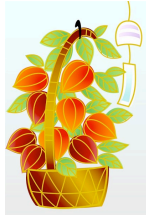


**Bienvenue dans la Sangha
avec Jokei Sensei**

Stéphane Zuisen Jian
Bernard Daisen Kômyô



*"L'illumination : y croyons-nous ?
La voyons-nous comme un idéal
irréalisable, ou bien la réalisation de
notre véritable nature ?*

*Est-ce un état, une joie, ou une manière
différente de voir ce qui était déjà là ?*

*Se manifeste-t-elle grâce à nous,
à travers nous, ou au-delà de nous ?
Voilà quelques questions auxquelles
le texte ci-dessous cherche
à apporter des réponses.*

*Sommes-nous prêts à avancer d'un pas
confiant dans la Voie du Bouddha ?
Sommes-nous prêts à abandonner
d'un coeur léger*

les limites qui nous enserrant ?

*Parfois cela passe par des changements
de rythme, d'entourage, d'horaires :
voici les premiers textes de celles et
ceux qui ont passé une semaine, seuls,
dans l'ermitage du Petit Bois de Pins,
au-dessus de la Demeure sans Limites".*

Sommaire

**Qu'est-ce que
l'illumination ?
(1ère partie)**

**Joan Sutherland
Roshi**

**L'ermitage du
Petit Bois de Pins**

N° 199 Octobre 2014

大
心
DAI
SHIN

Joshin Sensei sera à

**Paris : samedi 11 octobre
Annecy : le 25 octobre**

La Demeure sans Limites :

- 8 et 23 octobre : Uposatha
Marche méditative en extérieur
suivie d'une soirée de zazen
dans le zendo.

- du vend.31 oct. au dim. 2 nov. :
Retraite-atelier de calligraphie.

Jôkei Sensei :
zazen et enseignements,

Akiko Murayama : calligraphie.

La Demeure sans Limites sera
fermée du vendredi 17 au
dimanche 26 octobre.

Qu'est-ce que l'illumination ?

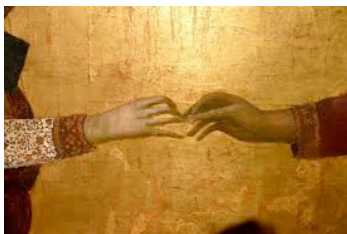
Au cœur même du bouddhisme se trouve la promesse de l'illumination. C'est la flamme lumineuse qui éclaire le Dharma, et la riche variété des pratiques qui se sont développées dans les traditions qui composent le bouddhisme sont toutes d'une manière ou d'une autre au service de cette promesse. Pendant des millénaires, en réponse aux luttes et aux chagrins de la vie sur cette planète, et en l'honneur de la beauté époustouflante de la vie sur cette planète, des hommes et des femmes ont transmis ce flambeau, s'encourageant mutuellement à prendre part à l'éveil - désespérément lent et incroyablement fragile - de notre monde dans son ensemble.



L'illumination est notre véritable nature

En Occident, l'idée de l'illumination a perdu de son éclat, en partie parce que l'intensité de nos désirs nous rend terriblement vulnérables à la déception. Certains d'entre nous n'y croient plus, ou pensent qu'elle est l'apanage d'une poignée d'élus. D'autres y ont vu à tort un projet de développement personnel, et sont ainsi passés à côté de son pouvoir non seulement d'amélioration, mais aussi de transformation. Qu'advient-il lorsque nous lâchons nos projections concernant l'illumination ? Pouvons-nous trouver le lieu où la sagesse née de plusieurs générations d'expérience nous rencontre là où nous, chacun de nous, vivons

réellement ? Sommes-nous prêts à prendre le risque d'une pratique au jour le jour de l'illumination ? Voici le récit transmis avec la flamme : l'illumination est notre véritable nature et notre demeure mais les complications de la vie humaine nous le font oublier. Cet oubli est vécu comme un exil, et nous mettons en place des structures complexes d'habitudes, de convictions et de stratégies pour nous protéger de cette solitude. Cette situation n'est toutefois pas désespérée, il est possible de démanteler ces structures pour revenir d'un exil qui a toujours été illusoire vers un foyer qui a toujours été là, juste sous nos pieds. Beaucoup d'entre nous sommes soumis à des forces qui nous poussent et d'autres qui nous attirent. Nous sommes poussés par notre propre souffrance et par la souffrance que nous voyons dans le monde qui nous entoure, et nous sommes attirés par l'intuition qu'il y a quelque chose de plus grand et de plus vrai que nos façons égotiques ordinaires de vivre nos vies. Voici une tradition qui dit que, oui, nous comprenons cela, et qu'il existe des moyens de faire de cette intuition non pas une simple question de hasard, mais quelque chose d'immédiatement et de systématiquement présent. Qu'il est possible de nous ouvrir, à toute heure, à la grâce à laquelle



nous aspirons, et de répandre cette grâce sur le monde qui nous entoure.

Notre expérience des choses telles qu'elles sont

Mais arrêtons-nous quelques instants sur ce dont nous parlons. Le terme «illumination» est utilisé

pour traduire différents mots de diverses langues asiatiques, lesquels, bien que proches, n'ont pas un sens parfaitement identique. Plus fondamentalement, l'illumination se réfère au mot Pali et sanskrit bodhi, qui signifie plus littéralement «éveil». Le mot « illumination » a un caractère d'absolu, comme s'il décrivait un état stable, quelque chose qui ne serait pas soumis au temps et à l'espace ni aux aléas de la vie humaine. Nous imaginons qu'une fois franchi ce seuil, il n'y a pas de retour en arrière. D'un point de vue bouddhiste, la façon dont les choses sont vraiment est illumination, et notre expérience des choses telles qu'elles sont vraiment est aussi illumination – la même illumination, à vrai dire. C'est la nature vaste et grandiose de l'Univers lui-même, et c'est la façon dont chacun d'entre nous pense, ressent et agit lorsqu'il est conscient de cette grande illumination qui se manifeste à travers nous et que nous y participons. Elle n'exclut pas notre façon ordinaire d'être. C'est plutôt comme si nous avions jusque là vécu dans deux dimensions, et que, désormais, il y en avait une troisième. Les fraises ont encore le goût de fraises et les mots durs sont toujours durs, mais maintenant nous sommes conscients de la façon dont tout interpénètre tout, et que même les choses les plus difficiles sont éclairées de l'intérieur par la même lumière indivise.

Une personne expliquait comment, pour elle, cette révélation avait pris la forme de ce qu'elle appelait «la face cachée de la lune ». Lorsqu'elle avait découvert la lumière dans nos pires zones d'ombre, ces lieux d'où nous sommes capables de causer les plus grandes souffrances. Confrontée aux dégâts ainsi provoqués dans sa vie professionnelle, elle avait trouvé cela difficile à accepter. Puis la face lumineuse de la lune était apparue, éclairant les joies

de la vie. Enfin, elle avait vu que c'était là deux facettes de la même lune. Ce constat avait été à la fois bouleversant et profondément apaisant. Cette expérience d'où rien n'est exclu s'applique aussi à nous-mêmes. Il y a mille ans, une Japonaise écrivait :

Observant la lune

A l'aube

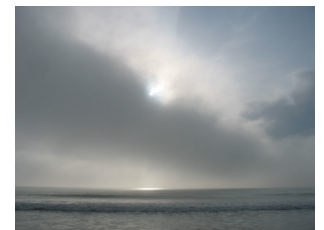
Solitaire, suspendue entre ciel et terre

Je me connus complètement :

Aucun aspect oublié

Izumi Shikibu

Ce sentiment d'exil disparaît dès l'instant où nous voyons comment toute chose interpénètre toute autre chose. Le grand Ancêtre chinois Ma assurait à ses étudiants que “ depuis des millions d'éons pas un seul être [n'avait] été omis dans la profonde méditation de l'univers ”. Ce moi qui nous a un jour semblé si concret, si distinct, devient fluide, se mêlant au fleuve des circonstances.



Marche sur un chemin d'éveil

Contrairement à l'illumination, l'éveil est davantage ressenti comme un processus en devenir, ce qui pourrait expliquer pourquoi au fil du temps, les moyens d'y faire référence se sont différenciés et multipliés : la libération, voir sa vraie nature, être purifié et perfectionné, atteindre la Voie, ouvrir l'œil de la sagesse, subir la Grande Mort, devenir intime, pour n'en nommer que quelques-uns. Il y a ce sentiment de marcher sur un chemin d'éveil de notre premier à notre dernier souffle, et probablement même avant et après ça aussi. Il y a des étapes, de bonds en avant et des faux pas dévastateurs. Alors que nous nous éveillons tous à la même chose, comment nous nous

éveillons et comment nous exprimons cet éveil dans nos vies est une aventure personnelle qui donne au monde sa texture et sa richesse. Cela ne veut pas dire que l'illumination et l'éveil soient deux choses différentes, ce sont juste différentes manières de regarder la même chose.



La poète Anna Akhmatova parle de la vague qui se lève en nous pour répondre à la grande vague du destin qui s'avance vers nous. Peut-être que l'illumination est ce qui vient vers nous, une grâce inimaginable auparavant, tandis que l'éveil est ce qui naît en nous, pour se préparer et répondre à la grâce. Dans ce moment de rencontre, nous savons que les deux vagues surgissent du même océan. L'illumination est transpersonnelle. Pour les Occidentaux en particulier, il est important de garder en mémoire que l'éveil n'a rien à voir avec les projets de développement personnel auxquels nous sommes habitués, il ne s'agit pas d'être une meilleure personne mais de découvrir notre vrai moi, ce qui est tout autre chose. Un des mystères de la voie est que certaines personnes peuvent sembler avoir des ouvertures spirituelles substantielles et continuer à se comporter comme des imbéciles. Ceci est important parce que cela donne un éclairage sur la nature de l'éveil : avoir une révélation éclairante n'est pas la même chose que d'être illuminé ; nous devons laisser l'illumination nous colorer et nous imprégner au milieu même de notre vie quotidienne. Nous devons laisser la vie nous enseigner comment incarner la révélation. Après avoir eu cette révélation, certaines personnes peuvent croire que l'éveil est

d'ordre personnel alors qu'en fait, c'est la chose la moins personnelle qui leur soit jamais arrivée. Et c'est en même temps la chose la plus vraie les concernant qui leur soit jamais arrivée. Découvrir comment ces deux choses (apparemment contradictoires) peuvent être vraies et voir leurs implications sur nos vies, c'est ce pour quoi les voies d'éveil existent. Parce qu'elle est transpersonnelle, l'illumination n'est pas quelque chose qui puisse être obtenue, ni atteinte, comme une compétence ou une connaissance, pour être exploitée par l'ego. Dans certaines traditions bouddhistes, l'illumination est considérée comme une sorte de propriété fondamentale de l'Univers, un vaste principe unificateur qui se manifeste sous une variété presque infinie de formes. L'illumination est autonome, elle existait avant qu'il n'y ait des êtres humains, ou toute autre forme de vie, pour en faire l'expérience.

Nagarjuna, grand philosophe indien qui a vécu à la charnière des deuxième et troisième siècles, l'exprimait ainsi :

*Que les parfaits Eveillés
n'apparaissent pas
Et que les Auditeurs aient
disparu,
La sagesse fondamentale des
Eveillés solitaires
Se produit en l'absence de
soutien.*

*Extrait de Traité du Milieu.
Ed. Points.*

Cette vision de l'illumination est incarnée par la Prajnaparamita, mère de tous les bouddhas, qui détient l'éveil de l'univers, qu'il y ait ou non des bouddhas et des enseignements bouddhistes au cours d'une ère donnée. Nous pourrions jouer avec l'idée d'un lien avec la théorie contemporaine selon laquelle la conscience, ou son ancêtre la proto-conscience, est depuis les origines une composante fondamentale de l'univers, au

niveau subatomique, qui finit par émerger sous la forme de matière à mesure que l'univers devint plus complexe.

« Il y a un autre monde... »

Cela a été appelé notre visage originel, ce à quoi nous « ressemblons » lorsque nous revenons à l'instant avant que le monde de nos pensées et de nos sentiments ne surgisse. Si les Occidentaux parlent généralement de faire un rêve, dans certaines cultures d'Asie du Sud vous êtes vu par un rêve. C'est un peu comme ça : nous prenons conscience que l'Univers nous a toujours vu dans notre forme la plus pure, et maintenant nous sommes conscients de ce qu'elle est. Tenter de décrire tout cela relève de la



gageure, ce qui explique pourquoi les personnes ont toujours écrit des poèmes, réalisé des peintures et offert des tasses de thé comme autant d'invitations à voir le visage originel de quelque chose avant que nos jugements et nos opinions ne se mettent en branle. Rilke disait avec admiration que Cézanne ne peignait pas « J'aime cela » mais « Voilà ce qui est ». La révélation de l'illumination est « ce qui est » mais cela se produit au travers des moments les plus banals. Dans les histoires anciennes, c'était le bruit d'un bambou frappant la pierre ou l'apparition soudaine de cerisiers en fleurs de l'autre côté d'un ravin ; aujourd'hui, ce pourrait être en entendant de la publicité à la radio ou en voyant une cannette de bière froissée sur un chemin forestier.

« Il y a un autre monde », a déclaré Paul Eluard, « mais il est dans celui-ci ». La clé pour voir cet autre monde semble être de laisser quelque chose, n'importe

quoi, nous parler sans l'interrompre avec nos habitudes d'exil.

Fin 1ère partie

Fondatrice du centre « Awakened Life » à Santa Fé, au Nouveau-Mexique,

Joan Sutherland Roshi est enseignante dans la tradition du koan zen.

Elle est aussi une traductrice de textes chinois et japonais et collabore actuellement à une nouvelle traduction du recueil de koans «La porte sans porte»

Buddhadharma printemps 2013 (extraits)

Traduction : Françoise Myosen, d'après Bouddhisme au féminin

Ermitage du Petit Bois de Pins à la Demeure sans Limites

Cette année, beaucoup de personnes ont fait une retraite solitaire d'une semaine dans l'ermitage qui se trouve au-dessus du temple. Pendant cette semaine, un horaire est fixé, incluant zazen, lectures, copies de sutras, marche et repas. Les repas sont portés du temple, préparés avec soin par les responsables de la cuisine, offerts comme une aide, un rappel que nous ne sommes jamais seuls... La vie en pleine nature, sans confort ni murs solides est aussi une expérience forte de cette semaine. Voici quelques témoignages :



Un toit, quatre murs pour abriter zazen et l'étude.
Une porte qui s'ouvre sur la Voie du Bouddha.
Deux fenêtres pour regarder la nature.
Une statue de Bouddha, une photo de mon maître pour me guider.
Simplicité, sobriété : il ne manque rien.
Tout est là. Une respiration.
(texte écrit le premier jour de ma retraite). Marylise

COURIR, courir, courir.
Organiser, anticiper et s'oublier.
Tout s'arrête pour quelques jours. Une respiration.

SUIVRE l'horaire.
Recevoir des repas préparés de tout cœur, une fleur déposée dans mon panier.
Attention délicate sans parole de la Sangha.

S'émouvoir devant la nature, le vol des papillons bleus sur mon chemin, l'arc-en-ciel qui sourit.

ACCUEILLIR. Se sentir vivante.
Puis redescendre, souriante, le cœur léger. Marylise

Ici, pas de miroir
Les yeux ne se voient pas
Ici on se voit avec les arbres de haute futaie.

Dans la solitude, il n'est pas de silence
Houle des sapins sous le vent
Frémissement de l'herbe
Un pic qui attaque un tronc
Un écureuil furtif
Le tonnerre d'un avion
Un nuage qui passe
Le bois pourrissant sous la mousse
Tout bruit, vit et palpète
Pour peu qu'un instant l'esprit
Cesse de bourdonner entre ses parois.

Dans la clairière
Les pensées refluaient, s'aventuraient,
Passé, futur.
Un mulot surgit, effaré
Lui aussi, saisi-saisissant
Ici-maintenant
Impensable présent.
Rien de plus.
Quoi en moins ?
Pierre M Août 2014

ERMITAGE
Assise en silence
Unifié, pacifié
Simplement laisser s'exprimer
La lumière du Bouddha

AU-DELA DES MOTS
2=1
1=0
2=0
Veronique Enko août 2014

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...