

## Bol de Jokei, suite.

*« Qu'écrire à Jokei, sinon qu'elle aussi, par son immobilité et son silence, contribue invisiblement mais sensiblement à notre équilibre ou à notre rétablissement. "C'est l'étude de la Loi qui soutient le monde", disait la Kabbale. Et dire que des Voltaire pouvaient traiter moines et reclus de fainéants inutiles! » Pierre*

*« Nous sommes contents de participer à la retraite de Jokei, car savoir qu'il y a une nonne qui pratique zazen a du sens dans notre quotidien.*

*Jokei a également laissé des traces dans notre pratique, notamment concernant l'apprentissage dans la cuisine. Son accueil et sa disponibilité ont toujours été un plus lors de nos passages, facilitant notre pratique à la Demeure.*

*Merci de nous parler de sa pratique dans Daishin. » Jean-François*

Voici deux parmi les différents messages, dons et soutiens que j'ai reçus pour Jokei. Ils m'ont fait plaisir, car ils montrent que la Sangha fonctionne comme un tout, que l'interdépendance si nécessaire, indispensable des religieux et des laïcs devient bien une réalité.

Je suis contente d'avoir « pris mon bol » et d'avoir fait un pas vers vous, remplissant ainsi mon travail de nonne/moine : demander et recevoir.

Je suis contente que cette pratique exigeante, apprise et pratiquée auprès de Moriyama Roshi, mon Maître, puisse se poursuivre à La Demeure sans Limites. Ma reconnaissance envers tous, ceux qui ont envoyé des dons, ceux qui ont pensé à Jokei, ceux qui nous ont oubliés, ceux qui ne nous connaissent pas ...envers tous les êtres.

J'ai parlé récemment avec Jokei, comme tous les mois; nous avons réfléchi à sa sortie de retraite. Peut-être( !) que certains d'entre vous se sont aperçus à La Demeure que l'esprit aime bien attraper quelque chose à mâcher et remâcher, et il semble que parfois( !) commencer à partir bien avant d'être parti soit un délicieux sujet de remâchage... Afin d'éviter cela, et pour pouvoir organiser sa prochaine étape – un séjour dans sa famille, avant de partir pour le Village des Pruniers- Jokei finira sa retraite une semaine avant son départ de Karma Ling, et aura ainsi le temps de ...réapprendre à parler, à se servir d'un téléphone et à pratiquer avec d'autres personnes autour ! Ce sera fin mars ; il reste encore un mois.

Ce mois de février a été pour moi aussi un moment de méditation et de retraite- même s'il y a eu aussi beaucoup d'ordinateur et d'Excel ! – et je crois que nous nous retrouvons toutes les deux dans ce poème de Ryokan- bien sûr, Ryokan, le grand moine-ermite de notre école :

« Mélangé au vent,  
la neige tombe ;  
mélangé à la neige,  
le vent souffle.

Près du foyer j'étire mes jambes  
passant le temps,  
enfermé dans cette cabane.

En comptant les jours,  
je vois que février aussi  
est venu et reparti  
comme un rêve. »

Jusqu'à début avril, et même ensuite, les dons sont bienvenus. Inscrive au dos du chèque : pour Jokei. Ordre : l'Arbre de l'Eveil. Merci

## Changement de regard

Je suis allée ces dernières vacances passer quelques jours auprès d'un neveu que j'aime profondément et qui lutte depuis quelques mois avec un cancer qui se généralise, ne lui laissant, aux dires des médecins, que peu d'espoir. Quelques jours pour accepter son corps mutilé, son angoisse, oser des gestes de tendresse, accepter des silences, être présente de tout mon être, de toute mon âme, tout en essayant de ne pas trop laisser voir ma peine.

Au milieu de mon séjour, je m'accordai une pause dans un café avoisinant. Très vite, les digues se sont rompues et les larmes m'ont envahie. Toute ma tristesse contenue me secouait par vagues et je ne savais plus comment l'apaiser. J'ouvris alors le livre amené avec moi : « Le cœur des enseignements du Bouddha » de Thich Nhat Hanh, et je me mis à lire, un peu comme quelqu'un qui se noie essaie de se raccrocher à une branche...« Lorsqu'une personne est proche de la mort, vous pouvez vous asseoir à côté d'elle avec stabilité et solidité et cela l'aidera à quitter sa vie sans souffrir. Votre présence est comme un mantra, une parole sacrée dotée d'un pouvoir de transformation. Si votre corps, vos paroles et votre esprit sont en parfaite harmonie, ce mantra aura un effet avant même que vous n'ayez prononcé un mot. »

« Ce serait triste pour la vague de ne pas savoir qu'elle est aussi l'eau. Elle penserait alors : « Un jour je vais mourir. Cette période de temps est ma durée de vie et lorsque j'atteindrai la rive, je retournerai au non-être. » Ces notions peuvent causer de la peur et de l'angoisse à la vague. Nous devons l'aider à se défaire des notions de soi, de personne, d'être vivant et de durée de vie si nous voulons l'aider à être libre et heureuse(...) Lorsque la vague voit sa vie de vague profondément, elle touche la dimension de l'eau qui est en elle, ce qui fait disparaître ses peurs et ses notions et la rend vraiment heureuse... »

« Nous n'avons pas besoin de courir après quoi que ce soit. Nous avons déjà tout ce que nous recherchons, tout ce que nous voulons devenir »(...) Nous avons tout ce dont nous avons besoin pour faire de l'instant présent le plus heureux de notre vie. »

Plus je lisais, plus mon angoisse disparaissait, plus ma peine s'allégeait et je sentais au-dedans de moi une joie profonde. Cette lecture m'avait dessillé les yeux, libéré le cœur. Je pouvais à présent rentrer confiante, et laisser cette paix se déposer sur mon neveu angoissé, à travers chaque geste, chaque regard, chaque mot, chaque silence...Anne Claire

## Programme de Joshin Sensei en mars :

- **Zendo de Paris le samedi 26 mars 9h30-15h30**

L'inscription est obligatoire une semaine minimum auparavant car nous ne pouvons pas accueillir plus de 15 personnes. La participation est de 25 euros (15 euros pour les adhérents au Zendo de la Montagne Bleue).

Fabrice (rép. Ecole de musique) 01 39 12 48 12  
Laurent 01 39 46 52 73

- **Aix /Marseille les vendredi 4 et samedi 5 mars.**

Renseignements et inscriptions : Pierre 04 91 41 82 79 ou Lionel 04 91 08 11 65

## Textes envoyés par Liliane :

Librement emprunté dans la Bible au chapitre 5 verset 8 à 13  
du LIVRE DE LA SAGESSE

[...]

A quoi nous a servi notre orgueil,  
que nous ont rapporté les richesses dont nous étions si fiers ?  
Tout cela a passé comme l'ombre,  
comme le messager qui court,  
comme le sillage du navire  
qui ne laisse pas d'empreinte après lui,  
et dont la carène ne trace pas de sentier dans les flots;  
ou comme l'oiseau qui traverse les airs sans qu'il  
reste un indice de son vol,  
ce n'est rien qu'un bruit d'ailes fouettant le vent léger,  
se frayant un chemin avec effort,  
un battement d'aile,  
ne laissant derrière lui nulle trace de son passage;  
ou comme la flèche lancée vers le but.  
L'air divisé se referme aussitôt sur lui-même,  
Et nous ne savons le chemin qu'elle a pris.  
Ainsi ne sommes-nous pas plutôt nés que nous avons  
déjà disparu, [...]



Trouvé dans "Chroniques Japonaises" de Nicolas Bouvier (1929-1998) :

Quand François-Xavier débarqua à Kagoshima, il fut reçu de la façon la plus aimable par les bonzes du temple zen qui dominait la ville. On lui fit visiter le quartier des moines et le *zendo*, où les novices étaient assis dans la position du Bouddha, les yeux fixés à trois pas devant eux, absolument immobiles. A la question : "Mais que font-ils ?" son ami le bonze Ninjitsu répondit : "Certains comptent ce qu'ils ont reçu des fidèles le mois dernier; d'autres se demandent comment s'y prendre pour être mieux nourris et mieux vêtus ; d'autres encore pensent à leurs loisirs, bref, *aucun d'eux ne pense à quoi que ce soit qui ait un sens quelconque.*"

Une réponse absolument honnête. François-Xavier aurait dû se demander si, chez des gens dont il admirait le caractère, une pareille trivialité ne cachait pas quelque chose d'important.

[...]Voilà une réponse d'une platitude si quotidienne que notre esprit occidental épris de catégories se demande comment diable y rattacher le plus petit lambeau de "sacré". Et si vous interrogez sur ce point un moine zen qui vous a un peu d'amitié, vous risquez enfin de recevoir pour toute explication un solide coup de bâton entre la nuque et l'épaule.

[...]En Orient ces connaissances-là sont données cuillerées par cuillerées à des gens qui ont vraiment faim...

[...] Pour le vieux H.R. Blyth, sans doute l'homme de sa génération (il aurait cent ans) qui a le mieux compris le Japon, le Zen est tout bonnement le "plus précieux trésor de l'Asie" et "la plus grande force intellectuelle au monde"; pourtant ce vieux monsieur était un humoriste qui ne se payait pas de mots et qui a reconnu que le Zen n'avait pas réussi aux Japonais.

Page 159 et 164, le temple de la Grande Vertu – 1964.

## Le psaume du grillon

*1 000 grillons*

*100 grillons*

*1 grillon*

*un dernier-né, un obstiné*

*quoi ?... que dites-vous ?*

*comme le temps passe !*

*ce chant mal assuré*

*multipliant l'espace*

*du jardin défraîchi*

*et l'angoisse*

*du mort qui ressuscite ici*



De **Lucrèce** (98-55 av.J.C)

La piété, ce n'est point se montrer à tout instant couvert d'un voile et tourné vers une pierre, et s'approcher de tous les autels ; ce n'est point se pencher jusqu'à terre en se prosternant, et tenir les paumes de ses mains ouvertes en face des sanctuaires divins ; ce n'est point inonder les autels du sang des animaux, ou lier sans cesse des vœux à d'autres vœux ; mais c'est plutôt pouvoir tout regarder d'un esprit que rien ne trouble.

**Enfin, quelques lignes personnelles :**

l'oiseau se baigne  
quelques gouttes  
dans un rayon de soleil



---

qui étais-tu avant d'être né ?  
l'étincelle dans la nuit  
la brume au loin le grain de sel  
dans la vague le brin d'herbe dans les feuilles mortes,  
la goutte de rosée sous les rayons du matin

---

yaza mer silence croissant de lune rouge

---

sécheresse au crépuscule  
feuilles meurtries le grillon chante

## Tomber dans les bras du Bouddha Amida.

Il y a un passage célèbre dans le Tannisho, une des écritures importantes de l'école Jodo Shinshu, dans laquelle le fondateur de cette école, Shinran, s'adresse à des pèlerins qui ont bravé la tempête et les typhons pour le rejoindre : « Chacun de vous est venu me voir, traversant plus de dix provinces au risque de sa vie, avec pour seule volonté de s'informer sur le chemin qui va de la naissance à la terre de la félicité ».

Chaque fois que je vais dans un aéroport, j'entends ce passage dans ma tête. Je m'arme de courage afin de traverser des milliers de km dans une atmosphère gelée, désarmé devant la puissance du climat, des machines et des terroristes et de continuer à entendre le Dharma. Chaque fois que le pilote allume « Attachez vos ceintures », je réalise que, bien que cela me semble impossible, j'ai trouvé une sorte de foi.

Et pourtant, si c'était une vraie foi, je ne m'inquièterais pas de la chute possible de l'avion. Je fermerais les yeux et les rouvrirais pour me retrouver assis sur un lotus dans la Terre Pure. C'est ce que disent les anciennes écritures. Mais dans les airs, j'échangerais plutôt la nature de Bouddha éternelle contre un atterrissage sans problème...

Le bouddhisme de la terre Pure enseigne que la source de nos souffrances vient de notre attachement à notre égoïsme, et de notre croyance que notre propre pouvoir est suffisant pour vaincre notre colère profonde, notre avidité et notre ignorance, qui sont la marque de notre vie humaine. Il nous conseille de nous en remettre complètement à l'Autre Pouvoir, l'activité naturelle de toutes choses qui révèlent notre état naturel d'éveil. Etre en avion nous montre directement cela : à moins que vous ne soyez le pilote, voler est un abandon complet- c'est peut-être pour cela que tant de gens préfèrent prendre leur voiture, bien que ce soit une façon de voyager beaucoup plus dangereuse. Abandonner totalement son pouvoir personnel est presque impossible, surtout si vous êtes du genre « c'est-moi-qui-m'occupe-de-tout » : pourtant vous devez y renoncer quand vous êtes en avion, sinon vous devenez fou !

Ce qui facilite ce lâcher-prise, c'est la prise de conscience du fait que, le reste du temps aussi, nos idées de pouvoir et de contrôle ne sont qu'illusions. J'étais dans les tours du World Trade Center deux mois avant que les avions ne les percutent. J'étais là pour participer à une conférence de trois jours sur le Bouddhisme aux Etats-Unis ; il y avait là des bouddhistes de toutes les écoles qui arrivaient de partout. Nous sommes allés ensemble au sommet des tours pour contempler la ville, et nous avons ensemble marché dans les sous-sols encombrés pour aller prendre le métro, le dernier livre du Dalai-Lama sous le bras. Pendant mon vol jusqu'à New York, puis pendant mon vol de retour, j'ai eu peur tout le temps. Mais pendant la conférence elle-même je me suis senti parfaitement en sécurité, à examiner les stands tibétains avec leurs colliers en os humains, ne m'inquiétant jamais de ce que le plafond pourrait s'écrouler sur ma tête au milieu d'une séance de méditation. A ce moment-là, être n'importe où sur la terre me semblait une sécurité – mais maintenant, je n'en suis plus tout à fait sûr.

*Jeff Wilson dans Buddhadharma, extrait de « killingthebuddha.com » Trad. Joshin Sensei*