



EDITO

Un disciple se plaignait un jour à son maître de n'avoir rien réalisé de profond. Le maître l'emmena dans le jardin :

- Entends-tu l'oiseau chanter ?
- Oui, dit le disciple
- Vois-tu les fleurs ?
- Oui, dit le disciple

Le maître lui dit : « tu vois, je ne t'ai rien caché »

« Il n'y a nulle part où cacher le visage originel », disait Unmon.

Il n'y a nulle part où le cacher car il est partout. La réalité ultime est partout. Si on la réalise, le cœur/esprit est comblé et pour toujours en paix. Réaliser cela suppose laisser être ce qui se trouve

devant soi, sans y toucher, sans y projeter jugements et opinions diverses ; faire place au vide en soi.

Quand nous sommes dans cet état d'ouverture, l'univers entier et nous-même ne sommes plus séparés ; la fleur est nous-même, l'oiseau est nous-même. Dans cet état d'ouverture ne subsiste aucune notion de moi et de toi, de mien et de tien ni d'idée d'accomplir ou de faire quelque chose, pas non plus d'intention ni de tension vers, pas de mémoire... Les stimuli sensoriels sont présents mais ne s'y superpose aucun étiquetage mental. Ce qui se donne à voir est vu dans son absolutité, ce qui se donne à entendre aussi. Transparence à l'omniprésence du visage originel.

Gérard Chinrei Pilet

SUR LA TRACE DES DRAGONS



Dhammapada - *Pandita Vagga VI-82*

« Comme un lac profond,
Clair, calme et sans remous,
Le cœur du sage s'éclaircit et s'apaise
Quand il entend la vérité du Dhamma ».

KUSEN

Sendan Zen Ji, Jeudi 14 octobre 2021

« Qui ne reconnaît pas le visage originel sur son chemin est un ignorant. Le visage originel ne peut être souillé, que ce soit par l'opinion, le jugement, les ajouts ou retraits ou par la suspension d'intention. Sachez qu'il existe une pureté exempte de tout jugement, de tout ajout et de tout retrait. Par exemple, quand vous rencontrez quelqu'un, ne jugez pas ses apparences ou encore quand vous voyez une fleur, ne lui ajoutez ni couleur, ni lumière superflues. Regardez seulement le printemps, tel qu'il est et acceptez l'automne tel quel, sans beauté ni laideur. Mais vous ne pourrez pas vous défaire aisément de l'idée selon laquelle ce qui n'est pas en vous est en vous. » Dit maître Dôgen.

Le visage originel et l'œil de bouddha qui lui est concomitant ne sont pas souillés par l'opinion, le jugement, les préférences, les rejets. Sachez, dit maître Dôgen, qu'il existe une pureté exempte de tout jugement, de tout ajout et de tout retrait. Cette pureté, c'est la pureté du regard de l'œil de bouddha et du visage originel.

Une pureté exempte de toute subjectivité, de toute appréciation limitée et conditionnée.

Quand on rencontre quelqu'un, est-ce qu'on rencontre vraiment cette personne ou est-ce qu'on rencontre la subjectivité de nos jugements à son égard ? En d'autres termes, est-ce qu'on rencontre vraiment quelqu'un ou est-ce qu'on se rencontre soi-même à travers ce quelqu'un ? Est-ce qu'on est capable de le voir tel qu'il est ou seulement tel que les opinions qu'on a sur lui nous le font voir ?

Quand vous voyez une fleur, ne lui ajoutez ni couleur, ni lumière superflues. Regardez seulement le printemps tel qu'il est et acceptez l'automne tel quel, sans beauté ni laideur, dit maître Dôgen. Quand on regarde le printemps, est-ce qu'on regarde le printemps tel qu'il est ou est-ce qu'on regarde la projection de notre subjectivité sur le printemps ? Et, dit-il encore, acceptez l'automne tel quel : rencontrons-nous l'automne tel quel ou nous rencontrons-nous dans notre subjectivité, à travers nos jugements ou appréciations personnelles sur l'automne ? Pour prendre un exemple, sachons-nous voir l'automne sans projeter sur lui notre regret que l'été soit déjà fini ou

sans l'estimer plus beau ou moins beau que le printemps ou l'été ?

Maître Dôgen nous enseigne qu'il y a une autre manière de voir que la manière égocentrique avec laquelle nous voyons les autres, les choses, les existences, la nature. Il nous enseigne qu'il y a un regard pur, c'est à dire exempt de tout jugement, de tout ajout et de tout retrait.

La première chose pour nous qui pratiquons la Voie, c'est de prendre conscience de l'omniprésence de notre subjectivité.

Aussi longtemps qu'on n'en a pas conscience, on croit voir les choses, les existences telles qu'elles sont alors qu'on ne fait, en fait, que s'y rencontrer en les regardant, incapables que nous-sommes de voir les choses ou les

existences sans se les approprier subjectivement. C'est ce que veut signifier maître Dôgen quand il dit : « mais vous ne pourrez pas vous défaire aisément de l'idée selon laquelle ce qui n'est pas en vous est en vous. » Vous ne pouvez pas vous défaire aisément de votre habitude de vous approprier égotiquement tout ce que vous voyez. Il nous invite à voir autrement, en tant que disciple de la Voie, à voir les choses, les existences, à partir de l'œil de bouddha qui voit ce qui est tel que c'est, sans juger, sans ajouter, sans regretter, sans comparer.

Gérard Chinrei Pilet

MONDO

Sendan Zen Ji, lundi 4 octobre 2021

- *J'ai deux questions : la première est en rapport au « qui suis-je » que l'on retrouve dans plusieurs traditions et la seconde est en rapport avec le moi. On voit bien pendant zazen la non-substantialité des pensées, des sensations, des émotions, qui changent sans cesse et sont impermanentes. Mais au niveau du corps, c'est plus difficile à comprendre. Je ne comprends pas bien la non-identification à notre corps.*

On ne peut pas comprendre vraiment la non-identification au corps aussi longtemps qu'on en n'a pas fait l'expérience. C'est une expérience qui peut être temporaire, qui peut s'en aller puis revenir à certains moments.

Mais lorsqu'on n'a jamais fait cette expérience où le corps est déshabité du moi, c'est très difficile à comprendre tellement l'identification au corps est installée fortement depuis notre jeune âge.

- *Donc l'identification, se crée et se renforce par rapport à notre propre histoire ?*

S'il n'y a pas d'identification au corps, l'histoire de ce corps n'est plus l'histoire du moi, c'est l'histoire de ce corps et c'est tout. S'il y a une identification au corps, l'histoire de ce corps est vécue comme l'histoire du moi, « mon » histoire : par exemple je suis né tel jour, rentré à l'école à tel âge, marié à tel âge, je vieillis, je suis malade, je suis bien portant. Toutes ces affirmations qui reposent sur l'identification au corps disparaissent quand l'identification au corps disparaît. Ce n'est plus alors : « je vieillis » mais ce corps vieillit.

- *Qu'est ce qui a conscience du corps ?*

Le témoin. Si la conscience ne se déplace pas en direction du témoin, on ne sort jamais de l'identification au corps. C'est le témoin qui permet de voir le corps comme le corps et non comme moi. Et à ce moment-là, on perçoit plus finement l'impermanence du corps.

Je vais te donner un exemple.

Un jour où un disciple du Bouddha lui faisait remarquer qu'il avait plus de mal à marcher, le Bouddha lui a répondu : « ah oui ! Ce corps est à présent comme un vieux chariot tout brinquebalant ». Il n'a pas répondu en disant : « ah oui, je vieillis, je suis perclus de rhumatismes ». Qui vieillit ? Pour une conscience identifiée au corps, scotchée à la conviction d'être le corps, il y a moi qui vieillit. Dans le cas contraire, il y a le vieillissement du corps mais personne qui vieillit.

Plus la conscience témoin devient présente et plus un regard neutre s'installe qui permet de voir le corps en tant que corps et c'est tout.

Maitre Deshimaru répétait souvent que « zazen, c'est rentrer dans son cercueil ». Il disait aussi : « rentrer dans son cercueil, c'est regarder la bulle de notre vie à partir du courant profond ». Qui regarde la bulle de notre vie à partir du courant profond ? C'est le témoin. Ce n'est pas la conscience égotique qui colle au corps à longueur de journée, et le courant profond dont parlait maitre Deshimaru, c'est cette conscience qui n'est pas collée aux vaguelettes des cinq agrégats sans cesse changeants. S'il n'y a pas l'expérience du courant profond, on est tellement dans la bulle qu'on ne s'aperçoit même pas qu'on est dans la bulle. La plupart des gens sont dans la bulle de leur moi-je et ils ne s'aperçoivent même pas qu'ils sont dans une bulle. Regarder la bulle de notre vie suppose qu'on sort de la bulle et qu'on fait l'expérience de la conscience en tant que courant profond. C'est pourquoi, sans une pratique de la Voie assidue, persévérante, qui nous imprègne petit à petit de ce regard propre au courant profond, se désidentifier du corps est très difficile, voire impossible.

Pour prendre une image, c'est comme quelqu'un qui aurait vécu toute sa vie dans un château sans jamais en sortir et un jour on le fait sortir du château et on le fait monter sur la montagne qui est à proximité. Quand il est au sommet de la montagne, on lui dit, regarde le château, tu vois le château ? Zazen fait sortir du château dans lequel on s'est soi-même enfermé et nous le fait voir à partir de l'esprit vaste qui

englobe tout sans être identifié à rien.

- *C'est comme sortir du train de la vie ?*

Oui, c'est ça. Les gens sont dans le train de la vie comme quelqu'un qui, étant dans un train, s'identifierait tellement au train qu'il croirait que c'est lui qui le fait avancer. Un des tout premiers enseignements du Bouddha, peu de temps après son Eveil, consista à faire suivre la liste des cinq agrégats (le corps, les sensations, les perceptions, les volitions, les pensées), qu'il venait d'énumérer, de ce petit commentaire : « ceci n'est pas moi, ceci n'est pas mien, ceci n'est ni moi ni mien ». En disant cela, le Bouddha nous trace le chemin du « qui suis-je ? ». Vous n'êtes pas ce que vous croyez être. Réalisez ce que vous êtes vraiment et pour cela pratiquez la Voie, asseyez-vous vous aussi sous l'arbre de l'éveil. C'est ainsi que s'ouvre l'œil de bouddha et que l'illusion d'un moi-je séparé se dissout.

Gérard Chinrei Pilet

STAGE DE COUTURE

Couture du Kesa du 25 au 29 octobre 2021.

Mon premier séjour à Sendan

Voilà déjà plus de dix ans que Gérard, mon maître, a quitté le Dojo de Paris, là où je l'ai rencontré et suis devenue sa disciple. Je n'avais jamais encore mis les pieds en Ardèche où, désormais, il pratique et enseigne. Même si l'éloignement géographique n'a jamais constitué pour moi un éloignement de son enseignement, j'avais quand même, depuis longtemps, très envie d'aller « chez lui ». Je ressentais comme un manque le fait de ne pas pouvoir imaginer son environnement quotidien. Le désir de pratiquer à Sendan me titillait donc. Lorsque j'appris qu'un stage de couture du kesa y aurait lieu, la décision de m'y inscrire fut rapidement prise, pensant qu'une semaine dans le temple me permettrait de goûter davantage l'atmosphère du lieu qu'une seule journée de zazen. C'est donc dans ce contexte que je quittais Paris en train, par un beau dimanche d'automne, fin octobre, pour aller à Sendan. Dans ma valise, deux choses : tout le nécessaire pour coudre le kesa et mes vêtements de pratique.

Arrivée à Sendan, la « maison temple » baignait dans le soleil encore bien présent pour cette saison et le silence de la campagne ardéchoise. Hédia accueillait un à un tous les stagiaires avec bienveillance. J'en profite pour souligner son dévouement tout au long de la semaine. Je ne le dis pas pour fayoter – chaque stagiaire l'a ressenti et exprimé – cette semaine fut une semaine précieuse pour tous. Non seulement Hédia nous entourait, nous aidait et nous prodiguait tous les conseils pour la couture du kesa, mais étant également tenzo, elle avait tout organisé et prévu : un grand merci aux

pratiquants de Sendan qui venaient spécialement participer au samu cuisine pour que chaque stagiaire se concentre uniquement et pleinement à la couture du kesa.

Le rythme de la semaine était soutenu et en même temps très fluide, aucun stress : zazen au réveil, puis genmai, café, deux heures et demie de couture, déjeuner, sieste, trois heures de couture, goûter, zazen, dîner et repos. Le silence et le calme naturels installés par la concentration sur la couture du kesa ou du rakusu était à peine interrompu lors de nos échanges amicaux.



Chaque matin, le soleil pointait à l'horizon et s'infiltrait petit à petit dans le dojo où flottait une douce odeur de bois et d'encens, aucun bruit ne troublait la pratique. Le soir, avant que la nuit ne s'empare du dojo, une des portes vitrées qui donne sur le jardin me laissait entrevoir les derniers cosmos affichant toujours de belles tâches mauves. Dans la journée, parfois, je pouvais coudre sur les marches d'escaliers au soleil. Tout était un accompagnement à vivre dans la simplicité et l'harmonie avec ce qui m'entourait.



De plus, pour moi qui vient d'un dojo où enseignent divers godos, j'ai vraiment ressenti à Sendan la puissance et l'influence de l'enseignement d'un seul maître suivi de ses disciples. Ici, chacun fait samu à son rythme, mais samu jusqu'au bout, pas à moitié. Pas de discussions interminables, pas de discussions même dans les vestiaires du dojo. Je reconnais bien là l'empreinte de mon maître. Le sentiment que j'éprouve alors est un sentiment de paix, l'impression d'être au bon endroit au bon moment, où on se sent complètement présent à soi-même, fusionné au lieu. Tout à Sendan durant cette semaine invite chaque pratiquant à se reconnecter à l'essentiel. Même le dortoir remplit cette fonction : nous sommes proches les uns des autres, pas vraiment séparés, mais pourtant chacun bénéficie d'un endroit intime où se reposer, se resourcer en silence. L'énergie qui m'habite durant cette semaine vient de cette atmosphère tranquille

où on est tout simplement heureux de n'avoir dans sa chambre par exemple, qu'une petite table de nuit et un lit. Pas besoin de rajouter ni d'enlever quoi que ce soit.

Ce stage de couture du kesa fut un cadeau de soi à soi, des uns aux autres, de bouddha à bouddha. D'ailleurs, depuis mon retour, je n'ai pas trop avancé dans la couture de mon kesa. Je crois bien qu'inconsciemment, j'attends le prochain stage de couture pour retourner à Sendan une semaine.

Martine Genza Romain

PLANTATIONS

Le verger qui s'agrandit...

Cet automne, nous avons décidé d'agrandir le verger. Aux arbres déjà existants (pruniers, cerisiers, pêchers, abricotiers, pommiers, amandiers), viennent donc s'ajouter de jeunes fruitiers qui ne dépassent parfois qu'à peine de la pelouse de Sendan Zen Ji. L'étendue de la prairie à l'atmosphère douce et légère est maintenant parsemée de petits arbres annonçant verticalité et relief. Ainsi ont été plantés :



- un néflier, petit arbre connu des anciens, qui revient au goût du jour grâce à ses délicieux fruits d'hiver qui se consomment blets après les premières gelées.

- trois pêchers de vignes. Les viticulteurs de la région avaient l'habitude de planter des pêchers au milieu des vignes, ce qui leur permettait de détecter au plus tôt les attaques de l'oïdium et de le combattre au plus vite. Le nom de pêche de vigne vient donc de là. A l'époque des vendanges, la cueillette de ses fruits juteux rafraîchissait les travailleurs en plein effort.

- un cognassier fait partie des invités, avec sa belle floraison printanière et ses fruits en automne.

- plusieurs figuiers, dans l'espoir qu'ils s'acclimatent bien à notre terrain très venté.

- deux plaqueminiers, arbres à kakis. Comme pour les figuiers, nous avons planté des variétés différentes dans le but d'étaler les récoltes.

- et un amélanchier, un très bel arbuste qui se couvre au printemps de fleurs blanches étoilées, laissant place l'été venu à des baies comestibles convoitées autant par les jardiniers que par les oiseaux, mais c'est à l'automne qu'il offre son plus beau spectacle : un flamboiement de cuivre et de pourpre.



Parmi ces arbustes encore frêles, au cœur du verger un vieux et massif cerisier présent déjà

depuis de nombreuses années dégage des similitudes avec la posture de zazen, par son enracinement large et profond, la verticalité protectrice de son tronc parcouru par le flux rythmique de la sève et sa couronne de branches ouverte sur l'ensemble de la sphère céleste. Après une croissance confiée à la

patience du temps, le maître du verger se dresse au-dessus de ces jeunes disciples, peut-être deviendront-ils aussi généreux que lui... ?

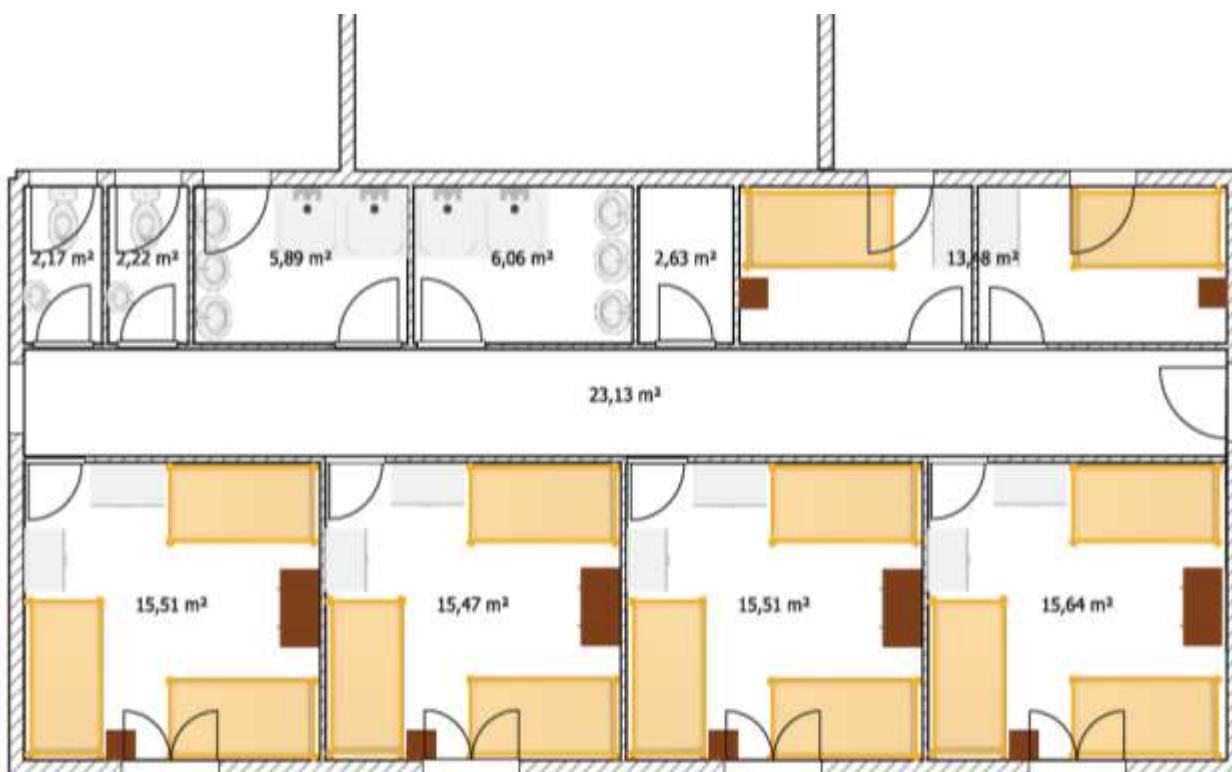
Guillaume Sekichin Tincelin et Frédéric Chingyo Favrol

CREATION D'UN GITE

Le bureau projette...

Depuis septembre, le bureau de l'association Kan Jizai a relancé un projet qui tient à cœur à la Sangha : la création d'un second gîte dans le temple Sendan Zen Ji, au-dessus de l'actuel dojo. Il sera destiné à accueillir les pratiquants lors de sesshin et ceux qui, venant de loin lors des journées de zazen, souhaitent être hébergés au temple. Ce projet a donc vocation à compléter et augmenter la capacité d'accueil de l'actuel dortoir, aménagé sous les combles du bâtiment principal, en offrant 14 lits supplémentaires.

Du point de vue architectural, il s'agira de construire un niveau supplémentaire au-dessus du bâtiment abritant le dojo. Afin que cette surélévation s'harmonise avec l'existant, le bureau envisage une construction en ossature bois, qui présente plusieurs avantages : la légèreté de la structure, la durabilité du matériau (avec un fort pouvoir isolant), la rapidité de la mise en œuvre des travaux, ainsi que la qualité et l'esthétique du rendu final.



L'accès au gîte se fera en empruntant un escalier extérieur qui partira de l'actuel parking. Le bureau a également commencé à réfléchir à l'agencement intérieur des pièces de ce futur gîte. Plusieurs scénarios ont été élaborés pour explorer toutes les possibilités, et permettre ainsi de choisir l'organisation la plus adaptée à la vie des pratiquants. L'agencement privilégié à ce stade, esquissé sur le schéma ci-après, prévoit l'aménagement de 4 chambres de trois personnes, ainsi que deux chambres individuelles. En termes de sanitaires, il prévoit

deux salles de bain distinctes (hommes et femmes) et deux toilettes séparées.

Un architecte sera missionné pour concevoir le projet, déposer le permis de construire et suivre le chantier jusqu'à la livraison du gîte. Les travaux pourraient commencer en automne 2022, pour accueillir les premiers occupants dès le premier semestre 2023.

Jonas Yudo Frossard

PROCHAINS EVENEMENTS

- **Cérémonie de Ryaku Fusatsu** le mercredi 5 janvier 2022
- **Journée de zazen dirigée** par Gérard Chinrei Pilet le dimanche 9 janvier 2022
- **Journée de couture du kesa** le dimanche 30 janvier 2022
- **Visite du Soka le Révérend Shoten Minegoshi** les 9 et 10 mars 2022
- **Teisho** : le mercredi 9 mars 2022 après le zazen de 18h30

JOINDRE LE TEMPLE

Temple Sendan Zen ji

234, rue Pierre Véronique

07430 Colombier le Cardinal

Tel : 07 81 85 16 90

Courriel : contact@kanjizai.fr

REDACTION

Responsable de la publication :
Gérard Chinrei Pilet

Conception et maquette :
Patrick Reïgen Nosrée