

## FACE A LA VIOLENCE :

La violence autour de nous, la violence qui nous touche, et celle dont nous entendons parler...Que faire ? Agir ? Si oui, comment ? C'est une question qui tôt ou tard se pose à nous, pratiquants de la Voie du Bouddha.

Dans ce numéro de septembre, plusieurs approches :

- la réponse des leaders bouddhistes face à la violence perpétrée ou inspirée par des groupes, et des moines, « bouddhistes » au Myanmar envers des communautés non bouddhistes, notamment musulmanes.

Une lettre signée par les plus connus des enseignants en occident, de toutes nationalités, de toutes écoles, sous l'impulsion de J.Kornfield a été envoyée aux responsables bouddhistes birmans, pour leur rappeler leur engagement de compassion et de non-violence. Cet appel a été publié dans les grands journaux birmans.

Vous trouverez le texte de cette lettre ci-dessous, et d'autres documents sur cette situation, des illustrations, etc, sur le blog de Joshin Sensei en cliquant sur le lien :

<http://lulena-zen.blogspot.fr/2013/07/en-amants-porteurs-de-fleurs-birmanie.html>

- la réponse donnée par deux enseignantes dans le magazine américain Buddhadharma à cette question posée par une pratiquante : Comment faire face à la violence ?

- un texte de Thich Nath Hanh appelant au pardon fondé sur la compassion et la compréhension, paru également dans Buddhadharma, suivi de la réponse d'une lectrice publiée dans le numéro suivant.



N° 187 Septembre 2013

Retraite du 7 au 9/09/2013

“la pacification du buffle”

avec Joshin Sensei

**Le temple en marche :**

trois jours de randonnée à travers le Haut-Lignon « montagne des justes » du 12 (arrivées) au 15 septembre avec Jokei Sensei ;

Puis la Demeure sans Limites est ouverte jusqu'au début 2014.

**Auriol :**

vendredi 13 et samedi 14 sept. avec Joshin Sensei

**Paris :**

samedi 28 septembre avec Joshin Sensei

Renseignements et inscriptions : voir sur le site

<[www.larbredeleveil.org](http://www.larbredeleveil.org)>



**Bienvenue dans la Sangha:**

Maurice Kyujaku Enmyo

3 ans de rakusu: Marylise Shinju Shoji

10 ans de rakusu: Marie Paule Daizuy Enki

**Texte de l'appel signé par les grands dirigeants bouddhistes mondiaux :**

À nos frères et sœurs bouddhistes du Myanmar,

Nous, responsables bouddhistes mondiaux, tenons à exprimer notre bienveillance et notre préoccupation pour les difficultés auxquelles la population du Myanmar est actuellement confrontée. Bien qu'il s'agisse d'un moment de grand changement positif pour le Myanmar, nous sommes préoccupés par la montée des violences ethniques et les attaques ciblées contre les musulmans dans l'État de Rakhine et par la violence à l'encontre des musulmans et d'autres communautés dans l'ensemble du pays. Les Birmans sont un peuple noble, et les bouddhistes birmans portent en eux une longue histoire du respect du dharma [l'enseignement du Bouddha].

Nous tenons à réaffirmer au monde les principes bouddhistes les plus fondamentaux de non-violence, de respect mutuel et de compassion et à vous soutenir dans leur exercice. Ces principes fondamentaux enseignés par le Bouddha sont au cœur de toute pratique bouddhiste : les enseignements bouddhistes sont fondés sur les préceptes de ne pas tuer et de ne blesser quiconque. Ils sont fondés sur la compassion et le soin mutuel. Ils respectent chacun quelle que soit sa classe sociale, sa caste, sa race ou sa croyance.

Nous sommes avec vous pour défendre courageusement ces principes bouddhistes, quand d'autres voudraient diaboliser ou nuire aux musulmans ou à d'autres groupes ethniques. Ce n'est que dans le respect mutuel, l'harmonie et la tolérance que le Myanmar peut devenir une grande nation moderne profitable à tous et un formidable exemple pour le monde.

Que vous soyez un sayadaw [un vénérable], un jeune moine, une jeune moniale, ou que vous soyez un bouddhiste laïque, s'il vous plaît, parlez, levez-vous, réaffirmez ces vérités bouddhistes, et soutenez chaque personne du Myanmar avec la compassion, la dignité et le respect offerts par le Bouddha.

Soyez assurés de notre soutien dans le Dharma.

*Traduction: E.Rommelue.*

<http://zen.viabloga.com/news/le-bouddhisme-incite-t-il-aussi-a-la-non-violence>

**Signataires de ce texte :**

Ven. Thich Nhat Hanh  
Nobel Peace Prize Nominee Vietnam

Ven. Bhikkhu Bodhi  
President Buddhist Global Relief  
(world's foremost translator of the Pali Canon) Sri Lanka/USA

HH the XIV Dalai Lama (Bien qu'il n'ait pu être joint à temps pour signer cette lettre, Sa Sainteté a souvent publiquement répété son inquiétude pour les musulmans Rohingya de Birmanie. Il a pressé tous les Birmans de continuer la pratique de la non-violence, et de conserver l'harmonie religieuse qui est au centre de notre culture ancienne et respectée).

(et une dizaine d'autres enseignants, voir sur le blog : Lulena-zen)

### **Question aux enseignants : Face à la Violence... ?**

**Question** : Le bouddhisme parle beaucoup de la manière de gérer la souffrance et la violence à posteriori, par le pardon, l'acceptation et le lâcher-prise. Mais, à ma connaissance, il est à peu près muet sur la réaction à avoir lorsque la violence est en train de se produire. Donc, voici ma question : dans la vie quotidienne – que ce soit un cadre professionnel, familial ou plus général – nous sommes souvent témoins de mauvais traitements – violence émotionnelle, intimidation ou déni de droits – qui nous sont infligés ou sont infligés à d'autres. Le Dharma enseigne-t-il comment faire face à ce type de situation, non pas à posteriori mais au moment même où elle se produit ? Devons-nous réagir et, si oui, comment ? Si je pose cette question, c'est parce qu'il me semble que nous sommes généralement invités à opter pour une approche « non violente », et que ceci est

souvent interprété comme de la passivité, ou une absence de réaction.

#### **Narayan Liebenson Grady :**

Deux épisodes de la vie du Bouddha sont instructifs à cet égard. Le premier rapporte la charge d'un éléphant ivre et furieux sur le Bouddha dans le but de le tuer. Le Bouddha réagit en lui envoyant metta. L'éléphant stoppe net et s'incline devant le Bouddha au lieu de le piétiner.

Dans le second exemple, le Bouddha se fait insulter. Il commence par écouter l'homme, puis lui dit que la colère est un don qu'il ne peut recevoir.

Donc : oui, nous devons réagir lorsque l'on nous maltraite ou lorsque l'on maltraite autrui. La question est « comment ? ».

Le Bouddha enseigne que la violence engendre la violence et que seul l'amour peut mettre un terme à cette spirale. Il est donc important d'éviter de participer à une action violente mais cela ne signifie pas pour autant que l'on doit accepter

passivement la maltraitance. Ni que l'on doive en diaboliser l'auteur ou voir cette personne comme « l'autre ».

La non-violence n'est pas de la passivité ou une absence de réaction. Elle signifie mettre en avant les qualités de cœur auxquelles nous nous entraînons, à savoir l'amour bienveillant, le courage, la patience et la sagesse, et faire de notre mieux pour les mettre en pratique dans le feu de l'action. S'arrêter le temps de se concentrer sur une seule respiration peut contribuer à apaiser l'esprit. Le calme offre la possibilité de fonder sa réaction sur la sagesse et la compassion plutôt que sur la colère.

Se dresser contre l'injustice et empêcher les personnes qui font du mal de continuer à le faire peut être une expression d'amour et de compassion. Ce geste nous protège, nous-mêmes et autrui, mais aussi les auteurs, en les empêchant d'être eux-mêmes blessés par leurs propres actions. Nos conditionnements nous disent de nous battre ou de

fuir, mais le Dharma nous dit de tenir bon et d'être attentif aux émotions qui s'éveillent en nous, puis de prendre la décision la plus sage et la plus compassionnée possible dans cette situation particulière. Bien sûr, l'action la plus sage peut être de se battre (sans colère) ou de fuir (sans peur). Mais que signifierait de se battre ou de fuir sans agressivité égocentrique, parce que c'est la chose la plus sensée à faire ?

Dans les situations d'injustice, cela peut se révéler extrêmement difficile à faire. Parfois, la seule chose que nous puissions faire, c'est être patient et essayer de ne pas aggraver les choses en attendant qu'une action bénéfique et créative nous apparaisse clairement.

Et parce que rien de cela n'est simple, il est extrêmement bénéfique d'apprendre à répondre à la violence par la non-violence. Les instructions du Bouddha concernant la parole juste peuvent constituer un outil extrêmement précieux. Parmi celles-ci figurent la pratique d'une parole vraie, aimante, unificatrice et utile, et l'abandon d'une parole fautive, désobligeante, de nature à diviser et complaisante. De même, la communication non violente selon Marshal B. Rosenberg offre des outils langagiers et communicationnels qui s'inscrivent dans le droit fil de l'enseignement du Bouddha.

Il importe d'être conscient de l'impact de nos propres

actions, aussi anodines qu'elles puissent nous paraître. Confronté à la souffrance, on peut rapidement se sentir dépassé et impuissant. Le risque est grand, alors, de sombrer dans la passivité voire dans l'indifférence. La pratique du Dharma encourage la réceptivité, non la passivité, et l'équanimité, non l'indifférence. Bien sûr, il nous est impossible de savoir comment nous réagirions dans telle ou telle situation avant de nous y trouver et nous agissons avec la sagesse et la compassion dont nous disposons à ce moment précis.

#### **Zenkei Blanche Hartman :**

Un moine demande à Yun Men : « Quel est l'enseignement de la vie du Bouddha ? » Yun Men répond : « Une réponse adéquate ». J'ai aussi entendu une autre traduction de cette réponse :

« Enseigner à faire face à l'unité », et l'on m'a dit que les caractères signifiaient littéralement « Un rencontre un » ou « chacun rencontre chacun ». Dans une situation comme celle que vous décrivez, je pense que cela signifie être totalement présent pour voir, avec discernement, s'il existe une façon d'intervenir sans provoquer une escalade de la violence.

Concernant les enseignements du Bouddha sur le fait de mettre un terme à la violence, je vous conseille de lire le sutra d'Angulimala,

disponible en ligne sur le site [accesstoinight.org](http://accesstoinight.org). Bien que le Bouddha fasse appel à des pouvoirs surnaturels pour capter l'attention d'Angulimala et l'empêcher de lui faire du mal, il lui dit clairement : « Vous devez cesser de commettre des meurtres ». Le neuvième précepte de l'Ordre de l'Inter-être fondé par Thich Nhat Hanh recommande, entre autres choses, d'« avoir le courage de dire la vérité sur les situations injustes même si cela menace notre propre sécurité », et le douzième précepte de « ne pas tuer. Ne pas laisser les autres tuer. Trouver tous les moyens possibles pour protéger la vie et prévenir la guerre. »

Lorsque vous demandez « Devrions-nous réagir ? » et « Comment devrions-nous réagir ? », vous soulevez la question de l'enseignement de la vie du Bouddha et sa réponse à « juste ceci », ou aux « choses-comme-elles-sont », comme le disait Suzuki Roshi. Toute notre vie de pratique du bouddhadharma consiste à étudier comment répondre au mieux à ce que nous rencontrons, avec sagesse et compassion. Mon Maître dit souvent : « Ne réagissez pas, répondez. »

Nous cultivons les quatre incommensurables (l'amour bienveillant, la compassion, la joie altruiste et l'équanimité) et les six paramitas ou « perfections » —les vertus que perfectionne un être sur le chemin de l'éveil : dana paramita (la

générosité), sila paramita (la discipline ou les préceptes), kshanti paramita (la patience ou la tolérance), virya paramita (l'énergie ou la diligence), dhyana paramita (la méditation), prajna paramita (la sagesse) —le tout pour être en mesure de répondre de la manière la plus bénéfique possible à ce que nous sommes susceptibles de rencontrer. En outre, le premier précepte pur consiste à s'abstenir de toute action nuisible.

Donc, voici ma réponse : oui, nous devrions répondre à tout ce que nous rencontrons avec un cœur ouvert et aimant, sans colère ni jugement, en essayant d'entrer en contact avec le Bouddha qui est en la personne à laquelle nous répondons. Retomber dans nos vieilles habitudes de colère et de jugement ne fait que nous précipiter dans les enfers, au même titre que les auteurs des violences. Il y a une prière du grand enseignant Shantideva que j'apprécie tout particulièrement : « Puissent ceux dont l'enfer consiste / À haïr et blesser / Être transformés en amants / Porteurs de fleurs. » Et j'essaie d'être attentive à l'avertissement de Mark Twain, « la colère est un acide qui peut davantage abîmer le récipient qui le contient que toute autre chose sur laquelle il est versé. » C'est une grande question que vous avez soulevée. Comment répondre ?

Comment répondre à la vie à chaque instant ? Apprendre à ne pas être dans la réactivité et à garder son calme est l'enseignement de toute une vie. Nous ne devons pas nous décourager si nous ne sommes pas sûrs de ce que nous faisons, ou de comment intervenir pour résoudre une situation violente ou empreinte de colère. Se poser ces questions signifie que la compassion et la bienveillance sont déjà établies. Parfois, le calme seul suffira à faire impression ; à d'autres moments, il nous faudra faire appel à la police ou aux services de protection de l'enfance. Pour faire la réponse la plus adroite, nous devons rester éveillés et présents, rester le plus possible en contact à chaque instant. Et surtout, répondre à la violence par la compassion, même si cette violence est dirigée contre nous.

Source : Buddhadharma, Winter 2011

Trad. : Françoise Myosen

## Comment on fait des criminels

Thich Nhat Hanh dit que nous ne pouvons pas pardonner à nos agresseurs tant que nous n'avons pas compris qu'ils sont des victimes eux aussi.

Au Vietnam, beaucoup ont fui le régime communiste par bateau, et beaucoup ont trouvé la

mort en traversant la mer vers la Thaïlande ou les Philippines. De nombreuses morts ont été causées par les pirates de la mer, nés dans des familles de pauvres pêcheurs des côtes de Thaïlande et des Philippines. Ces pirates avaient entendu dire que quand les « boat people » fuyaient leur pays ils emportaient souvent leurs biens de famille, de l'or ou des bijoux. Ces pirates savaient donc qu'en volant les richesses des « boat people » ils pourraient échapper à la situation misérable et désespérée qu'eux et leurs familles avaient connue si longtemps.

Si nous méditons, nous savons qu'aujourd'hui des bébés naissent dans des familles pauvres de la côte. Si des éducateurs, des politiciens et autres ne font rien pour aider ces bébés à recevoir une meilleure nourriture et une meilleure éducation, ils deviendront des pirates quand ils seront grands.

Nous pouvons voir que, nous aussi, nous aurions pu devenir des pirates si nous étions nés et avons été élevés ainsi.

Le pardon est possible avec la compréhension. Vous ne pouvez pas pardonner si vous n'avez que le désir, l'intention de pardonner.

Pour pardonner vraiment vous devez voir la vérité, comprendre que la personne à laquelle vous en voulez est une victime. Quand vous voyez cela,

vient la compassion. Vous pouvez pardonner naturellement et vous sentirez plus léger. Vous ne voulez plus punir. Vous voulez que lui et ses enfants aient un meilleur environnement et cessent de souffrir génération après génération.

Un si grand nombre d'entre nous dans la société sont victimes de violence, de haine, de peur, de discrimination. La seule réponse est la compassion. La compassion vient de la compréhension. La compréhension est le fruit de la méditation, en particulier de la pratique de l'observation profonde afin de comprendre pourquoi les choses sont devenues ce qu'elles sont.

Quand vous répondez

avec compassion, vous souffrez moins et vous êtes capables d'aider.

Buddhadharma-  
Hiver-Printemps 2013  
Trad. M.C.Calothy.  
A Delagarde

**Voici la réponse envoyée par une lectrice du magazine :**

Dans son court article, « Comment on fait des criminels », TNH dit : « Nous pouvons voir que, nous aussi, nous aurions pu devenir des pirates si nous étions nés et avons été élevés ainsi. » Je ne suis pas d'accord avec cette idée même si je vois bien que la pauvreté extrême crée un grand nombre de problèmes, y compris un manque d'espoir qui peut

conduire au crime. Toutefois – et c'est un grand toutefois – nous sommes responsables de nos choix, et qu'on soit victime des circonstances ne signifie pas qu'on doit devenir bourreau pour les autres. Comment y aurait-il sinon une fin à la violence dans le monde, comment pourrions-nous espérer si chaque personne devait se dire « On m'a fait ceci, je vais le faire aux autres. » Comprendre les origines de la souffrance de l'assaillant peut aider à lui pardonner, mais n'excuse pas le fait qu'il a fait un choix de perpétuer le mal au lieu de mettre fin à ce cycle de violence.  
J.A.

**En vrac :**

– Un très joli petit film « Illusion Moon », proposé par Michel :  
<[www.youtube.com/watch?v=lZgcrzTwwik](http://www.youtube.com/watch?v=lZgcrzTwwik)>

– et aussi sur You Tube « Feeling of Mountains and Water » :  
<http://www.youtube.com/watch?v=EeDtilc0A4> ». pas besoin de parler anglais, les deux films sont seulement accompagnés de musique.

– Et puisque vous êtes sur You Tube, allez donc voir les superbes vidéos des expos du musée Guimet : <[www.youtube.com/user/officielmuseequimet](http://www.youtube.com/user/officielmuseequimet)>

– A propos de la nouvelle association de Joshin Sensei : « Montagnes et Forêts du Zen » ( bientôt le site!) : « J'ai vu Ryokan, son bol à la main, parcourant montagnes et forêts, et puis je vous ai vue vous, reprenant votre bol et l'errance....Montagnes et forêts, la maison du moine ?» AC

– Suivre le voyage d'Yvon et Anne en Chine, à travers temples et montagnes :  
<http://tiaopaisai.tumblr.com/>

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...