

DAISHIN

大心

L'Esprit Vaste

Calligraphie d'Akiko San

Comme la fleur de lotus
les racines dans la boue
se tourne vers le soleil
ainsi puissions-nous
au-delà des passions
nous tourner
vers la Voie du Bouddha.

Programme

Jôshin Sensei

- Retraite en Normandie :
les 21,22 et 23 octobre
Les Voeux du bodhisattva.

La Demeure sans Limites avec
Jôkei Sensei :

du 6 au 9 octobre
- Préparation du jardin pour
l'hiver (2ème partie) ,
pratique et enseignements.

du 29 oct. au 1er novembre
Calligraphie avec la
calligraphe Akiko San.

Sommaire

Bonsoir Bodhisattvas
hommage à
Zenkei B. Hartmann

Trois pamplemousses
et dana paramitta
Taitetsu Unno

A voir



C'était l'une des forces vives du bouddhisme américain – en tant que l'une de ses plus anciennes pratiquantes, en tant qu'enseignante du Dharma et en tant que première abbesse du San Francisco Zen Center. Dans cet extrait de son ouvrage, Seeds from a Boundless Life, Zenkei Blanche Hartman réfléchissait à « la Grande Affaire » qui la motivait et l'aidait à poursuivre.

Bonsoir Bodhisattvas

Le simple fait d'être en vie est en soi suffisant.

En 1989, j'ai fait une crise cardiaque. Lorsque j'ai quitté l'hôpital, le soleil brillait et j'ai eu cette réalisation soudaine : « C'est formidable, je suis en vie. Je pourrais être morte. Le reste de ma vie est un cadeau ».

Puis, j'ai pensé : « Oh, mais cela a toujours été le cas, dès le tout début. Personne ne me devait cette vie. Elle m'a juste été donnée. C'est formidable » !

Et en cet instant d'éveil, j'ai découvert à quel point il est riche et merveilleux de se sentir reconnaissant d'être en vie. Juste maintenant, juste ici, tout le temps. Je n'ai rien à faire de plus spécial que de savoir que le simple fait d'être en vie est en soi suffisant.

La grande poétesse Emily Dickinson a dit : « Vivre est une chose tellement surprenante que cela ne laisse que peu de temps pour le reste ».

Et Frère David Steindl-Rast dit : « La plus grande surprise, c'est en soi qu'il y ait quelque chose et que nous soyons ici ».



Et Omraam Mikhaël Aïvanhov :
 « Le jour où j'ai pris l'habitude de prononcer le mot "merci" en conscience, j'ai eu le sentiment d'avoir reçu une baguette magique à même de tout transformer ». Vivre cette vie de gratitude a réellement changé ma vie. Avant, j'avais des opinions très marquées et j'étais prompt à critiquer toute personne qui ne partageait pas mon avis. Aujourd'hui, je reconnais que ma vie dépend de toutes les vies qui m'entourent. Nous nous entraïdons tous. Aucun d'entre nous ne pourrait prendre soin de lui-même s'il était tout à fait seul au monde. Nous sommes si totalement liés entre nous et interdépendants. Notre vie dépend des autres. Et lorsque vous commencez à réaliser cela, vous ne pouvez qu'être reconnaissant.



Notre responsabilité à l'égard du don de la vie

Avec ce don de la vie vient une certaine responsabilité, celle de préserver la vie sur cette terre, de faire notre part pour prendre soin de ce fabuleux présent que nous avons reçu.



Et c'est particulièrement important, à cette étape de notre histoire, à l'heure où nous découvrons que notre façon de vivre met en danger la pérennité de la vie. Nous constatons qu'il est nécessaire de modifier l'usage que nous faisons des énergies fossiles, sans quoi nous risquons de nous empoisonner et de suffisamment altérer le climat de cette terre pour la rendre inhabitable, du moins pour des créatures telles que nous. Il y a une responsabilité à avoir reçu ce don de la vie, et c'est d'en

prendre soin de toutes les manières possibles. J'ai entendu cette citation il y a quelque temps : « Notre tâche n'est pas de régler tous les problèmes du monde en une seule fois, mais de tendre le bras pour réparer ce qui est à notre portée ». Nous pouvons ainsi apporter notre contribution, quelle qu'elle soit, à la protection de la terre et des autres êtres avec qui nous la partageons.



Bonsoir Bodhisattvas

Le vœu de bodhisattva du Dalai Lama est le suivant :
 « Chaque jour,

lorsque vous vous réveillez, dites-vous : « Aujourd'hui, j'ai la chance de m'être réveillé. Je suis en vie. J'ai une précieuse vie humaine. Je ne vais pas la gâcher. Je vais utiliser mon énergie à me développer, à ouvrir mon cœur aux autres, à atteindre l'éveil pour le bénéfice de tous les êtres. Je vais avoir des pensées bienveillantes à l'égard d'autrui. Je ne vais pas me fâcher ou penser des autres en mal. Je vais être aussi bénéfique pour les autres que je le peux ».

C'est notre vœu fondamental en tant que bodhisattvas. Et bien sûr, vous êtes tous des bodhisattvas. Suzuki Roshi commençait toujours ses enseignements par « Bonsoir Bodhisattvas ». C'est pour cela que nous sommes là, pour éveiller les êtres. Et éveiller les êtres, c'est s'éveiller aux liens profonds que nous avons avec toute chose, avec tous les êtres vivants. Nous partageons tous la même vie, et nous devons prendre soin de cette vie, de sorte qu'elle puisse se maintenir génération après génération.



Ce n'est qu'amour et joie

J'ai reçu un appel m'annonçant qu'une amie très chère, à qui j'avais transmis les préceptes il y a plusieurs années quand je vivais à Green Gulch, était mourante.

J'ai convenu avec son mari de passer la voir et de leur donner à nouveau les préceptes.

L'une des choses qui m'a toujours beaucoup aidée autour de cette question de vie-et-mort – ou autour de cette question de ma mort – était de rencontrer la vie avec beaucoup de curiosité.



De quoi s'agit-il ? Nous ne le savons pas. Nous ne pouvons pas le savoir à l'avance. Pouvons-nous être là pour l'accueillir et découvrir ce qu'est ce grand mystère de vie-et-mort ?

Lorsque je suis allée voir mon amie Jenny, je lui ai dit : « Eh bien, Jenny, on dirait que tu vas découvrir le grand mystère avant Pete et moi ».

Elle était allongée sur un lit d'hôpital dans sa chambre, mais elle s'est redressée d'un bond et a jeté ses bras autour de mon cou : « Blanche ! Ce n'est qu'amour et joie » !

C'était moins d'une semaine avant son décès. Je te remercie, Jenny, pour cet enseignement. Ce n'est qu'amour et joie.

Pouvons-nous envisager cela comme une possibilité dans nos cœurs lorsque nous étudions ce grand mystère ? Je sais que, plus je vieillis, et plus je me demande si je serais capable de dire une telle chose sur mon propre lit de mort, mais c'est assurément de cela que je parle à l'heure où je m'approche de mon lit de mort. Cet amour et cette joie sont réellement juste là, à notre portée si nous nous ouvrons à eux. Et je pense que nous familiariser avec les enseignements bouddhiques, et surtout avec l'enseignement sur l'amour bienveillant nous y aidera.

J'ai reçu un e-mail du mari de Jenny lorsqu'elle est décédée. Lorsqu'ils se sont souhaité bonne nuit, elle lui a dit :
 « Je vais rencontrer le mystère ». Ce furent ses derniers mots pour lui.



Alors, je vous offre cette phrase :
« Je veux être pleine de curiosité », parce qu'elle m'a incroyablement aidée au fil des ans.

Comment vivre quand on va mourir



Je suis venue à la pratique parce que j'ai découvert que j'allais mourir – moi, personnellement. Je n'y avais tout

bonnement jamais pensé auparavant, mais un soir, alors que nous étions ensemble, ma meilleure amie, qui avait mon âge et avait des enfants de l'âge des miens, a été prise de maux de tête. Ces maux de tête étaient si violents qu'elle alla consulter le lendemain matin. On lui diagnostiqua une tumeur cérébrale inopérable. Elle tomba dans le coma et mourut. Tout alla très vite. Il s'était peut-être écoulé un mois tout au plus depuis sa première migraine.

Ç'aurait pu tout aussi bien être moi plutôt que Pat. Oh, mon dieu ! Je vais mourir !



Mais la pensée suivante fut : « Comment vivre quand on sait qu'on va mourir ? » Cette question a été un tel cadeau pour moi. Et je me suis mise en quête de quelqu'un qui pourrait me dire comment vivre en sachant que je vais mourir. Et je sais que je vais mourir.

Alors, je voudrais partager avec vous ces cinq considérations de l'Upajjhatthana Sutta du Bouddha :

- Il est dans ma nature de vieillir. Il n'existe aucun moyen d'échapper à la vieillesse.

- Il est dans ma nature de tomber malade. Il n'existe aucun moyen d'échapper à la maladie.

- Il est dans ma nature de mourir. Il n'existe aucun moyen d'échapper à la mort.

- Il est dans la nature de tout ce qui m'est cher, de tout ce que j'ai et de tout ce que j'aime de changer. Il n'existe aucun moyen d'éviter de le perdre.

- Mes actions sont ma seule vraie propriété. Je ne peux pas échapper aux conséquences de mes actions. Mes actions sont le sol sur lequel je m'appuie.

Ces cinq considérations me semblent fournir des indices sur comment vivre quand on sait que l'on va mourir.

Soyez attentifs à comment vous vivez.

Soyez attentifs à vos actions.

Vos actions sont-elles bienveillantes ?

Vos actions sont-elles honnêtes ?

Vos actions sont-elles étayées par le désir d'aider les êtres, de leur être bénéfique ?

Vos actions sont-elles égoïstes ou généreuses ?

Comment vivez-vous cette vie ?

Trois pamplemousses et dana paramitta



Peu de temps avant que nous quittions le

Japon, ma famille et moi en 1968 après un séjour de six ans, mon ami de Californie nous a rendu visite et il nous offrit trois pamplemousses tirés d'un carton qu'il avait apporté. A cause des restrictions sur les importations, les fruits en provenance de l'étranger, comme les melons, le raisin, les pamplemousses étaient rares et donc ridiculement chers. Un pamplemousse par exemple pouvait coûter plusieurs milliers de yens, soit 20 dollars au taux de l'époque. En général les gens achetaient ces fruits exotiques, importés, pour en faire cadeau à des occasions spéciales.

Puisque nous étions sur le point de retourner en Californie nous mêmes, là où ces fruits poussaient en abondance, nous avons décidé, ma femme et moi d'offrir ces trois pamplemousses.

C'était le jour où elle allait à son cours d'ikebana, alors elle donna les fruits à son professeur. Pour nous ce n'était rien d'extraordinaire, mais quelques jours plus tard, nous avons reçu par courrier spécial une lettre de ce professeur. Ecrite au pinceau, sur un papier traditionnel japonais, et soigneusement pliée, c'était une lettre exceptionnelle.

Aujourd'hui les Japonais écrivent leurs lettres au stylo à bille sur du papier.

La lettre commençait de façon très formelle par quelques mots sur le temps, puis en venait aux pamplemousses.

Cette femme disait qu'elle avait partagé le premier pamplemousse avec ses petits-fils, qui furent ravis du parfum et du goût de ce fruit qu'ils n'avaient encore jamais vu. Le second, elle l'avait épluché et partagé avec une vieille amie qu'elle n'avait plus revue depuis 20 ans, faisant ainsi de cette réunion un véritable événement. Et le troisième, elle l'avait emporté à l'hôpital où sa meilleure amie était en train de mourir.

Cela faisait près d'une semaine qu'elle ne mangeait plus, mais lorsqu'elle avait vu le pamplemousse elle en avait voulu un petit bout pour voir. Après la première bouchée, elle en avait voulu une autre, puis une autre, et elle avait finalement mangé la moitié du fruit.

Les personnes de sa famille qui étaient là regardaient en larmes, heureux que cet être aimé se réjouisse ainsi.

Le professeur concluait en nous remerciant avec effusion de tout son cœur pour les trois pamplemousses.

En lisant cette lettre ma première réaction fut « Merci les

pamplemousses » !
Mais je me rappelai ensuite de ce que dit l'Ecole Hua Yen dans le Sutra de la Guirlande Fleurie : même un petit don a des répercussions dans ce monde interdépendant et interconnecté.



dans cette tradition, même un don minime est l'équivalent de dons sans nombre (dana paramitta).

Personne ne peut mesurer les effets d'un acte, d'un don car les répercussions vont au-delà de ce que notre esprit limité peut concevoir.

Les petits-enfants vont se rappeler l'arôme et la saveur de leur premier pamplemousse, gardant ainsi avec amour l'image de leur grand-mère, longtemps même après sa mort.

Les souvenirs du passé des deux amies furent sans doute encore plus mémorables avec chaque bouchée de fruit, ce sentiment plaisant les enveloppant, et se répandant autour d'elles. Et son amie mourante vivra pour toujours dans les cœurs de ceux qui l'aimèrent qui la reverront en

train de se régaler de chaque bouchée de ce fruit.

Enfin, la lettre de cette professeur m'a aidé à revenir aux enseignements de l'Ecole de la Guirlande Fleurie dans le monde contemporain.

Réfléchissant sur dana paramita, je vois que cela demande les « trois types de pureté ». C'est à dire que selon le Bouddha, le vrai don demande la prise de conscience qu'il n'y a personne pour donner, pas de don, personne pour recevoir. Toute sorte d'attachement, que ce soit envers soi-même pour être celui qui donne, ou bien pour la valeur du cadeau, ou pour celui qui reçoit, l'oubli de ce « personne pour recevoir », va annuler l'acte pur de donner.

Dans notre cas, Nous n'avions pas d'attachement, pas par sagesse, mais parce que tout simplement nous n'avions pas choisi les pamplemousses, nous les avons seulement fait passer au professeur. On pourrait considérer cela comme un vrai don, mais ce serait faux ce n'était qu'un acte fortuit, qui n'avait rien à voir avec dana paramita qui est un acte de non-ego, sans attente, qui mène sur l'autre rive de l'Eveil.

Le véritable acte de dana paramita implique ce que nous aimons le plus- et à la fin notre moi. Je connais un instituteur qui encourage les enfants à la pratique de dana paramita en donnant l'exemple. Une fois il

les emmena donner des fruits à des sans-abri. Pour cela, il acheta les fruits les plus chers du magasin. Une mère s'en plaignit, disant que ces sans-abri ne méritent pas une telle extravagance, il expliqua alors deux choses importantes sur le vrai don. D'abord il demande quelque sacrifice de la part de celui qui donne. Donner quelque chose dont on n'a pas besoin n'est pas dana.

Puis ce ne doit pas être un acte condescendant, mais il doit montrer du respect pour celui qui va recevoir le don. En fait, nous devons être reconnaissant envers cette personne de rendre possible l'acte de donner.

Bien que nous souhaitions accomplir dana paramita, la pratique n'en est pas facile. Mais comme dans le cas des trois pamplemousses, même si le don ne vient pas de nos cœurs, nous souhaitons redonner quelque chose au monde. En répétant cette pratique aussi souvent que possible, nous arriverons à réaliser que juste être vivant est un don, un don rendu possible par d'innombrables causes et conditions favorables. Que nous le sachions ou non, chaque acte de compassion, réel ou simulé, peut avoir un sens important bien au-delà de tout ce que nous pouvons imaginer.

*Taitetsu Unno. Extrait de Shin Buddhism : Bits of Rubble Turn Into Gold. Buddhadharma.
Traduction Jôshin Sensei.*

A Voir : Les nonnes bouddhistes aujourd'hui : des situations contrastées, des chemins à explorer, un très beau documentaire (en anglais) : <http://www.cultureunplugged.com/documentary/watch-online/play/50345/The-Buddha-s-Forgotten-Nuns>.

lulena-zen.blogspot.fr. Le blog de Jôshin Sensei : un cerf-volant, des Chinois, Bodhidharma, le jardinage... un blog pour se promener dans des textes, des photos, et, oui, des poèmes !

Photo : Yvon/Anne : illustrations : mkq_how to draw a lotus ; xlotus-flower-drawing15

*Daishin est le bulletin de la Sangha des étudiants de Jôshin Sensei.
Il ne peut exister que grâce à votre participation.
Nous attendons vos textes, textes personnels, extraits de lecture, autres...*