



# DAISHIN

## SOMMAIRE

Suite de :  
« Notre état naturel, c'est le bonheur »,  
Chokyi Nyima Rimpoche

*L'insatisfaction, Liliane*

*Pas à pas, de plain pied :  
la marche de juin,  
Pierre Daisei*

*Poème de marche, Catherine*

\*\*\*\*\*

## *Cinq jours de marche silencieuse*

**Attention, les dates de cette marche ont changé.**

Marcher en devenant un avec son corps et tout ce qui nous entoure ; faire zazen dans les bois et dans les champs ; dormir dans des gîtes ou sous la tente ; retrouver le goût du petit jour et des levers de soleil...

Une quinzaine de kilomètres chaque jour, sur un GR qui se balade entre 1.000 et 600m, à travers les bois de pins, les prés et les petits villages dont vous visiterez les marchés : c'est ce que Jôkei Ni vous propose.

**Arrivée à la Demeure sans Limites le dimanche 9 septembre dans la journée.**

**Départ le lundi 10 et retour le vendredi 14 dans l'après-midi.**

Maximum 10 personnes.

Participation, tous frais compris : 250 euros. Inscription à La Demeure sans Limites, par courrier ou téléphone.

Cette marche est ouverte **à tous**, il n'est pas nécessaire d'être déjà venu à la Demeure sans Limites.

\*\*\*

**Journée de zazen à Paris** avec Joshin Sensei le samedi 22 septembre.

**Assemblée Générale de l'Association** : dimanche 9 septembre, matin.

\*\*\*

En juillet, nous avons accueilli comme **novice** dans notre lignage, Céline Daigo Zuyko.

Il y a plus d'un an maintenant que Céline s'est installée à la Demeure sans Limites avec la ferme intention de « quitter la maison » et être ordonnée nonne.

Ceci est la 1<sup>e</sup> étape. Nous nous en réjouissons tous !

**Bienvenue dans la Sangha** : Catherine Joon Getsusan.

**Trois ans de rakusu** : Sylvie Daiko Myojo ; Orit Daiko Youjaku.

\*\*\*\*\*

## *Suite de : « Notre état naturel, c'est le bonheur... », Chokyi Nyima Rimpoche*

(...) La méditation la plus profonde est absolument sans effort mais nous n'avons pas l'habitude d'être comme ça ; nous sommes dans l'effort délibéré, qu'ils soit mental, verbal ou physique. L'ainseité incondionnée – « juste comme cela » – qui est notre état naturel transcende toutes les constructions mentales et est sans-effort. Apprendre et réfléchir sont importants et demandent un effort, (mais pas la méditation).

Il y a deux facteurs qui nous aident à voir face à face ce « juste comme cela », notre nature basique, mais ils ne sont pas faciles à acquérir. L'un est l'amour et la compassion sans limite ; chaque fois que l'amour nous déborde, quand la gentillesse et la compassion forment un socle indestructible, c'est le moment disponible pour vous pour réaliser l'état naturel non conditionné. L'autre facteur est la dévotion sincère, envers cet état incondionné, et la pure perception inébranlable de cet état. De là naissent spontanément la perception de ceux qui ont réalisé cet état naturel incondionné, et peuvent l'enseigner aux autres, et un respect immense envers eux.

Ceci inclut une appréciation pure de tous ceux qui pratiquent les enseignements du Bouddha.

En bref, la pratique bouddhiste réelle est d'essayer de notre mieux de faire apparaître chez tous les êtres la vraie source du bonheur et du bien-être – l'amour sans limite et la compassion et la réalisation certaine de l'état naturel, la nature originelle non-conditionnée – tout en enlevant en même temps les causes de la souffrance, que sont la haine, l'avidité, et l'esprit étroit. C'est cela que signifie vraiment : « avoir bon coeur ».

L'amour et la compassion peuvent être déployés jusqu'à ce qu'ils deviennent sans limite, véritables et impartiaux, ne faisant aucune distinction entre ami, ennemi ou étranger. Nous devons poursuivre nos efforts jusqu'à ce que nous ayons enlevé même le plus petit obstacle à notre amour et à notre compassion. Alors seulement, lorsqu'ils seront sans limite, ils seront aussi vraiment sans effort.

Pendant ce temps, notre persévérance devrait être joyeuse et spontanée. Une telle persévérance nous rend conscient de notre état naturel incondionné, ce n'est donc pas une admiration, une attente ni un désir.

Lorsque notre compréhension de cette nature profonde devient plus solide, plus profonde, une certitude, une confiance se développent.

La compassion spontanée, sans effort,

commence à fleurir, alors même que vous pratiquez, après avoir reconnu vraiment l'état naturel du « juste comme cela ». Cette compassion sincère irradie du plus profond du coeur, vous n'y êtes pour rien : elle coule tout naturellement.

Avant de devenir conscient de cet état naturel, vous êtes dans l'obscurité, créant des états douloureux tout le temps, mais en pratiquant continuellement comme cela, vous vous apercevez que sous toute chose, il y a un état naturel incondionné. La douleur et l'inquiétude diminuant, cet état de confusion s'atténue de plus en plus. Nous commençons à remarquer que chaque émotion égoïste diminue et s'adoucit de son propre fait. Alors, vous commencez à comprendre vraiment ce que ressentent les autres. Vous pouvez vous demander : Que puis-je faire pour les aider ?

Si je ne les aide pas, qui le fera ?

C'est là que la véritable compassion vous emplit, et qu'une dévotion sincère, inamovible commence à croître en vous-même. Nous appelons cela l'aube de la confiance irréversible, ou indestructible.

Cette confiance vraie commence avec la foi dans l'enseignement qui révèle cette nature. Une fois que vous avez expérimenté par vous-même qu'il marche, bien sûr, vous prenez confiance. Cela est aussi dirigé vers la source des instructions, la personne qui vous les donne. Ceci est la vraie dévotion. Ces deux choses, compassion sans effort et dévotion irréversible, unissent leurs forces pour que votre pratique devienne de plus en plus profonde. Elle devient inébranlable, comme lorsqu'un fort coup de vent amène un feu bien nourri à brûler encore plus haut et plus vif. Le grand Maître Atisha se demandait ce que signifiait avoir vraiment appris, et concluait que la véritable sagesse est de comprendre l'état sans ego. La véritable éthique est d'avoir dompté et adouci votre propre coeur ; quelqu'un qui prend soin, qui est vraiment attentif et consciencieux a réalisé cette véritable éthique. Quelle est la première des vertus ? Atisha dit que c'est d'avoir un sens profond du soin qui va apporter bonheur et bien-être aux autres. Quel est le plus important signe de réussite, d'accomplissement ? Non pas la clairvoyance, ni les pouvoirs miraculeux, mais d'avoir moins d'émotions égoïstes. Cela peut sembler des mots simples, mais ils sont très profonds et vous apporteront beaucoup si vous les mettez dans votre coeur.

*(Traduction Joshin Sensei).*

## *L'insatisfaction*

L'insatisfaction est à la source de toute action. Insatisfaction au sens le plus noble, non celle que nécessite l'assouvissement des besoins naturels, mais ce qui fait que l'être humain, imaginaire, curieux, s'interrogeant sans cesse, nourrissant ainsi le "désir", se heurte constamment à l'impermanence.

Partout où il y a vie plutôt que rien, il y a lutte pour subsister. Ce que nous nommons "soif d'exister" est cette lutte : manger et être mangé. Tout, du minéral à la créature de chair, de sang et d'esprit est soumis à ce principe. Tout ce qui vit recherche le plaisir et la complétion, veut fuir la souffrance et le manque. Ainsi, tout ce qui vit est confronté à un moment ou à un autre à *l'insatisfaction* qu'entraînent la dualité, la perte, la maladie, la vieillesse et la mort. Qu'en est-il de l'altruisme, de la compassion, de la sagesse ? Ce sont des concepts humains, exclusivement humains pour désigner de nobles stratégies apaisant nos angoisses existentielles, pour classer nos actes qui vont de l'égoïsme le plus stérile à celui plus sophistiqué de l'élargissement divers de l'ego jusqu'à l'univers entier. Toute action humaine, guidée par un cerveau complexifié, est une stratégie, une composition avec ce qui est ici et maintenant où s'imbriquent les facultés mémorisantes. Décider que ceci est bien, ceci est mal, n'est que considération moralisante, qui ne convient que dans la mesure où elle permet aux hommes de vivre en société tout en subissant les lois de l'évolution telles qu'elles sont inscrites dans tout ce qui vit, et que la plupart du temps nous ignorons.

Ce qui compose le manifesté, sous toutes ses formes, est *le désir*. D'où vient ce *désir* ? *Retourner* à l'originel, le non manifesté, est une formule aberrante puisque non manifesté est

non existence. Qui *retourne* ? Tout homme peut pressentir, par son expérience et ses limites au sein de l'énigme du vivant, que la réponse est dans la cessation du questionnement, donc dans la cessation de l'action puisque celui-ci est la source de celle-là, donc dans l'annihilation du désir. Lui substituer Dieu, l'Absolu, le Mystère, le Grand Architecte, ou même une théorie de l'absurde, ne sont que des subterfuges plus ou moins astucieux qui nourrissent plus souvent l'ignorance qu'ils ne libèrent, renforçant la loi de l'action-réaction vers le chaos, de façon cyclique. Posez la question essentielle pour un être humain : qu'est-ce que vous voulez profondément en votre vie ? Le trouble, le silence sont immédiats, et, pour finir, tout ramène aux désirs et à *l'insatisfaction*. L'altruiste, à travers l'autre, soigne sa bonne conscience. Le compatissant croit souffrir "avec" et s'embourbe dans l'identification. Le sage ne l'est, le plus souvent, que dans l'oeil de ses disciples.

*Si grande que soit la cause  
d'autrui,*

*On ne doit pas, pour elle,  
négliger son propre parti.*

*Que l'on commence par bien le  
discerner*

*Et qu'ensuite on s'y applique avec  
fermeté.*

*(Dhammapada – XXII - Le Soi)*

La sagesse ? Elle commence lorsqu'on cesse de se mentir à soi-même et s'accomplit quand on est stable en soi-même, libre des désirs satisfaits ou insatisfaits. Le sage agit parce qu'il fait partie du vivant, que tout est mouvement, mais il épouse ce qui est. La sagesse ne s'acquiert

pas, ne se recherche pas, elle s'invite chez celui qui, par ses vertus d'imagination, de curiosité et d'interrogation a vaincu, à travers un long cheminement, la peur et l'avidité. Le sage est celui :

*Qui a vaincu la soif ardente et  
rebelle*

*(et qui) Voit ses tourments se retirer  
de lui*

*Comme des gouttes d'eau d'une  
feuille de lotus.*

*(Dhammapada – XXIV - La Soif)*

*Liliane*

\*\*\*\*\*

### ***Pas à pas, de plain pied : Marche de Juin***

Nous étions sept, sept comme les planètes traditionnelles et je ne tardai pas à attribuer la sienne à chaque membre de l'équipée ; nous fûmes plus longs à former un système solaire un peu stable et cohérent mais le monde, n'est-ce pas, ne s'est pas fait en un jour. Il en fallut cinq, cinq jours de marche et de haltes, pour être moins chacun à soi sur sa lancée, pour ne plus vouloir jouer à l'expansion dans l'espace, pour se régler naturellement sur l'ordre commun.

Au début, ce fut l'ébrouement du regard juvénile, le petit cinéma itinérant : le chemin déroulait son ruban de pellicule, faisant surgir ses minuscules et distrayants spectacles, une herbe écrasée, un criquet qui s'enfuit à la dernière seconde, une fleur violette aussitôt passée que découverte ; la bande-son pépiait de remarques qu'on ne soupçonnait pas parasites. Nous fournissions à notre tour le spectacle aux vaches qui suspendaient un instant leur dolente mastication : sont-elles bêtes de se laisser ainsi hébété et

distraire par un passage si banal ! Et si c'était moi que je voyais en elles, pris par la moindre nouveauté, retenu par la dernière actualité qui passe pour une nouvelle ? On songe à y réfléchir et, ce faisant, on oublie son pas. C'est à le ralentir qu'on l'observe, qu'on se sent marcher. C'est à sa lente régularité qu'on doit de ne plus se faire accrocher le regard par le moindre objet dont on se rend compte qu'il n'est jamais que celui qui correspond à ses habitudes de tri. Ni pas rêveur ni pas touriste mais pas attentif au pas, sans attente de ce qui n'est pas lui.

Oui, mais les épisodes burlesques, le harcèlement qui enferme d'abord dans le sentiment de l'effort, et le lendemain, l'entrain revenu, à nouveau un lézard furtif, une biche entrevue, une découverte qui s'ouvre à travers bois, un champignon bizarre, un arbre aux allures de fantôme, le supposé naturel revient de plus belle : j'explore ou bien je me diverte ou encore je creuse à travers l'air mon tunnel de préoccupations et de ruminations. Puis le bruit des godillots, lui seul. Il a suffi d'un dé clic, la fatigue aidant, pour que la tête débraye, pour contempler et éprouver seulement, comme immobile en marchant, comme Jôkei impassiblement plantée devant le fil de l'eau, silencieux hommage aux ancêtres, aux racines, au monde qui se déroule. Il aura fallu dépasser la Louvesc pour, rassemblés dans des assises resserrées, sentir un unisson, la présence d'un groupe constitué. Pour qu'un faux pas, un écart de conduite nous ramènent à ce qui se passe, pour que les disharmonies s'intègrent dans une joie partagée. Passées les futaies obscures, les fougères et les digitales, voici des pentes plus douces, des coteaux compartimentés, du thym foulé, des bouffées de menthe, des toits de tuile ; à l'aplomb de la chaleur, la remontée s'amorce au long d'un chemin ancestral parmi les marronniers et les jours passés servent enfin à se réveiller de ses songes, à se contenter d'enregistrer le sentier, son pas, la position des autres, la grâce sans faille ni rien qui saille plus du paysage. Au creux de l'hébétude

apparente les sens s'ouvrent, l'esprit se calme et se trouve le second souffle inespéré. Le dernier jour où, comme l'anneau de la Voie, se boucle le parcours sur lui-même, il n'y a plus qu'à monter avec une allégresse insoucieuse de la pente, marcher sans autre objectif que d'aller, voir le monde se faire temple autour de soi, joindre les mains en sasshu pour s'en faire le temple, et sentir la marche devenir prière, recueillement et accueil. La Demeure est partout.

Ensuite, deux mois chez soi à avancer immobile, pénétré de vigueur.

Merci en bloc à Sensei dont la vigilance nous a suivis de loin avec constance, à Jôkei, à son sourire vainqueur de toutes nos incartades, aux compagnons et à la terre qui m'ont porté et supporté et à certaine sauce à la moutarde à l'ancienne qui est rentrée dans les annales.

*Pierre Daï Sei*

\*\*\*\*\*

## Poème : la Marche de Juin

« Simplicité, méditation, regard d'un moment.

Un voyage insolite sur les chemins ardéchois ; les sentiers parfumés d'étoiles de fleurs ouvrent les portes de nos cœurs. Nos pas fleurissent de cerises. L'être silence clame ces vœux ; un écho résonne de cœur à cœur. Simple coïncidence ou liberté naturelle, l'offrande du présent souffle nos peurs. Toutes les interrogations au fil des marches rayonnent d'un seul sourire. Qui résonne ? Qui donne ? Qui offre ? Qui marche ? Qui regarde ? Qui parle ? Sourire de nulle part, question au soleil levant, la terre se balance dans la lumière.

Une flamme brille, cadeau cerise ».

*Catherine*

\*\*\*\*\*

***La Demeure sans Limites n'a plus  
d'aspirateur...***

***et le Chemin du Vent non plus :  
nous tendons notre bol !***

***Une autre bouilloire électrique serait  
également la bienvenue. Merci.***

\*\*\*\*\*

\* \* \* \* \*

*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.*