

Vendredi 25 mars zazen de 7h
PN : Jean Yves Sionneau

Le célèbre poète Basho, lors de son voyage à travers le Japon, alors qu'il passait devant la montagne de Eihei-ji, évêque Maître Dogen ;
Il dit : « Le moine Dogen vécut ici, à l'ombre de la montagne ». Nous vivons une époque ou plus que jamais, du fait des médias, (internet, facebook...), plus rien n'est caché, tout est en pleine lumière. Une sesshin, c'est à l'opposé, c'est l'ombre de la montagne ; là où il n'est pas très nécessaire de distinguer les formes et les contours. Là où on ne distingue pas trop les ombres et les contours, on peut voir autre chose... Cette autre chose qui ne se montre pas sous une lumière trop éclatante, quelque chose de plus intime.
En ne parlant pas trop, en ne montrant pas, en ne cachant pas, chaque chose peut tranquillement apparaître pour chacun.....

Vendredi 25 mars Zazen de 11h
PN : Jean Yves Sionneau

Je reviens sur le sens de l'obscurité, de l'ombre de la montagne, à l'importance de ce qui est à la marge. Un des plus grands poète-écrivain, sud-américain du siècle dernier, au milieu de sa vie, était devenu aveugle. N'étant pas né aveugle, il racontait que l'étant devenu, il ne pouvait plus voir, mais qu'en même temps, il ne voyait plus le noir (ce qui est le comble pour un aveugle !).

Si on ne peut pas voir ce qui est lumineux, le lumineux n'est plus lumineux ; d'où l'importance de ses moments où l'on se met à la marge, à l'ombre de la montagne.
Il y a un mot qui vous est connu et qui est essentiel : « mushotoku », sans but, sans vouloir attraper quelque chose, sans esprit de profit...

Notre pratique, c'est aussi de faire attention à ne pas créer d'illusions. Même un trésor peut devenir une illusion !

La pratique de la Voie, fait partie d'un ensemble dans lequel la perspective, l'intention aussi, sont importants, même si dans notre pratique nous tendons à nous dépouiller de cette idée d'attraper.

La perspective, l'intention première qui animent cette pratique, sont fondamentales : *moteur et guide de cette pratique.*

Par exemple, cette sesshin se déroule dans un lieu où les randonneurs qui font le pèlerinage de Compostelle, peuvent s'arrêter ;

Il y a différentes façons de marcher : pour la santé, pour diriger, dans la perspective de l'exploit, pour un pèlerinage... Pour tout cela, à chaque fois la marche est la même : on met un pied devant l'autre.

Mais elle revêt un sens, une dimension, une signification différente, selon la perspective qui l'anime.

Pour zazen, c'est la même chose, la pratique du corps est la même : jambes croisées, dos droit, on reste silencieusement sans bouger ; et, quelle que soit notre intention ou notre perspective, si on pratique un certain temps, cela a naturellement un effet sur le corps-esprit, (l'énergie des méridiens, le système nerveux..).

On peut très bien pratiquer pour se relaxer, être mieux dans sa peau, et c'est très bien ainsi. Mais la voie de l'Éveil a son origine dans Bodaishin, l'esprit d'éveil.

C'est cet esprit – là, qui fait que la pratique devient une pratique d'éveil.

Lorsque Maître Deshimaru enseignait au dojo de Paris, beaucoup de monde venait dans des perspectives différentes :

- juste le dimanche (comme à la messe) - une fois par semaine - tous les jours ...
Il acceptait tout le monde, sans juger, mais cependant, il parlait de cet esprit d'éveil.

Zazen peut-être un outil de développement personnel, mais aussi, la manifestation de l'Eveil au sein d'un univers infini ; et chacun, d'année en année, d'élargir cette perspective....

Maître Keizan avait dit : « *Faire que ce qui ne change pas soit connu par la rotation de la fleur et que la longévité soit réalisée dans un sourire.* » C'est le sens du monde entre Shakyamuni et Mahakashyapa.

Vendredi 25 mars 2011 Zazen de 16h30
PN : Claudie Rolland

Je reprends la phrase de Keizan :

« *Faire que tout ce qui ne change pas soit connue par la rotation de la fleur, et que la longévité soit réalisée dans un sourire.* »

La rotation de la fleur est une expression souvent utilisée dans les textes du Zen et se rapporte au Bouddha Shakyamuni :

Alors qu'on lui demandait un enseignement, il fit seulement tourner une fleur entre ses doigts. Keizan l'emploie ici, pour évoquer la tradition fondamentale du Zen ; le sourire fait référence à Mahakashyapa, disciple de Bouddha, qui manifesta sa compréhension du mouvement de la fleur, par un léger sourire.

Lorsque l'on commence à pratiquer, parfois, au début, notre motivation est incertaine ; mais petit à petit, notre perspective s'élargit, l'intention s'approfondit.

Au début, nous décrivons la pratique le plus simplement possible, mais peu à peu, l'intention se purifie, s'approfondit. Faire que ce qui ne change pas soit connue par la rotation de la fleur, que la longévité soit réalisée dans un sourire.

Keizan est un personnage très important dans notre histoire.

Généralement, en Occident du moins, on parle plus volontiers de Maître Dogen ; Il est plus connu du fait que c'est lui qui ramènera de Chine, la graine du Dharma, pour la planter au Japon ; il ira la chercher et la ramènera ; c'est lui qui laisse l'œuvre magistrale qu'est le Shobogenzo, ouvrage majeure de l'histoire du Zen ;

Cependant, certains disent que sans Keizan, l'enseignement de Dogen ne se serait pas propagé, serait resté à l'ombre de la montagne de Eihei-ji.

Il est intéressant de noter que par la suite, le surnom qui restera de Dogen, sera celui de « Digne Père », et pour Keizan, « La mère compassionnée », deux qualités fondamentales pour que la transmission se perpétue.

Dogen va créer à l'ombre de la montagne, le temple de Eihei-ji, et y restera jusqu'à la fin de sa vie ; il approfondira dans ce lieu, sa pratique, son Shobogenzo ; trois générations plus tard : Ejo, Tetsu gikai, et enfin Keisan.

Keizan va ouvrir, ouvrir le Dharma.

Keizan exprime toujours un profond respect pour Dogen ; tout en s'efforçant de vivre sur ses pas, il manifeste son originalité, en se donnant lui-même un nouveau point de vue. Il conservera toute sa vie, le véritable esprit de Dogen ; Cependant, il ouvre grand les portes du dharma, sur le Japon, les laïcs, il va le premier ouvrir les portes du temple aux femmes. Sa popularisation, les enseignements, vont permettre que la fleur du Dharma ouvre ces cinq pétales.

En clair, il fit en sorte, *que ce qui ne change pas soit connue par la rotation de la fleur, et que la longévité soit réalisée dans un sourire.*

Ces deux aspects sont l'essentiel pour la pratique et la propagation du dharma :

- celle du **Digne Père** et l'autre, de la **Mère compassionnée**.

Ils sont aussi complémentaires et nécessaires, que la tension et le relâchement dans la posture de zazen.

Vendredi 25 mars 2011 Zazen de 20h30

PN : Claudie Rolland

Maître Keizan parle « *du bol laqué noir qui tourne à minuit* ».

Tout ceci, bien évidemment, a lieu dans l'obscurité, *le bol laqué noir dans le noir de la nuit*. Il tourne, on ne peut pas l'attraper ; comme la pratique qui est sans début ni fin, comme zazen, un mouvement immobile.

Dans cette obscurité, chacun peut se voir lui-même, comme chaque pas de la pratique qui permet de polir une nouvelle facette, susceptible de fournir chaque fois un nouveau point de vue ; La qualité religieuse de notre vie se révèle à chaque fois, comme une terre fraîchement retournée par le soc de la charrue et qui laisse voir ses profondeurs.

Chaque jour, Deshimaru nous répétait : « Vous devez vous éveiller à une dimension plus élevée ! »

Cela veut dire qu'il n'y a pas de fin à cela, et que c'est à l'intérieur de cette infinitude que réside le trésor de notre pratique.

Comme *Le bol laqué noir qui tourne à minuit*.

Samedi 26 mars 2011

PN : Régine Bonnet

Zazen de 7h : silence

Zazen de 11h :

Keizan dit : « le bol laqué noir tourne à minuit. »

Il parle à travers cela de ce qui dans notre vie, dans notre pratique est insaisissable, le véritable pouvoir des Bouddhas et des Patriarches.

Maître Dogen dans le Shobogenzo a écrit un chapitre qui se nomme Jinzo : les pouvoirs miraculeux.

Le caractère jin, désigne les choses de la nature dotées, croit-on, d'un pouvoir surnaturel, comme le soleil, la lune, le vent, la pluie, le tonnerre. Mais aussi la puissance mystérieuse qui dépasse l'entendement humain. Lorsqu'on parle de pouvoirs miraculeux, ça fait rêver tout le monde ; voilà enfin quelque chose d'intéressant. Mais les pouvoirs dont parle Maître Dogen ne sont pas ceux dont rêvent les petits enfants : les garçons qui rêvent de transformer leurs ennemis en statues de pierre, les jeunes filles en fée, une baguette à la main.

Le grand pouvoir miraculeux dont parle Dogen, c'est se lever le matin, se diriger vers le dojo, manger la soupe de riz au goût si fin.

C'est ça que chacun fait cependant, sans être ignorant des causes et des effets, sans être ignorant qu'une simple respiration ne revient jamais.

Ne pas être ignorant des causes et des effets.

On parle souvent dans le bouddhisme ancien des réincarnations, des vies antérieures ; le point important de cela c'est, simplement, ne pas être ignorant des causes et des effets, des mots

qui sortent de notre bouche, des pensées qui surgissent, de ce que nos yeux voient ou ne voient pas, de ce que nos oreilles entendent ou n'entendent pas.

Pourquoi si souvent ces yeux sont-ils aveugles ?

Pourquoi parfois les mots qui sortent de notre bouche sont comme des étrangers ?

Pourquoi ces pensées qui apparaissent dans notre esprit sont comme des visiteurs de passage dont on ne connaît ni le visage ni la langue. Comme si la bouche faisait le mouvement de parler mais qu'aucun son n'en sorte.

Les pouvoirs miraculeux dont parlent les Bouddhas et les Patriarches ne sont autres que faire ce que chacun fait avec l'esprit d'éveil, sans être ignorant des causes et des effets.

Une métaphore raconte qu'un jour le Bouddha vint à cheval avec un disciple, chacun des deux projette une ombre sur le sol. Le Bouddha sans difficulté rattrape son ombre.

Rattraper sa propre ombre signifie, voir, entendre, ne pas être aveugle des causes et des effets.

Un jour, Daihi Issan est allongé dans sa chambre. Son disciple, Kyosan rentre. Comme le Maître ne bouge pas, il s'apprête à repartir. Issan l'arrête en l'appelant : « Cher Kyozan, j'ai fait un rêve. » Kyozan s'apprête à l'entendre, la tête penchée. Issan dit : « Devine quel est ce rêve ? » Kyozan part et revient avec une bassine pleine d'eau et une serviette.

Issan, le vieux maître, se lave le visage. A ce moment-là l'autre disciple Kyogen rentre.

« Moi et ce cher Kyozan, nous venons de produire le pouvoir miraculeux. »

Kyogen leur dit : « depuis la pièce voisine j'ai tout compris. »

Issan lui dit : « Essaie donc de me dire ce que c'est. »

Sur ces mots Kyogen part et revient avec une tasse de thé. Alors Issan dit : « la sagesse d'où vient le pouvoir miraculeux de mes deux enfants surpasse largement celui de Sariputra et de Mokuren. »

Souvent Maître Deshimaru nous parlait de cela, les pouvoirs magiques, ajoutant « si l'on concentre tout son corps et son esprit là-dessus, ce n'est pas très compliqué, mais ça n'a aucun intérêt. Le vrai pouvoir c'est de se lever le matin et c'est de diriger sa vie vers l'éveil. »

Ce qu'accomplit Issan et ses deux enfants : ne pas être ignorant de ce corps et cet esprit, des mots qui sortent de cette bouche ; de ce que nous faisons avec ces mains, avec ces pieds.

Sesshin de Moissac de Raphael Triet

Samedi 26 mars 2011 zazen de 20h30

PN : Geneviève Dulac

Très souvent en Occident, lorsqu'on parle de certains peuples d'Afrique, d'Amazonie, et même d'Asie on emploie le mot de sous-développés

Pourtant ici même en Occident peu de gens sont éveillés : nous sommes tous influencés par notre civilisation spirituellement sous développée

L'important est de ne pas stagner !

- ne pas prendre les différents aspects du Dharma comme des choses séparées.

- ne pas s'arrêter sur les contradictions apparentes sans reconnaître la totalité.

Si je pense à la pratique de Bouddha, ou des grands anciens : bien évidemment j'ai honte, mais cependant, il faut continuer, s'efforcer, prendre appui sur les temps anciens.

Au dernier soir de la sesshin, je vais vous lire un très court texte de Maître Dogen :

Il parle de sa relation avec la lune une sorte de monde avec elle
Cet astre qui a toujours fait chanter les poètes, les moines, sans doute parce que la lune est un jeu d'ombre et de lumière, de plus il ne s'agit pas de son propre éclat : elle n'en est que le reflet : comme nous mêmes, pratiquants de la Voie : le reflet d'un autre reflet
Dogen était jeune, en Chine auprès de Maître Nyojo : dans la Chine ancienne des Song
Dogen raconte :
« La nuit du 12ème jour du 12ème mois de l'an 1224, la lune était enfouie derrière les nuages ;
Je m'assis en zazen dans la salle kakyu .
Quand vint l'heure de la veille de minuit, je mis un terme à ma méditation ;
Je quittais la salle haute pour les quartiers inférieurs ; au même moment la lune émergea des nuages et fit scintiller la neige
La lune me tenait compagnie, et le hurlement du loup dans la vallée ne me faisait même plus peur.
Quand, plus tard, je quittais les quartiers inférieurs, la lune s'était cachée à nouveau derrière les nuages
Je regagnais la salle haute au moment où la cloche annonçait la fin de la dernière veille de la nuit.
La lune m'avait vu monter : je m'installais dans la salle de méditation
La lune dispersa les nuages : elle allait apparaître derrière le sommet de la montagne
J'ai pensé qu'elle me tenait compagnie en secret. »

Dimanche 27 mars zazen de 10h30

PN : Jonathan Leroy

Le caractère Dharma, ho, comprend à sa gauche le signe de l'eau et à sa droite le sens de « s'en aller », ce qui signifie l'eau qui s'écoule. La gravitation fait que l'eau coule du haut vers le bas, ce n'est pas une règle dictée par l'homme, c'est la loi de l'univers. Le dharma n'est pas créé par l'homme, nous devons confier notre vie à ce qui est créé par l'homme. En même temps le dharma non créé par l'homme, c'est l'homme qui le transmet, qui en est le réceptacle momentané. Le moine Ryokan avait écrit ce poème :

« La lampe du dharma des bouddhas patriarches

est en train de s'éteindre peu à peu, et a jamais,

Y aurait-il quelqu'un pour perpétuer la flamme des vénérables.

Et qui saurait la prendre en charge avec la loyauté d'un chien et l'obstination d'un bélier.

A cette pensée en veille ou dans mon sommeil, je pleure dans le vide. »

A chaque époque, les patriarches se sont inquiétés de ce que le dharma se perpétue. Comme l'eau qui s'en va, qui s'écoule sans que la main de l'homme ne soit nécessaire. Une seule goutte s'écoulant librement, suffit à créer un monde et dissoudre la nuit. Le dharma du bouddha « **Butsu** », le dharma de la loi qui se dit « **Noritsu** », la vérité et aussi la chaîne, mais aussi les fils qui passe au-dessus et au-dessous d'un tissu sur le métier. Les causes et les conditions sont semblables à la trame et au fil qui passe dessus et dessous dans le processus

du tissage. Le processus de tissage unifie, rassemble tout comme le fil pour le kesa et ses petits points. Ce n'est pas seulement des pièces de tissus, ce sont les époques différentes, les continents, les peuples, les dharmas tout cela assemblé soigneusement. De la même façon que l'unité d'un paysage s'offre comme l'accomplissement d'un rêve souvent rêvé. La tapisserie tissée est une combinaison de cette vérité qui n'est pas influencée par l'époque et le lieu et qui change en fonction de l'époque.

L'image du métier à tisser peut être encore largement approfondie. Le fil de la vie, c'est aussi à la fois tissé et être tissé. C'est créer pour tous les hommes, les conditions du digne père, et de la mère compassionnée, mais aussi l'obstination du bélier, la loyauté du chien ; mais aussi robai shin, l'esprit de la grand-mère, littéralement, le cœur d'une grand-mère âgée.

Tisser cela sans relâche c'est notre pratique.