



## EDITO

« La capitale  
doit encore flamboyer du feuillage  
aux teintes automnales.

Dans cette lointaine montagne  
Il y avait de la grêle ce matin  
et de la grêle ce soir. »

Dôgen

« La lointaine montagne » qu'évoque ici maître Dôgen est celle dans laquelle il vient de s'installer et où il va fonder Eiheiiji après avoir quitté « la capitale », en l'occurrence Kyôto. Dôgen y semble un peu surpris que la grêle annonciatrice de l'hiver s'invite déjà à Echizen alors que Kyôto « doit encore flamboyer du feuillage aux teintes automnales ».

Outre son sens littéral, ce poème est une belle mise en contraste des phénomènes,

représentés par la capitale et le flamboiement des feuillages d'automne, avec la vacuité, représentée par le manteau d'une blancheur uniforme recouvrant la montagne. Il est aussi mise en contraste du monde ordinaire, où nous sommes happés par la magie ensorceleuse des phénomènes, avec le monde de zazen, symbolisé par « la lointaine montagne », où s'opère le retour à *ku* et avec lui le retour à la paix inhérente à notre véritable nature.

Ce poème évoque enfin notre vie de pratiquant, passant chaque jour de nos activités quotidiennes où les phénomènes miroitent de mille couleurs variées, à l'assise silencieuse du petit matin ou à celle du crépuscule où les phénomènes sont vus dans leur nudité originelle.

Gérard Chinrei Pilet

# KUSEN

*Sendan Zen-Ji, 15 et 17 juillet 2024*

Dans le zen et dans le bouddhisme en général, on accorde une grande importance aux trois trésors : le Bouddha, le Dharma, la Sangha. Prendre refuge dans les trois trésors fait partie des préceptes que l'on reçoit lors de l'ordination de moine et de nonne. On les appelle aussi les trois refuges car ils nous permettent de réaliser notre véritable nature et ainsi de nous libérer de la ronde des naissances et des morts, de la ronde du samsara, donnant ainsi à notre vie humaine sa véritable dimension.

Le premier trésor, le Bouddha, c'est bien sûr le Bouddha Shakyamuni, le maître originel de toute la lignée de transmission, mais c'est aussi le bouddha présent en nous, la graine de l'Éveil présente en nous. Prendre refuge dans le Bouddha c'est à la fois prendre refuge dans la foi que nous avons envers le maître originel, le Bouddha Shakyamuni, mais c'est aussi prendre

refuge en notre véritable nature, en notre nature de bouddha.

Prendre refuge dans le Dharma, second trésor, c'est prendre refuge dans l'enseignement du Bouddha qui s'est propagé au fil des siècles par le biais de la transmission. C'est une prise de refuge importante car sur la Voie, il ne s'agit pas de suivre les pensées illusoire et les conceptions erronées qui sont bien souvent le fruit du mental, mais de parcourir la Voie en se fiant aux enseignements de l'Éveillé qui parle avec autorité parce qu'il a parcouru lui-même le chemin conduisant à l'Éveil. Le Dharma c'est aussi l'ordre cosmique. Maître Deshimaru ne cessait de nous répéter « follow cosmic order », suivez l'ordre cosmique. En d'autres mots, ne suivez pas votre ego, ne tombez pas dans l'individualisme, conformez-vous à la vérité de l'ordre cosmique.



Et le troisième trésor, le troisième refuge sur le chemin de la libération, c'est la Sangha, l'assemblée des pratiquants. Ne vous séparez pas de la Sangha, pratiquez aussi souvent que possible en Sangha. La Sangha nous protège de l'errance et des illusions de toutes sortes. Elle est aussi ce qui permet à notre pratique d'acquérir force, puissance et foi.

Ces trois grands refuges, le Bouddha, le Dharma, la Sangha constituent une aide indispensable sur la Voie. Cette grande vérité n'exclut pas cette autre vérité exprimée par le Bouddha que « chacun doit être son propre refuge », chacun doit « s'étudier soi-même en contrôlant le mental et les cinq sens ». A ce sujet, il dit qu'on peut être son propre ami comme son propre ennemi.

On est, dit-il, son propre ami lorsqu'on veille à contrôler le mental et les sens et son propre ennemi quand on est emporté par le mental et les sens.

Vous connaissez sans doute cette histoire zen où quelqu'un, croisant un cavalier lancé sur sa monture à toute allure, lui demande : « Mais où

allez-vous ainsi, lancé à pleine vitesse ? » « Je n'en sais rien, demande à mon cheval », répond le cavalier. . C'est une histoire intéressante qui montre la nécessité d'être vis-à-vis de soi-même un bon cavalier qui sait maîtriser sa monture, qui n'est pas emporté par les premières idées folles venues ou par la première passion venue.

Pour maintenir sa pratique, au fil des mois et des années, il est important d'être ce bon cavalier qui sait où il va, et qui dirige sa monture en conséquence, veillant à ce que le cheval ne l'embarque pas à droite ou à gauche à son insu.

Pratiqué régulièrement, zazen nous aide à être ce bon cavalier qui suit le chemin tracé par la Voie et ne laisse pas son cheval aller au gré de ses humeurs et de ses impulsions. Maître Deshimaru nous disait souvent que sur la Voie c'est comme dans la vie, si on veut réussir il faut être concentré sur son objectif, ne pas se laisser disperser, ne pas aller un jour à droite puis l'autre jour à gauche, puis le troisième jour, faire demi-tour. Gardons toujours présent à l'esprit que le plus important dans une vie d'homme c'est la pratique de la Voie, que c'est une chance immense de l'avoir rencontrée et que nous devons en conséquence y être fidèles, comme un bon cavalier qui veille à ce que sa monture suive le chemin correct. En somme, les trois refuges, le Bouddha, le Dharma et la Sangha, sont une aide indispensable pour être à soi-même son propre refuge.

Gérard Chinrei Pilet



# MONDO

## *Journée de zazen du 24 juin 2024*

- *J'aimerais avoir tes précisions à propos de la liberté dans la relation maître-disciple.*

La liberté dans la relation maître-disciple doit procéder d'un contrat clairement explicité et celui-ci peut avoir différents niveaux possibles. Le contrat qui peut sembler le plus exigeant est celui en lien avec une vie monastique dans laquelle le disciple suit le gyoji quotidien du temple et doit sa subsistance à la congrégation dans laquelle il se trouve. Dans ce cas, le contrat est le suivant : le disciple ne prend pas de décision, ne fait pas de choix sans avoir l'approbation du maître. Supposons que le disciple veuille partir deux ou trois jours, il ne le fera pas sans avoir l'assentiment du maître.

Pour autant, il ne faut pas considérer que dans un contrat de ce type, la liberté chez le disciple n'existe plus, ce serait faux parce que c'est de son plein gré que le disciple s'est engagé dans une vie monastique. C'est autant un contrat vis-vis de lui-même qu'il a pris qu'un contrat vis-à-vis du maître.

Il y aurait une confiscation de la liberté si ce type de relation maître-disciple était imposé au disciple sans son accord. Mais dès lors où c'est de son propre-chef et de son plein gré que le disciple s'est engagé dans ce type de relation, il n'y a pas entrave à la liberté. Au contraire, d'une certaine manière, certains considéreront que c'est remettre sa vie entre les mains de celui qui, aux yeux du disciple, représente le Bouddha. Dans le Christianisme, le disciple considérera qu'il a remis sa liberté à Dieu par l'intermédiaire de l'obéissance à son supérieur.

Dans le cadre d'une relation maître-disciple qui ne se déroule pas dans un cadre monastique, ce qui est le plus souvent le cas dans la *sangha* héritée de maître *Deshimaru*, le disciple s'en remet à son maître pour ce qui touche aux questions ayant à voir avec la pratique de la Voie. Si le disciple veut prendre trois semaines de vacances, il n'ira pas demander au maître l'autorisation de s'absenter.

Dans un contrat maître-disciple de ce type-là, le maître n'interfère pas dans la vie privée du disciple. Si le disciple veut parler à son maître de sa vie privée, il peut le faire. S'il ne veut pas le faire, il ne le fait pas. Il est totalement libre, si on peut dire. Dans ce cas de figure, l'engagement du disciple vis-à-vis du maître repose sur la confiance. Le disciple a confiance en son maître et s'en remet à lui pour tout ce qui touche à son évolution spirituelle et aux problèmes qu'il peut rencontrer sur la Voie. Le maître lui donnera des conseils mais ne lui ordonnera pas de faire ceci ou cela.

Si cette relation de confiance est rompue, dans ce cas, si le disciple est correct, il va voir le maître et lui dit qu'il ne souhaite plus suivre son enseignement pour telle ou telle raison. S'il n'a pas cette correction, il suspendra cette relation sans même en avertir le maître.

Donc dans ce type de contrat, ce qui fonde vraiment la force de la relation maître-disciple c'est la confiance du disciple envers son maître. Si sur ces bases-là, cette relation maître-disciple devient vraiment intime, *i shin den shin*, le disciple aura l'élan intérieur à s'accorder étroitement à l'enseignement de son maître et à suivre les conseils que le maître peut lui donner.

Dans ce type de relation, la balle est beaucoup dans le camp du disciple. C'est beaucoup du disciple que dépend la profondeur de la relation. Le maître évidemment y contribue mais c'est le disciple qui l'initie. En résumé, la relation maître-disciple est très importante sur la Voie et il est important de ce fait que le disciple ait une vision claire de la nature exacte de la relation spirituelle qui le lie à son maître.

- *Merci de cet éclairage car dans la sangha AZI, les différents maîtres ne déclinent pas les choses de la même façon et je trouve que c'est important que ce soit clairement explicité pour ce qui nous concerne notre sangha.*



## TEMOIGNAGE

La rencontre : assise face au mur, j'écoute le premier kusen de mon parcours prononcé par Gérard Chinrei Pilet.

C'est peu dire que je ne comprends pas grand-chose, je suis en territoire inconnu dans une langue parfaitement étrangère et pourtant une certitude émerge : il y a là quelque chose ou plutôt QUELQUE CHOSE, je ne sais pas quoi, je verrai en route, j'y vais et tant pis pour la petite méfiance initiale (où suis-je, pourquoi ce formalisme, etc..).

Zazen après zazen, le puzzle s'assemblera et Gérard, régulièrement, s'assurera que « tout va bien ? » et écoutera attentivement mes remarques et commentaires, une écoute sincère et compatissante, un accueil sans jugement. Je me sais entendue et toujours grandie. Comme chacun des membres de la Sangha. (A la parution de son dernier livre, à la remarque : « tu t'adresses là, à des bouddhas » « Exactement, à des bouddhas » a-t-il répondu dans un large sourire... )

Pour preuve, les réponses pendant les mondo,

simples, précises et ouvrant à une compréhension large, plus vaste que ce à quoi on aurait pu s'attendre, même après une question confuse. Des réponses toujours étayées par des références aux Maîtres et aux Patriarches, Gérard est un passeur, un maillon de la longue chaîne, il transmet avec foi, humilité et gratitude, ses rappels fréquents à Maître Deshimaru en témoignent.

Son éclairage du Dharma, clair et fidèle est à l'origine du grand respect qu'il inspire.

Il autorise cependant, une grande proximité à l'extérieur du dojo, bien loin du maître demi-dieu, s'entourant de mystère, inaccessible et jalousement « protégé » par un cercle restreint d'élus.

Là aussi, Gérard répond à toutes les questions avec simplicité et sincérité. Le mot le plus fréquent de son vocabulaire est « OUI », pas forcément un accord, plutôt un accusé de réception, quelque chose comme « je t'ai entendu(e) ».

Et puis les entretiens, indispensables à l'accompagnement individuel. Pour chacune de mes demandes, Gérard s'est rendu disponible très rapidement et, patiemment, attentivement, il a écouté les difficultés ou les questions exposées, sur fond de connivence respectueuse et de compassion digne.

Aucune complaisance cependant, je me souviens d'un de ses « diagnostics », résumé en un seul mot prononcé avec une paisible certitude qui a, momentanément, fait voler en éclats l'égo et ses mensonges, une secousse aussi violente que salutaire avec pour résultat une avancée majeure pour moi. Le tout, sans attente de retour, sans sentiment de dette, une aide

*mushotoku* et à la fin de l'entrevue, une unité contenue.

En tant que disciple, mon devoir est finalement assez simple : pratiquer ses enseignements avec constance, suivre ses conseils pour en vérifier l'efficacité, apporter mon aide le mieux possible quand elle est sollicitée, lui accorder ma confiance et l'autoriser à m'aider quand j'en ressens le besoin sans rien cacher de mes doutes ou de mes difficultés.

Cela sans le transformer en père ou en psychothérapeute, dans une distance respectueuse, sans attachement (ce qui s'avère plus difficile à réaliser qu'à énoncer).

Autre illustration de cette relation maître-disciple : lors d'une sesshin d'été, je précède Gérard avec la clochette pour le raccompagner. Nous passons devant la cuisine, un torchon mis à sécher a glissé au sol. Contrairement à moi, Gérard le ramasse et le replace sur son rocher-étendoir, simple et bel enseignement par l'exemple.

C'est peut-être ça un maître zen, quelqu'un à observer. Sans trône ni piédestal. Quelqu'un qui montre aussi rigueur et grande exigence, pas de blâme mais aucun laxisme même sur les plus petits détails. Et on comprend qu'il n'y a pas de « petits » détails.

« Quand tu fais quelque chose, fais-le jusqu'au bout » m'a-t-il dit un jour, ce conseil m'accompagne quotidiennement depuis.

Il montre le chemin plus qu'il ne le théorise, et d'ailleurs il ne théorise pas, il éclaire ce dont il est l'héritier. Ses kusen, toujours basés sur les sutras ou les écrits de Patriarches, permettent d'avoir une nouvelle perspective sur tel ou tel enseignement répété encore et encore mais toujours neuf, toujours frais, la goutte d'eau

intarissable qui finit par trouer le granit.

Une foi inébranlable qui repose sur une véritable expérience.

« Essaie zazen au milieu de la nuit, (quand tu n'arrives pas à dormir) tu verras, il y a une qualité de silence très profonde et très paisible », testé et approuvé ! Comme la plupart de ses conseils jusqu'à présent.

Il ne s'agit pas de croire, il s'agit de vérifier par soi-même, et quel que soit le choix, il sera respecté et compris.

On pourrait comparer la relation maître-disciple à la couture du kesa : des morceaux très précis (les enseignements) qui assemblés patiemment (chaque zazen est un point

concentré), finissent par former un tout précieux, un « grand vêtement de la libération », qui protège et oblige, qui manifeste notre être véritable, non différent de celui du guide qu'on s'est choisi, Fu Ni.

Bien sûr, le chemin est encore très long mais petit à petit, grâce à sa guidance bienveillante et sûre, j'arrête de regarder son doigt quand il montre la lune et j'éprouve une profonde gratitude envers mon Maître, Gérard Chinrei Pilet.

Marie-Ange Do Myo Traub

## POINT CHANTIER

Les travaux de construction du gîte ont démarré cet été, et l'ensemble du « gros œuvre » est maintenant achevé : pose de l'ossature bois et du bardage, installation des menuiseries extérieures et mise en place de la toiture plate.

S'ouvre maintenant une phase de travaux, dits de « second œuvre » : mise en place de l'escalier extérieur et de la coursive, pose du sol, des murs intérieurs et des sanitaires, installation de l'électricité...

D'ici la fin de l'année, les travaux seront

terminés, et le gîte pourra accueillir ses premiers occupants en 2025.

Pour rappel, ce gîte a vocation à faire passer la capacité d'hébergement de *Sendanzenji* de quinze à trente personnes, rendant ainsi possible l'organisation de sesshin et de sessions à trente personnes qui compléteront les journées mensuelles organisées au temple depuis quatre ans

Jonas Yudo Frossard





## EVENEMENTS DU 2<sup>e</sup> ET 3<sup>e</sup> TRIMESTRE 2024 A



Journée de zazen  
du 5 mai



Journée de zazen  
du 23 juin



Journée de zazen du 22 septembre

## PROCHAINS EVENEMENTS

- Cérémonie de Hossenshiki de Heiza Charles le 10 et 11 novembre en présence du Révérend Soho Kakita, Sokan d'Europe
- Journée de couture du kesa le dimanche 23 novembre
- Journée de zazen le Dimanche 8 décembre

## 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](mailto:contact@kanjizai.fr)

## REDACTION

Responsable de la publication : Gérard  
Chinrei Pilet

© Septembre 2024, Sangha Sendan Zen ji