

DAISHIN

L'esprit Vaste



Calligraphie d'Akiko San

Comment faire avec nos Maras ?

Joshin Sensei :

- Paris : samedi 8 Mai (à confirmer).
- Aix ou Marseille : sam. 22 Mai (à confirmer).

<https://www.montagnes-et-forets-du-zen.org/retraites-et-journées>

- YouTube : <https://frama.link/metfduzen> :

lundi et samedi : 8h30-9h30,
jeudi et vendredi : 20h-21h.

La Demeure sans Limites :

- Vend. 30 avril au dim. 2 mai : stage Feldenkais et méditation.
- Du jeudi 7 mai au dim. 9 Mai : préparation du jardin en suivant le calendrier lunaire.
- Du merc. 12 au dim.16 mai : Ouvrir la main des pensées avec Jokei Sensei.

Fermeture du temple du 19 au 31 mai. Détails et inscriptions :

<https://www.larbredeleveil.org/lademeuresanslimites/programmes-de-la-demeure-sans-limites/>

Uposatha :

- Lune nouvelle : Mardi 11,
- Pleine lune : Mercredi 26.

Rejoignez-nous en vous inscrivant :

<https://framadate.org/gp5RSZsIP1Azk487>

Vesak : La fête célébrant la naissance, l'illumination et l'entrée dans le Parinirvana du Bouddha dans les pays d'Asie du Sud Est est célébrée cette année **le 26 mai**. Fête de la lumière, et vœux de bonheur pour tous les êtres !



Illustration : Carole Hénaff in Tricycle.

Mara : que faire de Mara dans notre vie ?

Oui, il y a un ou des Mara près de nous, toujours prêts à nous empêcher de pratiquer... (téléphones, ordi, etc...) et en nous (soucis, colère, etc...) ...

Comment répondre ?

Allons-nous nous battre avec eux, ou bien, comme le Bouddha, transformer les attaques en fleurs... ?



Transformer les flèches en fleurs

L'image qui résume et symbolise le thème de cette retraite est celle du Bouddha à l'aube de son illumination, au moment où Mara l'attaque avec tout ce qu'il a, avec toutes ses armes. Mais le Bouddha ne réagit pas par la colère, la haine ou la défensive, mais reste assis dans une paix et une ouverture totales : les flèches, les insultes et les armes lancées contre lui tombent autour de lui comme des pétales de fleurs douces et inoffensives.

En substance, le message à transmettre est le suivant : c'est ce que nous devons faire en permanence.

La pratique constante est la suivante :

- Pas de blâme, ni de défense, ni de réactivité, ni de plainte ;
- Se tourner vers le défi, quel qu'il soit, avec ouverture, intérêt et bienveillance ;
- Développer l'attitude suivante face aux défis : « Génial, voilà une occasion de s'entraîner ».



Temple Maha Vihara Kuala Lumpur

Sommaire

Planning et Uposatha.

Transformer les flèches en fleurs
Sadayasihi

Une paix sans armes
Issho Fujita Sensei

Bouddha et Mara
Thich Nath Hanh

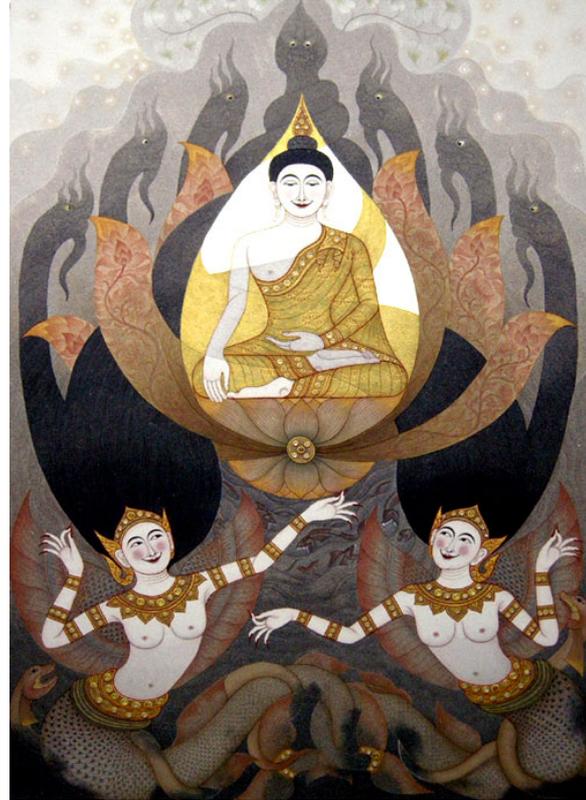
En vrac :

Petits bouts de printemps.

Des images de Mara : recherche
Yvon

Sadayasihi <https://thebuddhistcentre.com/news/turning-arrows-flowers-international-practice-week-2018>

Vivre en paix avec Mara, nos émotions, nos névroses, plutôt que de les combattre contredit l'approche conventionnelle qui consiste à lutter contre tout ce qui nous assaille.



Une paix sans armes



Le maître zen Daichi (1289-1366) a écrit un verset intitulé « La naissance du

Bouddha ».

« Dans le Jambudvîpa, il y a quatre-vingt-quatre mille châteaux.

Sans utiliser d'armes telles que des épées et des boucliers, une grande paix est créée.

Nous capturons Gautama, voleur au grand jour, vivant.

Nous ne prenons donc pas la peine de lui donner un coup de bâton, comme l'a dit un jour Unmon ».

Dans la cosmologie indienne, Jambudvîpa est considéré comme un monde humain.

Il est dit qu'il est rempli de 84 000 désirs terrestres qui nous font souffrir. Ces désirs terrestres sont comparés à des "châteaux" dans ce verset. Nous avons tendance à penser que notre pratique consiste à attaquer et à détruire ces châteaux, croyant que nous ne pourrions jamais atteindre l'éveil à moins d'éteindre tous les désirs terrestres.

Le Bouddha est né à Jambudvîpa afin de nous enseigner que ce n'est pas le cas. Il nous a montré la manière de vivre en paix sans avoir recours à la bataille contre les châteaux des désirs terrestres.

Il n'a jamais enseigné comment inventer et utiliser des armes pour les détruire.

La paix véritable n'est pas possible tant que nous nous appuyons sur les armes.

Le maître zen chinois Unmon a un jour reproché au Bouddha de nous avoir trompés comme un voleur rusé en parlant de l'illusion et de l'illumination comme si elles existaient séparément. Nous avons donc commencé une sorte de guerre spirituelle contre l'illusion au nom de l'illumination.

Selon Unmon, Gautama a fait des déclarations déplacées uniquement pour nous inciter à pratiquer comme si nous étions en guerre.

Il a dit :

« Si j'avais été là quand Gautama est né, je lui aurais donné un coup fatal afin de ramener la paix dans l'esprit des gens ».

(Bien sûr, il fait en réalité l'éloge du Bouddha à travers une expression de reproche).

Le maître zen Daichi dit que si nous pouvons capturer le Bouddha vivant, nous n'avons pas besoin de donner « un seul coup de bâton au Bouddha », comme dit Unmon pour corriger son erreur.



Comment est-il possible de créer une grande paix sans utiliser d'armes ?

Comment pouvons-nous capturer le Bouddha vivant ?

La réponse est de s'asseoir en zazen : shikantaza. En zazen, nous ne luttons pas contre ce qui nous arrive. Nous n'appliquons aucune méthode ou technique comme une arme pour gagner le combat.

Au lieu de cela, nous l'acceptons simplement et nous lâchons naturellement prise.

Zazen consiste à « faire cesser le feu » et à créer une paix profonde en soi et dans le monde.

Pendant zazen, le « Bouddha assis » s'actualise de manière vivante avec tout notre corps-esprit. En ce sens, un nouveau Bouddha naît à chaque instant.

C'est ainsi que nous capturons le Bouddha vivant.

Y a-t-il une autre façon de les voir que comme ennemis ?

Voici la réponse de Thich Nath Hanh :

Le Bouddha et Mara



Bouddha était dans sa grotte, et Ananda, son assistant, se tenait dehors près de la porte. Soudain, Ananda vit arriver Mara . Il en fut surpris, et souhaita immédiatement que Mara s'en aille. Mais Mara marche tout droit vers Ananda et lui demande de l'annoncer au Bouddha.

Ananda lui demande :

« Pourquoi es-tu venu ?

Tu ne te souviens pas qu'autrefois tu as été vaincu par Bouddha sous l'Arbre de l'Eveil ?

N'as-tu pas honte de venir ?

Va-t'en ! Le Bouddha ne te verra pas. Tu es le mal. Tu es son ennemi ».

En entendant cela, Mara se mit à rire. « Tu es en train de dire que le Bouddha a des ennemis » ?

Ananda fut très embarrassé.

Il savait que son maître n'avait jamais dit qu'il avait des ennemis. Ananda se sentit vaincu, et il alla annoncer la visite de Mara au Bouddha, en souhaitant que le Bouddha dise :

« Dis-lui que je ne suis pas là. Dis-lui que je suis en réunion ».

Mais le Bouddha se réjouit en apprenant que Mara, son vieil ami, était venu lui rendre visite.

« C'est vrai ? Il est vraiment ici ? » dit le Bouddha, et il alla en personne accueillir Mara.

Ananda était bouleversé.

Le Bouddha alla directement vers Mara, s'inclina devant lui et lui prit les mains (ses mains) de la manière la plus affectueuse.

Le Bouddha a dit :

« Bonjour ! Comment vas-tu ? Tout va bien ? »



Mara ne répondit pas.

Alors, le Bouddha l'emmena dans la grotte, lui offrit un siège et demanda à Ananda de faire du thé pour eux deux.

« Je peux faire du thé pour mon maître cent fois par jour, mais faire du thé pour Mara ne me donne aucun plaisir » pensait Ananda.

Mais puisque cette demande lui avait été faite par son maître, comment pouvait-il refuser ?

Ananda est donc allé préparer un thé pour le Bouddha et son invité, mais tout en faisant cela, il essaya d'écouter la conversation.

Le Bouddha répéta chaleureusement :

« Comment vas-tu ? Comment vont les choses pour toi ? »

Mara répondit : « Les choses ne vont pas du tout bien. Je suis fatigué d'être un Mara. Je veux être autre chose. »

Ananda prit peur.

Mara continua : « Être un Mara n'est pas facile.

Si vous parlez, vous devez le faire de manière énigmatique, vous devez avoir l'air rusé et méchant.

J'en ai marre de tout ça. Mais ce que je ne supporte pas, ce sont mes étudiants. Maintenant, ils parlent de justice sociale, d'égalité, de libération, de non-dualité, de non-violence, tout ça.

J'en ai assez ! Je pense que je ferais mieux de vous transmettre tout ça. Je veux être autre chose » Ananda frissonna, craignant que le maître accepte de prendre son rôle.

Mara deviendrait le Bouddha et le Bouddha serait Mara. Une idée pareille l'attristait complètement.

Le Bouddha écouta attentivement et plaignit Mara. Finalement, il a dit d'une voix sereine :

« Tu penses vraiment qu'il est agréable d'être un Bouddha ?

Tu ne sais pas ce que mes disciples m'ont fait ! Ils mettent dans ma bouche des mots que je n'ai jamais prononcés ;

Ils construisent des temples ostentatoires et mettent des statues de moi sur les autels pour obtenir des bananes, des oranges et du riz sucré juste pour eux. Et ils me vendent et font de mon enseignement un article de commerce.

Mara, si tu savais ce que c'est que d'être un Bouddha, je suis sûr que tu ne voudrais pas en être un ».

Et le Bouddha récita un grand verset résumant la conversation.

Thich Nath Hanh
La paix, un art, une pratique

En vrac :



Petits Bouts de Printemps :

A peine une vrille, à peine un son, juste un petit vertige, là, dans l'oreille, le chant du merle.
JM Sourdillon

Eclat de joie :

Vif D'un bond
Un petit haiku roux
tout doux a ensoleillé ma journée *Martine*

MAI – Pleine Lune des Fleurs <https://www.pleine-lune.org/calendrier-pleine-lune-2021>

La Pleine Lune de mai est la "Pleine Lune des Fleurs", en raison de sa coïncidence avec la floraison de la plupart des fleurs sauvages du printemps. D'autres noms pour la Pleine Lune en mai sont la Lune de lait, la Lune de la mère et la Lune du maïs. Autres noms : Lune du lièvre, Lune des réjouissances, Lune des plantations.



Des images de Mara – Recherche Yvon

– Image réalisée par un peintre Thaï contemporain
<https://www.scene4.com/archivesqv6/2014/jun-2014/0614/janineyasovant0614.html>

– une fresque plus ancienne :

https://rubinmuseum.org/images/content/5526/mara_master_detail_carousel.jpg

– Une image singulière, elle vient du Sri Lanka :

https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/2/26/Buddha%2C_resisting_the_demons_of_Mara%2C_Wellcome_V0046085.jpg

– Des monstres plutôt inquiétants :

<https://thebuddhistcentre.com/news/turning-arrows-flowers-international-practice-week-2018>

Une paix sans armes :
shikantaza

Illustrations de ce numéro :

<https://www.lionsroar.com/how-to-practice-feeding-your-demons/>

Neti Phikroh, postraditionnalbuddhism.
Kamal Sellehuddin



Le mois prochain :
après avoir réfléchi sur nos obstacles, regardons ceux/ce qui nous aident :
qui sont nos Sujatas ?

*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....*