordonnée.

*Kerry Stewart* : Pouvez-vous nous décrire votre vie avant de devenir nonne ?

*Bikkhuni Dhammananda* : J'étais professeur, j'enseignais le bouddhisme et la philosophie orientale; je voyageais beaucoup, j'assistais à des conférences internationales dans différents pays. J'ai fait sept ans de télévision. Ce sont des enseignements du Dharma qui ont lieu chaque dimanche. J'avais donc une vie très occupée, jusqu'au point où je me suis dit que c'était comme une télécommande mais que je n'étais pas la personne qui appuyait sur le bouton ! Quelqu'un d'autre, la société l'utilisait, alors non ! Cela ne pouvait pas être ma vie, j'avais besoin de temps pour en sortir et vraiment chercher un sens à ma vie, quelque chose qui ait vraiment un sens à notre propre existence. C'est ainsi que j'ai décidé d'arrêter.

*Kerry Stewart* : Et en tant que femme dans cette vie très active, des choses féminines telles que le maquillage et les beaux habits en faisaient partie. Pourriez-vous me décrire cela ?

*Bikkhuni Dhammananda* : Oui, j'adorais me maquiller et chaque matin une fois maquillée, je me regardais dans la glace avec un petit sourire « Avec un si joli visage ça va être une bonne journée ». Puis un jour je me suis demandée jusqu'à quand est-ce que j'allais faire ça ? Me maquiller encore et encore, vous voyez ce que je veux dire ? Alors exactement comme deux feuilles de papier collées ensemble et qui se décollent tout d'un coup, vous voyez, deux feuilles de papier qui se décollent, et pour vous cela ne veut plus rien dire du tout. C'était devenu un véritable fardeau de me maquiller, ça suffisait. J'ai pensé que ça suffisait. Et cela est arrivé au

moment où j'en ai eu assez de la vie laïque, c'est seulement là que j'ai commencé à penser : « Comment est-ce que je peux donner du sens aux années qui me restent à vivre ? » c'est ainsi que j'ai cherché à être ordonnée.

*Kerry Stewart* : Une part de la vie d'un moine ou d'une nonne recevant le Vinaya est d'aller recueillir les aumônes afin de recevoir son repas quotidien. Comment les thaïlandais réagissent-ils quand Dhammananda y alla pour la première fois ?

*Bikkhuni Dhammananda* : De manière générale les Thaïlandais sont très généreux et ils aiment faire des offrandes; c'est leur façon de mener une vie religieuse, faire beaucoup d'offrandes aux temples, aux moines et nous les femmes sommes toujours les premières à en faire. Nous préparons toujours les meilleurs plats et les apportons au temple. Et maintenant quand je marche dans la rangée, sortant pour les aumônes, certaines femmes me suivent, certaines d'entre elles sont si touchées car elles n'auraient jamais pensé qu'une femme puisse avoir cette place: les femmes ont toujours eu le rôle de mettre quelque chose dans le bol, mais maintenant nous avons une femme qui reçoit dans son bol- cela a un grand impact sur les femmes, les amenant à comprendre que hommes et femmes également sont égaux dans leur potentiel d'éveil. C'est la déclaration du Bouddha. C'est pourquoi je pense que nous apportons la richesse de la pratique bouddhiste pour les deux sexes.

*Kerry Stewart* : Mais tout le monde en Thaïlande ne voyait pas les choses de la même façon, en particulier certains moines et le gouvernement; pouvez-vous nous décrire les difficultés que vous avez dû dépasser et parfois même la lutte ?

*Bikkhuni Dhammananda* : La lutte, s'il y a lutte, c'est une lutte contre l'ignorance, et ce combat contre l'ignorance n'a pas de genre. Cela touche aussi bien les hommes que les femmes, et le fait que le gouvernement ne nous ait pas reconnu, il base la responsabilité sur la Sangha, mais la Sangha ne peut pas prendre de décision parce qu'on donne comme définition du mot "Sangha" seulement la Sangha masculine.

Aussi quand la Sangha féminine apparaît, ils ne savent pas quelle place nous donner. Nous ne sommes pas dans l'illégalité au point de vue de la constitution, nous sommes protégées par la loi, et pourtant nous

ne sommes pas légalement reconnues.

Nous sommes dans une phase très étrange et le fait d'être dans ce vide est une bonne pratique pour nous-mêmes, pour savoir vraiment que les choses sont impermanentes ; le fait que nous ne soyons pas reconnues, même, fortifie notre pratique. Nous ne devrions pas mener cette vie seulement parce que nous sommes reconnues. Nous pouvons aussi mener notre vie en pratiquant très bien sans être reconnues.

*Kerry Stewart* : Et quel est ce besoin d'être pleinement ordonnées nonnes en Thaïlande ? Est-ce qu'il ne vous suffit pas d'être novice ?

*Bikkhuni Dhammananda* : Vous savez, tel que je le vois, c'est un héritage que le Bouddha a établi pour nous. Il est de notre responsabilité en tant que second pilier du groupe bouddhiste, que nous soyons implantées, afin de renforcer le Bouddhisme. Parce que le Bouddha a dit que les bikkhus (moines), bikkhunis (nonnes), laïcs hommes et laïcs femmes feront que le bouddhisme prospérera ou déclinera ; cela dépend de ces quatre groupes de personnes.

Je vois cela comme ma responsabilité, en tant qu'individu, afin de donner naissance, prendre part à une communauté de femmes de même sensibilité, prêtes à sacrifier cet attachement au moi ; mais maintenant nous pouvons nous consacrer, par notre travail, notre énergie au progrès du bouddhisme.

(Suite en février)

*Traduction Jokei Ni*

## Faire un pas de côté, réflexions sur les dix ans de rakusu.

*- D'où je viens – la quête en tous sens :*

Le bonheur, le progrès, l'amour .. j'ai cherché (et je cherche encore) tout et son contraire et dans tous les sens à la fois. En changeant de pays, en changeant de vie, en changeant de métier, en changeant de rêves, à la recherche de la vérité, comme de quelque chose qui existe en soi, de quelque chose qui existe en dehors de moi. Je marche partout, en tous sens, ou plutôt je cours comme Alice derrière le temps qui passe, les choses à faire, derrière les autres, derrière moi-même.

Au Pays des merveilles, le temps est déréglé, il n'y en a pas assez, et je

suis le Lapin Blanc toujours pressé, ou le Chapelier fou, condamné à vivre éternellement à l'heure du thé. Je cours aussi parce que je crois que le bonheur est toujours devant et que pour le rattraper, il faut aller plus vite, encore plus vite. Je cours, je me casse, je me répare et je recommence

*- La rencontre – le premier pas de côté :*

C'est dans une de ces courses où j'espérais rattraper le temps perdu, il y a 12 ans à Bruxelles que j'ai rencontré Sensei aux Voies de l'orient en novembre 2009. J'allais à un stage. Il faisait gris et pluvieux et nous nous sommes assis. J'avais mal, j'étais fatiguée mais quelque chose là m'a touchée. D'abord ce n'était pas un stage de plus mais un témoignage. Puis c'était clair, précis et simple à la fois. J'ai donc eu envie assez vite d'aller voir plus loin, et cela a été ma première visite à la Demeure sans Limites dans le froid de l'hiver qui a suivi pour le sesshin de nouvel an. Puis, il y a eu le rakusu en juillet 2001, mon second séjour à la DsL. Puis encore quelques séjours jusqu'à aujourd'hui.

J'avais fait mes premiers pas de côté....

Un pas de côté, (en anglais, side-step), dans les sports de combat est un placement du corps hors de l'axe d'attaque adverse par déplacement d'un ou de deux appuis. Certains spécialistes parlent également de « décalage » (un pied en dehors du couloir direct d'affrontement) et de « débordement » lorsque l'on sort du couloir direct d'affrontement.

Et me reviennent ces quelques mots d'une réplique d'un film de Doillon : On nous dit le bonheur, c'est le progrès, faire un pas en avant. Et c'est le progrès... mais ce n'est jamais le bonheur. Alors si on faisait un pas de côté ! Si on essayait autre chose ! Si on faisait un pas de côté, on verrait ce qu'on ne voit jamais.

Un mouvement, un pas de côté, un décalage

*- La transformation – ouvrir les yeux :*

Faire un pas de côté, c'est regarder autrement... VOIR et REGARDER – VOIR et ETRE VU. VOIR ce qu'on n'a jamais VU.

Une histoire de regards  
Parler de zazen, c'est aussi parler de mon regard qui change. Je ne regarde pas, je ne regarde personne, je ne vois rien, je cours. Et que faire de tout cela dans zazen, comment faire avec ces impressions qui me traversent. Je peux bien sûr fermer les yeux mais elles sont encore là quand je les ouvre. Je peux bien sûr

garder mes poings serrés pour les affronter mais elles sont toujours là quand je les ouvre.

Alors quoi ? Faut-il vraiment ouvrir mes yeux ?

Est-ce que je risquerais de regarder ce que je n'ai pas envie de voir ? De regarder, d'être regardée, de traverser le miroir telle Alice qui va d'un côté à l'autre, du petit au grand et du grand au petit, du dedans au dehors. Zazen et je me transforme, sans cesse, à chaque moment. Rien n'est stable, rien n'est définitif. C'est tout un apprentissage de découvrir cela. Dans l'assise mais aussi ailleurs, dans la vie.

*- Savoir être proche sans l'être trop de ceux que j'aime, savoir laisser l'air circuler.*

« Trop proche, une flamme brûle

Trop loin un nuage fuit

L'univers soudain à portée de main, toujours par-delà

Lorsqu'est dit : Viens »

*(F. Cheng – le long d'un amour)*

*- Et la décision d'un temps et d'un espace pour ce chemin là :*

Je vais à la Demeure sans Limites mais je reviens aussi chez moi.

Comment continuer seule, comment revenir à ce moment découvert ici, de lien avec le Bouddha, le Dharma et la Sangha ? Avec les Trois Trésors. Comment réserver le temps et l'espace pour cela ? Je m'installe un lieu, je cherche des moments dans la journée, dans la semaine et, sans cesse, je dois réaménager ce temps.. Lutter pour le préserver car c'est aussi ce temps qui nourrit le reste de ma vie, mes engagements.

*- Avancer ici et transformer ma vie,* prendre le chemin de l'accueil et de l'adoption d'un enfant (il est arrivé chez moi au même moment où j'ai rencontré Sensei, en 1999), ouvrir le réseau, lâcher mes certitudes et accepter la solitude pour aussi me réjouir quand on est ensemble, vivre les hauts et les bas et retrouver le souffle qui apaise la souffrance. Accepter de prendre refuge, d'ouvrir les mains, je vous salue... dirait-on ailleurs.

*- La souffrance de sentir le monde divisé :*

C'est un chemin où la joie mais aussi la souffrance sont présents.. Cette souffrance, parfois présente au quotidien, celle que je veux garder, serrer entre mes doigts. La mienne, celle qui m'appartient. "Il faut bien souffrir pour quelque chose". Elle et moi.

Puis un jour traverser le miroir et découvrir que cette souffrance ne m'appartient pas et qu'entre elle et moi, il n'y a pas de différence. Elle est simplement là. Pas de différence

entre intérieur et extérieur,... ouvrir les mains La forme est le vide et le vide est la forme. Enfin libérée du dur travail d'être moi. Je ne vais vers nulle part. Je fais juste un pas de côté. Un pas léger, un moment fragile...

- *Le premier chant d'oiseau, à l'aube*, lorsque la rosée est là et que le cœur est tranquille dans le mouvement de la vie. Rilke disait « ce qui est à l'intérieur nous entoure » C'est le monde qui nous crée, nous sommes bénis par la lumière. Zazen comme une présence à soi et au monde, un silence infime du mental, une quiétude du cœur, quelque chose dont je suis témoin, silencieuse, une ouverture, un peu plus d'espace à l'intérieur, juste dépoussiérer les images, un pas de côté.

- *Et le maître ?*

Parler de zazen, de toutes ces transformations, c'est aussi parler de vous, de nous et de Sensei, celle qui mène ce temple, celle qui nous accompagne sur le chemin..

Souvent on me demande : c'est quoi un maître ?

Une question à laquelle je n'ai pas

fini de répondre, celui/celle qui est plus loin sur le chemin, celui/celle qui accueille et qui guide. Souvenirs récents de juin où Sensei accueille ma fatigue mais me demande avec insistance de faire attention à ma tenue, à mes vêtements, au rituel.

Une personne transparente comme le verre, chaude comme la terre, une personne exigeante aussi, celle qui donne le cadre, celle contre laquelle on se révolte parfois, celle qui accueille les questions et celle qui répond elle aussi par « ce pas de côté » qui permet (parfois bien plus tard) d'accepter ces choses qu'on est incapable de comprendre sur le moment même... Une lumière sur le chemin.

« *Ce qui peut se dire, ne se dira pas*  
*Ce qui ne le peut, sera dit sans cesse* »

« *Ce qui t'est offert, c'est la patience d'une vie* »

F. CHeng

- *Une lumière sur le chemin:*

Aujourd'hui, je renouvelle mon engagement devant vous, j'accepte

aussi d'être lumière, d'éclairer et donc de brûler, (pour qu'il y ait de la lumière, il faut que quelque chose brûle, se consume). Ouvrir les yeux, m'engager, ne pas fuir.

Ouvrir le cœur comme une maison et le préparer pour accueillir l'amour/ Dieu/Bouddha (comme le dit C. Singer dans ses derniers jours de vie). Etre témoin, être vivante, être relais pour d'autres, être debout de maintenant jusqu'à la fin. Parce que le début et la fin se retrouvent un jour et que Bouddha (l'éveil) existe dans la naissance et dans la mort.

- *Zazen et la vie et la mort:*

Faire Zazen, pour mourir vivante comme le disait Delphine de Vigan dans « rien ne s'oppose à la nuit » Faire Zazen pour mourir intentionnellement comme le disait C. Singer au crépuscule de sa vie. Chaque jour est une nouvelle création.

En prenant sous ma responsabilité ma vie et ma mort, j'avance sur un chemin de paix.

Marina Gyokuen

## En vrac :

\* **Notes de lecture** : vous avez lu, récemment ou il y a longtemps, un livre du Dharma qui vous a intéressé : expliquez en quelques lignes très simplement pourquoi, ou faites-en un petit résumé, et envoyez-nous votre texte avec toutes les références ; nous le mettrons dans Daishin, et cela aidera d'autres personnes !

## \* Pourquoi tout le monde devrait lire « Qui meurt ? » de Stefen Levine

\* La première fois que j'ai vu ce titre à la Demeure sans Limites j'ai pensé : « Bonne question, je verrai ça plus tard, il y a plus urgent pour le moment. » Mais je suis retombée dessus et j'ai plongé dans ce livre, qui a été pour moi une expérience initiatique, une révélation de ce qu'est la vie en réalité.

J'ai d'abord réalisé à quel point cette question est cruciale : derrière « qui meurt ? » il y a « qui vit ? » ou « qui suis-je ? ». Notre attitude face à la mort détermine une grande partie de nos vies. Stefen Levine, de par son expérience sur le terrain auprès des mourants et de part sa pratique spirituelle, présente une façon tout à fait inédite d'envisager la mort, la maladie, la souffrance. Elles ne sont plus des ennemies à combattre ou à fuir, des défaites personnelles, des erreurs du destin. On peut les voir comme des initiatrices, des occasions précieuses de nous ouvrir à ce que nous sommes réellement et à une réalité bien plus vaste que la « cage » dans laquelle nous nous sommes enfermés, à force de petits ou grands refus du réel.

Ce n'est pas un ouvrage ouvertement bouddhiste, et pourtant il approfondit de façon vivante et tellement juste l'enseignement des Quatre Nobles Vérités. C'est peut-être parce que l'auteur est occidental que sa description de la crispation habituelle de l'esprit autour du « moi, je » me parle comme un pur miroir. Peut-être aussi parce qu'il y a beaucoup de compassion et de compréhension entre les lignes. Puis j'entrevois la possibilité d'une vision beaucoup plus juste, où toute chose est parfaitement à sa place, où l'émerveillement devant ce qui est remplace la peur et la méfiance. L'expérience directe de la réalité, telle que l'a fait le Bouddha Shakyamouni.

En tant qu'apprentie Bodhisattva, ce livre devient une aide précieuse, en me poussant à m'interroger sur ce que signifie réellement « aider l'autre », comment l'accompagner dans son chemin vers la mort, ou dans la vie de tous les jours.

Profondément touchée par cette lecture, je voudrais la partager avec ceux que j'aime et les autres aussi. Souvent, je sens que les personnes se détournent à la seule citation du titre, ce qui est compréhensible puisqu'il nous met face à nos deux plus grandes peurs : notre propre finitude et la réalité du personnage que nous avons construit. Pourtant ce n'est pas du tout un livre triste ou angoissant, bien au contraire, question de point de vue !

« *Qui meurt* » S.Levine *Le Souffle d'Or*, collection Passages. Marion

\* Fukushima (suite)

\* Dans une tribune publiée par la revue The Lancet, cinq oncologues dénoncent l'opposition des autorités japonaises au projet d'anticiper le traitement des cancers qui seront déclarés par les liquidateurs de la centrale de Fukushima. (...) Les médecins proposent de congeler les cellules souches prélevées dans le sang des centaines d'ouvriers présents sur le site. En cas de maladie, les patients se verraient réinjecter leurs propres cellules qui restaureraient celles qui ont été détruites - une méthode simple, peu coûteuse et efficace contre certains types de cancers. Mais la Commission nationale japonaise s'inquiète des effets d'un plan de prévention sur le moral des employés et sur la « réputation » (sic!) de l'industrie nucléaire dans la population.

*Revue XXI*

" Pour en savoir plus, et connaître ce qui se passe, et les conséquences, <<http://videos.tf1.fr/sept-a-huit/les-samourais-de-fukushima-dans-l-enfer-de-la-centrale-6831897.html>> à voir absolument ! "

\* De tout coeur.

\* « Dans cette retraite, ce qui m'a le plus touchée, ce sont les derniers mots que vous nous avez offerts à la fin du zazen. Je ne me souviens plus de la phrase dans son ensemble, j'ai retenu ces trois mots "de tout coeur".

C'est ce que j'ai envie d'emporter avec moi et de rendre encore plus présent dans ma vie quotidienne. Ce soir en étendant mon linge j'ai commencé par me dire, je ne vais pas y arriver, trop de choses à gérer, à faire toute seule et puis tout de suite je ne me suis pas égarée mais recentrée et je me suis répétée " étendre le linge de tout coeur » et cela a accompagné toute ma soirée...préparer le dîner de tout coeur...couper les légumes de tout coeur... »

*Marylise*

\* Poèmes :

\* « Sensei, pour vous remercier, tel un chat végétarien qui apportera un haricot (soyez rassurée, un haricot complètement mort ) sur le perron de la cuisine, je vous envoie ces deux petits poèmes :

Ce soir dans le dojo  
Assis face au mur  
Une mouche  
Nous crie sa terreur  
De l'hiver.

Ciel d'automne  
Je coupe des betteraves  
Avant que la cloche  
Ne sonne.  
Pendant que je lirai  
Ce soir, d'autres que moi  
Cuiront des navets.  
Puis la nuit venue  
Nous serons assis  
Ensemble en silence.  
Pourquoi m' épuiser  
A chercher au cercle  
Une extrémité ?

*Le Chat Végétarien.*

*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 .*