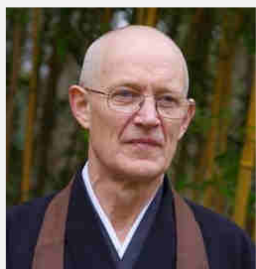


Edito de Gérard Chinrei Pilet



En 2019, Sendan Zen Ji avait été fermé plusieurs mois pour travaux de mise aux normes. Personne ne s'attendait à ce qu'il soit de nouveau contraint de fermer, deux mois et demi durant, en 2020, et encore moins que ce soit la conséquence d'une pandémie.

La vie nous réserve parfois de grandes surprises ; c'est sa façon à elle de nous stimuler, de nous faire comprendre qu'elle peut se jouer à tout instant de nos calculs, de nos prévisions, de nos attentes et de nos attachements.

La vie est à la fois un jeu et un défi.

Si on oublie qu'elle est un jeu, c'est l'inflation de l'ego assurée. Si on oublie qu'elle est un défi, c'est la torpeur cotonneuse de l'illusion qui nous guette.

Gérard Chinrei Pilet

LE REFLET

Bulletin d'information de la sangha du temple Sendan Zen Ji

« Chaque fois que notre cœur est plein d'amour, l'amour, la joie et la paix du monde entier s'accroissent ». Extrait du livre l'Energie de la prière de Thich Nhat Hanh.

La trace des dragons



« Les fleurs ne parlent pas
Elles fleurissent et tombent en silence
Sans jamais revenir sur la branche
Entièrement données à leur lieu et à leur temps
Tel est le message de la fleur des champs
Telle est la vérité de la fleur des arbres
Là brille sans regret
La joie de la vie qui jamais ne se perd »

Zenkei Shibayamai

Les fleurs du Bouddha

Appamada Vagga (Dhammapada 25)

L'ignorant et le sot
Se complaisent dans la négligence et le manque d'attention,
Tandis que le sage
Considère la présence attentive et consciente
Comme son bien le plus précieux

Kusen

Journée du 7 mars 2020 – Zazen de 8 heures

Apprentis de l'Éveil ne faites pas l'apprentissage de la réalité de Bouddha pour vous-mêmes. Ne faites l'apprentissage de la réalité de Bouddha que pour la réalité de Bouddha. Cette vérité qui nous vient de jadis implique qu'il faut renvoyer au vaste océan de la réalité de Bouddha à la fois son propre corps et son propre mental, en se dépouillant d'eux, sans en garder la moindre particule », dit maître Dôgen.

Renvoyer le corps et le mental au vaste océan de la réalité de Bouddha. Pourquoi au vaste océan ? Parce que la réalité de Bouddha est infinie, elle ne laisse rien en dehors d'elle. C'est la réalité telle qu'elle est et la réalité telle qu'elle est, est non-duelle, non-deux.

Moi et l'univers, c'est une illusion. Moi et la réalité de Bouddha, c'est une illusion. En s'appropriant le corps et le mental, le moi se coupe de la réalité de Bouddha, de la réalité telle qu'elle est et forge une illusoire dualité qui est à la source même de *dukkha*, du sentiment d'incomplétude. La vraie nature de l'homme est infinie et ne fait qu'un

Activités marquantes

- 1) Journée de zazen du samedi
7 mars 2020
- 2) Continuité de la pratique du samu potager durant le confinement
- 3) Reprise de la pratique le
2 juin 2020
- 4) Journée de zazen du
dimanche 21 juin 2020

Prochains Evènements

- Journée de zazen
le dimanche 20 septembre
2020

avec l'univers entier. Il n'y a que l'univers, il n'y a que la réalité de Bouddha. Comment cette illusion s'est-elle mise en place ? Par l'appropriation du corps et du mental. L'apprentissage de l'Éveil dont parle Dôgen ce n'est rien d'autre qu'en finir avec cette appropriation par la pratique de la Voie. Aussi longtemps qu'on se prend pour le corps, tout ce qui n'est pas ce corps, on le considère comme à l'extérieur et l'illusion commence. Si le corps c'est moi, tout ce qui n'est pas ce corps est considéré comme « pas moi » et l'égoïsme est en marche. Il en va de même avec les pensées ; Sur le vaste océan de la réalité de Bouddha, l'ego se prend pour une vague séparée de l'océan comme si la vague pouvait exister sans l'océan.



Aussi maître Dôgen dit « Apprentis de l'Éveil ne faites pas l'apprentissage de la Voie pour vous-mêmes », c'est-à-dire pour un moi illusoire, sinon c'est le chat qui se mord la queue ; on tourne en rond. Lorsque des pratiquants demandaient à Kodo Sawaki « à quoi sert zazen ? », inévitablement il répondait : « à rien ». L'ego veut toujours que ce qu'il fait serve ses intérêts ou lui rapporte quelque chose.

La réponse de Kodo Sawaki court-circuite tout de suite les demandes et les projections de l'ego sur la pratique.

Zazen de 11 heures

Apprentis de l'Éveil ne faites pas l'apprentissage de la réalité de Bouddha pour vous-mêmes. Ne faites l'apprentissage de la réalité de Bouddha que pour la réalité de Bouddha. Cette vérité qui nous vient de jadis implique qu'il faut renvoyer au vaste océan de la réalité de Bouddha à la fois son propre corps et son propre mental, en se dépouillant d'eux, sans en garder la moindre particule », dit maître Dôgen.

Il faut renvoyer au vaste océan de réalité de Bouddha à la fois son propre corps et son propre mental, dit Dôgen. Pourquoi renvoyer ? Parce que le corps et le mental sont l'expression du vaste océan de la réalité de Bouddha et que l'ego s'en est fait indûment le possesseur. Je dis souvent que l'ego est le roi des voleurs, il s'approprie ce qui ne lui appartient pas. Ce corps est la manifestation de l'ordre cosmique, il est composé des quatre éléments, comme l'univers entier, il ne pourrait pas exister sans l'univers entier, mais l'ego se l'approprie : mon corps. Ou il s'identifie à lui. Qui suis-je ?

La même chose concernant les pensées. Elles sont l'expression de l'énergie cosmique via le cerveau mais l'ego se les approprie ou s'identifie à elles. Ainsi se crée l'illusion d'avoir une existence séparée : moi et la société, moi et la nature, moi et le monde. C'est l'illusion de la séparation : se croire et se vivre comme séparés des autres, de l'univers, de la nature, de la société.

L'apprentissage de l'Éveil c'est redonner à l'ordre cosmique ce que nous lui avons indûment volé. Comment le lui redonner ?

La réponse : *Shin jin datsu raku*, corps et mental abandonnés. « Se dépouiller sans en garder la moindre particule ». *Shin jin datsu raku*, c'est le cœur de zazen et c'est le cœur de la Voie dans son ensemble.

Nous allons prendre dans un instant la genmai. C'est aussi un moment d'apprentissage de l'Éveil. Non pas un moi qui s'approprie gloutonnement la nourriture mais une disposition intérieure de gratitude pour l'univers entier qui offre cette nourriture. Nous levons notre bol pour l'offrir à l'univers entier, nous faisons retour à l'univers pour la nourriture qu'il nous donne. C'est faire l'apprentissage de la réalité de Bouddha pour la réalité de Bouddha.

Zazen de 14 heures

Dès lors, efforcez-vous de faire ce qui est juste pour le profit de la réalité de Bouddha même si c'est difficile, sans du tout juger du bien et du mal et sans penser à vos idées personnelles, continue maître Dôgen.

Flash travaux

Les récents travaux de rénovation des murs extérieurs :

Application d'un enduit couleur sable sur les façades nord et ouest du dojo afin de mieux garantir l'étanchéité des murs.



Plantation d'une allée de rosiers, azalées et lavande le long du dojo



*S'efforcer à cela, même si c'est difficile. C'est difficile parce que le conditionnement égotique est puissant ! Il y a des lustres que l'on fonctionne à partir de l'ego, il y a des lustres que nos actions et comportements sont inspirés par l'ego. C'est de ce conditionnement dont il faut se défaire petit à petit et cela suppose de s'y efforcer même si cela est difficile. Au début, certes cela est difficile parce que les conditionnements égotiques sont ce qu'ils sont mais, peu à peu, le dynamisme de la Voie devient plus puissant que les conditionnements égotiques. Et ainsi, peu à peu, notre apprentissage de l'Éveil s'approfondit. Tout sur notre Voie nous fait aller dans cette direction : zazen bien sûr, les préceptes que nous recevons lors de l'ordination et qui sont de véritables guides pour notre comportement de tous les jours, le fait d'offrir la nourriture, l'offrande des mérites, le service désintéressé (*samu*), toutes ces pratiques nous réaccordent à l'ordre cosmique, c'est-à-dire à la réalité que tout dans l'univers est non-dualité.*

Gérard Chinrei Pilet

Le printemps au potager

Pendant que la pratique de zazen au Temple était suspendue durant cette période pour raison sanitaire, la nature commençait son déploiement invitant les jardiniers à intensifier leur activité.

Ce potager permet de fournir des légumes pour la guenmaï du jeudi matin, les journées de zazen au Temple ainsi que certaines sesshin.

Cette année nous avons opté pour des légumes de conservation (pomme de terre, carotte, panais, navet, potimarron, patate douce), des légumes feuilles (fenouil, blette, céleri branche, persil, poireau, brocoli) et des légumes d'été (concombre, courgette, tomate) .

Avant les semis en terre, un soin particulier a été fait à la préparation du sol et après au maintien d'une humidité nécessaire à la levée des petites plantules jusqu'à avoir un système racinaire suffisant.

Pour cela l'eau du puits remontée par une pompe est précieuse pour compenser la sécheresse de ce début de saison. Parfois les planches de semis sont remuées par une taupe ou grattées par les merles à la recherche de vers de terre. Le développement des légumes nous montre des différences de fertilité du sol dans le potager. Le désherbage manuel nous place au plus près du sol et des plantes parfois en position à genoux, comme une prosternation.



Les plantes semées en godets ainsi que les boutures des patates douces ont bénéficié de l'atmosphère tiède et lumineuse de la véranda, puis pour certaines d'une coulée de purin d'ortie et consoude après leur repiquage en terre.

Pendant ce temps-là, rhubarbe, fraisières, framboisiers et cassissiers installés depuis 2 ans s'épanouissent et proposent leurs tiges ou fruits pour les confitures.

Dans le verger les arbres se couvrent de fleurs et le vieux cerisier offre le premier une cueillette généreuse. Les jeunes fruitiers s'adaptent plus ou moins facilement après un été très chaud.

La prairie s'épaissit, le vert des graminées se pigmente de bleu (sauge sclérée) et de blanc (marguerite) et des insectes butinent de fleurs en fleurs.



Après fauchage, ces herbes servent pour le paillage des plates-bandes du potager, Un paillage léger au début afin que le soleil réchauffe la terre encore fraîche et empêche le vent d'assécher la surface du sol. Le surplus d'herbe coupée est mélangé à du crottin de cheval pour le compost.

Sur tout le terrain, les haies, bosquets, arbres, arbustes prennent du volume et de la couleur par leur feuillage et leurs fleurs. A différents endroits des coccinelles apparaissent, réduisant le développement des pucerons. Les oiseaux s'activent et construisent leur nid.

Une respiration s'installe entre les différentes zones du jardin.
Des relations se tissent entre visible et invisible.
Et au jardinier d'écouter la mélodie.

Frédéric Chingyo Favrolt



La reprise après le confinement

Nous avons tous été surpris, presque, de nous constater reclus chacun chez soi à partir de ce mardi 17 mars comme si la vie allait s'arrêter pendant un certain temps pour reprendre plus tard son rythme, celui que l'on a connu avant. Vision naïve de la vie car hier n'est pas demain.



Et parmi les premières questions qui se posent : comment faire face à un nouveau quotidien à organiser. Pour garder le lien avec la sangha, Gérard a proposé que chacun pratique chez soi zazen aux mêmes horaires que ceux que nous adoptions à Sendan Zen Ji. Un lien *i shin den shin*.

A cette occasion, chacun a peut-être pu mesurer la détermination nécessaire pour installer dans le quotidien une pratique régulière. Les maîtres de notre école sont pour cela des exemples inspirants et à commencer par le Bouddha qui resta six ans à pratiquer seul.

Les semaines se suivant, nous étions aux aguets des dernières déclarations gouvernementales pour savoir quand ce confinement allait pouvoir prendre fin pour nous retrouver tous au dojo. Enfin, la reprise eut lieu le mardi 2 juin et nous étions heureux ce matin-là de retrouver le chemin de Sendan Zen Ji, la paix et la tranquillité du lieu et la chaleur de la sangha. Chacun derrière son masque souriait.

Cette expérience unique nous a permis de réaliser qu'une sangha est un facteur positif de résilience qui permet de diffuser des valeurs comme la solidarité et le courage et aide chacun à dépasser ses limites individuelles.

Les cinq agrégats d'appropriation

- Les formes et contacts
- Les sensations
- Les perceptions
- Les formations mentales
- Les consciences

Les mesures sanitaires mises en place, faciles à pratiquer, ont été depuis bien respectées, chacun étant conscient de l'importance de prendre soin de soi et des autres. Des mesures de distanciation qui n'ont altéré en rien la qualité des liens entre les pratiquants.

Nous avons pu également maintenir la journée de zazen prévue au mois de juin en limitant le nombre de participants et en modifiant l'organisation. Là également, on a assisté à une compréhension partagée de la nécessité de mettre en place des mesures contraignantes dans un souci de protection de chacun.

Lors de cette journée des pratiquants de la sangha Kan Jizai venant d'autres lieux de pratique nous ont rejoint et nous avons pu à la fin de la journée souhaiter un joyeux anniversaire à Bernadette Borinan qui a choisi de fêter ses 80 ans en pratiquant une journée de zazen.

Hédia Koju Ferjani

Journées de pratique

Journée de zazen du 21 juin 2020 à Sendan Zen Ji



La fête anniversaire de Bernadette Borinan le dimanche 21 juin 2020



Mujo seppo

Création et photographie.



Contactez le temple

Temple Sendan Zen ji
234, rue Pierre Véronique
07430 Colombier le Cardinal
Tel : 07 81 85 16 90

Merci à tous les pratiquants pour leur attentive contribution

© Juin 2020, Sangha Sendan Zen ji

Rédaction

Responsable de la
publication :
Gérard Chinreï Pilet

Conception :
Patrick Reïgen Nosrée