

*Si un jour tu
vois
qu'une pierre te
sourit,
iras-tu le dire
à
tout le monde ?*

Guillevic

DAISHIN



No.132 – Septembre 2008

SOMMAIRE

Tea-time 1, Joshin Sensei

*Au-delà du bien et du mal,
Jan Chozen Bays Sensei*

En vrac

Vente de La Demeure sans Limites : comme prévu, nous l'avons mise en vente fin août ; mais cela ne se fera sans doute pas tout de suite... Voici le programme jusqu'à la fin de l'année :

Deux retraites, dirigées par Joshin Sensei

- du vendredi 31 octobre au lundi 3 novembre : « Lire M° Dogen, introduction au Shobogenzo »,
- du samedi 8 novembre au mardi 11 novembre : « Shobogenzo : la lune, les fleurs, les rêves ».

En-dehors de ces retraites, nous ne pourrions vous recevoir que pour des séjours **non-résidentiels** : vous serez logés dans un gîte près du village, et vous nous rejoindrez aux horaires à votre convenance, entre 9h et 20h30.

Du 5/12 au 5/1/09, la Demeure sans Limites reprend son fonctionnement habituel : séjours sur place à la date de votre choix, pour une durée de votre choix (minimum 6 nuits pour le 1er séjour).
Il y aura en fin d'année deux retraites dirigées par Jôkei Ni.

PARIS : reprise des journées de retraite avec Joshin Sensei, dans un nouveau lieu, chez les bouddhistes coréens, rue de Lyon. **Pas d'inscription auprès du Centre Coréen, svp..**

Renseignements et inscription : Laurent : 01 39 46 52 73 ou Sabine/Jean-François : 01 30 56 16 49.
(9h30- 15h) Samedi 27 septembre, samedi 25 octobre, samedi 22 novembre.

Tea-time 1

Tea-time, c'est le moment du thé, parfois dans la cuisine, parfois dehors. Un moment pour des échanges et des enseignements informels donnés par Joshin Sensei. Merci à Jôkei Ni qui a mis ces enseignements par écrit, tout en gardant les ellipses – ces paroles font souvent référence à une question, ou à un incident – et un style parlé. Nous les publierons petit à petit au cours des mois à venir.

1. « Pourquoi zazen est-il si long ? » Zazen n'est ni long ni court. Long, court, ce sont des adjectifs relatifs, ça n'a pas de sens en soi. Un jour, ça va nous paraître trop long, le lendemain trop court ! C'est pour ça que c'est important, même si vous êtes seul, de suivre un temps défini à l'avance ; sinon, c'est zazen selon nos désirs, zazen de l'avidité ! Zazen n'est pas pour quelque chose. Zazen, c'est pour zazen. Zazen est notre être véritable. Ce n'est pas un exercice pour quelque chose. Dans l'école du Zen, zazen n'est pas pour quelque chose. On emploie ces adjectifs, mais long n'existe que par rapport à court. Il y a

harmonie entre les périodes de faire (samu) et les périodes d'assise. Regardez derrière vos « Je ne peux pas ». Cela va voler en éclats. La colère remplace le « Je ne peux pas » quand il vole en éclats. C'est là qu'on travaille. Vous vous transformez vous-même. On fait le tour ensemble pour mieux voir. Après c'est votre travail. Tous les grands concepts de non-moi, etc., n'ont pas de sens de façon philosophique. L'ego est dans « Je ne vais pas suivre la cloche », c'est simple. Le non-moi c'est répondre à la cloche qui résonne. Zazen nous aide, car on enlève, couche après couche, nos « Je ne peux pas, ce n'est pas pour moi », etc.. Regarder ses faux-fuyants, c'est amusant !

2. La cuisine est un lieu de travail et de silence.

C'est difficile. C'est difficile de suivre les règles. Pourtant, en venant à la Demeure sans Limites, implicitement vous acceptez toutes les règles. C'est comme un jeu. Sinon, ça n'a pas de sens. Il n'y a rien qui puisse se faire ensemble si on ne suit pas tous les mêmes règles.

Notre pratique est une pratique de l'attention. On revient à soi-même ; pendant les périodes de silence, si on voit que l'on commence à parler, on le voit et on se tait. On doit être « Un » comme pendant gassho et s'incliner, tout donner. Alors, ça a du sens.

Sinon, on regarde pourquoi est-ce qu'on ne veut pas suivre. Regarder en soi qu'est-ce qui résiste et qui dit NON. « Non je ne veux pas suivre ce que l'on me demande », c'est là que vous apprenez, que vous regardez. Nous sommes là pour tenir le miroir. Souvent on est en colère envers la personne qui tient le miroir.

On est constitué de petits morceaux, une partie qui veut et l'autre qui ne veut pas. Il y a toujours un morceau qui crie : « Je ne veux pas ».

Regarder cela, c'est notre pratique. Tant qu'il y a des morceaux partout il n'y a pas d'unité possible. Dans votre vie même, c'est ce qui vous empêche d'être joyeux. Les choses deviennent plus faciles quand on suit. A la Demeure sans Limites, il n'y a aucune difficulté en dehors des problèmes que nous créons nous-mêmes. Vous ne me croyez pas ? Essayez !

3. Toutes les choses que l'on n'aime pas faire à la Demeure sans Limites.

Parmi les choses difficiles : quand une cloche sonne, dans un monastère, on pose ce que l'on est en train de faire et l'on répond tout de suite à la cloche. En général on se dit : « Ah oui, je vais finir ci ou ça », mais la pratique du monastère c'est de tout poser et d'aller. Quelque chose dit non en nous, dit : « ça m'appelle mais je ne vais pas me presser ». La pratique de notre Voie c'est de donner une réponse tout de suite. Une chose arrive, pat ! on doit donner la réponse. Notre esprit habituel nous raconte des histoires...

Joshin Sensei

Au-delà du bien et du mal

Cette question du bien et du mal, ma mère, qui est chrétienne, a également réfléchi dessus. Quelques semaines avant la crise cardiaque qui allait provoquer sa mort à 84 ans, elle me dit : « J'en suis venue à la conclusion que le mal n'existe pas en tant qu'entité séparée. Je crois que le mal est créé lorsque l'homme se détourne du bien ».

Quand je l'interrogeai sur Dieu dans mon enfance, elle me disait qu'elle pensait que Dieu était amour. Cela signifierait que le mal est le contraire, la colère ou la haine. Ceci va dans le sens des enseignements tant de Jésus que de Bouddha. Puis, plus tard dans sa vie, ma mère décida que Dieu était énergie. Elle raisonnait ainsi : Dieu doit être dans tout, et puisqu'il est complètement juste, ce doit être une force totalement présente dans toutes les personnes et toute la création. Il n'y avait que l'énergie qui remplissait ce critère. Lors d'une rencontre au-dessus d'un bol de thé vert mousseux avec mon Maître, Shodo Harada Roshi, elle lui fit part de sa nouvelle théorie. Il la regarda dans les yeux et dit : « C'est juste ! Mais vous n'en avez que la moitié ». Elle sourit comme une enfant, si contente qu'on lui ait donné une nouvelle question à laquelle se mesurer. Après cela, elle

ne parla plus de lui que comme « Mon Roshi ».

Elle voulait savoir comment travailler sur cette « autre moitié » qu'il lui avait assignée. Que pouvait être le contraire de l'énergie ? Elle mourut avant de m'avoir fait part de ses découvertes.

Il y a une autre question intéressante dans tout cela. Est-ce que le mal est à l'extérieur ou à l'intérieur de nous ? Les écritures chrétiennes parlent du diable, et les bouddhistes de Mara, le Mauvais, comme si c'étaient toutes deux des entités extérieures ou indépendantes. Quand le Bouddha méditait la nuit en étant allongé, Mara l'attaquait pour paresse spirituelle ; quand le Bouddha pratiquait avec diligence, Mara se moquait de lui pour prendre la vie spirituelle trop au sérieux.

J'ai remarqué que Mara parle au Bouddha avec familiarité, comme la voix de la critique intérieure. La critique intérieure, et son compagnon, le juge extérieur, sont impartiaux – quoiqu'il y ait dans le champ de notre attention, ils le critiquent. Méditation tranquille ou sommeil en retard, concentration aiguë ou distraction, efforts pour le koan Mu ou pratique du sourire intérieur, tout est sujet à attaque. En termes bouddhistes, ce critique intérieur est le doute sceptique, une des barrières fondamentales à l'éveil. C'est une énergie qui vous critique, vous, votre enseignant, votre groupe de méditation, ou toute religion organisée. Quelques personnes prennent cette voix pour une autre, celle qui est essentielle à la pratique : la voix du grand doute. Si la critique intérieure arrive à faire son trou dans votre pratique, elle peut la détruire. Le grand doute a exactement l'effet opposé : c'est du carburant pour la pratique. Il dit : « Je dois savoir ce qu'est ce cycle fou de naissances et de morts, de douleur et de joie. Je ne prendrai pas de repos avant que mon doute ait disparu ».

Si le mal est extérieur, alors nous aurons toujours à tuer quelqu'un ou quelque chose en dehors de nous-même. Si le mal est intérieur et a son origine dans les voix de notre esprit, alors quel est le travail approprié ? Il n'y a pas dans le canon pâli de batailles sanglantes avec les forces du mal. Dès que le Bouddha dit : « Mara, est-ce toi ? », le Mauvais

disparaît, triste et déçu, disant : « Le Bienheureux me (re)connaît ». Si nous voulons combattre le mal, la première chose à faire est d'en reconnaître les premiers frémissements, les pensées « non justes » dans notre esprit et les laisser s'étioler, plutôt qu'y être inattentifs.

Nous devons aussi reconnaître tout de suite les pensées « justes », et les aider à grandir. « Je suis d'accord pour travailler sur les origines du mal en moi, peut-on discuter, mais que devient tout le mal qui se produit dans le monde – les atrocités de la guerre, les famines, et les crimes inexpiables dont nous prenons connaissance dans les médias ? »

Nous devons d'abord être réalistes. La seule personne que nous pouvons espérer changer de façon fondamentale est nous-même. Et nous savons déjà que c'est rudement difficile ! Si nous décidons de faire un travail pratique pour aider à mettre fin à la souffrance humaine, nous devons l'entreprendre sans un esprit d'opposition qui semble amener une escalade et devenir la chose même qu'on essayait d'empêcher. (Tristement amusant d'entendre des personnes se disputer véhémentement à propos de la guerre [d'Irak]).

Il y a des occasions infinies de travailler pour le bien. Nous commençons par vivre selon les préceptes. Puis nous pouvons devenir un officier de police plein de compassion, ou travailler avec la communication non-violente, supporter patiemment les problèmes, ou pratiquer metta – la gentillesse aimante – et tonglen pour les personnes qui se trouvent des deux côtés d'un conflit. Nous pouvons déjà juste rester gentil avec une personne qui nous irrite. J'ai remarqué qu'il est plus facile d'être empli de bons sentiments par rapport à une guerre lointaine qu'appeler une personne que nous avons blessé, et nous excuser. L'« autre moitié » qu'Harada Roshi mit au défi ma mère de trouver est le contraire de l'énergie qui se manifeste comme formes. C'est la vacuité – le Grand Potentiel – de laquelle toute l'énergie provient : la créativité et la destruction, l'allié et l'ennemi. C'est à

l'intérieur de nous que forme et vacuité se rencontrent.

Si chaque action entraîne une réaction, à la fois contraire et identique, comment pouvons-nous travailler pour le bien dans un monde de la forme, et ne pas amener le mal ? Ce n'est possible que lorsque nous traversons ces contraires, quand sans cesse nous nous vidons nous-mêmes.

C'est cela le challenge de la voie du milieu : être dans la compassion sans devenir étouffé et déprimé par la souffrance du monde ; être déterminé sans devenir agressif ou anxieux, et vivre avec la clarté de l'esprit sans devenir indifférent ou cruel.

Nous devons commencer au plus intime, avec le travail de l'intérieur. Puis nous avançons vers l'extérieur, travaillant pour la paix dans un milieu de non-opposition. Nous revenons toujours à la vacuité, le Grand Potentiel.

Cela ne fait pas les grands titres des journaux, vous n'obtiendrez pas de récompenses importantes, et pourtant, dans mon expérience, c'est cela le moyen le plus profond, et en fin de compte le plus efficace pour travailler au bien et à la paix dans le monde.

Jan Chozen Bays. Buddhadharma, trad. Joshin Sensei.

En Vrac

(...) J'ai reçu le compte rendu de l'AG et la décision de vendre la Demeure sans Limites. En effet, l'idée est bonne, et bien que je sois d'accord avec tous les arguments, je n'ai pu m'empêcher de ressentir un pincement au coeur à l'idée de ne plus retourner là-bas. Que d'efforts à faire pour dépasser tous ses attachements !

Merci encore de m'avoir donné l'occasion, lors de la cérémonie des trois ans de rakusu, d'expérimenter

de donner une chose à laquelle j'étais très attachée. J'y repense souvent dès que je sens qu'il m'est donné de travailler à nouveau sur mes attachements.

Anne Claire

Les 12 jours passés à la Demeure sans limites furent intenses et riches, je ressens le Temple comme un lieu où l'on apprend constamment, avec beaucoup d'espace, je dirais l'espace de l'apprentissage, « l'apprentissage » !

Ce n'est pas l'espace habituel, avec trois directions, mais l'espace en tant qu'expérience, l'expérience de l'ouvert, et au sein de cette ouverture il y a l'apprentissage. Sans espace il est très difficile de découvrir, on s'imagine avoir tout compris, et surtout on veut tout comprendre (com-prendre : prendre avec). Mais inversement, vivre l'espace sans apprendre (a-prendre : sans prendre), risque d'être une ouverture qui sombre dans l'indifférence pour ne pas dire une torpeur même subtile : « tout va bien, je maîtrise ! »

En résumé je l'ai vécu comme un lieu ou les journées bien que denses allient travail et détente, détente au sens de non saisie ou moindre saisie, détente de celui qui veut se détendre !...

Alain

Oups...

Quelqu'un m'a envoyé pour Daishin par courrier un texte, une traduction d'un texte anglais, qui était très intéressant... oups... Il a disparu... Je serais très contente si la personne peut me l'envoyer, en traduction ou photocopie de l'original... Merci !

Sensei

* * * * *

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.