



## Mars 2017 : Que ferait le Bouddha ?

**Au mois de Mars, l'anniversaire de la mort de mon Maître, Moriyama Roshi.**

**En annexe, textes et photos :  
« Moins est plus : premier séjour à Zuigakuin ».**

**Soirée de méditation pour exprimer notre gratitude, le sam. 11 mars. Jôshin Sensei**

**La Demeure sans Limites est fermée jusqu'au 7 avril.**  
*Programme de la Demeure sans Limites :*  
à la rubrique "Le programme" sur le site [www.larbredeveille.org](http://www.larbredeveille.org) à partir de mi-mars. "

*Jôshin Sensei :*

- **Paris** : samedi 18
- **Annecy** : samedi 25.

**Uposatha :**

dimanche 12 et mardi 28 Mars.  
Rejoignez-nous : <https://framadate.org/xDLkh45WmEeXV7up>

**Nouveau le site de Jôshin Sensei : toutes les dates, des textes d'enseignements de différents Maîtres et de Jôshin Sensei, des photos, des infos, etc : <[montagnes-et-forets-du-zen.org](http://montagnes-et-forets-du-zen.org)>**

### Sommaire

Que ferait le Bouddha ?  
*David Loy*

Imaginer le futur  
*Aitken Roshi*

Bouddhisme et Nature (extraits)  
*Lily da Silva*

Prière pour ce temps de crise écologique  
*Chatral Rinpoche*



*« La destruction de la nature et des ressources naturelles résulte de notre ignorance, de notre avidité et du manque de respect pour les êtres vivants. Ce manque de respect s'étend aussi aux descendants de tous les êtres vivants qui vont hériter d'une planète très dégradée si la paix mondiale ne devient pas une réalité, et si la destruction de l'environnement se poursuit à ce rythme. Nous sommes une génération-pivot ». Dalai-Lama*

### Que ferait le Bouddha ?

Nous bouddhistes, comme tout le monde, nous sommes dans une situation si critique actuellement que nous devons y faire face rapidement. Si vous n'êtes pas au moins vaguement conscients des problèmes urgents, c'est qu'ou bien vous ne faites attention à rien, ou bien il y a quelque chose qui ne va pas dans votre façon de voir. J'imagine qu'il y a un enfer (enfer bouddhiste comme enfer chrétien) réservé à ceux qui refusent d'abandonner leur indifférence auto-centrée qui leur permet de méditer indéfiniment sur leur coussin, tandis que le reste du monde court à la catastrophe.

Notre pratique doit aller au-delà de nos coussins et du zendo, pour englober une compréhension large de ce qui se passe dans le monde, dans notre monde. Comme Kwan yin, (Kanzéon) nous devons entendre, et répondre à sa douleur.

Nous pensons parfois que pratique de la Voie du Bouddha signifie « Seulement voir, seulement entendre, seulement ressentir est bien ! Les concepts sont mauvais ».

Il y a des moments et des endroits où nous devons nous concentrer sur les phénomènes sensoriels et mentaux. Néanmoins une telle méditation n'est pas suffisante en elle-même. Si notre pratique bouddhiste nous rend allergique à tous les concepts, à toutes les abstractions, alors nous devrions aller voir l'Arctique de nos yeux, observer la glace qui disparaît, et le permafrost qui fond, et les taudis de Mumbai et de Nairobi pour voir comment survivent les familles là-bas, et l'Iraq, pour apprendre ce que « apporter la démocratie au Moyen Orient » veut vraiment dire... et encore bien d'autres endroits.

Ceux d'entre nous qui ne peuvent pas voyager doivent utiliser d'autres façons pour développer leur prise de conscience, employer leurs facultés critiques pour comprendre les défis auxquels nous faisons face aujourd'hui.

Croire que « attention » (ou pleine conscience\*) signifie être présent seulement à mon environnement immédiat, placer des limites à notre prise de conscience, ne fait que reproduire un de nos grands problèmes : notre déconnexion avec les autres, et le monde dans lequel nous vivons. « Anatta », le « non-moi » des Enseignements signifie qu'il est illusoire

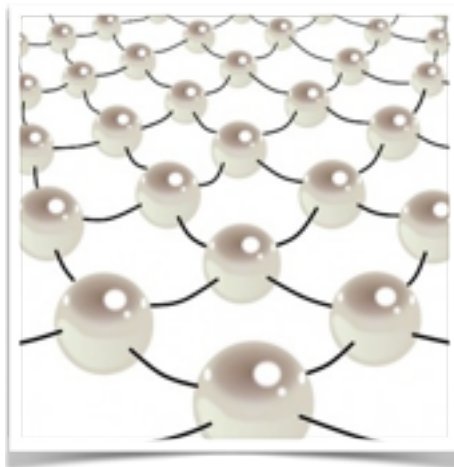
de séparer mes « propres intérêts » de ceux des autres. Dire « Je dois d'abord m'occuper de mon propre Eveil avant de pouvoir aider les autres », ou bien « Du point de vue de l'absolu, tous les êtres sont vides » ne sont au mieux que des demies-vérités.

Les événements ne vont pas attendre que vous ou moi ayons atteint l'Illumination. Nous devons faire ce que nous pouvons, à partir de ce que nous sommes ici et maintenant.

De plus c'est oublier comment fonctionne une pratique spirituelle : c'est en prenant soin du reste du monde que nous dépassons notre moi auto-centré.

Contrairement à une erreur répandue, les bodhisattvas ne reculent pas leur éveil parfait pour rester dans le monde, c'est en restant dans le monde et en aidant les autres qu'ils perfectionnent leur Eveil. Nous nous éveillons de notre auto-souffrance dans un monde plein de souffrance, avec la réalisation que je ne suis pas séparé de ce monde.

Et « vide » ? oui et non ; le vide est aussi la forme. Il ne s'agit pas de rester sereinement dans la vacuité, mais de chérir



ce réseau de vie imbriqué dans tout (Filet d'indra\*) que la Terre a miraculeusement créée et dont nous partageons l'activité miraculeuse avec tous les êtres. Il ne s'agit pas d'atteindre

quelque état de conscience transcendant, mais de réaliser notre non-dualité fondamentale avec le monde, et agir.

### Que ferait le Bouddha ?

Est-ce qu'on va répondre qu'on ne peut pas savoir, parce qu'il n'est pas là pour nous répondre ?

Si le Bouddha ne vit pas en nous, et en tant que nous, c'est bien vrai qu'il est mort alors. Mais notre challenge le plus urgent est de chercher comment appliquer les Enseignements du Bouddha à notre situation présente. Si ces Enseignements ne peuvent pas nous aider à comprendre et à répondre aux crises globales que nous affrontons aujourd'hui, alors qu'est-ce que ces Enseignements ?

Le plus fondamental des Enseignements du Bouddha est aussi celui qui nous donne une compréhension profonde des crises collectives actuelles : la relation entre la souffrance, au sens large du terme, et le sentiment illusoire d'un moi qui serait séparé des autres. Un tel « moi » est sans cesse à la recherche d'une -fausse-sécurité, et cette recherche tend à rendre les choses pires. Et cela nous montre comment le « moi collectif » de chaque groupe essaie lui aussi de promouvoir ses propres intérêts au détriment des autres groupes.

Nous sommes là au cœur du sexisme, du racisme, du nationalisme, du militarisme, et de tous les -ismes. Si le sens de la séparation est le problème, alors embrasser l'interdépendance va être à la base de toute solution.

L'interdépendance n'est pas seulement une compréhension profonde à cultiver sur nos coussins ; un monde de souffrances demande que nous en faisons l'expérience profonde- que nous la réalisions,



au sens de rendre réel, dans notre façon de vivre.

Si les bouddhistes ne veulent le faire, ou ne trouvent pas de moyens de le faire, alors le bouddhisme n'est pas le chemin spirituel dont le monde a besoin aujourd'hui.

*\* ajouts de Jôshin Sensei  
David Loy est un philosophe, un auteur et un enseignant dans le lignage Zen du Sanbo Kyodan.  
Voir « Notes pour une Révolution Bouddhiste ».  
<http://www.ecobuddhism.org/wisdom/editorials/wwtbd>  
Traduction : Jôshin Sensei*

Et vous qu'en pensez-vous ?  
Comment comprendre ce qui se passe à la lumière des Enseignements ?  
Comment mettre en actes la non-dualité, le Filet d'Indra ?

## Imaginer le futur

Nous pourrions commencer par développer des alternatives à la politique traditionnelle grâce à des groupes informels de pratiquants de diverses Sanghas, pour examiner la politique et l'économie à la lumière des Enseignements du Bouddha.



On verra vite que les enseignements sur l'interdépendance nous amènent à questionner l'accumulation de richesses, et la gouvernance par autorité hiérarchique.

Que faire alors ?

Il faut faire quelque chose, c'est certain. Notre pratique des Demeures de Brahma - metta,

karuna, joie et équanimité- n'aurait pas de sens si elle excluait des personnes, des animaux ou des plantes parce qu'ils n'appartiennent pas à notre «Sangha» dans son sens limité.

Il n'y a rien dans les Enseignements qui nous transforme en secte ignorant le monde extérieur.

Au contraire, il est clair que nous sommes ensemble, reliés à tous les êtres.

Il est temps que nous parlions en tant que bouddhistes, en affirmant notre idée de l'harmonie en tant que Voie.

*Robert Aitken Roshi*

## Bouddhisme et nature

Le bouddhisme recommande une attitude douce et non-agressive envers la nature. Selon le Soutra Sigalovada ([http://www.buddhanet.net/e-learning/ethics\\_s.htm](http://www.buddhanet.net/e-learning/ethics_s.htm). je ne l'ai pas trouvé en français).

Un Maître de maison doit accumuler la richesse comme les abeilles recueillent le pollen, sans blesser ni le parfum ni la beauté de la fleur, mais pour le transformer en miel sucré. De même, la personne doit faire un bon usage de la nature, afin qu'il puisse ainsi réaliser son potentiel spirituel inné.

Les Cinq Préceptes (panca sila) sont le code éthique minimum que chaque laïc bouddhiste va respecter.

Le premier précepte exige de s'abstenir de blesser toute vie. Il implique rejeter toutes armes, être attentif à ne pas ôter la vie d'aucune créature.

Dans un sens positif, il demande de cultiver la compassion, et la sympathie pour tout ce qui vit. Le bouddhiste laïc ne doit pas non plus travailler dans le commerce de la viande.

Le conte (Jataka) Nandivisala (<https://suttacentral.net/fr/ja28>) montre comment nous devons

montrer de la gentillesse envers les animaux ; même un animal sauvage peut être dompté par des paroles affectueuses.

Parileyva était un éléphant sauvage qui servait le Bouddha lorsque celui-ci résidait dans la forêt seul loin des moines. L'éléphant furieux Nalagiri fut dompté par le Bouddha seulement par le pouvoir miraculeux de metta, la gentillesse aimante. L'homme et la bête peuvent vivre sans crainte l'un avec l'autre lorsque l'homme cultive la gentillesse et regarde toute vie avec compassion.



Le bouddhisme exprime une attitude douce et non-violente également envers la végétation. Il est dit qu'on ne devrait même pas casser la branche d'un arbre qui vous a abrité. Les plantes nous fournissent tout ce qui est nécessaire à la vie, ainsi nous devons en prendre soin. Des règles plus strictes encore régissent l'attitude des moines et leur interdisent de blesser toute plante.

Avant la venue du bouddhisme, les gens regardaient les phénomènes naturels comme les montagnes, les forêts, les bosquets, et les arbres avec crainte et respect. Ils les considéraient comme la demeure de puissants êtres non-humains, qui pouvaient les aider en cas de besoin. Même si le

bouddhisme a offert aux hommes un Refuge bien supérieur, le Refuge dans les Trois Trésors, ces lieux continuent à être populaires, puisque accepter les êtres non-humains terrestres comme les devatas et les yakkhas ne transgressent pas le système de croyance bouddhique.

Il y a un respect spécial pour les très vieux arbres énormes. On les appelle en pali « les Seigneurs de la Forêt ».



Les grands arbres comme l'arbre sala, le figuier et le bocoa, ou

arbre de fer sont considérés comme des arbres de la bodhi d'anciens Bouddhas. Et bien sûr les Ficus religiosa, car c'est en-dessous d'un arbre de cette espèce que le Bouddha atteint l'Illumination.

*Extrait de The Buddhist Attitude Towards Nature Lily da Silva.*  
Traduction : Jôshin Sensei  
<http://www.accesstoinight.org/lib/authors/desilva/attitude.html>

### En vrac :

- Proposé par Françoise : <http://www.kaizen-magazine.com/les-compliments-contagieux/>

- En avril, un numéro sur « Hanah Matsuri », « Fête des fleurs, naissance du Bouddha » le 8 avril, et la pratique dans le jardin, puisque ce sera la réouverture de La Demeure sans Limites, et la préparation du potager.

**Photos :** Jôshin Sensei, Marie B, [brightwayzen.org](http://brightwayzen.org), [ecobuddhism.org](http://ecobuddhism.org), [alamy.com](http://alamy.com), Pierre M, [jack-wallace.com](http://jack-wallace.com) . **Illustration :** Frederic Baylot.



*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...*

## Prière pour ce temps de crise écologique

Bouddhas Bien-venus et bodhisattvas dans les dix directions  
 Tournez vers nous vos intentions éveillées  
 Puissent tous les êtres sensibles tourmentés par l'âge présent  
 -Âge des cinq dégénérescences-  
 Savoir qu'ils possèdent un trésor qui peut soulager  
 Les nombreux présages de dégradation du monde physique et de ses habitants  
 Qui est due au mûrissement de leurs mauvaises actions et intentions.

Un trésor qui est fondé sur le renoncement aux actions néfastes  
 et l'accomplissement d'actions altruistes.  
 Apportant à tous le bien-être spirituel et temporel qu'ils désirent.  
 Ceci est le joyau suprême qui remplit tous les souhaits des coeurs éclairés par la compassion  
 Associée aux plus hautes pratiques spirituelles.

Avec ce coeur compatissant  
 Puissent tous les êtres cultiver l'amour et la bienveillance pour chacun  
 Sans haine, sans dispute et sans violence,  
 Puissent-ils tous profiter des merveilleuses ressources du bonheur -  
 Tout ce qu'ils désirent-  
 Et atteindre rapidement le niveau de l'omniscience finale !

*Chatral Rinpoche*  
 Traduction : Jôshin Sensei



*Ces souhaits sous forme de prière ont été écrits par Sangye Dorje le dixième jour du deuxième mois lunaire du Porc de Feu à la demande de Dungse Kunzang Jigme Namgyal, qui présenta une « écharpe de bonne journée ».*

*Puissent-ils être favorables !*

[http://www.ecobuddhism.org/wisdom/aspiration\\_prayers\\_and\\_poems/chatral\\_rinpoche](http://www.ecobuddhism.org/wisdom/aspiration_prayers_and_poems/chatral_rinpoche)



*Au mois de Mars, l'anniversaire de la mort de mon Maître, Moriyama Roshi.  
En annexe, textes et photos : « Moins est plus : premier séjour à Zuigakuin ».  
Soirée de méditation pour exprimer notre gratitude, le samedi 11 mars  
Jôshin Sensei*



<http://citraetcetera.blogspot.fr/2011/03/vacation-of-doing-less-for-more-zen.html?m=1>

*Ceci est un texte extrait d'un blog « Eat, travel, contemplate, etc », écrit, je crois, par une jeune femme de Hong Kong qui lors d'un voyage au Japon a fait un séjour de quelques jours à Zuigakuin en 2007. Il y a beaucoup de photos et un diaporama. Je trouvais que c'était intéressant de voir le Roshi et le temple à travers les yeux d'une complète débutante, venant pour la première fois. J'ai traduit une partie de ses notes. Elles disent bien l'ouverture de coeur et la «gentillesse aimante» de Moriyama Roshi, sa façon d'accueillir tout le monde, sa compréhension de la Zen Life, loin des clichés japonais.*



## Moins pour plus.

Après deux heures de train de Tokyo, j'arrive à Hatsukari, un joli petit village tranquille avec à la fois des maisons traditionnelles et des bâtiments modernes au milieu de petites rizières et de potagers. Je commence la montée de 4 km qui va m'amener au temple ; vers le milieu la forêt et les grands sapins remplacent le paysage. Silence. Brise fraîche. Essoufflement. Cinquante-cinq minutes plus tard j'arrive : Zuigakuin est à la fois beau et simple, sans ornements.

A Zuigakuin, ne vous attendez pas à voir des peintures célèbres, des décorations multicolores, ni un jardin zen manucuré ; au lieu de cela un monde d'austère beauté et de simplicité profonde dans lequel la nature elle-même fait partie de l'architecture.

Le bâtiment principal est une ancienne ferme traditionnelle japonaise de 160 ans, transportée d'une autre préfecture et ré-assemblée sur le site. Au rez de chaussée il y a le Hondo (salle des cérémonies) où chaque jour se déroulent chants et prières. Puis à côté une petite salle à manger et une cuisine.



Pour dormir, au premier étage il y a 4 très grandes chambres avec des tatamis qui peuvent accueillir plus de 20 personnes. Un grenier permet de ranger les futons, les couvertures et de faire sécher le linge.

De simples et belles portes coulissantes marquent les séparations entre les pièces. Cette modeste structure -minimaliste- aide à désencombrer et libérer notre esprit.

Un passage tout en bois permet de rejoindre le Zendo ; cette pièce aérée et spacieuse a été construite selon les règles de Maître Dogen, avec des sections séparées pour monastiques et laïcs.

(...)  
En réfléchissant à ce séjour, le dernier matin avant de redescendre prendre le train, cette vie «sans fioritures» de Zuigakuin m'a reposé et fait revenir à tout ce qui est basique, à la nature. Que je ne recherche pas plus de commodités, plus de luxe m'apporte une grande liberté intérieure. Bien sûr par moments, pendant la méditation, je voulais juste m'enfuir le plus vite possible (comme cela nous arrive dans la vie). Mais en revenant à ma respiration, au présent, l'esprit est dompté. Je le sens léger et spacieux. Moins pour plus. Vraiment des vacances !

Tessan Abe, un disciple laïc du Roshi, qui est arrivé de Tokyo pour m'aider à la traduction me dit : « Je pense que Zuigakuin est comme une petite école avec une très bonne bibliothèque, et un très bon enseignant. Vous pouvez y étudier comme élève. Elle vous inspirera juste en la visitant. Sa grande salle de méditation est loin de toute habitation ; Moriyama Roshi a étudié et pratiqué avec des Maîtres reconnus et célèbres de façon très traditionnelle. Il peut vous apprendre beaucoup, et Zuigakuin est un merveilleux environnement pour toutes les personnes qui veulent pratiquer la Voie du Bouddha ».

Au Japon beaucoup de monastères et de temples sont concentrés sur leur propre pratique, et sont réticents à accueillir des laïcs comme vous et moi. Mais à Zuigakuin, Moriyama Roshi permet à tous de pratiquer dans un lieu monastique à la fois dans les formes traditionnelles et les règles plus flexibles qui permettent de s'adapter au monde moderne.

De pair avec l'approche Zen, la vie est simple et légère à Zuigakuin ; les agressions et les pressions sur les autres personnes sont découragées.

« Restez attentif à votre respiration, c'est le présent, répondit Moriyama à mes questions. Le Zen n'est pas une sorte de moment excitant, mais l'attention sur notre vie quotidienne habituelle ».

*Traduction : Jôshin Sensei*

