

*Et quand les
arbres s'étiolent,
que les feuilles
tombent,
qu'est-ce que
c'est ?
Le corps exposé
dans le vent
doré...*

Mumonkan, recueil de koans.



DAISHIN

SOMMAIRE

*Qu'allez-vous faire ?...
Joshin Sensei*

*Remplir d'eau une passoire...
Texte proposé par Marguerite*

*Face au Bouddha,
Katagiri Roshi*

Tea-Time (4), Joshin Sensei

*Zuigakuin : zazen 3^{ème} jour,
Danielle*

Fin d'année, Diana Zuyken

*Retraites à la Demeure sans Limites dirigées par Jôkei Ni.
Du 20 au 25 décembre : « Dans la tourmente, vivre la merveille ».*

*Du 30 décembre au 4 janvier :
« Jour et nuit, brille la splendeur du Bouddha : les 6 paramitas, source de bonheur ».*

*Joshin Sensei à Quimper : vendredi 12 décembre à 20h30 : « Aimer et pardonner : la compassion
et la patience ». Samedi 13 décembre de 9h à 11h : enseignements et méditation.*

Renseignements : 02 98 95 55 21 (en soirée).

Vente des calendriers et des cartes de vœux : vous trouverez sur le site des vues des calendriers 2009 « La Demeure sans Limites », ainsi que des cartes de « Bonne Année » – Japon, Bouddhas et Couleurs – et les bons de commande pour les obtenir. A commander avant le 31 décembre !

Zuiko/Céline a décidé de retourner à la vie laïque ; elle ne reviendra pas à la Demeure sans Limites : remerciements à tous ceux et celles qui l'ont accompagnée pendant son séjour... Remerciements à Zuiko pour nous avoir accompagnées avec générosité pendant deux ans !

Qu'allez-vous faire ?...

Décembre ! Et déjà les premières guirlandes, les premières vitrines de Noël... Et vous, vous pratiquant de la Voie, ou lecteur/lectrice des Enseignements, vous qui avez pris Refuge, ou qui venez de commencer la méditation, qu'allez-vous faire ? Rien de spécial, c'est à dire comme tout le monde : avec plaisir parfois, avec ennui parfois, acheter des cadeaux, réunir toute la famille ou les amis, dépenser de l'argent, manger... Mais peut-être allez-vous d'abord prendre le temps de chercher comment, sans décevoir personne, sans priver les proches de cette joie de Noël, vous pourrez aussi allier la pratique du don, la pratique de la gratitude et de la non-avidité aussi bien en offrant qu'en recevant. Il y a les possibilités d'achats équitables, d'achats « verts » ; il y a les ONG qui espèrent un soutien, en temps ou en argent ; il y a toutes les occasions de donner, encore un peu plus ; il y a la parole aimante « qui réchauffe le coeur » dit M^o Dogen, et le regard qui se tourne vers l'autre, celui que l'on n'aime peu, ou pas ; il y a la fin de la colère et le temps du pardon ; il y a l'effort de dépasser nos soucis pour offrir la joie pure... En ce temps le plus obscur de l'année, il y a la lumière du Dharma, inépuisable, que nous pouvons faire briller autour de nous : un tout petit peu plus d'attention, un tout petit peu plus d'ouverture, un tout petit peu plus d'amour...

La lampe inépuisable...
De même qu'à la flamme d'une seule
lampe
on peut allumer 100.000 autres
lampes
sans que la première en pâtisse,
de même la volonté d'Eveil du
bodhisattva
qui instruit 100.000 êtres
pour les amener à l'esprit d'Eveil
est-elle loin de s'éteindre...

Sutra de Vimalakirti

Joshin Sensei

Remplir d'eau une passoire...

Un groupe de pratiquants invita un Maître de méditation à venir leur donner des enseignements. Il leur dit qu'ils devaient faire des efforts pour se libérer des réactions fortes qu'entraînent les événements de la vie quotidienne, pour acquérir une attitude de respect, et pour pratiquer tous les jours une forme de méditation qu'il leur enseigna. L'objet en était, leur expliqua-t-il, de réaliser la vie divine qui emplit toute chose. Au final, on devait parvenir à réaliser cela, non pas seulement pendant la méditation mais dans la vie quotidienne. Ses derniers mots furent : « Le processus entier est comme remplir une passoire avec de l'eau... » Il s'inclina devant le groupe et ils le raccompagnèrent poliment jusqu'à la porte. Aussitôt une des personnes présentes, très mécontente, se tourna vers les autres : « Eh bien, ça dépasse tout ! Remplir d'eau une passoire ! Cela revient à dire qu'on ne pourra jamais y arriver ! Mais, poursuivit-il, c'est bien ça, n'est-ce pas ? Je vais écouter des enseignements, je prie, je lis un des livres saints, j'aide mes voisins et j'en offre le mérite à Dieu. Pour un temps, je me sens bien, et mon caractère s'améliore un peu ; je ne suis plus aussi impatient, je fais moins de commérages... mais cela s'évanouit rapidement, et je me retrouve juste comme j'étais avant. C'est bien comme remplir d'eau une passoire. Mais maintenant il nous dit que c'est tout ce que nous serons jamais capable de faire... Alors, quoi ? » Le groupe réfléchit sur l'histoire de la passoire sans être capable de trouver une réponse satisfaisante pour tous. Certains pensaient que cela voulait dire que des laïcs comme eux ne pourraient jamais espérer davantage qu'une amélioration passagère ; pour d'autres cela signifiait qu'il y avait quelque chose de fondamentalement faux dans leur approche. D'autres encore se disaient qu'il avait peut-être fait référence à un texte classique qu'ils ignoraient, et ils cherchèrent des allusions à une passoire, mais sans succès. A la fin, ils abandonnèrent tous, sauf une femme qui résolut d'aller revoir le Maître. Il lui donna une passoire et une tasse, et ils descendirent au bord de la mer ; là, ils se tinrent sur un rocher, avec les vagues qui se brisaient autour d'eux. Il lui dit : « Montrez-moi comment vous remplissez d'eau une passoire ». Alors, elle se pencha, prit de l'eau dans la

tasse et commença à la verser dans la passoire. A peine l'eau emplissait-elle le fond de la passoire qu'elle avait disparu... Le Maître dit : « C'est la même chose dans une pratique spirituelle. Si l'on se tient sur le roc du « non-moi », et qu'on essaye de s'emplir de la réalisation divine, de cette façon, on ne peut ni remplir une passoire, ni le soi ». La femme demanda : « Alors, comment faites-vous ? » Le Maître prit la passoire de ses mains, et l'envoya aussi loin que possible dans l'océan, où elle flotta un moment, puis coula.

« Maintenant, elle est pleine d'eau, dit-il, et elle le restera. C'est ainsi qu'on remplit d'eau une passoire, et c'est ainsi qu'on accomplit une pratique spirituelle. On ne met pas de petites quantités de vie divine dans sa personne, mais on jette la personne loin dans l'océan de la vie divine ».

Ceci est nous abandonner nous-même complètement ; et lorsque cela se produit, la sagesse de la vie, qui nous est inhérente, nous emplit.

Texte proposé par Marguerite, tiré de « The Middle Way ».

Face au Bouddha

Pour s'ouvrir à d'autres réalités, il est important de passer par des moments d'insécurité, c'est-à-dire par des moments où l'on ne sait plus rien.

On va à gauche et le maître nous bouscule/voie vers la droite, alors on croit comprendre et l'on va à droite et le maître nous bouscule/voie vers la gauche.

A un moment, on se retrouve dans cet entre-deux, ce trou et l'on ne sait plus et l'on reste figé, jusqu'au moment où une autre réalité apparaît, alors la peur disparaît. Ce n'est pas que l'on sait quelque chose de plus ou de mieux, c'est seulement qu'une autre réalité s'ouvre à nous et alors on se dit : « Ah oui, tout est possible ».

Maître Uchiyama a dit : « Pratiquez face au mur pendant 10 ans, et quand vous avez pratiqué 10 ans, asseyez-vous 10 autres années ; quand vous vous êtes assis 10 autres années, alors continuez encore 10

ans. Au bout des 10 premières années, vous vous retournez et voyez qu'en fait ce qui vous avez semblé très long (même 2 ou 3 ans !) n'était pas si long que ça, alors vous pouvez vous asseoir 10 ans de plus en toute tranquillité ».

Uchiyama Roshi dit, parlant à un moine nouvellement ordonné (Okumura Roshi) :

« Hier, en prenant le thé avec votre père avant la cérémonie de votre ordination, il m'a demandé de prendre soin de vous, mais je ne peux pas faire ça. Vous devez pratiquer vous-même et marcher sur vos propres jambes ».

Il ajouta qu'il ne faisait jamais face à ses disciples mais au Bouddha et que si le jeune moine Okumura voulait être son disciple alors il devait aussi faire face au Bouddha et marcher seulement dans cette direction.

Katagiri Roshi

Tea-Time (3)

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.

« Le Maître, c'est l'horaire ! »

La Demeure sans Limites est comme tous les monastères Sôtô Zen au Japon. Le Maître c'est l'horaire, c'est ce que l'on suit toujours, c'est ce que tout le monde suit. L'horaire de Maître Dogen, qui fait que c'est nous qui suivons le monde au lieu d'essayer de faire en sorte que le monde suive nos désirs !

Comment est-ce qu'on devient un avec ce qui semble d'abord une obligation extérieure ? Ça nous gratte,

l'horaire ! Quand la cloche de zazen sonne, on se souvient qu'on voulait aller faire pipi, mais on était si bien au soleil, ou plongé dans un livre... Et puis, « Je n'aime pas me bousculer »... Alors, on prend son temps, on fait ceci, puis cela, puis on arrive dans la cuisine, et tout le monde est planté là, à vous attendre... On se sent agressé...

Quand on ne veut pas, on se bloque et cela devient très difficile. L'horaire est la pierre d'angle pour notre pratique. Pour que chaque instant soit un instant de Dharma, c'est le cercle de la Voie. Gyôji. C'est important pour que notre vie prenne de l'amplitude. C'est plus grand que des petits morceaux, tous les petits morceaux de nos désirs qui se bousculent et se succèdent sans cesse... L'horaire, quand on devient complètement un avec, c'est simple, parce qu'il n'existe plus ! Il y a juste zazen, samou, repas, une chose puis une autre, vraiment très léger, pas de problème !!

Trouver comment faire pour que cette répétition ne soit pas une répétition mais toujours un instant nouveau. Creuser dans l'ennui pour trouver quelque chose de neuf. Toute vie est routine – vous vous levez le matin, vous vous couchez le soir... mais CE matin, et Ce soir ?! Un engagement doit se faire de l'intérieur mais aussi à l'extérieur. C'est la forme.

Zuigakuin, zazen 3^{ème} jour

Soir du troisième jour de pluie : brume, ciel translucide, lumineux, douceur humide, pins et cyprès colonnes ruisselants, la mousse les enveloppe avec bonheur. Un ou deux rares cris d'oiseaux, d'autant plus précieux... Shoji ouvert sur la forêt pentue du sud ; rochers noirs autour du zendo. Une grosse araignée noire est devenue un personnage. Une libellule amie du Roshi est venue lui rendre visite au soir, à la cuisine.

Ne pas donner assez, c'est croire qu'à m'économiser, je protège et prolonge quelque chose d'important : moi, mais c'est l'ignorance que je prolonge. Le

No.135 – Décembre 2008

désespoir vient enfin, les larmes et le relâchement : enfin donner passion et présence entière au temps passé sur le zafu, sans compter, sans contrepartie.

Parce qu'au fait, c'est vrai, ce moi que je défends n'existe que par ce que je m'en représente, moi-même ! Alors s'élève, montagne abrupte et noire, le sans forme. La pluie s'est-elle arrêtée ?

La bougie se reflète sur la table noire. Des insectes tapent au shoji fermé.

Pluie, brume errante et ramures à peine secouées font le même bruit : le chant doux de la vie sans forme.

DONNER, DONNER... Ne pas donner assez, garder la tête froide et ne pas se lancer sans filet, de tout cœur : n'est-ce pas ma façon de faire depuis toujours ? Pourquoi ne m'importe plus : maintenant que je l'ai vu, je le verrai encore.

Alors, comme me le chuchotait quelqu'un assis sur un zafu, tout endolori, en colère, le cœur derrière les dents et pourtant immobile : *ici*, tu sais qui tu es, où, et ce que tu fais : c'est zazen. « Zazen desu ». Bouddha n'était pas plus heureux !

Danielle

Fin d'année

La lune de Jukai illumine la nuit
les nuages, la pluie, le temps
sans mesure
– la lune de Jukai
pour aider tous les Êtres
Je viens faire SanPai devant mon
Maître
MERCI de tout mon cœur

Disana ZuyKen

* * * * *

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.