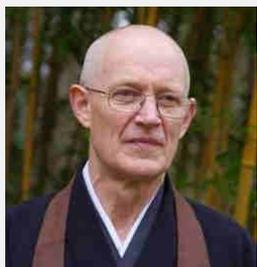


## Edito de Gérard Chinrei Pilet



Depuis 2010, date de mon installation à Annonay en compagnie d'Hédia, du chemin a été parcouru. Accueillie d'abord dans « la salle voûtée » mise à notre disposition par la mairie d'Annonay à raison de deux créneaux par semaine, la pratique s'est ensuite installée au cœur du vieil Annonay, dans une maison où nous avons toute liberté d'organiser à notre convenance zazen quotidiens, journées de pratique et couture pour enfin migrer à Colombier-le-Cardinal, dans un endroit splendide et calme qui, après des travaux que la générosité et le dévouement de nombreux disciples a rendus possibles, allait être le berceau de Sendan Zen Ji, temple-racine des disciples de l'association Kanjizai et de ceux qui, habitant Annonay et ses environs, y pratiquent au quotidien. C'est de cette vie de pratique que ce Bulletin d'Information de la sangha de Sendan Zen Ji se propose d'être le reflet, comme l'indique le nom qui lui est donné. Il témoignera des différentes activités qui s'y déroulent mais aussi des événements marquants de la période dont il rendra compte.

Gérard Chinrei Pilet

# LE REFLET

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

Après avoir, peu de temps après son éveil, énuméré les cinq agrégats d'appropriation, le Bouddha dit à leur sujet :

« Ceci n'est pas moi, ceci n'est pas mien ; ceci n'est ni moi, ni mien. »

## La trace des dragons



« Quand on retourne à la racine, on trouve le sens.  
Quand on s'égaré dans les branches, on perd le goût véritable. »

Sosan Ganchi Zenji

## Les fleurs du Bouddha

*Citta Vagga (Dhammapada 35)*

Le mental est vif, difficile à contenir,  
Il s'évade où il désire,  
Il est bon qu'il soit dompté.  
L'esprit bien dompté est source de félicité

## Kusen

« Parce qu'on se consacre à suivre l'éveil d'autrui, on n'a pas affaire à ses vieilles opinions personnelles. Parce qu'on se contente de mettre en œuvre sa propre réceptivité, on n'est pas en présence d'une demeure nouvelle » dit Maître Dôgen.

« Parce qu'on se consacre à suivre l'éveil d'autrui, on n'a pas affaire à ses vieilles opinions personnelles. » La voie du zen nous invite à suivre la pratique et l'enseignement laissés par les maîtres au fil de 2500 ans de transmission. Pratiquer zazen comme ils l'ont pratiqué, pratiquer samu comme ils l'ont pratiqué, coudre le kesa comme ils l'ont cousu, le porter comme ils l'ont porté, le vénérer comme ils l'ont vénéré, recevoir les préceptes comme ils les ont reçus, continuer la pratique encore et encore au fil des mois et des années, lire et s'inspirer de leurs enseignements, s'en nourrir, opérer ce va-et-vient entre la pratique et l'écoute de l'enseignement comme ils l'ont fait.

Entrer sur la Voie, c'est mettre son embarcation sur le grand fleuve de la transmission de patriarche en patriarche, de bouddha en bouddha et laisser notre embarcation être portée par ce grand fleuve. C'est simple ; il suffit, comme le dit Maître Dôgen, d'abandonner ses vieilles opinions personnelles, ses vieilles idéologies héritées des condi-

## Activités marquantes

- 1) Quatre journées de zazen : 29 septembre 2019 - 10 novembre 2019 (avec des ordinations) - 26 janvier 2020 - 7 mars 2020
- 2) Visite de la Sokan le 2 octobre 2019
- 3) Quatre journées de couture du kesa : 24 novembre 2019 - 15 décembre 2019 - 19 janvier 2020 - 16 février 2020
- 4) Fermeture de Sendan Zen Ji suite aux mesures gouvernementales de confinement le 15 mars 2020

## Prochains Evènements

- Journée de zazen le dimanche 7 juin 2020

tionnements du passé ou de ceux de la société dans laquelle on vit et simplement suivre l'éveil d'autrui en suivant leur exemple.

« Parce qu'on se contente de mettre en œuvre sa propre réceptivité, on n'est pas en présence d'une demeure nouvelle. » dit encore Maître Dôgen. La Voie, c'est suivre l'éveil d'autrui, mais c'est aussi suivre sa propre nature éveillée et mettre en œuvre sa propre réceptivité à celle-ci. Si l'on fait cela, on se rend compte qu'avec la Voie, on n'est pas en présence d'une demeure nouvelle, mais d'une demeure qui existe de toute éternité, la demeure de notre véritable nature.

Des gens parlent de conversion au Bouddhisme, comme si on changeait de religion, comme si on en quittait une pour en épouser une autre. Mais, fondamentalement ce n'est pas de cela dont il s'agit, fondamentalement on ne fait rien d'autre que se convertir à sa nature de Bouddha au sens étymologique du mot se convertir : se tourner vers, en l'occurrence se tourner vers ce qui est présent en soi depuis toujours. On s'aperçoit alors qu'on n'est pas en présence de quelque chose qui nous est étranger ni en présence d'une mode qui nous vient d'Asie mais en présence du plus intime de soi-même, de notre nature d'éveil, « qui n'est jamais venue à l'existence et qui n'a jamais cessé d'exister ».

A notre époque moderne, les gens sont sans cesse à l'affût de demeures nouvelles. Ils pratiquent une chose pendant six mois, puis ils se tournent vers autre chose, puis vers autre chose, puis encore vers autre chose. La pratique de la Voie n'a rien à voir avec ce tourbillon. Elle consiste au contraire à se tourner vers sa demeure éternelle, vers sa nature de bouddha qui n'est jamais venue à l'existence et n'a jamais cessé d'exister. Sur la Voie du zen, on suit tout à la fois l'éveil d'autrui et sa propre nature éveillée et dans leur harmonieuse complémentarité s'épanouit la Voie dans toute sa plénitude.

## Mondo

*Question : Dans l'enseignement du Bouddha sur le Noble Octuple Sentier, il est question de l'effort juste. Qu'est-ce que l'effort juste ?*

L'effort juste, c'est l'effort qui sait se rendre libre de l'attachement au résultat de l'effort. Un des pièges de la Voie, c'est de se décider à faire des efforts en se faisant une représentation de ce que doivent être les résultats de ces efforts et en s'attachant à ces résultats que l'on considère devoir advenir de ces efforts, avec la tentation de laisser tomber la pratique si au bout d'un certain temps on constate que les résultats attendus de l'effort fourni ne sont pas là. C'est un des plus grands pièges de la Voie.



AU SHO TORU  
Calligraphie de Maître Taisen Deshimaru

L'effort juste suppose en parallèle la foi dans la pratique et la foi dans la pratique, ce n'est pas un calcul. Quand une foi est pure et sincère, elle est au-delà de tout calcul. On fait des efforts et on a foi dans le fait que la pratique s'occupera des résultats de ces efforts et qu'on n'a pas à s'en soucier. C'est ce qu'on peut appeler en d'autres termes, l'effort *mushotoku*, un effort débarrassé des visées de l'ego. En effet, l'ego est toujours à l'affût, toujours à vouloir saisir quelque chose et à faire ses petits calculs : je fais ces efforts à condition que les résultats que je me représente devoir advenir de ces efforts adviennent effectivement. L'ego est dans

ce type de marchandage. L'effort juste est libre de ce type de marchandage et c'est pourquoi, il nous conduit au-delà de l'ego. Et on est libéré de ce marchandage quand on a une foi assez forte dans la pratique pour la laisser décider des fruits des efforts,

## Permaculture

La **permaculture** est un concept systémique et global qui vise à créer des écosystèmes. L'inspiration vient de la nature et de son fonctionnement qui se nomme aussi (bio et éco-mimétisme). La permaculture prend en considération la biodiversité de chaque système.

À l'origine c'est un concept agricole inspiré par le modèle d'agriculture naturelle de l'agriculteur japonais Masanobu Fukuoka (1913-2008).

Ce concept a été théorisé dans les années 1970 par les Australiens Bill Mollison (biologiste) et David Holmgren (essayiste). Le terme « permaculture » signifiait initialement « culture permanente » (de l'anglais « *permanent agriculture* »).

Avec ce sens étendu, la permaculture forme des individus à une éthique ainsi qu'à un ensemble de principes. L'objectif étant de permettre à ces individus de concevoir leur propre environnement, et ainsi de créer des habitats humains plus autonomes, durables et résilients, en s'inspirant des fonctionnements naturels dont le milieu se construit. L'idée est d'atteindre une société moins dépendante des systèmes industriels de production et de distribution (identifiés par Bill Mollison comme le fondement de la destruction systématique des écosystèmes).

d'autant que ce que l'ego ignore le plus souvent c'est qu'il ne peut percevoir que les résultats visibles, mais qu'il existe aussi des résultats invisibles, non représentables par le mental et la conscience. Quand on a vraiment foi dans la pratique, il ne fait aucun doute pour nous que des résultats adviennent, mais on a tellement foi qu'on ne s'en occupe pas. Maître Deshimaru nous enjoignait de continuer la pratique éternellement. C'est la vertu de l'effort juste de rendre cela possible.

L'ego veut toujours prendre la Voie, se l'approprier : « je vais en faire ceci ou cela ». L'effort juste, c'est de se laisser prendre par la Voie ; c'est complètement différent.

## La permaculture et le potager

Le concept de "permaculture", c'est un potager qui imite un écosystème en équilibre, où les légumes se ressèment à leur gré, où tout pousse dans une joyeuse pagaille...

La permaculture se pratique sur des buttes de terre. On ne doit jamais retourner le sol et le couvrir en permanence. Si on voit une herbe indésirable, on la retire, mais elle est compostée sur place.

*Article rédigé par Guillaume Tincelin*

Le potager de Sendan Zen Ji est cultivé par la sangha depuis maintenant plus de deux ans. Nous avons hérité d'un potager bien pensé, exposé au soleil du sud et protégé des vents dominants par un muret et de grands cyprès. Des petits bosquets et des tas de bois apportent de la fraîcheur et de la biodiversité. Parfois un héron vient s'abreuver à la réserve d'eau du voisin et on pense faire une petite marre au cœur du potager pour accueillir la faune et la flore qui lui est propre. Les grenouilles seraient d'excellents prédateurs aux altises qui dévorent les jeunes plants de radis, de choux et de navets.



Les fruits et légumes sont cultivés dans le respect du sol, les plates-bandes sont régulièrement paillées pour garder un sol vivant qui s'améliore d'années en années. La matière organique se décompose en surface, préserve du sec l'été, du froid l'hiver et attire tout un écosystème. On pense aux vers de terre bien-sûr mais

les champignons, qui dégradent le bois, ont aussi un rôle important. Le mycélium vivant en symbiose avec les racines des plantes leur apporte des sels minéraux en échange de quelques gouttes de sève élaborée, qui, suite à la photosynthèse devient disponible pour toute la plante.

Au fond du jardin, dans un recoin boisé, on cultive la pleurote sur le bois des peupliers abattus l'an dernier, les premières récoltes ont commencé cet automne et devraient durer plusieurs années, à chaque intersaison. Le potager a aussi été agrandi par un système de terrasses, dans le but d'accueillir les fleurs cultivées par Aline et Annie pour les futurs *ikebana*.



## Journées de pratique

Les premières ordinations à Sendan Zen Ji



La journée de zazen du 10 novembre 2019

La journée de zazen du 7 mars 2020



## Enseignements



*Extrait du teisho transmis le 2 octobre 2019 par la sokan Yusho Sasaki Roshi*

Aujourd'hui, je vais vous parler de la nourriture dans le zen. J'ai choisi ce thème car lorsque j'ai intégré l'école du zen Sôtô, j'ai remarqué qu'il y a beaucoup de rituels en lien avec la nourriture ce qui n'est pas le cas dans le zen Rinzai. Par exemple, l'utilisation des *oryoki* est très ritualisée. Mais aussi pas seulement lorsqu'on mange, la préparation de la nourriture est aussi importante. Dans le zen Sôtô tout est pratique, et la pratique



## Les six perfections de l'esprit

ou six paramitas

- La générosité
- L'éthique
- La patience
- L'effort enthousiaste
- La Concentration
- La Sagesse

est à chaque moment de la journée. Préparer la nourriture, se nourrir est une extension de la pratique.

Dans le *Eihei Shingi*, les règles de vie au monastère de *Eihei Ji*, rédigé par maître *Dôgen*, deux chapitres (sur les six) sont en lien avec la nourriture :

- *Tenzo Kyôkun* : directives à l'intention du tenzo, le chef de cuisine.
- *Fushuku Hampo* : instructions pour la prise des repas.

Il y a une anecdote très intéressante rapportée par maître *Dôgen* lorsqu'il est arrivé en Chine. Comme il avait dû rester pendant deux mois sur le bateau avant de débarquer, un jour un moine zen est venu sur le bateau pour acheter des champignons séchés. On imagine qu'à l'époque, ces champignons séchés qui venaient du Japon, étaient très appréciés. *Dôgen* était très content de rencontrer ce moine chinois et de parler avec lui du Bouddhisme. Mais le moine, qui était *tenzo*, devait se dépêcher pour rentrer dans son monastère et préparer les repas du lendemain. Maître *Dôgen* l'invita



à rester dîner et dormir en lui disant que quelqu'un d'autre le remplacera bien au monastère. La réponse du moine a été : « Vous ne comprenez rien au Bouddhisme. » Cela a été un grand choc pour maître *Dôgen* qui avait lu et étudié beaucoup de sutras depuis sa jeunesse et cet épisode le marqua. Une fois qu'il a pu débarquer, il visita plusieurs temples et chercha à retrouver le moine *tenzo*. Lorsqu'il l'a enfin retrouvé, il lui demanda : « Qu'est-ce que le Bouddhisme ? » et la réponse a été : « un, deux, trois, quatre, cinq » Et à ce moment-là, il a vraiment compris ce que c'est que le Bouddhisme.

Il y avait une différence énorme entre ce qu'il avait appris et qu'on lui avait enseigné quand il était au Japon et ce qu'il a découvert du Bouddhisme en Chine. Quand il était au Japon, étudier, apprendre, enseigner à son tour, donner des enseignements aux gens, c'était ce qu'il considérait comme la responsabilité et le devoir d'un moine bouddhiste. C'était le Bouddhisme pour lui. Le moine chinois lui a appris que le Bouddhisme, c'est la vie de tous les jours et que la pratique bouddhique se fait au cœur de la vie quotidienne.

Manger, ce n'est pas seulement manger ; manger c'est la pratique du zen et l'expérimentation de la Réalité de Bouddha. Et faire la cuisine, ce n'est pas juste faire la cuisine, c'est encore expérimenter la Réalité de Bouddha. Faire la cuisine, c'est la vie de tous les jours et c'est la pratique du zen, c'est découvrir la Réalité de Bouddha. C'est pourquoi, c'est si important pour maître *Dôgen* d'insister sur la nourriture. C'est un des points caractéristiques essentiels de la tradition bouddhiste Zen Sôtô.

## Prochains numéros

Le prochain numéro du bulletin d'information de la sangha de Sendan Zen Ji paraîtra durant le mois de juin 2020. Outre les rubriques figurant dans ce numéro 1, vous aurez le plaisir de découvrir dans les prochains numéros les thématiques qui suivent :

- Livres et connaissances
- Témoignages
- Samu
- Coutures

## Contactez le temple

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

## Rédaction

Responsable de la  
publication :  
Gérard Chinreï Pilet

Conception :  
Patrick Reïgen Nosrée

## Mujo seppo

*Création et photographie d'Annie Peyrard le 7 mars 2020.*



*Merci à tous les pratiquants pour leur attentive contribution*