

*Corps à corps
avec les jours
sur des horizons
de mauves et
de violettes
ici, les gens
méritent leur ciel...*

*A. Rochedy
(écrit à St Agrève)*

DAISHIN



N°156 Novembre 2010

**Journée de zazen à paris
le samedi 20 novembre.**
Inscription obligatoire, merci.

6-7 novembre: Joshin Sensei
participe au Forum de Terre du Ciel,
à Aix Les Bains.
Infos sur le site de «Terre du Ciel ».

**Du mercredi 10 novembre au
dimanche 15 à la D.s.Limites :**
nous commencerons pendant cette
retraite une réflexion sur :« *Les
préceptes et l'éthique dans les
Enseignements* » qui se poursuivra
au fil des retraites en 2011.
Retraite fermée,
arrivée le mercredi avant 19 h,
départ le dimanche après le déjeuner

Fin d'année :

• **Du jeudi 23 au dimanche 26
décembre :** « *Donner, quoi,
comment... Savoir recevoir...* »
Journées de silence les 24 et 25.

• **Du mercredi 29 décembre au
dimanche 2 janvier :** « *Zazen:
chaque instant est nouveau* »
Journées de silence les 30 et 31.

Marcher quand on marche... - 2ème partie -

Sommaire

**Marcher quand
on marche
- 2ème partie -
*Joshin Sensei***

**Le dictionnaire du
Dharma :
« Soutra »
*Daigaku Rummé***

**Retraite silencieuse
*Joan Hoerberichts***

En vrac

De la même façon que, assis, on est assis avec cette solidité de la terre, il faut que dans votre vie, vous trouviez des points d'ancrage. Mais il faut que, vous, vous les mettiez, personne ne va le faire pour vous. Nous, nous le faisons pour vous d'une certaine façon, en vous donnant le cadre à la Demeure Sans Limites, mais dans votre propre vie, c'est vous qui devez le faire. C'est votre propre vie à vous. Personne ne va vivre à votre place. Personne ne va mourir à votre place. C'est votre propre vie à vous. C'est à vous de décider ce que vous en faites. C'est à vous de décider comment vous la vivez.

J'ai reçu encore une lettre, il y a quelque temps, de quelqu'un qui me parlait des « circonstances ». Eh bien moi, les circonstances, je n'y crois pas! Je n'en crois pas un mot. Je crois que l'on fait absolument ce que l'on veut et comme on veut . C'est vous qui décidez comment vous vivez et ce ne sont pas des circonstances qui tomberaient du ciel. C'est vous. Vous pouvez vous dire : « Ça, cette pratique je vais la garder. » A un moment je le disais, peut-être parce que, à la Demeure Sans Limites, quand je suis dans le bureau, il y a beaucoup de téléphone, j'avais dit : « Quand vous prenez le téléphone, prenez le temps, respirez et ensuite prenez le téléphone. » Vous pouvez essayer ça avec votre portable. Vous avez votre portable et au lieu de vous jeter dessus, respirez et ensuite ouvrez-le.

Faites des pauses, faites des ré-ancrages. Des moments où vous revenez. Une chose, une chose, une chose, une chose, une chose et tout d'un coup on déboule et on ne sait plus ce qui s'est passé. Ça c'est la pratique, bien sûr suivant votre engagement dans la Voie, prenez le temps de réciter un sutra, avancez en récitant un gatha, prenez le temps quand vous respirez, prenez le temps le matin de faire gasshō, que ce soit à l'extérieur ou à l'intérieur. A chacun son niveau de pratique. Mais déjà, simplement la pratique d'être là, de se dire : « Je vais faire ce trajet de la cuisine à la salle à manger, je vais marcher comme en kinhin. », pas aussi lentement, pas avec les bras comme ça, mais présent.

Parce que c'est la seule chose que nous avons, n'est-ce pas? Cet instant présent, exactement là. A part ça, il n'y a rien d'autre. Des idées, bien sûr, des projets, ça, pleins de projets, vous êtes toujours en train de penser pendant zazen à ce que vous allez faire ce soir ou demain, ne pas oublier ci ou ne pas oublier cela, ou bien en train de vous rappeler ce que vous faisiez hier, ou dans la semaine passée, etc. Tout ça n'est rien du tout, ce n'est rien du tout. Ça n'existe même pas! Bien sûr en même temps on a besoin d'une continuité dans notre vie. Sinon on ne serait pas là. Il a fallu une continuité, penser, réfléchir, etc. Mais cet instant présent. Revenir à cet instant présent sans cesse. Ne plus être séparé, coupé, là il y a « nous » quelque part dans une bulle, tantôt ici, tantôt

dans un endroit, tantôt dans un autre, et puis il y a le reste, l'entourage. Et de temps en temps, on arrive à faire coïncider les deux. Mais la plupart du temps, c'est deux, toujours deux. Et où est-ce que vous vivez dans tout ça? Et quand est-ce que vous vivez dans tout ça?

Heureusement la nature est bien faite parfois, heureusement que le cœur n'a pas besoin de nous pour battre, parce que sinon on serait vite mort. « Ah tiens, oui, j'avais oublié. » et puis on est mort! Ça marche tout seul, heureusement les grandes choses de notre corps fonctionnent toutes seules. Parce que pendant ce temps-là, ça nous dégage l'esprit pour ailleurs, ici, demain, les vacances, le week-end dernier, le prochain week-end, etc. Quand est-ce que vous vivez dans tout ça? Parce que «vivez» c'est être là. Vivez! c'est être complètement présent.

Si vous, vous ne le faites pas, personne ne le fera à votre place. C'est l'histoire de Maître Dōgen et du vieux tenzo. Si je ne le fais pas moi, qui donc le fera? dit le vieux tenzo à Maître Dōgen. Si vous ne le faites pas vous, qui le fera? Et là-dessus, quand Maître Dōgen insiste et lui dit ce n'est peut-être pas le moment de le faire, il fait chaud, trouvez un autre moment, le vieux tenzo lui répond : « Si je ne le fais pas maintenant quand est-ce que je le ferai? »

Voilà, on n'a pas besoin de parler beaucoup pour ça. Parce qu'après c'est à vous. C'est à vous, à votre tour, de regarder votre propre vie et ce que vous voulez en faire. Cet

instant présent, cet instant présent, le seul moment où vous pouvez être vivant, c'est dans cet instant présent.

Joshin Sensei

Le dictionnaire du Dharma : « Soutra »

Soutra est un mot Sanskrit qui signifiait originellement « corde » ou « fil »; il est aussi communément utilisé actuellement pour nommer les discours du Bouddha Shakyamuni. Soutra est dérivé de la même racine verbale que les mots anglais « to sew » (coudre) et « suture » (suture). Le mot Sanskrit a été ensuite traduit en chinois et en japonais en utilisant un caractère ayant le radical de « corde » ou « ficelle ». La connexion entre « corde » et l'écriture découle du fait que ce sont des enseignements oraux qui ont été réunis (cousus) ensemble à partir d'un thème commun avant d'être transmis de génération en génération. Ce n'est qu'à partir du premier siècle av. JC. que les soutras ont été couchés par écrit. Les soutras sont réunis dans la deuxième partie des canons Bouddhistes, nommée « Tripitaka »: « les Trois Corbeilles des Enseignements », composée des préceptes, des soutras et des commentaires. Les soutras sont écrits en prose et en vers et commencent souvent par les mots «Ainsi ai-je entendu ». Ce sont les mots du cousin du Bouddha, Ananda, qui accompagna le Bouddha Shakyamuni pendant plus de trente années et qui

avait une mémoire parfaite de ses paroles. Il est dit qu'au premier Concile Bouddhiste qui fut convoqué peu après la mort du Bouddha, Ananda aurait récité de mémoire tous les discours du Bouddha. Chaque soutra est un texte indépendant qui inclut une description des circonstances qui ont amené le Bouddha à donner cet enseignement ainsi que l'endroit et le moment où il fut donné. Suivent ensuite les enseignements proprement dits, habituellement écrits sous une forme simple et facile à comprendre mais aussi riche en paraboles et en allégories. Dans le canon Pâli du Bouddhisme Theravada, les soutras sont divisés en cinq parties appelées les Nikayas (Agamas en Sanskrit), qui sont groupés en fonction de leur longueur. Ces premiers soutras sont tous attribués au Bouddha historique, Shakyamuni. En plus de ces soutras, beaucoup de grands soutras Mahayana ont aussi été préservés. Composés originellement en sanskrit, ils existent maintenant pour la plupart dans des traductions tibétaines, chinoises, coréennes et japonaises et auraient été composés entre le premier et le sixième siècle avant JC. Beaucoup de ces soutras Mahayana et Theravada sont maintenant disponibles dans les langues occidentales. Ils adoptent la même forme que le canon Pâli, les soutras Mahayana commençant également avec les mots : « Ainsi ai-je entendu ». Cet ensemble de soutras est plus étendu et inclut des textes

très longs qui peuvent être rattachés à deux traditions : les soutras basés sur la foi ou la dévotion et les soutras aux thématiques d'enseignements plus philosophiques telles que la vacuité et la nature de Bouddha. Bien qu'il soit clair que ces soutras ne sont pas des enseignements directs du Bouddha, ils sont regardés par les pratiquants du Mahayana comme n'étant pas moins...
le dictionnaire du Dharma. Daigaku Rummé. Daigaku Rummé a été ordonné moine en 1978 par le Roshi Harada Sekkei. Il demeure au Centre Bouddhiste Zen international de San Francisco. Traduction: Yvon C. Buddhadharma Automne 2008.

Retraite silencieuse

C'était comme si je m'étais embarquée dans une aventure dangereuse. J'avais le sentiment de faire quelque chose d'effrayant que je ne comprenais pas pleinement, quelque chose qui pouvait se révéler plus difficile que ce que ce que j'étais capable de traiter. C'était au milieu des années soixante-dix, et je m'étais inscrite à un week-end de méditation silencieuse. J'avais fait de la méditation auparavant et j'étais allée à l'ashram pour quelques week-ends événementiels mais je n'y connaissais vraiment personne et les groupes étaient différents les deux ou trois fois où j'y étais allée. Je me souviens que c'était un beau vendredi d'automne. J'avais laissé mon mari et mes

deux enfants à la maison et je m'étais lancée toute seule dans ce périple. En fait, mon mari n'était pas particulièrement ravi de me voir disparaître pour le week-end, ce qui s'ajoutait à mon sentiment d'audace. Il y eut à peine une introduction. J'avais espéré une sorte d'explication philosophique sur la valeur spirituelle d'être silencieux. Rien de tel. Juste un emploi du temps, la consigne de ne pas parler et de l'aide pour le couchage. Vers 21 heures nous nous sommes retirés dans nos chambres. Je partageais une chambre avec une autre femme qui semblait très agréable. J'avais emporté avec moi un peu de nourriture que je voulais grignoter, je m'adressai donc à elle : « Je m'appelle Joan. Voulez-vous une banane ? » Elle sortit un bloc de papier et, de son lit, inscrivit en grandes lettres : « Non merci. Je m'appelle Mona. »

J'étais complètement anéantie. J'avais brisé le silence. De toute évidence elle n'approuvait pas ma prise de parole. Je me jurai de ne plus dire un autre mot le reste du week-end. Mais j'étais contrariée. Et puis je ne l'aimais pas beaucoup. Je pensais que c'était vraiment un affront. Il ne lui en aurait pas tant coûté de dire « Non merci ». J'aurais compris l'allusion. En fait, je ne voulais pas vraiment parler, j'étais seulement polie.

Le jour suivant, je continuais de remarquer que d'autres personnes semblaient avoir d'importantes raisons pour lesquelles elles devaient se

parler l'une à l'autre en chuchotant. Puisque je ne connaissais personne, je n'avais vraiment aucun motif pour rompre le silence, et personne n'avait le moindre besoin de me parler. Personne d'autre ne faisait l'énorme effort que je faisais et cela m'ennuyait. Alors je me suis souvenue de la manière dont ma compagne de chambre avait répondu à une simple

courtoisie et j'ai été vraiment en rogne. Le dimanche midi, la retraite avait pris fin et nous étions tous assis à bavarder autour d'une grande table ronde et à faire connaissance. J'étais détendue et passais un bon moment lorsque je remarquai Mona, ma compagne de chambre, assise en face de moi. « Mona », dis-je, prête à pardonner tous les affronts précédents, « Est-ce que vous

vivez dans les environs ? » Elle me rendit mon sourire avec chaleur, écrivit sur un bloc et le leva pour que je le voie. Cela disait : « Non. Je vis à New York City. Et vous, d'où venez-vous ? »

Joan Hoerberichts est consultante commerciale en formation pour être psychothérapeute. De « Budhadharma ». Trad. Andrée M.

En Vrac :

- Plutôt que réfléchir sur le sens de la vie, il s'agit de la vivre. Et le sens se révèle dans l'intensité avec laquelle nous vivons cette vie là. Sinon nous nous posons en dehors de la vie, et nous nous observons en train de vivre.

Jean-Yves Leloup

- "La consommation de viande éteint la graine de grande compassion".
Soutra Surangama

Extrait de l'enseignement oral de Sa Sainteté Drukpa lors du week-end d'initiation de Tchenrezi les 26 et 27 Janvier 2008 à Paris.

"...Par exemple, des personnes croient que les cochons sont là pour être mangés, je ne sais pas dans quelle religion on peut trouver ça, ou quel esprit névrosé. Certaines personnes croient cela même pour les poulets, ou les poissons. Même des bouddhistes disent qu'on peut manger les poissons, et que c'est ce que le Bouddha a dit. C'est sûr, c'est 100 % erroné! Le Bouddha a dit que c'est possible de manger du poisson si un moine est gravement malade. On peut alors aller au marché acheter un poisson car le poisson est bénéfique pour telle ou telle maladie, c'est comme un médicament. Autrement, le Bouddha n'a pas dit qu'on peut manger du poisson. Ce n'est pas vrai que le Bouddha nous a donné les poissons pour les manger!..."

Source: www.amitabha-terre-pure.net

- Quel compliment !

En octobre, j'ai fait une conférence auprès du groupe chrétien « Rencontre et Partage », sur le thème choisi pour ces journées, la beauté. Le titre de la conférence était « Du visible à l'invisible ».

A la fin, plusieurs personnes sont venues me parler, et alors que j'étais en train de partir est arrivée un couple qui me cherchait en demandant: « Où est-elle, la dame qui voit de la beauté partout? » . Ah, comme on aimerait...!! *Joshin 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 .