

ZEN GONGI

Volume 14, Numéro 2

Décembre 2006

*Le travail
et la
pratique*

*Work
and
Practice*



Il faut du travail pour exprimer le vrai.
Aussi pour le recevoir.
On exprime et on reçoit le faux,
au moins le superficiel, sans travail.

(Simone Weil, *La pesanteur et la grâce.*)



Zen Gong

Volume 14, Numéro 2
Décembre 2006

Direction

Monique Dumont

Comité de rédaction

Louis Bricault, Monique Dumont

Collaborateurs pour ce numéro

Fred Bloom, Louis Bricault, Roger Brouillette,
Jean-Claude Décarie, Jérôme Drujon D'Astros,
Lise Dulery, Alain Lachapelle, Pierre Lanoix,
Albert Low, Sandra Olney, Andrejs Skaburskis,
Sharon Thompson, Jacqueline Vischer.

Mise en page

Jacques Lespérance

Distribution

Pierre Laroche, Janine Lévesque

Le Zen Gong est une publication du
Centre Zen de Montréal

Directeur du Centre : Albert Low

Adresse : 824, rue Parc Stanley, H2C 1A2

Téléphone : (514) 388-4518

Site Web : zenmontreal.ca

Dépôt légal - Bibliothèque nationale du Québec,
2006

**À NOTER : LE ZEN GONG NE PREND PLUS
D'ABONNEMENTS.**

La revue est disponible dans certaines librairies
de Montréal, entre autres, à la librairie Boule de
Neige, rue Saint-Denis.

Sur l'effort, Maître Dogen

La grande voie du Bouddha et des Patriarches nécessite l'ultime forme d'effort qui continue sans cesse de l'aube de la vérité religieuse, à travers l'épreuve de la discipline et de la pratique, jusqu'à l'éveil et au Nirvâna. C'est l'effort soutenu qui se déploie sans défaillance de cycle en cycle. Par conséquent, l'effort n'est ni imposé par soi-même ni imposé par les autres, mais libre et sans contrainte. Le mérite de cet effort me soutient et soutient les autres. La vérité est que les mérites de nos propres luttes et de nos efforts soutenus sont partagés par tous les êtres dans les dix directions. Les autres peuvent ne pas en être conscients, nous pouvons ne pas nous en rendre compte, mais il en est ainsi. C'est par les efforts soutenus des Bouddhas et des Patriarches que nos propres efforts sont réalisables, qu'il nous est possible d'atteindre la voie sublime de la vérité. De la même façon exactement, c'est par nos propres efforts que les efforts des Bouddhas et des patriarches sont réalisables et qu'ils peuvent atteindre la voie sublime de la vérité.

Cet effort soutient également le soleil, la lune et les étoiles. Il soutient la terre et le ciel, le corps et l'esprit, l'objet et le sujet, les quatre éléments et les cinq skandas.

Les mérites de ces efforts sont parfois révélés et ainsi se lève l'aube de la conscience religieuse qui est alors éprouvée dans la pratique. Parfois cependant ces mérites sont cachés et ils ne sont ni vus ni entendus ni connus. Pourtant, bien que cachés, ils existent toujours, car ils ne souffrent aucune diminution, ni aucune restriction, qu'ils soient visibles ou invisibles, tangibles ou intangibles.

À ce moment même, une fleur s'épanouit, une feuille tombe – manifestation de l'effort soutenu. Un miroir est poli, un miroir est cassé – manifestation de l'effort soutenu. Tout est effort. Tenter d'éviter l'effort est une évasion impossible car la tentative elle-même est effort. Cet effort soutenu n'est pas quelque chose que les gens de ce monde aiment ou désirent naturellement, pourtant c'est l'ultime refuge de tous. ❀

Dogen on Exertion

The great way of the Buddha and the patriarchs involves the highest form of exertion, which goes unceasingly in cycles from the first dawning of religious truth, through the test of discipline and practice, to awakening and nirvana. It is sustained exertion proceeding without lapses from cycle to cycle. Accordingly, it is exertion that is neither self-imposed nor imposed by others but free and uncoerced. The merit of this exertion upholds me and upholds others. The truth is that the benefit of one's own struggles and sustained exertions are shared by all beings in the ten directions. Others may not be aware of this, and we may not realize it ourselves, but it is so. It is through the sustained exertions of the Buddhas and patriarchs that our own exertions are made possible, that we are able to reach the high road of truth. In exactly the same way it is through our own exertions that the exertions of the Buddhas and patriarchs are made possible and that they attain the high road of Truth.

This exertion too sustains the sun, moon, and the stars; it sustains the earth and sky, body and mind, object and subject, the four elements and five skandas.

The merits of these exertions are sometimes disclosed, and thus arises the dawn of religious consciousness, which is then tested in practice. Sometimes, however, these merits lie hidden and are neither seen nor heard nor realized. Yet hidden though they may be, they are still available because they suffer no diminution or restriction, whether they are visible or invisible, tangible or intangible.

At this moment a flower blossoms, a leaf falls – it is a manifestation of sustained exertion. A mirror is brightened, a mirror is broken – it is a manifestation of sustained exertion. Everything is exertion. To attempt to avoid exertion is an impossible evasion because the attempt itself is exertion. This sustained exertion is not something that people of the world naturally love or desire; yet, it is the last refuge of all. ❀

La pratique du zen et le travail

Jean-Claude Décarie

Le bâton d'encens se consume en volutes délicates au-dessus du brûloir. Un silence vivant règne en maître absolu dans le calme matinal. Le dos bien droit, les pouces en conversation intime, la respiration vient du plus profond du ventre et devient tout ce que l'esprit peut sentir, tout ce qui est à comprendre, à sentir, à connaître. Tout ce qui est.

La pratique.

La brume embrasse de ses longs bras diaphanes les arbres plus que centenaires de la forêt. Avec une délicatesse infinie, elle libère sa proie au contact des rayons du soleil naissant. Tel un navire se détachant du brouillard en pleine mer, le monastère émerge des profondeurs de la montagne. Le silence de l'aube est maintenant interrompu par les sons qui, depuis des siècles, ponctuent de leur rythme les activités des moines. Certains s'affairent à la cuisine, d'autres courent à quatre pattes, comme d'étranges insectes, plaquant contre le plancher un chiffon pour astiquer un plancher poli par des années de labeur. Enfin, d'autres s'appliquent à des tâches moins exigeantes pour le corps; recopiant des textes ou encore comptabilisant des dépenses et des achats. Toute cette fébrilité humaine se déroule sur un fond de silence à peine interrompu.

Le travail.

Le bâton d'encens se consume en volutes délicates...

La pratique.

Le téléavertisseur sonne, sans répit, à intervalle irrégulier, exigeant de son cri aigu un appel téléphonique, une rencontre, une discussion.

Une personne vous insulte. Elle a trop attendu. Tout est mal organisé. Le bébé que vous venez d'endormir va très mal, très rapidement il devient gris, ne bouge plus et ressemble à une poupée inerte. Avant que l'équipe de réanimation n'arrive sur les lieux, sans délai, vous devez trouver le tube de succion, l'apport en oxygène, un accès pour injection intraveineuse. Et la mère, blanche de panique, vous dévisage d'un regard dans lequel se lit l'angoisse la plus profonde. Vous avez fait fausse route dans votre diagnostic et le chirurgien en furie légitime vous abreuve d'injures.

Le travail.

Le bâton d'encens se consume en volutes délicates...

La pratique

Comment peut-on arriver au travail-pratique ou au pratique-travail ? Est-il possible d'atteindre à cette fusion ? Existe-t-elle ? Est-elle souhaitable ? Quel en est le sens ?

Cette question me hante sans répit et la réponse tarde à venir. Des pistes mal balisées, tout au plus, s'offrent au voyageur

perdu que je suis et qui ne dispose que d'un lointain parfum pour trouver sa voie.

Dois-je tenter de conserver, dans le zoo humain de mon lieu de travail, l'équilibre et le calme qui, parfois, m'imprègnent au lever de la natte ?

Paix et tourment. Tout état d'âme n'est qu'un état d'âme, sans plus. Il est transitoire, fugace et changeant, comme le vent. Mais je ne suis pas un état d'âme. Calme et agitation se suivent en cadence improvisée.

Je commets souvent l'erreur de vouloir placer ma pratique et mon travail dans des compartiments étanches. D'un côté le calme et de l'autre, l'agitation. Quand je tombe dans ce piège, je m'appauvris et empêche la fécondation réciproque de ces deux facettes de ma vie.

Plus que tout autre aspect du travail, l'humiliation est l'expérience qui trouve le plus naturellement à occuper mes premières pensées au début de la séance du soir. Tel un caustique puissant, elle se fraie un chemin à travers tous les masques dont j'essaie de me vêtir. Et son travail douloureux les fait tomber un à un. En m'isolant dans une tour d'ivoire, je me prive de cet allié précieux au risque de voir mon travail intérieur devenir stérile. Et le dépouillement, vers lequel j'aspire tant, m'échappe complètement.

Dans ma vie, le calme et la sérénité font place à l'agitation et la fébrilité selon

des circonstances changeantes en une danse au rythme imprévisible.

Ma pratique ne consiste pas à arriver à un certain état d'âme et encore moins d'y demeurer contre vents et marées. Je suis humain et non une machine et l'inconstance est mon lot.

Si, pour me protéger des assauts de ma vie au travail, j'affiche un calme serein et imperturbable, je risque alors de devenir indifférent à ce qui m'entoure. Or, l'indifférence est le propre des objets inertes et n'affirme jamais la vie. Nous ne sommes pas de bois et de pierre et jamais ne devrions chercher à le devenir. C'est dans le contraste entre la sérénité occasionnelle et relative que permet mon contact avec la natte et l'agitation de ma vie que je me dois de travailler. C'est au milieu des tribulations que nous devons chercher ce qui, en nous, est plus qu'un état d'âme.

Avant tout, n'essayons pas d'être zen.

Nous confondons souvent la pratique assise, faite sur la natte, avec la pratique tout court. Nous avons tous une affection profonde pour la pratique calme et une certaine aversion pour la pratique agitée. Ce fait est bien naturel, mais peut nous enchaîner. La vraie pratique est plus que tout cela. C'est une quête, une recherche et un appel des plus profondes parties de notre être.

Je confonds souvent inertie et calme. Par erreur, je cherche un apaisement au

contact de la natte alors que ce que je devrais y chercher est l'appel, l'élan et le souffle, un silence vivant et non l'absence de bruit.

Et ce qui tient de l'essence en nous est au-delà de l'agitation et du calme. Et tout à la fois, cela n'en n'est pas séparé. Mais qu'est-ce donc ? Mu ? Qui suis-je ? Qu'est ce que c'est ?

Dans le tumulte comme dans le calme, nous sommes à l'affût. Les yeux intérieurs grands ouverts, nous guetons toute trace de l'objet de notre quête. Nous nous ouvrons sans merci à ce qui se présente à nous, dans l'espoir de trouver.

Et dans cet élan qui ne souffre aucune retenue, au sein de cette tension, sans crier gare, un glissement peut se produire.



Quand il se présente, tout à coup, l'unité s'impose.

Les obstacles deviennent des vagues sur lesquelles nous naviguons. Les oppositions se transforment en mouvements, en contrastes et la distance qui nous sépare des situations s'estompe.

Et nous devenons du même souffle que la bourrasque qui nous bouscule. Nous nous effaçons dans l'action. C'est à l'opposé de la fuite. C'est une fusion des plus intimes.

Et nos actes répondent aux demandes du travail comme l'écho répond au son de la montagne.

Cette montagne qui abrite mon monastère intérieur et dans lequel s'épanouissent et ma pratique et mon travail. ❄

Work and Not Work

Jacqueline Vischer

Since August 2003, I have been living with an illness that has no visible symptoms but that carries a wide range of threats if it is not treated. Long-term effects of diabetes include loss of vision, kidney disease and failure, and loss of sensation in hands and feet followed by amputation. Owing to the imprecise aetiology of my condition, I opted not to take insulin injections but instead to monitor my diet and sustain an active exercise routine. After an initial sick leave for 3 months when I got out of hospital, I went back to work and have been teaching at the university, carrying on with my books and articles, and starting new research projects. I even spent a year away on sabbatical leave working in England and Australia. The blood sugar rates have gone up and down over this period, plunging me into despair when they go up and making me feel on top of the world when they come down. However, they have not remained stable and now, after nearly three years, it is time to face the fact that I cannot continue working in the same way. The illness is forcing me to redefine my relationship to my work.

Like many other people of my time and place, work has been one of the 2 or 3 predominant factors of my life. Women of my generation in born in England after the War were not generally expected to do more than have a training or education “to fall back on”, definitely secondary to marriage and children. Perhaps because of this, working has always felt like a struggle to me, a fight against unnamed, shadowy combatants from my past, who did not expect me to

have a career and did not attach value to my work achievements.

The illness has refused to submit to my pleading, coaxing and urging. I have tried to persuade it to respond to a strictly limited diet, lots of active exercise, even a reduced travel schedule. To date it has only really responded positively – that is to say, blood sugar levels have stabilized – on rare and very specific occasions: during 7-day sesshins, and times when I have been on vacation – 3 weeks in the summer by the sea. During the academic year, the blood sugar levels are not stable and as they go up, the danger to my overall health is increasing. It has got to the point where I have to face up to what work means to me and what alternatives are available to me if I retire from university teaching.

Work has always been an important part of being human. Freud gave as the two criteria of the healthy person, the ability to love and to work. Work has meant different things at different periods of human history; for a long time it meant the effort needed to ensure survival. In cultures and eras with large gaps between rich and poor, the poor worked and the rich did not. Now in our overwhelmingly middle-class society, we all work. We work to survive (earn a living) but we also work to have status in society, to have the respect of other people, and for a sense of self worth. In other words, work confirms and affirms the personality or ego. As a senior professional woman, I am looked at as a role model by younger women and

students. As a teacher and professor, students and junior professors depend on me; as a published researcher, a network of people in my field look up to me and consider me a leader; within the family circle I am a significant breadwinner. I have struggled hard all my life in order to arrive at this point; my work defines in a deep and important way who I am in the world.

Except of course it doesn't.

Albert Low has told us that work is a necessary part of practice. He has written an entire book to show how work is fundamentally creative and therefore difficult but necessary to each one of us as well as to the organisations we work for. Nansen told Joshu: everyday mind is the way. Part of everyday mind is surely work. Whereas at one level, work brings challenges that we draw on our own strengths to overcome, and we thereby learn and grow, it also brings fears and desires that hold us back. Work also brings humiliations, that is, opportunities to learn humility.

Until my illness I did not realize that my work was that important. I spent excessive amounts of time working when I could have been doing other things – for example, when my children were young, when my parents were old and ill – but it did not occur to me that this was unusual. During some difficult times - my marriage breaking up, moving to a new country and city with two small children - I remember feeling that work was saving my sanity. But the fluctua-

tions in my blood sugar and other diabetic symptoms seem to be making a clear statement: that now my work is making me sick.

In an effort to be responsive to the evidence, I have taken some leaves of absence from work. The first one, in 2003, I managed to fill by working on a book manuscript. As a result the book was finished more quickly and with less stress than if I had been at the university at the time, but I did not have to stop working. The second one is like a gulf opening up in front of my feet, a gulf of ghastly horror at having to think differently about my time, without any of the usual pressures to go to work and get things done. After a lifetime of putting work first, as in “well I could take a vacation, stay home and rest, go out and enjoy myself ... But I have to get this work done first”, I do not have any way of structuring my time. I think what is missing is meaning. Work gives one's life meaning. It is one's way of contributing to society, one's community and one's family. If one is not working, one is dependent on others' work, and there is some shame attached to this.

On the other hand work is also an addiction, albeit an addiction sanctioned and encouraged by the society we live in. Work takes your mind off painful or troubling things in your life. Work makes you feel good about yourself because you are doing something, 'getting something done'. Work makes you feel useful and a contributing member of society. You earn money to pay for yourself and or your family, your

work helps people with their lives, your work helps the other people you are working with – in short, without work you might disappear?

So where is the balance point? Some people find their work meaningless and simply work to earn enough money to live. My cleaning lady does not like her work but she is happy that she earns a decent living and she works hard at her job. Some of us get up in the morning and sigh as we get ready to go to the office or sit down at the computer – another day, another dollar. Artists often take meaningless jobs while they do their real work in their studios or in front of their computers. But if you are not in this category, there is tremendous social pressure to advance and do better, do more work. My brother has resisted this pressure, to my surprise. He started doing landscape gardening when his children were small and he needed to support his family. He never finished university but for some years he qualified as a school inspector and enjoyed that more, although he did not have the qualifications to “move up”. But then the agency reduced its contractual staff and he lost his job. Now he is doing landscape gardening again.

So where is the balance, what in fact does or should work mean? Freud gave love and work as signs of healthy living, but our culture’s addiction to work is not healthy. People (especially men) often have emotional crises after retirement. In my faculty, two professors that I knew well died shortly after retirement after lifetimes spent teaching stu-

dents in the same faculty. Women, it has been shown, suffer less after retirement because they find other ‘work’ that they can do. I am a little young for retirement and when I went to talk to my director about it because of my illness, I could not get the words out of my mouth – the nothingness (‘neant’) of not being employed was too frightening.

If we consider the basic definition of work as that part of us which needs to somehow make a contribution to the society in which we live, then the definition of how and why we each as individuals work becomes broader and more inclusive. Volunteer work is work, our pet art and crafts projects are work, taking care of our children or grandchildren is work, our practice is work (who would say it is not?!), what we do to earn our living is also work but not the only kind of work there is. What is then not work? People talk about vacations, taking time to relax, time off – these are a function of a narrow definition of work and in my opinion contribute to the work mystique. When we take vacations we tend to travel, see new places, meet new people; when we relax, we fix the house or catch up on our reading or gardening. For me, time off simply means no fixed appointments so that I can carry on with my daily activities at my own rhythm, it does not mean lying around watching TV. So not working is not inactivity, not even when we go to a resort and lie in the sun by the pool. For most of us that is relaxing for about a day!

Does this mean that there is always work? Or that there is no work? What is the balance? Perhaps if we design everything we do to make a positive contribution to the community at some level - whether we are taking a plane to go visit s foreign country and increase our knowledge and understanding of strange values and customs, or whether we are crawling out of bed at 6 am to practice before going to the office for a hard day of meetings and other activities - then the distinction between work and not

work does not have a lot of meaning. The important thing is that we see what we are doing as what we want to do, in the circumstances in which we want to do it, and we feel we are giving of ourselves rather than having something of ourselves 'taken away' in order to earn a living. Then life is work and work is life and it is by definition balanced. Perhaps that is when Lao Tsu's admonition to do nothing but leave nothing undone can be realized. ❁



THE EIGHT WORLDLY CONCERNS

Hope for gain and fear of loss
Hope for pleasure and fear of pain
Hope for praise and fear of blame
Hope for fame and fear of
insignificance

LES HUIT PRÉOCCUPATIONS DE CE MONDE

L'espoir de gagner et la peur de perdre
L'espoir du plaisir et la peur de souffrir
L'espoir des louanges et la peur du blâme
L'espoir de la renommée et la peur de
l'insignifiance

Ven. Dzigar Kongtrul Rinpoche

Concentrons-nous sur la tâche

Alain Lachapelle

Dans son roman intitulé *Maître Eckhart*, l'auteur Jean Bédard fait dire à son personnage que « si l'on s'imagine que tout ce que l'on voit existe pour répondre à ce petit paquet d'appétits que l'on nomme "moi", on est rapidement déçu du monde ». La formule est plutôt bien choisie. Ce "petit paquet d'appétits" est au centre de toutes nos préoccupations. On voudrait même qu'il soit au centre de tout.

Le lama Dzigar Kongtrul Rinpoche résume ces préoccupations avec à-propos lorsqu'il les fait osciller entre l'espoir et la peur. Omniprésentes dans la vie de tous les jours, ces préoccupations sont particulièrement notables dans le milieu du travail, que ce soit dans la jungle des marchés, dans les entreprises ou les organisations.

Ainsi à mon travail il y a quelques années, je me suis retrouvé « entre deux chaises », dans une situation complètement bloquée. Je risquais à tout moment d'avoir à choisir entre un pénible retour en arrière et un saut dans l'insécurité. J'étais en quelque sorte déchiré entre la peur de perdre et la

peur de souffrir. Mais que peut la résistance au changement face à l'impermanence ? Je suis resté ainsi dans l'incertitude pendant plus de deux années, période où j'ai vécu bien malgré moi une insécurité que je cherchais tant à fuir. Monsieur Low dit justement à ce sujet :

« Si vous voulez vraiment la sécurité, il faut passer à travers l'insécurité. Si vous n'êtes pas prêt à passer à travers l'insécurité, vous allez demeurer dans l'insécurité. Voilà votre choix. Vous pouvez choisir entre l'insécurité ou l'insécurité. Qu'est-ce que vous allez choisir ? Vous pouvez choisir le feu ou le feu. »

Quelque temps après avoir commencé à m'intéresser au bouddhisme j'ai dû m'arrêter à nouveau sur ce lancinant dilemme. Alors que les perspectives au travail s'annonçaient plus sombres que jamais et qu'un événement d'ordre familial me rendait déjà très malheureux je me suis dit tout à coup avec une certaine ironie teintée d'amertume : « Au fond, il ne s'agit que de moi ! » La remarque avait beau être auto-

dérisoire, la question n'en demeurerait pas moins : « Suis-je en train de devenir misérable à cause d'une illusion ? »

Je n'étais pas seulement à la recherche de sécurité. J'étais aussi et surtout à la recherche de sens dans ma vie. Or il y avait une autre question qui me brûlait. Je la posai à monsieur Low lors d'un atelier d'introduction auquel je m'étais inscrit : « Si le "moi" est une illusion, qui souffre donc ? » Il répondit simplement : « C'est le "moi" qui souffre, parce qu'il existe. » Il a dit aussi ailleurs en d'autres termes : « On existe et les malheurs arrivent. »

Alors voilà. Aussi bien s'y faire au plus vite et accepter ce qui est. C'est un peu comme dans une sesshin. Après un certain temps on arrête de se demander si ce sera douloureux et on entreprend la prochaine ronde de zazen.

J'ai finalement opté pour l'insécurité. Au travail, elle se manifeste de diverses façons. Lorsque je débute un nouveau

mandat par exemple, il m'arrive souvent de me demander comment je vais bien faire pour le réaliser. Vient ensuite toute proche, prête à surgir, cette préoccupation bien familière : « Que vont penser mes patrons si je suis incapable de mener à terme ce projet ou si je n'y arrive qu'après avoir dépassé les délais ? »

Avec le temps ces moments de panique ont tendance à devenir moins fréquents, moins intenses et moins longs. Il y a bien sûr l'expérience acquise dans mes fonctions qui porte ses fruits et qui rend les choses plus faciles. Mais il y a aussi ce nouveau réflexe qui se développe graduellement. Lorsque la crainte veut prendre trop de place je me dis simplement : « Il ne s'agit que de "moi". Il y a du travail sur la planche. Concentrons-nous plutôt sur la tâche à accomplir. » ❄

Écouter, entendre

Pierre Lanoix

Je voudrais ici me faire le témoin de mon apprentissage, en jetant à rebours un regard sur un cheminement qui a pris une fourche en 1988 lors de ma première rencontre avec M. Low au Centre Zen de Montréal. C'était à un moment charnière : je me remettais du décès de mon père, d'un épuisement au travail et d'un changement de cap sur le plan professionnel. Je venais de m'associer à un cabinet de conseillers en leadership et en gestion, travaillant avec des dirigeants ou futurs dirigeants d'entreprise pour les accompagner dans leur apprentissage et leur croissance. La réflexion que je partage avec vous, je n'aurais pas pu la faire à l'époque. Mais à y regarder d'un peu plus près aujourd'hui, la pratique du zen a marqué de façon importante chaque pas de mon apprentissage et de mon travail. Je voudrais en parler en touchant quelques aspects de ce travail, d'abord en disant quelques mots sur ce que je crois en matière de développement, puisque c'est mon domaine et que la pratique du zen peut l'éclairer. J'aborderai ensuite une façon d'être dans la relation d'aide qui se caractérise par l'écoute authentique.

Je vis depuis une vingtaine d'années avec le défi quotidien d'accompagner mes clients dans leur développement. Aussi a-t-il fallu, consciemment à l'occasion, intuitivement souvent, me développer une idée de ce qu'est l'apprentissage. Je me rends compte aujourd'hui que cette définition, même si elle n'est pas très originale, n'aurait pu s'articuler sans ma pratique du zen. Pour moi, le développement de tout être humain

vient fondamentalement d'un retour à ce que nous sommes véritablement, soit la réalisation de notre potentiel. Nous possédons en nous-même et en latence, tous les stades de développement. Notre tâche consiste à demeurer ouvert à ce potentiel, lui permettre d'émerger. Notre défi consiste à reconnaître que nous avons une idée de ce que nous sommes, que c'est là notre principal refuge et notre principal obstacle. Cette idée constitue le fondement sur lequel repose l'édifice de nos actions, nos approches, nos valeurs et nos croyances. Elle nous a permis de nous rendre là où nous sommes. Mais elle se porte aussi comme un vêtement qui nous protège mais qui est trop étroit. D'où le malaise que le développement provoque. Je le rapproche, ce malaise, à cette soif qui m'avait menée au Centre il y a 18 ans. Cet appel auquel je répondais sans en connaître la source, c'est aussi l'appel que mes clients entendent dans un contexte de développement personnel ou professionnel. On sent comme un vide, une carence. Quelque fois c'est la rencontre d'un obstacle important. C'est le point de départ. Je vois donc dans mes clients des êtres répondant à un attrait, un besoin de passer à autre chose, souvent sans savoir ce que c'est, ni ce que cela pourra demander comme effort, compétences ou connaissances.

Or dans le contexte de l'apprentissage, changer, ce n'est pas devenir quelqu'un d'autre ou acquérir quelque chose d'extérieur pour s'en approprier. Il s'agit plutôt d'une remise en question de cette idée de ce que nous sommes, qui permet soudain

d'entrevoir la possibilité d'accomplir ce que nous ne savions pas que nous pouvions accomplir. Il s'agit d'un processus qui, simultanément, honore nos habiletés présentes tout en permettant de prendre conscience graduellement de ce qui nous est possible, de ce qui nous habite pour répondre aux nouveaux défis. Dans sa simplicité cette tâche requiert ouverture, constance et courage. Dans cette démarche, mon rôle est d'accompagner mon client et de faciliter cette exploration qui s'effectue difficilement par soi-même puisqu'il s'agit de remettre en question ce qui est fondamental, de remettre en question ce qui était tenu pour acquis. Cette démarche vise, en proposant des pistes concrètes, à favoriser une nouvelle réflexion sur les possibilités qui s'offrent et sur les moyens d'en tirer parti pour faire émerger certaines capacités que l'on ne s'était pas appropriées.

La pratique du zen et le travail de coaching se nourrissent par ailleurs d'une méthode semblable, celle du questionnement pour ébranler l'image que l'on avait de soi, la réalité telle qu'elle nous apparaissait. Tous deux viennent avec une discipline qui est essentielle pour poursuivre ce qui est fondamental avec constance, rigueur. Tous deux favorisent la répétition de gestes pour intégrer le questionnement à la vie quotidienne. La structure que je propose à mes clients leur permet de découvrir certaines capacités qu'ils ne s'étaient pas reconnues. Je me nourris donc de ma pratique au Centre pour garder à l'esprit dans mon travail avec eux, l'importance du questionnement et de la discipline pour aller plus loin dans l'observation de soi et éventuellement dans l'intégration de nouvelles capacités.

Dans mon travail, la relation d'aide est primordiale et à la réflexion, je peux voir comment la pratique du zen a pu influencer sur celle que j'ai développée au fil des ans. Vous reconnaîtrez sans doute dans ces quelques paragraphes des aspects de notre pratique et des conseils qui nous sont prodigués lors de sessions et qui ont marqué ma façon d'être avec mes clients. Je parle bien de façon d'être plus que de ce que je fais avec eux. Comment décrire ? Plusieurs paradoxes semblent s'imposer : il y a une espèce d'abandon de soi mais à la fois une présence accrue, une disponibilité complète et sans réserve. Cette présence qui au cours des années s'est développée, je me rends compte que les heures sur le zafu me l'ont rendu possible. Pour aider quelqu'un à travailler sur lui-même, je crois qu'il est essentiel d'avoir travaillé sur soi ; pour entendre mon client, il faut aussi que j'entende mes résistances, mes réflexes afin qu'ils ne brouillent pas la communication avec mon client par des résonances prescriptives, c'est à dire des significations déjà assignées, toutes faites.

Cette présence à l'autre est aussi une invitation à s'ouvrir sur ces vulnérabilités qui nous habitent et que l'on s'acharne à voiler. Le premier pas de mes clients est de dévoiler précisément une vulnérabilité et cela va de soi, crée une espèce d'anxiété ou de peur. C'est la même démarche dont parle M. Low dans la parabole de l'homme qui cherche sa clé sous le lampadaire. Il sait qu'il doit chercher dans un coin plus sombre mais ne peut s'y résigner à cause de la douleur ou l'angoisse de chercher dans le noir. C'est aussi le réflexe de la personne qui cherche à développer une nouvelle compétence que d'utiliser davantage celles qu'il a déjà plutôt que d'exposer celle qu'il ne sait pas encore qu'il possède. Dans notre pratique au Centre, nous avons touché cette nuance à

divers degrés et sans cesse elle me rappelle ce que vivent mes clients lors de nos premières rencontres, me permettant d'y être sensible et de favoriser une conversation aussi sincère que possible et qui touche aux enjeux fondamentaux. L'autre élément important, l'accueil, la disponibilité et la compassion qui permet de recevoir une personne qui s'ouvre à ses vulnérabilités.

La compassion, c'est la capacité d'entendre avec le cœur. Il s'agit pour moi du prolongement de cette présence et de cette ouverture que ma cliente peut saisir et refléter aussi. Il s'agit pour moi d'une qualité qui ne demande pas que l'on fasse quoi que ce soit d'autre que d'être entièrement dédié, intéressé, et à la fois sans jugement, sans entendre par le filtre des conventions culturelles ou autres. J'ai graduellement, au fil des ans, senti que cela m'était disponible. Peut-être le faisais-je inconsciemment auparavant ? Mais la pratique du zen, ici aussi, m'a permis d'entendre ces conversations qui m'habitaient lorsque d'autres parlaient. Nous pensons écouter sans pouvoir distinguer ce qui est dit de ce qui est reçu, ce qui est signifié de ce qui est décodé. Je dis que ce n'est pas une démarche intellectuelle mais une démarche intégrale, d'entendre avec le cœur, avec les tripes. J'ai fait un atelier l'an dernier avec Norman Fischer, un prêtre zen de San Francisco, sur l'accompagnement de personnes à l'agonie. On se rend alors compte que la compassion ne demande pas de faire quelque chose, de dire quelque chose, mais plutôt de recevoir la personne en entier. C'est s'abandonner au profit d'une présence entière, se donner sans qu'il y ait fusion à l'autre. C'est selon l'étymologie (cum – patire), souffrir avec. Cet atelier m'a fait réfléchir à la place de la pratique dans ma vie et dans mon travail. Depuis, je n'écoute plus de la même façon. Un peu

comme si vingt ans de pratique avaient permis de dévoiler encore un peu de ce mystère qui anime les relations humaines et de me permettre d'aller explorer les coins un peu plus sombre, loin du lampadaire.

Tout cela revient dans mon travail à l'écoute et me rappelle une philosophe de la communication, Gemma Fiumara qui, faisant une critique de la communication en Occident, soulignait que celle-ci repose sur la tradition du « dire » ou de la parole s'étant constituée sous la forme de « parole sans écoute » en se généralisant sous la forme d'un mode de domination et de contrôle. Ce mode évacue l'importance du silence, de l'écoute. C'est le silence scintillant de la pratique qui trouve son écho dans la communication avec mes clients. C'est le silence dynamique que constitue l'écoute. Toute personne qui écoute est fondamentalement ouverte et sans cette ouverture à l'autre, il ne peut y avoir de relation humaine authentique. J'attribue une grande part de ma pratique de coaching à la lente éclosion, sur le zafu, de ce dynamisme qui se nourrit du questionnement, du silence.

Je réfléchis à la pratique et ne peut que sentir la gratitude qui m'habite face à la sangha de Montréal et qui me met au défi de rester neuf, frais, attentif, avec la faculté de m'émerveiller. La pratique du zen touche chaque aspect de ma vie, que ce soit pour pleurer le décès de ma fille il y a un an ou pour travailler avec une cliente qui vient d'être promue à la tête d'une entreprise. Un de mes plus grands défauts, l'hyper vigilance, m'a doté d'une capacité d'écoute sans doute assez grande (quoique inquiète et contrôlante) et par la pratique, j'ai graduellement pu me rendre compte que je n'entendais pas très bien. J'y travaille. ✱

Creativity and Conflict at work

On Zen and Creative Management
by Albert Low

Like many other people, I feel that in some way we have to rediscover our spiritual roots. Although only individuals can do this, nevertheless some kinds of societies are more conducive to this kind of spiritual work than others. Our society is changing and one of the main areas in which this change is occurring is in the make up of the world of industry and commerce. The main commodity of the future will be *ideas*. Some people call this commodity “information” or “knowledge” but, without wanting to split hairs, for reasons that I give in the book “ideas” is a better word. What this means is that for a society of the future to survive it must allow for, if not actively nurture, an atmosphere of *creativity*. My contention is that creativity and spirituality come from the same root. Hence a “window” exists at the moment, and will continue to exist for another number of years, for a resurgence of true spiritual work. This window has been there for about thirty years already and a lot of very valuable work has been done during that time by a great many people. A good part of my life’s work, modest though it has had to be, has been to try to contribute to this work by showing the compatibility of spirituality and our new post industrial society.

Zen and Creative Management was the outcome of three independent streams in my life coming together creating one of those

creative Aha! moments. I started meditating seriously in 1961. In 1963, I came to Canada from South Africa and found work in the personnel dept. of a large utility company in South West Ontario. One of the first things I was asked to do was to set up pay scales for management and white collar personnel. I had no experience in this kind of thing and so I did research visiting various other utilities, reading the literature, attending seminars and so on. While doing so I came across the work of Elliot Jaques, who is by the way originally from Montreal. He was doing some quite extraordinary and very original research into personnel management, including salary administration.

At this time also I was fascinated by the writings of J. G. Bennett, a student of Gurdjieff and Ouspensky. Bennett, like Jaques was quite an unusual man. He spoke about 16 languages, was an accomplished mathematician and philosopher, and was an extremely creative and able man.

I attended a seminar in 1965 at the University of Illinois given by Jaques and Lord Wilfred Brown, the Chairman and CEO of the company, The Glacier Metal Industry, where Jaques had done most of his research and while there I had one of those deep creative moments. It was like a subterranean explosion. For the next nine months or so ideas about management just streamed out.

What was it exactly that prompted this explosion?

I cannot now remember exactly the trigger but it most certainly had to do with Jacques definition of work: "Work is the exercise of discretion within limits to produce a result." What I realized, among other things, was that that was also a definition of creativity.

Can you expand on that?

Arthur Koestler wrote a well known book called *The Act of Creation*, which was all based upon the realization that creativity arises when a single situation or idea is perceived in *two self consistent but habitually incompatible frames of reference*. One of the things I saw was that these two 'incompatible frames of reference' were what Jaques was referring to as 'limits.' In industry the two basic limits in which one works are time and quality. Furthermore, as "time is money," one could make this into a more economic statement and say *work is carried on within cost/quality limits*. The basic aim could be said to be to increase quality and reduce costs. However after a given point these two aims become incompatible, to achieve the one, one must forego the other. It is thereafter necessary to be creative in order to be able to pursue both aims simultaneously.

Where does Bennett's work fit in?

The part of Bennett's work that fascinated me most was his study of Systematics. At that time every one was talking about wholeness, Oneness, totality and so on. But unfortunately these were very vague, abstract and, by and large, meaningless words. Systematics was the study of wholes that Bennett called *systems* and, he said, *a system is a set of independent but mutually related elements*. This, I also realized at the time, is true of Koestler's definition of creativity, as well as Jaques' definition of work, but in a new guise. The elements of the system must be mutually incompatible otherwise they would merge, and a whole to be a whole must be *perceived* to be a whole. This means that intelligence is an essential element in the whole. This is in accord with Jaques' contention that human work, as opposed to work done by machines, is a whole, not a collection of activities or motions, (physical or mental) of which 'discretion,' another name for intelligence, is a necessary ingredient.

Why do you say that elements of a system must be incompatible?

Take two blobs of mercury. These are completely compatible with each other and therefore no creative tension arises between them. When they come together they simply merge with one another. In a system the elements remain independent.

*So how did you apply this to a work situation?
So far it seems a bit abstract.*

What is the purpose of a company?
What is it there for?

To make a profit?

You mean the workers of Bell telephone, and this includes all levels of management as well as the rank and file, are all doing their best to make a profit for Bell? Or do they have their own agenda which may, but may well not, include Bell making a profit?

What do you mean "their own agenda?"

I mean that the employees of Bell see the company as a place wherein they find challenge, a social life, and economic security and so on.

Yes, but Bell must make a profit in order to provide all that.

Agreed but the employees also must find their goals satisfied otherwise they will not stay. Of course they may stay physically but they may well not stay mentally. Furthermore what about the customers, they too have their needs. In the past there have been three classes of theorists. Those who saw a company simply as an instrument to make a profit; others who saw the company in terms of the needs of the employees, the 'technocracy' as Kenneth Galbraith once called it. The third group, once headed by

Peter Drucker, saw a company as having a mission determined by the market. Each looked askance at the others and criticized them for their failure to see the obvious. However, if one looks at a company as a system then all three find their place. Each is straining to be the reason for the company's continued existence. Between them, therefore, they create a field of tension, which the president must hold together by his or her creative discretion. The financiers, the market and the employees are the limits within which this discretion or creativity, or what I called *capacity*, is brought into play. Furthermore at each level of the company the employees, through work delegation, each have their own field of tension defined by the need for the results of their work, the budget and equipment assigned to the job and the personnel, sometimes simply their own capability, available to do the work. In other words each job, or role, in a company is a microcosm of the company as a whole, which it is of great importance for an organizational analyst to realize, if he or she is to set up an organization that is truly organic, truly a living system, and not simply a collection of activities.

But is not profit the most important even so?

Sometimes yes, but sometimes labor relations are the most important and sometimes finding new markets or servicing the existing market better is the most important.

It all depends, and it is the function of the president to find the appropriate strategy which is always in the form of a creative decision. However one of the big problems in the capitalist system is that because the president is appointed by the Board of Directors, who in turn often owe their primary allegiance to the financial institutions, complete flexibility in the choice of strategy is often not possible, and so instead of creative solutions one is faced with a series of crises.

Where does meditation fit into all of this? Are you suggesting that managers get together and meditate before they start work?

That may not be as fantastic as it seems! But no, what I am suggesting is far more basic than that. I am suggesting that meditation and creativity are essentially the same activity. And this is particularly true of Rinzai Zen meditation, the meditation that uses Koans. Any major decision, if it is truly a decision and not simply a random stab in the dark, comes out of 'med-



itation' - pondering deeply, weighing the pros and cons, musing upon alternatives - but it is not known as meditation. What Zen meditation does is to codify and discipline the process. In the first place this

enables the person to control the energy that comes up when wrestling with dilemmas and ambiguities in a creative way.

Without a discipline many people find the restlessness unendurable and, seeking relief, they simply revert back to other more mechanical types of activity. It is well known in alchemy that the Great Work requires an hermetically sealed vessel that does not leak. Another thing is that meditators are urged to let go of the surface distractions

of the mind so that released from this waste of energy the mind is able to function at a deeper, more intuitive level. It is this level that deal with wholes as organic units.

What is a Koan?

It is seeing a situation in two mutually

incompatible frames of reference. For example a master may say, "If you say this is a stick you deny its substance. If you say it is not a stick you deny the fact. What is it?" A koan such as this or the more famous one, "You have heard the sound of two hands clapping what is the sound of one hand clapping?" mirror the basic double bind of life. Gregory Bateson coined the expression *double bind* to mean that situation in which you are damned if you do and damned if you don't, one is caught up in an apparent no-win situation. He thought that the double bind was learnt from experience, but my own researches convince me it is at the basis of all human suffering, as well as at the basis of human spirituality and creativity and also of koan practice.

But, according to Jaques, work is to produce a result. Isn't it also basic in Zen that one should not seek a result? If so how can you say that meditation and creativity and work are basically the same thing?

The mind, because it is whole is always seeking the whole. Creativity, work, meditation call it what you will is going on all the time. Even to see this room a certain amount of creativity is at work. A whole to be a whole must be perceived to be a whole. You probably know the Sufi story about the blind men who were investigating an elephant. One felt its leg and said that it is like a tree, another felt its ear and said that it was

like a big leaf, another felt its tusk and said it was like a big spear and so on. But, the story goes on to say but the one who has eyes sees all of these together, and he sees the elephant, the whole.

The implication of this story is that the unenlightened person is always seeing but part of while the enlightened one is dealing with the whole. But the story can be interpreted in another way. Each in his own way is seeing the whole but each whole can be seen as part of a greater whole. Even the whole of the one who can see the elephant is still part of a greater whole as the one who sees the zoo will confirm. As you look around this room you see the desk as a whole, then the telephone on the desk as a whole then one of the numbers on the telephone as the whole and so on., or you can see the numbers on the telephone as a part of the telephone, the telephone as part of the equipment on the desk, the desk as part of the room and so on.

Creativity and work both produce new wholes. Zen Meditation realizes wholeness itself. However this wholeness is not something new, nor is it a new synthesis. This whole is the very mind itself that is seeking the whole. The last line of a Zen poem says, "The True-self which is seeing has been seen into. " In many Japanese monasteries the injunction, "Look under your feet!" meets a

newcomer at the entrance of the temple, and the Japanese Zen master, Hakuin, says we are like one in water crying "I thirst!" But the need to struggle with the incompatibles is the same whether it is creativity, work or meditation.

So of what value do you see your book?

It is not a "how to" book. It is not "Six easy steps to management." I feel that all of these kinds of books are not only a waste of time but are misleading and harmful. Management is a messy business and the bigger the company the messier it is. One is always in the middle of something, so very rarely does one start at the beginning. Furthermore one is always working with an incomplete picture and much of what there is distorted one way or another. Analysis, problem solving, reasoning these address the technical aspect of the work, they are necessary but limited. The managerial part of the work calls on the deeper gut feeling of the intuitive mind, but by and large this receives little or no help, nor are there really any systematic ways to help it function.

You could look upon what I have tried to offer as similar to a text on physiology for a doctor. A doctor must diagnose a malady

and he is not likely to find much help leafing through a book on physiology. If, however, he does not know the physiology of people then watch out! It's probably time to call the undertaker. However, in all my researches, Elliot Jaques was about the only person whom I met up with who really treated this gut level seriously and dealt with it on a systematic basis.

Is it only a book for managers then?

No. Although when writing it I had management much in mind, I was at the same time trying to say something meaningful about the human mind. I see a company organization as isomorphic with the mind in the same way that the lens of a camera is isomorphic with the eye or a back-hoe isomorphic with the hand. One could look upon the book as a parable. When Christ spoke in parables he spoke in terms of sheep and shepherds, grapes and vineyards, because his listeners were farmers and shepherds. Today he would most likely speak in terms of profits and markets. In Zen it is said, "If you meet a swordsman give him a sword!" But it is not an easy book. Because it is trying to break new ground one has to come to it with an open mind and a willingness to let it tell its own story. ✨

Sarcler ou ne pas sarcler son jardin, le quotidien et la pratique

Roger Brouillette

M. Low raconte parfois l'histoire suivante : Un maître et son disciple travaillent ensemble dans le jardin du monastère à sarcler les rangs de légumes. À un moment donné, le disciple demande au maître : « Quelle est la vérité ? ». Le maître arrête de sarcler, plante son sarcloir dans le sol et se tient droit sans parler. Au bout de quelques instants, le disciple dit alors, « Ô maître, vous avez l'essence mais non pas la fonction. ». Le maître demande alors à son disciple, « Quelle est la vérité? ». Ce dernier continue tout simplement à sarcler son jardin sans plus. Le maître lui dit alors, « Ô disciple, tu as la fonction mais non pas l'essence. ». Puis M. Low rajoute aussitôt que ce n'est là que 50% de la vérité, alors quelle est la vérité?

La relation entre la pratique et le quotidien, le travail, la vie en famille et en société est une question importante que l'on se doit de poser. Mais il faut tout d'abord réaliser quelque chose de très important et de très fondamental : « On ne pratique pas pour devenir une meilleure personne. » Cette phrase est souvent utilisée par M. Low au début des sesshins qu'il anime. On ne pratique pas pour améliorer sa relation avec les autres ou pour mieux maîtriser son travail, sa carrière. On pratique pour s'éveiller à sa Vraie Nature, pour enfin rentrer chez soi. La pratique est un travail spirituel, ce n'est pas une technique, un moyen pour améliorer sa personnalité et ses performances au bureau ou à la maison. Il y a un impact très positif de la pratique sur le quotidien c'est vrai, mais cet impact arrive

d'une façon spontanée sans qu'on puisse en diriger l'effet.

Hakuin Zenji disait qu'il fallait le grand doute, la grande foi et la grande persévérance pour faire la pratique. On peut aussi dire que ceux-ci émergent et croissent par la pratique, la relation est totale et simultanée. En accord complet, notre quotidien nous montre aussi cette croissance en nous du grand doute, de la grande foi et de la grande persévérance. Il ne faut cependant jamais oublier que ces trois pointes du triangle de la pratique sont en nous depuis toujours. La croissance que l'on ressent n'est que le dépouillement de ses préjugés et de ses défenses contre ce triangle de la pratique.

Afin d'illustrer la simultanée du triangle de la pratique dans le travail, je vais utiliser un projet dont j'étais le directeur il y a quelques années. Un projet informatique de grande envergure. Lorsque le projet a débuté, j'en ai parlé avec M. Low et celui-ci m'a recommandé la lecture de son livre *Le Zen au service du management*. De plus, au cours des trois années du projet, quelques questions à M. Low m'ont permis de mieux me rendre disponible à la pratique dans le quotidien malgré des semaines de travail épuisantes. En contrepartie, la pratique s'est reflétée dans mon travail et ma vie en famille et en société.

Pour parler du grand doute, on peut utiliser les paroles de ce maître qui disait : « Peu importe ce que vous faites, ce n'est pas assez.

Alors, maintenant, qu'allez-vous faire ? ». Ce grand doute, nous en sentons tous au moins les traces, mais nous utilisons une foule de moyens pour ne pas vraiment s'y arrêter et le sentir. Nous avons la prétention de tout contrôler autour de nous, nos relations avec les autres, notre carrière, notre vie. La réalité nous prouve constamment le contraire, mais nous utilisons toutes sortes d'entourloupettes pour faire comme si tout se passait comme on le souhaite. La plupart du temps, nous ignorons tout simplement ce qui se passe et nous continuons comme si de rien n'était. Parfois cependant, le manque de contrôle est si flagrant qu'on ne peut pas passer à côté. Alors, on bâtit tout un univers de rêves et de pensées pour expliquer que, finalement ce qui arrive, c'est ce que nous voulions. Le doute ébranle les fondements même de notre vie, de notre façon de voir la vie et de nous relier à elle. Il écrase nos prétentions de carrière, nos idéaux et jusqu'à l'image de soi. M. Low parle souvent du désert que nous traversons dans la pratique. Oui c'est vrai, c'est comme le désert, mais nous sommes dans ce désert bien avant d'arriver à la pratique et lorsqu'on est disponible, c'est ce qui nous amène à la pratique.

Le doute m'avait déjà profondément marqué lors d'une sévère dépression (qu'on appelle maintenant burn-out) et c'est une des raisons qui m'avait amené au Centre quelques années avant le projet. La pratique permet au doute de se montrer, de prendre sa place et de laisser l'insécurité, l'angoisse monter en parallèle. La différence entre travailler avec le doute avant et après la

pratique est que je ne le fuis pas. Je reste assis en zazen dans le tumulte, l'insécurité et l'angoisse. Les sesshins ont toujours été très difficiles physiquement pour moi, toutes en tensions car la fuite s'exprime très souvent par le corps. Mais il y a tout de même eu, avec le temps, une ouverture vers le doute. Tout n'avait plus la même stabilité, la même détermination.

Au travail, j'étais un gestionnaire de projet, avec plus de vingt ans d'expérience et donc peu enclin à accepter ce qui sortait du cadre que j'avais élaboré pour la gestion des projets. J'avais établi une routine dans laquelle tout s'inscrivait selon des normes précises, scientifiques. Déjà, depuis quelques années, la pratique faisait son chemin dans ma façon de voir le travail mais c'était relativement mineur, des bribes de flexibilité ici et là. Puis, on me nomme responsable d'un projet énorme de la phase de conception jusqu'à son implantation. Le hic dans ce projet était que le vice-président responsable de mon service avait décidé, bien avant qu'on en fasse l'évaluation réelle, le coût et la durée du projet. Cela veut dire que tous les collaborateurs du projet évaluaient les coûts et les échéanciers, non pas en fonction de la possible réalisation du projet, mais uniquement en fonction des directives du vice-président. Dans mon domaine, c'est la faillite assurée. Pour la phase de développement et d'implantation, tous les collaborateurs qui avaient contribué à créer ce projet infaisable étaient mutés vers d'autres projets. Je restais seul avec l'équipe de développement et les clients. Avant la

pratique, j'aurais dit non à tout ça d'une façon agressive, je n'aurais jamais pu répondre d'une façon souple à la situation. Mais l'ouverture qu'apporte le doute m'a permis de me rendre disponible, de m'ouvrir à des solutions que je

n'aurais jamais acceptées auparavant car trop loin des règles de gestion de projet. Le doute m'a aussi permis de travailler d'une façon très étroite avec mes subordonnés et avec les clients du projet. Le doute m'a débarrassé d'une approche dogmatique au travail et m'a ouvert à toutes les possibilités. Lors de centaines de réunions avec les dirigeants de la compagnie, avec les clients, avec toutes sortes de consultants, ce qui est demeuré constant est l'inconstance, le doute. Mais ce doute, grâce à la pratique, était une ouverture vers tout ce qui est possible.

Le doute, surtout lorsqu'il est abordé pour les premières fois, peut cependant paralyser. Lorsque tout est possible, quelle option choisir? Pour un gestionnaire qui doit diriger de façon à ce que ses employés sentent toujours quel est le but, quelle est la direction du travail, le doute est très bon mais très dangereux. Comment conserver la motivation de mes subordonnés lorsque je suis moi-même dans le doute le plus profond en ce qui a trait au succès du projet? C'est là qu'intervient la deuxième partie du triangle de Hakuin.

Pour la grande majorité des gens, avoir la foi, c'est toujours avoir la foi en « quelque chose ». C'est toujours dirigé vers un objet. Par exemple, on a foi en la Bible, le Coran, les Upanishads ou les Sutras; on peut avoir foi en l'Église, les Madrasas, les Écoles



judaiques ou hindoues; on peut avoir foi en Jésus-Christ, en Bouddha, en Mahomet, en Allah ou Dieu. Pour plusieurs ces derniers sont des personnes, mais si on y pense bien ce sont réellement des objets. Parfois on a foi en son

drapeau, en une cause sacrée, en sa vengeance, en sa richesse. On est prêt à mourir pour sa foi. On est surtout prêt à faire mourir les autres pour sa foi. Pourtant, ce n'est pas ça la foi, ça ce sont des croyances, la foi enfouie sous toutes sortes de déguisements. Tous les êtres ont la foi. Pas la foi en quelque chose de spécifique, la foi, tout simplement. Se lever le matin, faire sa toilette, aller au travail, prendre le train. Tout ça, c'est avoir la foi. La foi c'est la source de nos gestes, de nos pensées, de nos émotions, sentiments et choix. C'est le quotidien, l'esprit de tous les jours, c'est laver la vaisselle. Ça nous semble banal, si banal en fait que c'est la raison pour laquelle on investit sa foi dans toutes sortes de choses, d'objets grandioses, de rêves fantastiques. La pratique permet à la foi de prendre sa place. Je ne peux pas la nommer, l'expliquer, lui donner un sens, la fixer sur un objet mais tout doucement avec la pratique j'accepte d'abord puis je suis un avec cet « élan ». Comment utiliser un mot sans trahir sa foi? C'est pourquoi Joshu disait qu'il voulait se laver la langue pendant trois jours chaque fois qu'il utilisait le mot Bouddha.

Au quotidien, la pratique dans son expression de la foi se reflétait par l'élan, le dynamisme au travail. Devant l'impossibilité de rencontrer les objectifs du projet tels que définis dans le plan initial, avoir la foi voulait réellement dire marcher sur l'eau.

C'est à dire continuer à encourager et à motiver les gens dans leur travail malgré ce but totalement irréaliste. Par exemple, l'estimation initiale des coûts de développement pour la partie comptabilité du projet était de 15 mois de travail répartis sur 18 mois de temps, donc très faisable. La réalité fut que l'on dépensa plus de 75 mois de travail tant la tâche était complexe. Mon travail fut de trouver les nouvelles ressources, d'en justifier le coût et de trouver le budget nécessaire pour réaliser cette tâche. La vie nous donne souvent des coups de pieds mais aussi parfois des coups de mains. Il faut être disponible aux deux. Dans ce cas, au milieu du projet, mon vice-président fut muté. Son remplaçant, plus réaliste, a compris très tôt que son prédécesseur avait donné des directives farfelues et a accepté les modifications. Le projet entier était dans cette situation et tous les gens du projet étaient au pied du mur. La pratique m'a permis d'apporter sans cesse une énergie nouvelle à tous. Chaque matin était une nouvelle possibilité de s'ouvrir à une solution des problèmes de la veille.

La grande persévérance c'est l'engagement que l'on prend lorsqu'on récite le troisième et aussi en partie, le quatrième vœu : Les Barrières infinies du Dharma, je fais vœu de franchir et La Grande Voie du Bouddha, je fais vœu de l'atteindre. En sesshin, lorsque l'après-midi dure une éternité, que les jambes et le dos font mal et que rien ne se passe, la grande persévérance se manifeste. Lorsque le doute est à son comble et que l'on est dans le désert mais que l'on reste assis à suivre la respiration ou à travailler son koan, la grande persévérance se



manifeste. Lorsque la santé chancelle et que l'on continue à faire son travail, la grande persévérance se manifeste. Ce sont là les barrières infinies du Dharma. Le mot infini n'est pas utilisé pour faire joli, c'est le cas, on ne finit jamais de franchir ces barrières. Nous pratiquons pour nous ouvrir à nous-mêmes, à qui nous sommes réellement. Il ne faut pas s'arrêter en chemin, c'est là le quatrième vœu. L'ouverture peut se faire tôt ou tard, c'est selon, mais le travail demeure toujours à faire, c'est là la grande persévérance.

Toute l'équipe du projet avait devant elle une tâche que chacun savait impossible mais tous ont continué. Durant la dernière année, le travail se faisait de 10 à 12 heures par jour, six ou sept jours par semaine pour la grande majorité de l'équipe. L'impact d'une telle situation sur la santé, l'énergie, sur la vie personnelle et familiale est vaste et demande beaucoup de flexibilité et de persévérance. Pour certains le soutien venait de l'ambition, pour d'autres du désir d'accomplir une tâche difficile, un peu comme monter le K2 ou l'Annapurna. Pour moi, ce fut tout simplement un aspect de la pratique.

Une question très fondamentale que je me suis posée à travers toute cette expérience venait de la pratique. Qui dirigeait ce projet ? La réponse revenait sans cesse et ce de plus en plus clairement. Nul ne dirigeait ce projet durant tous ces mois.

Nul ne marche sur ce sentier du jardin par cette soirée d'automne.

Mu ! ❁

La pratique et le travail

Jérôme Drujon d'Astros

La question du travail et de son rapport avec la pratique me touche particulièrement. Le travail est mon quotidien. La pratique est mon quotidien. Les questions sur le pourquoi du travail et sur ce que je devrais faire de ma vie professionnelle ne cessent de me hanter.

Je travaille dans le milieu des affaires, en marketing plus précisément. Après des études universitaires renommées en administration des affaires, j'ai exercé depuis quatre ans dans quelques compagnies. Les études avaient déjà comme décor l'exaltation du succès matériel. Somme toute, c'était une bonne préparation à l'esprit du monde professionnel que j'allais intégrer. Aujourd'hui je ressens un certain inconfort à l'égard de ce milieu, un sentiment de ne pas être à ma place. La pratique semble à la fois avoir renforcé ce sentiment, mais en même temps a changé mon regard sur le travail. Un regard plus humain, plus réel.

Pendant mes études, la question de mon avenir a commencé à me préoccuper, ne voyant dans les options proposées aucune perspective qui pourrait répondre à ma sensibilité, à mes questions sur le sens de la vie. À l'époque je vivais cela comme du mal-être, aujourd'hui cela me paraît toucher à l'essentiel.

Régulièrement le sentiment de profonde absurdité prend le dessus. Pourquoi tant d'efforts, de frustrations dans un milieu qui me semble stérile, étranger. L'impression d'être à bord d'un vaisseau fantôme piloté

par l'immonde. Guidé par l'avidité. Pas de pardon, pas de pitié. Des machines, des mécanismes, des rouages flétris. Une quête de je-ne-sais-quoi. L'inhumanité comme mot d'ordre. Je perds pied et je ne comprends plus pourquoi je suis là à sourire en disant que ce rapport sera bientôt terminé. Je ne comprends plus pourquoi je fais semblant d'être content que les ventes progressent et que les résultats sont excellents. S'agirait-il d'une vaste plaisanterie ? Ou bien du jeu de mon imagination ? Les autres autour de moi font comme si de rien n'était.

Je me demande alors où est mon salut. Qu'est ce que je dois faire ? Quitter, changer, faire autre chose ? Ou bien y a t'il quelque chose à vivre ici ? Partir, n'est ce pas fuir ? Vouloir trouver un ailleurs sans souffrance ? Vouloir être un héros avec une vie passionnante ? Vouloir être autre ? À ne rien changer ne risque-t-on pas de se figer, de se changer en morceau de bois mort ? Est-ce la situation qui est en cause ou ma manière de regarder ? Pas de réponse. Que de l'angoisse. Le pourquoi de la pratique ressemble à cette interrogation.

Il y a le temps où le travail ressemble à la pratique. Lorsqu'il me met face à moi-même, mes peurs, mes attentes, mes stratégies. Une présentation en public et on tremble. Une échéance, un retard, et on transpire. On se justifie, on trouve des excuses, on refuse l'humiliation. Les portes du Dharma sont nombreuses, elles sont vivantes. Je les évite soigneusement mais je ne peux les ignorer. Le travail est la pratique.

Quelle chance ! Je peux être heureux !

Puis vient le temps où le travail semble en opposition frontale avec la pratique. La pratique invite à l'honnêteté, à l'ouverture. Au travail il faut gagner alors on peut mentir. On ne parle pas de ses doutes par crainte d'être éjecté. Le travail alimente la peur du rejet tandis que la pratique invite à s'en affranchir. La pratique invite au silence. Au travail, des mots, des mots, beaucoup de mots, beaucoup trop de mots.

Toutes ces pensées, toutes ces angoisses qui surgissent au beau milieu de zazen - 35 minutes de rêverie éveillée. Les nombreuses journées de tension à cause des échéances qui approchent, de la pression qu'on me fait peser sur les épaules. Que je me fais peser sur les épaules. On arrive à la fin de la journée avec les yeux qui piquent, en se demandant où on était pendant tout ce temps. Des journées entières d'absence. On arrive le soir au centre zen et on réalise combien on s'est oublié.

Au travail, je joue avec mon image. Celle que je veux projeter. Celle que je crains de dévoiler. Je ne parle même pas de ma pratique spirituelle au travail, elle qui occupe une si grande part dans ma vie. L'impression de mener une double vie. Personne ne sait. Est-ce bien ? Est-ce mal ? S'ensuit un certain sentiment de superficialité dans mes relations quotidiennes. Malgré tout on continue comme d'habitude car on a peur de quitter le rang, peur de l'inconnu. On mime les autres, on se conforme à l'attente des

patrons, on est gentil. On se ferme. La pratique me rappelle à l'ordre. Me donne des ailes parfois. Je sais que je n'ai pas besoin de ces attitudes empruntées. De petits élans d'ouverture. Un peu de témérité salutaire. Certains masques tombent. D'autres les remplacent. Une énergie est à l'œuvre.

La pratique m'incite parfois à adopter une attitude de « non-intervention », de « non-attachement ». Une attitude de plus, une corde morale de plus à mon arc. Alors au travail je suis parfois distant, froid. De l'arrogance, de la supériorité. Je me durcis, je me ferme. Un jour un œil voit cela et c'est là la honte. Le découragement aussi. L'impression du retour à la case départ. Humilié.

Sans cesse, par réflexe, je sépare le temps du travail et le temps personnel. Le temps du travail et le temps spirituel. Comme si le travail était une île déserte, une autre planète. Puis une voix me dit que je ne peux pas séparer le travail et la pratique spirituelle. Le travail et la pratique sont un. Au travail je suis vivant, je suis parcouru par les mêmes contradictions, les mêmes failles qui m'on conduites à venir pratiquer ici. Au travail, des hommes, des femmes, des cœurs qui battent, de la souffrance, l'ambiguïté irréconciliable de la vie. Derrière les masques, derrière les mots des cœurs vibrent. Après tout quelle différence avec un autre milieu ? Quelle différence avec les relations sociales hors du contexte professionnel ? Là aussi j'ai peur de me dévoiler. Tout est à sa place, rien n'est à changer. ❄

Le travail et la pratique Zen

Lise Dulery

Le travail prend une grande place dans nos vies, au moins 8 heures par jour ! On comprend donc facilement que notre rapport au travail ait des impacts importants sur notre façon de vivre notre vie. En ce qui me concerne, mes études m'ont formée pour le monde de l'entreprise et plus précisément pour le domaine des ressources humaines au sein des sièges d'entreprises. Je ne parlerai donc ici que de mon expérience de ce milieu et la mettrai en relation avec ma pratique du Zen.

L'environnement de travail en entreprise ne me rend pas très à l'aise. Je ressens une forte pression mise sur la performance et les résultats. Être quelqu'un de professionnel dans son domaine veut dire maîtriser notre champ d'action et ne rien laisser au hasard. A cela s'ajoute aussi les jeux de pouvoirs, dans lesquels chacun essaie de s'imposer et de s'affirmer pour faire valoir son importance. Je me sens donc tendue dans ce genre de contexte ; on doit être le meilleur élève et on a peur de l'échec et du jugement de l'autre sur soi.

Quand on est pris dans un tel environnement, on a l'impression que notre travail est très important; une grande part de notre vie tourne autour de notre emploi. On se dépêche le matin pour y être à l'heure, on est stressé le soir en rentrant, on empiète sur notre vie personnelle pour finir une présentation... tout cela affecte parfois nos relations personnelles et notre santé. Tout cela pour quoi ? Pour répondre aux exigences de notre environnement de

travail ? Par peur de l'échec voire de la perte de notre emploi ? Autant de raisons du genre qui entretiennent une pression négative sur soi. J'ai l'impression qu'on fait fausse route. Pourquoi le travail doit-il être vécu aussi durement et avec autant de pressions ? Cela ne tient peut-être qu'à moi de ne pas le vivre ainsi...

J'aime observer mon environnement. Dans mes expériences de travail, j'ai souvent vu des personnes qui subissent un mode de vie stressant. Je ressens un manque de vitalité à travailler dans un bureau ; les personnes se montrent comme résignées à accepter les règles du jeu de l'entreprise, même si ça leur coûte beaucoup personnellement. On échange souvent entre employés pour critiquer ou se plaindre du système ; on se sent impuissant et soumis par peur d'empirer son statut. Selon moi, le thème de la peur est donc très présent et nous place sur la défensive. Je trouve qu'il est trop rare de rencontrer une personne qui se sent « épanouie » dans son travail. Cela me désole beaucoup ! J'aspire à cela dans ma propre vie professionnelle. Est-ce trop utopique ou trop exigeant de ma part ?

Le système dans lequel je travaille alimente un fort besoin de reconnaissance. Le travail est associé à la notion de valeur ajoutée. Un chantage de fond est à la base du système : si tu es performant, si tu donnes beaucoup de toi, alors tu seras récompensé et tu auras plus de pouvoir et d'argent. Pourtant, on ne maîtrise pas grand-chose des résultats qu'on obtient dans son travail ! Si

on est dans une petite entreprise qui se porte mal, qui a peu de clients, on aura beau se battre, donner toute son énergie, cela ne veut pas dire qu'on aura pour autant des résultats satisfaisants. Nous ne sommes qu'une goutte d'eau dans un océan. Notre performance professionnelle ne dépend pas que de nous. Et pourtant, on fait comme si tout tournait autour de nous. C'est une bataille inutile ! Et on y consacre la plus grande part de notre vie... Tout cela pour quoi ? Gagner plus d'argent ? Plus de reconnaissance ? Se sentir utile ? À quoi bon, à part servir notre ego ?

Les valeurs véhiculées dans la pratique du Zen me semblent donc souvent en opposition avec celles du monde du travail en entreprise. Au travail, l'ego est selon moi sans cesse sollicité, jugé, réprimandé ou récompensé. Le travail pousse à développer son ego, à lui donner plus de valeur et à le défendre. Je trouve que cela crée une identification importante à l'objet de son travail. On se sent très responsable de nos résultats, on est près à tout pour réussir. On se sent exister à travers son travail.

Si on réussit, alors on se sent bien, on se sent utile et important. Si on échoue, alors on se dévalorise et notre estime de soi en prend un coup. Cela peut aller jusqu'à la dépression ou le « burn-out » ! Notre sentiment de bien-être est donc dépendant de choses que l'on ne maîtrise pourtant pas, ou de choses très superficielles que notre environnement de travail rend essentielles. La pratique du Zen m'aide à voir cela. Elle

me fait prendre conscience combien je mets en avant mon ego dans le travail et comment l'image que je projette sur les autres est importante pour me sentir bien et vivante.

Les valeurs de respect de l'autre, d'ouverture et de tolérance que l'on retrouve dans le Zen, ne sont pas mises en avant au travail. Elles sont au contraire souvent bafouées. Tous les moyens sont bons pour réussir, même si cela veut dire exploiter l'autre, lui mentir, être discriminant ou hypocrite. Cela m'écœure de constater de quoi nous sommes capables pour parvenir à nos fins.

La pratique du Zen m'aide à y voir plus clair dans les mécanismes du monde du travail. Cela m'aide par exemple à relativiser l'importance de mon rôle et de mon impact sur mon environnement. J'arrive ainsi à diminuer un certain stress quand j'en suis consciente. Je me rends compte aussi que le fait de prendre les choses trop personnellement au travail est une source de souffrance. J'ai tendance à trop m'identifier à mon travail et à ne pas respecter mes propres besoins.

La pratique du Zen me montre aussi qu'on ne peut pas maîtriser ce qui nous arrive. Or au travail, on nous incite à développer la maîtrise de notre environnement : on crée des tableaux de bord pour suivre les tendances du marché, on crée des systèmes de gestion de projet qui ne laissent de place à aucun oubli ou imprévu. Pourtant,



on voit bien qu'on ne peut jamais être sûr du résultat qui nous attend. En méditant, j'arrive à prendre un peu de recul sur ce conditionnement qu'on vit tous les jours au travail. Je n'ai pas envie de dépendre de mes résultats pour me sentir bien, pourtant en pratique je mets tout en œuvre pour éviter l'échec, et je m'inquiète lorsque je ne maîtrise pas bien mon environnement. Je sens donc un lourd conditionnement en moi.

Aujourd'hui je suis en recherche d'emploi. Je suis encore aux débuts de ma carrière et n'ai pour le moment pas trouvé un rôle qui me convient dans ma vie professionnelle. Les pressions liées à mon éducation m'ont fait accepter jusqu'à présent des postes dans lesquels je ne me retrouvais pas. L'environnement de travail me paraît toujours très artificiel et aliénant.

La pratique me donne envie de me défaire de ces pressions qui m'éloignent de moi-même. J'ai envie de travailler pour quelque chose qui me parle, qui me paraît essentiel pour moi. Je serais déçue de succomber aux pressions d'ordre social (avoir un poste valorisant) ou capitaliste (avoir un bon salaire) que je ressens dans mon milieu. En même temps, je trouve cela difficile de sortir de ces rails et de me lancer dans l'inconnu. La méditation me soutient dans ce cheminement. ❁

On My Work and Practice

Andrejs Skaburskis

The mechanics of linking work and practice is straight forward for an aging academic. Professors balance their time between research, teaching and service according to a formula that I abuse terribly in favour of research. Nevertheless, I get up in the middle of the night more often than I like to ply the computer, tease a concept or just edit a paper for the eighth time. Conducting research and publishing papers is a way of being creative, of being a part of a community, of keeping in touch with people in other parts of the world, of being recognized, of passing time and of staying amused. I gain a sense of satisfaction when finishing a project but then, with the results sitting on a journal editor's desk, comes the abyss to be covered by another project that will help fill and structure time. I recognize well the limitations of my scholarship and I see its evolution as a slowly spinning but mostly stationary wheel. Oddly, I do get a sense of progress from my practice during sesshins even though we all know that the quest for progress is not why we practice.

In some ways my research and practice should be so similar. I explore questions in both. In both there are no final answers. In both there are vast regions of the unknown that we can hope only to dent and only with a considerable struggle. In both we draw into our amorphous spheres for non-deducible insights. But when work is going well, I find little need for breaks. I focus and stay on topic with ease and exude impatience when interrupted. I can continue working while walking, eating and sleeping,

something I can't quite do in sesshin. Work can be like Zazen when it is going very well: then there is nothing more than the research question and the vague hardly discernable pattern in the data that is being sharpened with statistical models.

In research, I have gone for a hard month or two or three before realizing that the tack was wrong, the work had to be thrown out and the question either dropped or started over again. Sure it's frustrating. The dead ends in work help with the forever starting aspect of practice.

Some years ago I thought about trying somehow to bring Zen into my work more explicitly to benefit both my home practice and my work but this was only an occasional thought with no foothold for a start.¹ I had hoped that a connection could bring the engagement and motivation of work to my home practice. My interest in practice would be intensified by its advancing my work, by making it more distinctive, unique, an essential attribute of publishable research. But the contradictions here are obvious, the possible connections tenuous and my knowledge of Zen far too short to start building bridges. Nevertheless, I do use practice in my work place - my favorite use is in faculty meetings

¹ Connecting planning theory with aspects of Zen may not be all that farfetched given that planning academics write on topics such as: the use of stories in planning, the limits of reason and the bias in rationality. Most of my own work, however, is empirical and has dealt with questions such as: how will the spatial structure of cities change as a result of women gaining the same income prospects as men? How is the restructuring of inner cities redistributing wealth and changing the housing and location of low income households?

that go on for too long. I can now just settle back into my chair, lower my eyelids and engage the big question while projecting an air of patience and quiet acceptance of the floating talk.

Since recognizing the I, I am calmer when facing an audience of students or conference colleagues. As a journal editor I may be more patient with struggling assistant professors who need to build their resumes for tenure but what about that touch of arrogance that others accuse us seasoned players of displaying now and then? Professors are judged and ranked both formally and informally by administrators, colleagues and students. You not only have to master your field but be recognized as having done so nationally and then internationally to advance to the “associate” and then to the “full” professor rank. In the US and the UK the assessments are becoming subtler and more vicious as department budgets are based on the scores. The 800 or so professors in US city planning schools are listed in order of their publications and citations. I know who number 14 is. I have warned junior colleagues before a conference to be prepared to talk to people who will not look you in the eye because they are looking over your shoulder for a more important person the talk to. I know how that hurts. There is a lot here for practice.

I used to think that applied research could help rationalize public policy but after years of doing contract research for provincial and federal governments I suspect that it has very little impact aside from countering the more blatant ideological prescriptions that can cloud debate. I remember my econometrics professor many years ago asking the class at the end of our second term of really grueling work at the doctoral level, “Why do we do econometrics?” (“Why are we doing this really grueling work?” - we reinterpreted the question whose variant is familiar to us all). He offered the usual candidates while shaking his head: to test hypothesis, to explain phenomena, to forecast change; the first term’s subjects. No, and he gave reasons for no. There is only one reason, “We do econometrics because we like doing econometrics”. My edifice built on purpose erodes somewhat as I reflect on my work and practice and come to accept some of the truth in this observation made so many years ago. We do move forward with age, work and practice, don’t we? There is progress, isn’t there? But then, thinking back ... it was our first term professor who got the Nobel Prize. Hmm. ✱

Work and Practice

Sandra Olney

Work has always been a total, all-encompassing definition of myself. As Zen became important to me in the late 1990s, it should have been obvious that the practice would reach deeply into the core of my work. I was an academic, teaching, writing grants and papers and conducting research, but fairly recently had been made a Director of a school of about 25 faculty and staff and Associate Dean. Because practice results in a transformation of the way in which we view the world, it must make a profound difference to our work – at least that has been my experience. Over this time practice and work have largely had a positive relationship with each other, but there are ways that they also work against each other.

The awareness of the tremendous power of 'I' in everyone, including myself, has had a positive impact on how I have viewed the workplace. The University is a highly competitive environment and there are many type-A personalities, sometimes nicely disguised. It is so easy to see the little slights that occur, and offenses taken; the flashes of anger resulting from a sense of entitlement. It is also easy to find these incidents amusingly superficial rather than annoying defects of personality or character. In this way the interaction between practice and work is positive.

Work also provides experiences of joyful, surprising, creativity that seems cut loose from the humdrum tone of day-to-day activities. This is particularly true of research. What is this? What makes me forget to go

home late on a Friday afternoon when new results have come off the computer? It has no connection to getting and spending, to fame or fortune - it is value in and of itself. One is aware of the dynamism that expresses itself through us, and gives an administrator reason to trust its innate presence in people. It also gives us reason to trust the innate desire of people to work from their own sense of this dynamism, and to trust that it will offer them a sense of fulfillment and satisfaction in their work. We know this sense of dynamism in practice.

Another area in which work and practice have a positive relationship is in awareness of conflict. I was brought up in an almost conflict-free home, and was uncomfortable, if not terrified, of discord. However, as we go on in practice, we seem to become aware of the integral role of conflict, or perhaps it would be better to use the word dilemma. In a work setting I don't mean personal or emotional conflict but conflict of ideas. It maybe as simple as determining the most effective procedure to do something, or as complex as how to run a major research project. Over the years I have found that encouraging the expression of conflicting ideas, while discouraging immediate responses to them, yields much better results than offering the solution or urging a quick decision. At the same time, I have found that the leader has to produce a calm and accepting environment in order to get the most from the group. Fundamental to this practice is the faith that there are good solutions to dilemmas that will rise creatively out of a

group. In doing this, not only the leader of the group but also the participants must put their 'I' aside a little, attend to the conflicting ideas, and allow the results to emerge.

It is a short step from recognition of conflict as integral to a system to seeing a School not an isolated thing made up of individual people with their own views working within a set of organizational rules, but a field of dynamic forces in a fluctuating equilibrium. Albert Low offers a well-developed model in *Zen and Creative Management*. I found this to be a very positive way to look at the School that was consistent with a Zen viewpoint as well as offering administrative insight. A certain balance, order, and harmony is needed for the system to fully express itself. Each part wishes to maximize its gain in opposition to each other yet is dependent upon the other. These dynamics are largely unrecognized but tension is always present. Realizing this I could become comfortable with its existence, offer reassurance to the various players, as it is, in fact, precious to the group. At the same time, I as the administrator can see the whole and shine the light on the various pushes and pulls that are occurring, in order that the major players can see the system as a whole, and care for it. The important thing is for me, the administrator, to be explicitly aware of these forces and consider the implications for the whole system.

An example of a negative relationship between work and practice stems from ero-

sion of values that have been a part of us since childhood. For me work had intrinsic value, and more was always better than less; change was better than sameness, progress was better than the status quo and this is not the problem. However, being the best was a lot better than being second best and rewards of praise and status are sweet. There is no doubt that these secondary rewards increase the productivity of the unit and there is a real thrill to being number one. As an administrator I have to want these things. Yet at the time that one is encouraging these fairly superficial values, one realizes they are as vacuous as smoke or fog. I experience this quite powerfully and constantly as a real internal conscious conflict.

A second example of a negative relationship between work and practice is related to my role as Director. Our tendency for centering leads us to support, promote, and admire our leaders... our institutions... our country, etc. But wait! I am the leader! I see all around me everyone's tendency to build me up, to heap praise and gratitude upon my head! Glowing, it is easy to receive the applause and think how good I am. However, recognizing the primary source as my colleagues' own need to praise me, I cannot help but think how empty it is, and by the way, how unhelpful it is to my practice. Fortunately one doesn't have to look very far to find people only too willing to hold the authentic mirror to one's face! ❄

Soyez maître à bord

Dans notre société performer et démontrer sa supériorité sont signes de bonne santé mentale. L'important, pour le système, c'est d'avoir des personnes en contrôle. Les gestionnaires offrent même des conférences à leurs professionnels afin qu'ils s'approprient le contrôle et qu'ils soient « maître à bord ».

Ils les encouragent à se poser les « bonnes » questions ; par exemple : « Quelle différence positive désirez-vous faire dans votre milieu de travail ? Quel exemple durable désirez-vous donner ? Que voulez-vous ? » Ou encore leur lancent ces injonctions « Trouvez des héros inspirants ! Décidez qu'un autre monde est possible ! Osez être vous-même ! ».

Pour les personnes de cette trempe, perdre le contrôle, le partager avec un collègue ou le déléguer, est perçu comme une défaite personnelle, un signe évident d'incompétence et même un manque de connaissance de soi !

Tout récemment, une jeune diplômée à son premier emploi dans la direction disait que le conseil donné aux finissants par leurs professeurs était d'observer qui détenait le pouvoir et de se rallier à cette personne.

Quoiqu'il en soit, cet appel au contrôle est loin, dans les faits, d'amener la santé mentale tant désirée par les gestionnaires. En effet, des études menées récemment démontrent que le niveau de stress et de dépression chez les cadres

supérieurs par exemple est deux fois plus élevé que dans la population canadienne dans son ensemble.

Ce pourrait-il qu'être « maître à bord » ne soit pas un bon indicateur du bonheur ?

Y a t-il un maître à bord ?

Le travail sur soi montre que nous construisons nos vies à partir de l'idée que nous nous en faisons. Nous sommes armés de préjugés et emmurés dans nos peurs et dans nos certitudes. Nous vivons avec une armure que nous ne quittons jamais. Et nous croyons que pour vivre – survivre ? – il faut sans cesse l'entretenir. Nous pouvons penser que sur certains points nous avons évolués mais force est de constater que malgré tous nos efforts, nous sommes restés figés dans nos comportements et bétonnés dans les visions de nos mondes. La pression du milieu nous force à nous affirmer en tant que JE et d'afficher, sous la menace d'être exclu du groupe, une personnalité forte, une identité indestructible. Pour y croire, nous devenons rigides, crispés. Nous nous créons des images et nous passons le plus clair de notre temps à nous combattre nous-mêmes.

Comment voir au travers de notre machine à images que nous nous sommes nous-mêmes créée ?

Une façon de faire consiste à faire confiance, à demeurer avec ce qui est et laisser venir à soi des questions comme : qui interprète la vie comme un combat, comme

un conflit constant ? Et dans quel intérêt ?

Pour répondre sincèrement à ces questions une attention constante à ce que la vie essaie de nous apprendre est demandée. Que constatons-nous alors ? Que nous sommes toujours en réaction, en résistance. Que « JE » dit « non » constamment à tout, aux autres et surtout à soi-même dans sa prétention de démontrer sa supériorité et de s'imposer.

On remarque également que la vie quotidienne est faite d'événements, de circonstances et de conditions auxquels nous ne pouvons rien et, surtout que quoique l'on fasse, le résultat n'est jamais entre nos mains.

« JE » desserre son étau.

Et nous voilà alors confrontés à notre impuissance ; nous n'avons pas d'autre choix que de reconnaître que nous venons d'atteindre nos limites et nous en sommes profondément humiliés.

Qui travaille alors ?

C'est le travail qui travaille. Il se fait à notre insu comme la respiration, comme les battements du cœur : il s'accomplit de lui-même.

Qui est le maître ?

Le cœur du travail se révèle ou mieux, le battement de la vie se manifeste lorsque

nous cessons de nourrir nos prétentions. Alors, la vie nous pousse à aller avec ce qui est.

Cette façon de faire ne nuit en rien à notre aptitude à prévoir, à organiser de même qu'elle ne nous dispense pas de nos responsabilités. Ce n'est pas une attitude passive ni résignée. Nous ne devenons pas une marionnette entre les mains d'un dieu fantoche ou d'un gestionnaire psychopathe. Nous ne sommes pas non plus dans l'enfermement identitaire qui nous isole et qui nous tient prisonnier de nous-même. Au contraire, cette attitude est totalement compatible avec l'action lorsque celle-ci s'avère nécessaire.

De plus, cette action se révèle être encore plus efficace parce qu'elle n'est pas menée en réaction contre quelque chose ou contre quelqu'un. Il s'agit bien plus d'une action qui ouvre et non d'une réaction qui ferme ou bloque et qui nous fait retomber sans cesse dans nos schémas habituels. Maintenant, la vie m'amène à poser un acte. Nous ne pouvons pas empêcher que la vie nous arrive.

Il n'y a plus de séparation.

Nous faisons alors le constat qu'aussi bien le chaos que l'ordre, le contrôle que le lâcher-prise se trouvent nulle part ailleurs que dans ce que nous appelons le mental.

Le sabre est un trésor dans son fourreau, proverbe japonais ❁

L'atelier

Un jour tu entres à l'atelier et il n'y a plus rien.

Oh bien sûr les meubles sont encore là, les peintures et les sculptures aussi. Il n'y a rien de changé mais il n'y a plus rien. Tu viens de terminer un projet et c'est le trou, le grand trou. Bien entendu tu te dis que les projets, c'est comme les vagues, ça va ça vient et surtout, ça se chevauche. Au milieu d'un projet il te vient l'idée pour un autre et la vie continue. Mais un jour le projet ne tient pas sa promesse et la lignée s'éteint.

En panique tu t'accroches à la première idée venue, tu t'accroches tellement fort en fait que ça finit par porter fruit. Tu vas faire des Autels domestiques, sortes de sculptures postmodernes qui célèbrent la persistance du religieux dans - et par- le culte du travail. Ouf... Tu as réussi une fois de plus à contourner le trou. Tu te mets au boulot, il y aura cinq Autels et avec un peu de chance, tu en as pour un an à ne plus te poser de questions.

Sauf qu'au bout du troisième c'est fini. L'inspiration n'y est plus. L'idée a tué l'art. Alors dans un défi lancé à toi-même, tu abandonnes le projet, tous les projets, l'idée même de projet, et tu retournes à la peinture. Là au moins tu n'as pas besoin de penser. Un tableau, puis un autre, et un autre, et ainsi de suite, jour après jour. Une totale et satisfaisante discontinuité. Sauf qu'au bout du troisième tableau tu dois t'inventer une continuité de peur de devenir fou. La Brume. Voilà, tu vas travailler sur la

brume ! Tu vas faire du flou ton thème ! Ton thème sera un anti-thème : la dissolution du connu, l'effacement, le retour au vide. Merveilleux. C'est reparti. Tu as sauvé les meubles pour un autre six mois. Après on verra. Un jour à la fois.

Mais un de ces jours justement, il n'y a plus rien. La brume a recouvert toute la toile. Il ne reste plus rien. Plus de projet possible. C'est le trou de nouveau, l'insupportable trou. Tu te dis que cette fois est la bonne : il te faut changer de métier. Ta santé mentale est menacée. Alors tu fais ça, tu changes de métier. Mais là c'est pire. Sans espoir de faire face au trou, un jour, chaque jour, tu deviens quoi ? L'échec te ronge. Il te faut retourner à l'atelier. C'est le seul endroit vrai, le seul endroit où tu puisses toucher au degré zéro de l'existence. La peur, oui la peur, la peur du non-sens, cette peur là est moindre que la peur du sens étriqué.

Alors donc un jour tu es entré à l'atelier et il n'y avait plus rien. Tes œuvres sont là, comme tu les as laissées, mais tout cela n'a plus de sens. « L'absence de sens », tu te dis que c'est ça, le trou. Le pire, c'est que tout cela n'est pas si dramatique. C'est comme un désintéressement. Tu te dis « je ne suis plus là, un point c'est tout ». Les raisons de faire tout cela ne sont plus là. Ça n'a plus de sens. Or voilà : tu penses cela non pas du point de vue d'une autre chose qui aurait plus de sens. Il n'y a plus de sens, point. Tu regardes ta production et c'est comme regarder une vieille photo. L'instant d'avant c'était pourtant si vivant, tellement

vivant en fait que tu avais de la difficulté à ne pas les emmener au lit, tes toiles. Comme le disait un écrivain alcoolique : ta journée est terminée, tu as fini d'écrire et dans ta tête ça continue. Alors tu fais quoi ? Mais ce jour-là c'est le contraire : même en prenant dix cafés ça n'avance plus. C'est mort. Et alors, tu fais quoi.

Ce jour-là n'est pas réellement le jour d'une défaite. C'est trop défait pour ça, justement. Oh bien entendu il y a une grande lassitude. Peut-être même que les forces te manquent et que tu peux difficilement rester debout. Il y a peut-être aussi quelque chose qui ressemble à une tristesse innommable. Ressemble. Mais au fond ce n'est rien de tout cela : il n'y a plus rien, un point c'est tout. Et alors, tu fais quoi. Tu te dis que c'est peut-être une porte qui s'ouvre et qui va te libérer de toute la crasse qui engluie ta pratique artistique ; ou c'est peut-être le signe avant coureur d'une maladie grave. Mais au fond tu sais bien que ces images ne sont que cela : des images. Des images vides comme toutes les images. Des images de rien.

C'est affolant parce que ce qui t'arrive est en quelque sorte le contraire de la pratique artistique. Comme artiste tu dois donner forme et ici la forme est en train de disparaître. C'est là que tu mesures l'ironie du mythe de l'artiste. Les gens voient les artistes comme des êtres libres, libres parce qu'ils peuvent (supposément) faire ce qu'ils veulent. Mais ce genre de liberté est quelque chose de très, très lourd. Tu peux faire n'importe quoi, mais quoi, exactement ? Stravinsky disait qu'il ne se sentait vraiment libre que lorsqu'il connaissait bien ses contraintes. Or lorsque ces contraintes viennent de toi-même, tu fais quoi ? Pourquoi ceci et non pas cela ? Ce fameux

jour où tout s'effondre, tu fais quoi ? Tu regardes tes mains se chercher de l'ouvrage ?



(Quelquefois tu penses que l'art (le travail) et la pratique spirituelle sont les deux faces d'une même médaille : l'art donne forme, la spiritualité dissout la forme. Quelquefois tu penses que les deux sont contradictoires, justement pour les mêmes raisons. Quelquefois tu voudrais que ça arrête. Est-ce que ça peut vraiment arrêter un jour ?)



Alors quoi, attendre que ça vienne ? Tu n'as pas vraiment ce luxe et ce n'est pas parce qu'il te faut gagner ta croûte. Oui il est bien question de survie mais ici c'est de tout ton être qu'il s'agit. Il faut faire quelque chose ! Tu le sais bien : l'art n'est pas un métier. Tu ne fais pas cela pour gagner ta vie. Il faut trouver la réponse ! On raconte que Gertrude Stein aurait demandé, sur son lit de mort : « So what is the answer ? » ; Elle aurait alors éclaté de rire et se serait exclamé : « What is the question ? », sur quoi elle serait morte. Alors oui, quelle est cette question ? Quelle est cette chose que tu cherches ?

Parfois tu te dis que tu n'es pas si perdu que ça, que tu as des acquis. Depuis toutes ces années, tu as peu à peu apprivoisé la solitude. Tu te dis que depuis que tu médites, tu es mieux placé pour faire face à l'inconnu. Depuis que tu médites, tu peux respirer à travers la panique, la panique de ne pas savoir quoi faire. Et puis un jour tu t'aperçois que ce n'est pas vrai. Il n'y a pas d'acquis. Aucune terre ferme sur laquelle tu puisses t'asseoir, ou même marcher. Il n'y a

rien ! Mais c'est impossible ! Il doit bien y avoir quelque chose ! Alors tu fais quoi. Lorsque le temps se compresse en une nano seconde et que tu vis de nano seconde en nano seconde, tu fais quoi. Quelquefois tu crois voir que le Quoi est un faux problème. Il n'y a pas de quoi dans les choses. Les choses se font d'elles-mêmes, tu n'as qu'à te lever et prendre le pinceau et tout sera accompli. Et puis le Quoi revient te hanter comme un miroir auquel tu ne peux échapper. Il faut créer, mais quoi ? Parfois tu te dis que l'art et la pratique spirituelle sont une seule et même chose. Les deux posent la question du Quoi.



Et puis un jour tu te dis que tu t'es trompé de question. L'important n'est pas le Quoi mais le Comment. Il faut que tu prennes conscience de comment tu fais les choses. Et puis l'instant d'après il te coule des sueurs froides dans le dos en pensant que les nouvelles technologies ne font que ça : inventer de nouvelles manières de faire les mêmes choses. Complètement vide ! Alors tu te dis que la question fondamentale de ton travail est plutôt le Pourquoi. Quel est l'objectif de ton travail ? T'exprimer ? Non, ça fait longtemps que tu l'as éliminé, cette réponse-là. L'exprimer ? Représenter ? Vaudrait mieux alors faire des icônes. Démontrer ? Démontrer les processus de la pensée (puisque c'est tout ce qu'on peut faire : l'ineffable se démontre mal...) ? Mais comme le disait l'artiste Jana Sterback : « illustrer des théories ne m'intéresse pas puisque les théories sont déjà l'illustration de quelque chose ». Tu crois avoir trouvé ! Il n'y a pas de pourquoi ! L'art n'est utile que lorsqu'il ne sert à rien ! L'art est l'un de ces rares moments de gratuité qui nous restent. Et voilà, encore un mot de trop : gratuité. Un autre programme. Et de tout façon, cette belle discussion ne règle pas ton problème.

Tu ne peux pas réduire l'art à une pratique intellectuelle. Toute explication arrive toujours en deçà de l'acte lui-même. Agir. Faire. Poursuivre. « L'acte ne doit pas avoir d'extérieur ». Tu te dis que voilà un critère intéressant. Tu te répètes cela comme un mantra. « L'acte ne doit pas avoir d'extérieur », d'accord, mais ton problème demeure entier : tu vas faire quoi ? Tu es pris au piège. Même si tu arrêtes, ça continue.



Il n'y a plus rien, c'est-à-dire : tout est du pareil au même. Que tu fasses ceci ou cela ne change rien. Tout a pris la même saveur. Tout est gris. Tu comprends alors que tu fonctionnais par différenciation : ceci plutôt que cela. Ton critère – dans le choix des thèmes, des matériaux, etc. – reposait sur la préférence – la tienne ou une autre. C'est ce que tu appelais « valeur ». La valeur que tu accordais aux choses venait d'une discrimination. Or si tout revient au même il n'y a plus de valeur et donc plus de sens. Mais il te faut un critère ! Sinon quelle va être ta motivation pour agir ? D'accord, lorsque tu plonges dans l'action c'est déjà moins pire. Le problème tombe de lui-même. Comme disait Richter : "Now I know that I can paint anything". Mais à ce moment précis, 'anything' c'est quoi exactement ? Ce qui te tombe sous la main au moment même ? Mais alors il y a encore un 'feeling', un sentiment pour les choses. Les choses te disent encore quelque chose. Et qu'arrive-t-il lorsque plus rien ne te dit plus rien ? ❁



"What kind of job is this that you can stop when 'I'm not in the mood'?"
- Gerhard Richter, in "The Daily Practice of Painting"

Dance in the Unknown

Sharon Thompson

There are great demands on artists these days to analyze what they do and how they do it. I have always found this a counter productive practice for, as soon as I would dredge up an idea of what I was doing in order to apply for shows grants etc, the work would shoot off in a completely different direction.

This analytical approach is also counter productive in Zen practice. I can say however that the practice of Zen has been immensely strengthening in the art practice. In some ways making art is very close to sitting on the mat — you are alone facing a canvas with a racing, doubting mind that won't settle. Then, the holding of a brush, the sensuality of the paint and color bring about a kind of stillness and connection that seems to have its own momentum and knowing and a dance into the unknown begins. With the years of steady, searching practice of Zen, there has come an increased ability to stay with this unknowness, to let it have its voice and to let it see its way through to completion in the painting. For me it has enabled a kind of fulfillment.

The following is the statement on my website. It gives an idea of what one artist who practices Zen tries to do in paint.

In Support of the Art of Painting

These days painting is not a particularly applauded vocation. New technologies assist the turn away from expressiveness towards narrative, analytical commentary and design based practices. Painting, being less well suited to these, is seen as old fashioned and described as dead. Nevertheless, exhibitions of famous painters draw millions of viewers annually.

I feel sure that this popularity relates to the expressive possibilities of paint — its superlative capacity to touch people's hearts and minds, much in the way that music can touch people. Painting, because of its expressive possibilities, is and will remain a primary artistic force, despite its current lack of attention.

My personal roots as a painter draw on two quite different traditions — the simple shapes and warm colour of Giotto and the radiance of Turner who gave to us a world in which everything is so saturated with light that it becomes a large radiant space.

I do not use images. I want to by-pass the thinking analytical mind. Instead I use abstract shapes inspired by the simple naive sense that Giotto has of shape. These abstract shapes create 'echoes' in the mind of the viewer. I combine this with radiant space as given to us by Turner and more recently by Rothko. This radiance "gives the implication of infinity" to the simple shapes.

I do not use ideas. Painting that is guided by ideas tends to be arid. I want to try to touch the human heart directly and to reach that living quality beyond conscious thought, that makes art and living vital. I work to imprint the living presence of my humanness on the canvas, taking my cues from the body. I try to express the instincts of my body, its pulsing and sinuous aliveness moving into line, its sense of being in space, guiding shape, its desire to move directing the use of the brush.

I trust that my work supports the art of painting as 'contemporary'. ✱

Work at its Worst

Fred Bloom

Readers of this journal have likely heard Albert in his teishos refer to Fr. Walter Ciszek, an American Jesuit priest who entered the Soviet Union shortly after the outbreak of World War II using forged documents and posing as a Polish laborer to serve undercover as a priest to Russian Catholics. While working in a lumber camp in the Ural Mountains the Soviet secret police discovered his true identity and incarcerated him in the dreaded Lubianka prison where he was kept in solitary confinement and intensely interrogated for five years. Eventually Ciszek broke down and signed a false confession, leading to a period of profound turmoil and despair, in the depths of which he experienced something which he calls a "conversion." He says it was "at once a death and a resurrection." He refused then to cooperate further with the Soviets and was sent to serve at hard labor in Siberia.

Ciszek spent a total of twenty-three years in Russia, mostly working and living under the most brutal conditions. One chapter in his book, *He leadeth Me*, is titled "Work."

"We worked because we had to work in order to eat, to live, to survive. To work was the purpose of our having been deported to these camps, there was no other reason for our existence. There were millions of us, and it did not really matter to those in charge of the camps who lived and who died; they could not be bothered feeding unproductive mouths."

"Work was surely a curse under these

conditions. The prisoners hated work, they hated the officials who made them work, and they hated the government that had condemned them to these cruel occupations. Only the fact that they had to work to get enough food to live on, to survive, made them report dumbly and mechanically each morning for the labor brigades and march off across the arctic wastes, arms locked behind their backs, to face another day's quota of work."

"There was nothing ennobling about work in the slave labor camps. Except for the need to work enough to get enough food to survive, the individual prisoner felt no sense of purpose in the work, experienced no sense of accomplishment."

"In fact, the men in the labor camps took a certain delight in being able to sabotage the work whenever they could. And even if the brigadiers watched them closely, even if they were forced to fulfill a certain quota of work in order to eat, they still did their best to make sure the work was sloppily done. Far from taking any pride in their work, they found in it a way to revenge themselves on those who had set them to do it."

"In all the years I served in the Siberian camps, with few exceptions, I was assigned to the lowest work and the roughest brigades... digging foundations by hand, carving out with pick and shovel through the frozen ground long sewer trenches, loading and unloading with my bare hands

and brute strength the heavy construction materials, crawling in the damp, dark holes of new mines, where death was always one careless step or an accident away."

"So I came, during all those years, to know work at its worst- at its most brutal, its most degrading, its most dehumanizing worst."

Nevertheless, unlike his fellow prisoners, Cizek says, he did the work as best he could.

"...I worked to the limit of my strength each day and did as much as my health and endurance under the circumstances made possible. Why? Because I saw this work as the will of God for me. I didn't build a new city in Siberia because Joseph Stalin or Nikita Khrushchev wanted it, but because God wanted it."

How does Cizek know that God wanted it? How does he know "the will of God for me?" We are used to hearing this kind of claim from Evangelical Christians, as in George W. Bush's repeated claim that God wanted him to be President. Certainly Cizek's claim commands more respect than Bush's, but how are we to understand it?

Do we not suspect something of a slavish self-righteous devotion, a masochistic self-sacrifice, in this acceptance by Cizek of his circumstances as the will of God? If it is this, then it is understandable in psychological terms and is another form of self-delu-

sion, not essentially different from Bush's. But, what if it is not masochistic self-delusion? What if the good that Cizek finds in his work is unmediated by any kind of psychic mechanism or self-delusion, how do we understand it then?

To know deeply and authentically that one is doing the will of God must be understood as itself the fulfillment of life. But how could someone find a genuine, deep fulfillment in work under the circumstances which Cizek describes? Because, that is what he did, and that is precisely where he found fulfillment. You could say that it was the very fact that the work was so debased, that it gave nothing back to him, which made it the more perfect expression of his love, and of God's love for him.

I go back to what Cizek says about his conversion experience in Lubianka:

"I had always trusted in God. I had always tried to find his will, to see his providence at work. I had always seen my life and my destiny as guided by his will. At some moments more consciously than at others, I had been aware of his promptings, his call, his promises, his grace. At times of crisis, especially, I had tried to discover his will and to follow it to the best of my ability. But this was a new vision, a totally new understanding, something more than just a matter of emphasis. Up until now, I had always seen my role- man's role- in the divine economy as an active one. Up to this time, I had retained in my own hands the reins of all

decision, actions, and endeavors; I saw it ... as my task to “cooperate” with his grace, to be involved to the end in the working out of salvation. God’s will was ‘out there’ somewhere, hidden, yet clear and unmistakable. It was my role- man’s role- to discover what it was and then conform my will to that, and so work at achieving the ends of his divine providence. I remained- man remained- in essence the master of my own destiny. Perfection consisted simply in learning to discover God’s will in every situation and then in bending every effort to do what must be done.

“Now, with sudden and almost blinding clarity and simplicity, I realized I had been trying to do something with my own will and intellect that was at once too much and mostly all wrong. God’s will was not hidden somewhere ‘out there’ in the situations in which I found myself; the situations themselves were his will for me. What he wanted was for me to accept these situations as from his hands, to let go of the reins and place myself entirely at his disposal.” (my emphasis)

This is not cooperation but submission.

“He was asking a complete gift of self, nothing held back. It demanded absolute faith: faith in God’s existence, in his providence, in his concern for the minutest detail, in his power to sustain me, and in his love protecting me. It meant losing the last hidden doubt, the ultimate fear that God will not be there to bear you up.”



OK, but if this is submission, then submission to what? Acceptance of what? It is certainly not submission to authority; it is not passivity. It is not submission even to something which is “out there.” He refused to sign the agreement which his interrogator put before him, knowing that it would most likely mean that he would be taken away and shot. That is not passivity. In the camps, he defied the rules and held mass for the prisoners. This is a vital, creative, active engagement - not fatalism. What is submitting to what? What does it mean that the situations themselves were his will for me?

The situations are, in themselves, complete fulfillment. God's presence is in them- not in them- it is them. The situations are God's presence. They are already the complete fulfillment of life.

Who made the decision not to sign the interrogator's contract? Cizek would say it was not a decision; that God's will was being done. This is the Zen personality which Shibayama talks about. It is a will, free of self, which acts of itself, the way the wind blows of itself, or the breath breathes of itself.

Free of self, desire is already satisfaction, exertion is already rest. Work is still a curse, but the curse is already a blessing. Even the pain of failure, the sorrow of disappointed hopes, and despair itself appear as God's providence, as a manifestation of an all-encompassing communion with Him.

"Providence" means "the foreseeing care and guardianship of God over his creatures." It expresses not the paternal care of



the shepherd for his sheep, but the abiding love which is the very basis of my being, which encompasses me and my whole life, me and my situation in one. "Foreseeing" does not mean seeing into the future, but encompassing the future, including the future, so there can be no apprehension for what the future may bring, because it can bring nothing that is not already manifest.

I am that love and I am held in that love. The problem is that I restrict it and encumber it when I construct an idea of what I am, what I want, what I should be, and what I should have, what I should do, and all the rest of it. Then love is attached to- imprisoned in- those ideas. Hate comes into being with the frustration and defeat of those ideas. And that is

the way we live our lives.

We are also prisoners in a slave labor camp.

Of course this prison is at the same time a doorway.

Where was God when Ciszec was hacking away at the frozen ground with a pick in the sub-zero Siberian winter cold, or at the coal face on his knees in a dark mine deep underground? The black wall, the frozen ground, speak to him without using words. Everything is "from His hands."

Ciszek's work is his love for God, as the work is simultaneously God's love for him. These are not two separate things, but two perspectives on the same thing. God is myself from the moment that I am free of self. I discover that I am the outpouring of the love which comes to me in everything I see or touch.

When we see our situation in this way we understand that our life is complete. It is not more in one case and less in another. Providence for the man who is digging a

trench is not less than Providence for the man who is creating a great work of art, or performing a stupendous feat of genius or goodness. It is precisely the same Providence.

When I feed my cat I am as useful as when Oxfam takes provisions to starving earthquake victims in the mountains of Pakistan. When I wave my hand to a passing motorist I am conveying the same profound truth as expounded by any Buddha. When I write sincerely to a friend I am the same as Tolstoy giving Anna Karenina to the world. When Ciszec was hacking at the frozen ground with a pick, he was sitting down to tea with his beloved. That is the mystery that I would like someday to penetrate, to really know that it is true.

"I could not, therefore, look upon this work as degrading; it was ennobling, for it came to me from the hand of God himself. It was his will for me." ❄

Au deuxième étage d'une vieille maison...

Louis Bricault

Psychologue en pratique privée, je passe le plus clair de mon temps dans un petit bureau situé au deuxième étage d'une vieille maison. C'est bien. Cette maison se trouve au cœur de ce que l'on appelle ici le « vieux village ». Voilà. Ça fonctionne ainsi. Pour faire un premier pas, il nous faut toujours d'abord installer des repères, donner à voir une sorte de chemin : une profession (psychologue), un lieu (bureau, maison, village). De là, on voit tout le reste : cette profession est différente d'une autre, elle se caractérise par certaines activités spécifiques, implique un certain statut professionnel et impose certaines responsabilités ; la vieille maison a plus d'un étage, le bureau est petit, tout cela au cœur d'un vieux village ; l'on peut déjà imaginer d'autres maisons, des rues étroites, une ville, grande ou petite, aux alentours ; tout un monde se met peu à peu en place. Et l'on se voit soi-même dans ce monde, l'on s'y définit en fonction de ses occupations, activités ou d'autre chose. On y revêt un habit de confection, une sorte de prêt-à-porter que l'on appelle « soi ». Et l'on s'enferme dans son propre monde. C'est comme une petite histoire, une sorte de rêve, que l'on raconte les yeux grands fermés et qui laisse dans l'ombre toutes les autres histoires que l'on pourrait raconter et qui, toutes, commenceraient par les mots : « Psychologue en pratique privée, je passe le plus clair de mon temps... »



Attention, attention ... « D'instant en instant, cette vie, dans laquelle l'unité et la

diversité s'emmêlent, est le plus profond koan. S'il-vous-plaît, n'oubliez pas que votre vie elle-même est votre pratique. » (Taizan Maezumi)



D'un certain point de vue, je n'ai jamais été, ne suis pas et ne serai jamais un psychologue. Voilà pour commencer. Ce titre réfère à certaines activités professionnelles que j'accomplis journallement et confirme que je détiens les qualifications requises pour ce faire, c'est tout. Il est, bien sûr, commode de l'utiliser afin que les personnes qui s'adressent à moi sachent qu'elles frappent à la bonne porte en vue d'obtenir certains services. Mais cela ne va pas vraiment plus loin. Pourquoi être « quelque chose » ? Que sommes-nous donc ultimement ? Encore ici, la pensée discriminante, si utile pour la bonne marche de notre vie quotidienne, outrepassera ses prérogatives et avancera ses réponses, si lassantes : « un être humain » (ce qui me distinguera alors des autres espèces vivantes), « né au Québec » (ce qui m'expatrie de tout autre pays), « de sexe masculin » (ce qui m'enferme dans une appartenance), etc., etc...

Tout cela à l'infini. Et pourtant, « en qui toutes ces réponses apparaissent-elles ? », « Qui connaît toutes ces réponses ? » Moi, bien sûr. Mais qui suis-je ? Qui est ce « moi » antécédent à toutes les réponses ? Avant que la question « Qui suis-je ? » elle-même n'apparaisse dans mon esprit, qui suis-je ? La pensée discriminante, sur laquelle

s'appuient toutes les « déformations cohérentes » proposées par la science psychologique, trouve ici sa limite. Toutes ses réponses restent inopérantes, sortes de balbutiements inutiles. Tout « ceci » ou « cela » est réduit à l'humilité du silence. Et en certains, la question s'entête : « Qui suis-je ? » Laisser cela grand ouvert, laisser quelque chose comme un vent de fraîcheur traverser l'espace de vivre, et faire tout ce que l'on a à faire sans s'encombrer d'un inutile fardeau de réponses mortes...

1

Les questions sont vivantes, elles ouvrent des brèches dans nos certitudes, elles percent de lumière le sommeil facile qui nous tient lieu d'éveil. Je dors si profondément tout le jour durant qu'il faudra sans doute des montagnes de questions pour que je quitte le lit parfait de mes habitudes.

Malgré tout, la psychologie m'a parfois aidé à faire quelques pas dans cette direction. J'ai eu la chance pendant mes années de formation de travailler à l'Institut Philippe-Pinel de Montréal. Y sont détenues des personnes, hommes et femmes, souffrant de problèmes, souvent sévères, de santé mentale et ayant commis des crimes majeurs contre la personne : actes de pédophilie, viols, infanticides, voies de faits graves, meurtres ... Or, rester auprès de ces personnes, les côtoyer journallement, les écouter raconter, parfois avec force détails, les circonstances et

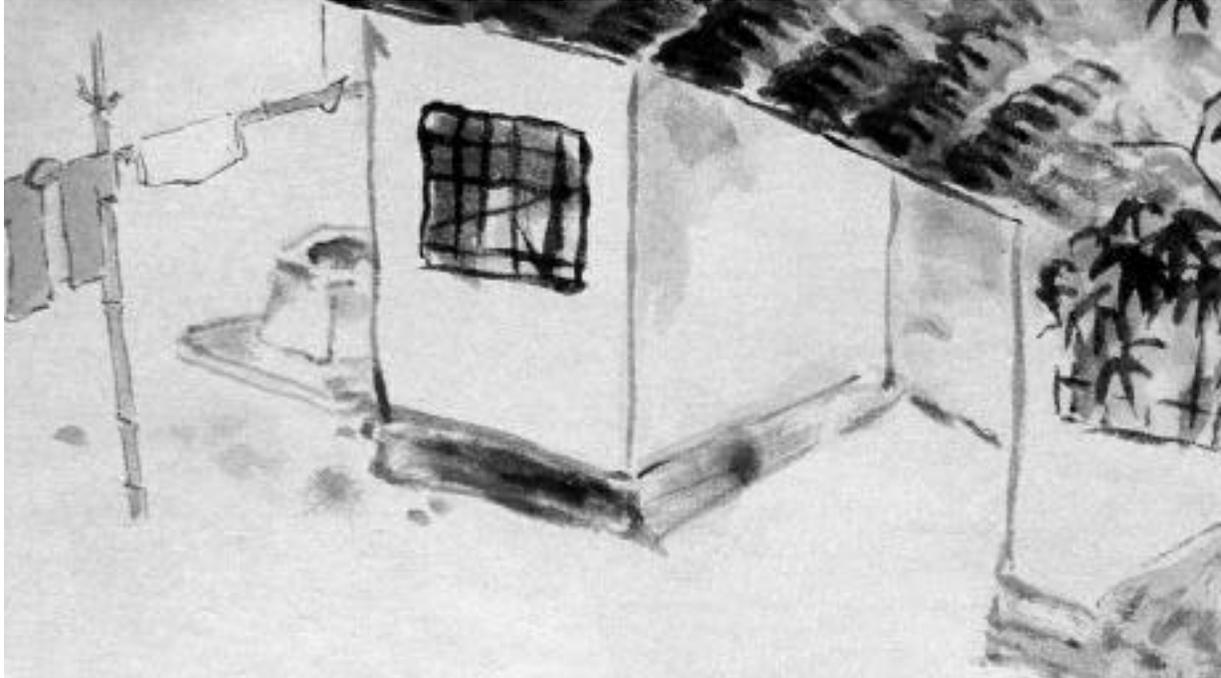
la nature de leurs délits, tout cela émaillé de regards parfois cruels ou emplis de larmes, d'intonations canailles sollicitant à demi-mots une intimité complice, mendiant l'approbation et d'autres fois, exprimant avec la voix d'une douloureuse et accablante lucidité une profonde résignation : « Je ne savais pas que je pouvais faire cela. Maintenant, si. », et percevoir du même coup, quoique confusément, que « rien de ce qui est humain ne m'est étranger » et qu'entre eux et moi, tout n'était qu'une question de degrés et de circonstances : rester près d'eux m'a décuirassé de ma suffisance et m'a révélé à quel point nos paysages humains se confondent. Ce qu'ils me révélaient d'eux-mêmes, ne pouvais-je le reconnaître en moi ? Ma sincérité n'est jamais pure, mes motivations toujours complexes, souvent contradictoires, rarement avouées, presque toujours travesties derrière un masque de convenance. Je fais « comme si » ... Je me réfugie derrière une façade illustrée de bonnes manières et de politesses diplomatiques qui ne laisse que peu filtrer ce qu'eux m'avaient avec leurs voix et leurs yeux fous de misère.



Attention, attention ... « Tant que vous êtes occupé à une tâche, acceptez celle-ci comme la vérité du moment présent et mettez-y tout votre cœur. » (Prajnanpad)



J'ai appris à Pinel qu'écouter un autre



être humain demande une disponibilité intérieure, une sorte de « silence de soi » qui ne devient possible qu'au prix d'une mise en veilleuse de nos propres a priori, opinions, convictions, préférences ou évaluations personnelles. Cette mise en veilleuse, toujours imparfaitement réalisée, ouvre une brèche fertile : on laisse être ce qui est et toute l'attention est orientée, en une sorte de curiosité bienveillante, vers la saisie la plus fidèle possible des pensées et des émotions exprimées par celui ou celle qui parle. Cette saisie est peu à peu validée par la reformulation. C'est comme tendre un miroir où l'autre pourra se re-connaître. Avec le temps, il m'est devenu évident que cette ouverture à l'autre, à force de se répéter, a eu pour effet d'éroder, au moins partiellement, mon attachement à mes propres exigences et autres, si fascinantes à mes yeux, proclamations intérieures ... Il m'est souvent d'autant plus humiliant de constater à quel point - malgré tout cela, malgré toute la souffrance morale et psychologique exprimée par ceux et celles qui se confient à moi, malgré ce privilège qu'ils m'accordent de pouvoir me délester, pendant un court

instant, de ces lambeaux d'identité auxquels, par peur, je m'épuise à m'accrocher – je revêts toujours à nouveau, par manque de compassion envers moi-même et envers les autres, l'étincelante cuirasse de mes convictions personnelles et me montre farouchement disposé à les défendre.

2

Combien il m'est difficile de garder un cœur ouvert face à ma propre vulnérabilité et face à mes propres limitations, de rester en amitié avec moi-même lorsque je constate à quel point j'ai peur de quitter pour de bon les refuges où, pourtant, je peine à respirer.



Attention, attention ... Monsieur Low écrit : « Il est très pénible de nous accepter tels que nous sommes, avec tous nos défauts, toutes nos imperfections et toutes nos faiblesses (...) Aussi nous faut-il sans cesse revenir à cette douleur. (...) Nous n'avons rien à craindre. Pour pouvoir guérir, « notre

mal doit s'aggraver » et, tout en étant le patient, nous sommes pour toujours le guérisseur. »



Je crois avoir perdu la plupart de mes illusions face à la psychologie. Les théories, toutes fondées sur la seule pensée discriminante, y foisonnent, se contredisent, s'édifient sur de très maigres résultats de

recherches dont les méthodologies sont rapidement contestées. Tout cela m'ennuie. Pourtant, je travaille bien ... C'est comme ça.

Psychologue en pratique privée, je passe le plus clair de mon temps dans un petit bureau situé au deuxième étage d'une vieille maison ... ❄



A teisho

Albert Low

Extract from teisho 4/7 - October 2006

... We do not have to get happiness; on the contrary pleasure is a distraction and a nuisance for it merely increases the false conviction that one needs to have and do things to be happy where in reality it is just the opposite.

Particularly this “doing things”. There is a kind of frenetic quality in some people’s lives coming from their belief that they always have to do things. This belief comes from the search for the absolute, the taste of the unique; it very often makes itself known as the taste of being important, of people giving one special regard, special praise and admiration. I am not saying that one should sit and do nothing. We must be involved; because being involved, expressing oneself one way or another is life. But instead of doing things in order to get that special taste, in order to get that pleasure, in order to get that kind of feedback which is really bitter sweet; it is always bitter sweet - the admiration that one gets from others is always bitter sweet - because tinged with this admiration is envy, one does things for the sheer joy of the activity involved. There is a pleasure in being able to exercise our talents, a natural pleasure. One sees it even in a bird flying. It often flies out of sheer pleasure, it whirls around in the sky, it dips and it jumps. Watch a squirrel in a tree: it leaps from branch to branch, it swings there, and then it scampers down and it scampers up, just thoroughly enjoying the movements, just enjoying the doing of it. And almost

anything, if one gives one’s attention to the doing of it, and not the meaning of it or the end product of it, almost anything that one does, is pleasurable. What greater pleasure for example is there than just walking around the block?

What I’m saying doesn’t mean that one has to live a life of poverty, of not having anything, on the contrary. There is nothing wrong with being comfortable and having things that give you comfort or pleasure, there is nothing wrong with that. The problem is when the pleasure, when the comfort becomes the prime motivator, when that becomes the reason for doing or having or being, then one is living outside of oneself, one is living separated from oneself .

Nisargadatta says: “You do not think of happiness except when you are unhappy”. And this is how it is: we ignore happiness as a rule. I spend a lot of time speaking of suffering and so I must remind you of this other truth – the truth that happiness is our true nature — as well. The only way by which we can find ultimate stability is by passing through the fire. But the direction to go in passing through the fire is what is important. And if you think you have to pass through the fire outwards, to get something outside, then this is the wrong direction. As Nisargadatta says, “A person who says now I am happy is between two sorrows, past and future. This happiness is mere excitement caused by relief from pain. Real happiness is utterly unselfconscious.”

This is why we say that an awakened person doesn't know he or she is awakened. Awakening and happiness are the same – one comes home to one's ultimate happiness. But that doesn't mean to say that one walks around on a sort of pink cloud in the state of blissful existence. One gets on with life, one gets involved, one does things, one works. But the working, the doing, the being with other people is no longer end-oriented; it is no longer in "order that" – one does it out of the sheer fact of doing it.

Nisargadatta then says, "It is best expressed as negatively, there is nothing wrong with me." This change of way of seeing the world means one no longer sees the world as over there. That doesn't mean to say one walks around seeing the world as one – it is that one no longer sees the world as over there. One doesn't have to have a positive simply because one lets go of the negative. When you let go of the negative, then you come home to what you are. It is like when you are sick and then you get well. But wellness you don't look upon as the positive, wellness you look upon as a natural state.

There is nothing wrong with me; I have nothing to worry about. Everything fundamentally is okay and this truly is the case. See that in spite of the appearances of the moment, because these appearances of the moment will change – everything changes, everything moves – except the truth that fundamentally everything is okay.

"After all, the ultimate purpose of all practices is to reach a point when this conviction instead of being only verbal is based on the actual and ever present experience."

Let me say again, we don't experience true happiness; true happiness is the basis of experience. The basis of most people's experience at the moment is division, separation, conflict. In all of one's experience is a conflicting element and this is why whatever one does one never feels that that is really what one wants to do. If one is with people, one wants to be alone; if one is alone, one wants to be with people; and so it goes. Because of this fundamental conflict we are wounded in our being. When one lets down, when one comes home, one's experience is no longer divided in the same way; one no longer has the sense that the world is over there, a sense which comes out of this split.

And then the questioner asks: "But what experience is that?" Nisargadatta says: "The experience of being empty, unclothed by memories and expectations." It is unfortunate that he uses the word experience; but it is very difficult to talk without using it. But it is a condition of emptiness; the experience is based on emptiness. The idea of things, the sense of the reality of the world, the thingness of the world, the thingness of things, comes from this separation, from this conflict. The belief that the world is real because we experience the world across this conflict. When we get beyond or upstream of that conflict, then instead of the experience having the condition of that kind of

thingness, of the reality of things, and everything being separate, the condition is a condition of emptiness. "Unclothed by memories and expectations".

This does not mean that we no longer have memories, it is not that at all; but we no longer search in the past with regret or remorse. We no longer look at what was and wish that it were otherwise. 'Unclothed by expectations.' As you know, this word "expectation" means to look outside. Being without regret or expectation is like the happiness of open spaces, of being young, of having all the time and energy for doing things, for discovery and for adventure. It is lovely. That openness - life becomes a creative possibility, life is a creative possibility. But because we are conflicted, then life becomes a conflicting possibility.

Conflict is the basis for creativity, for going beyond; we need conflict, we need opposition, we need difficulty in order to achieve anything. That does not mean, as Freud would have us believe, that we need an enemy - and conflict doesn't mean violence. When we do work, work needs conflicting situations; we need a dissonance so that we can transcend that dissonance in a new way. Life is constantly the encounter with dissonance, the encounter with difficulty and opposition and being able to transcend it. The difficulty of practice, the pain of practice, the difficulties that seem to be so obstructive - this is the dissonance that I speak of - are not only necessary but desirable. If one faces that, if one comes to be



one with whatever is, then it opens up this creative power, which is your essential being. This is the feeling of being alive. If you play sport, you know what exhilaration can come from being a member of a team and using one's abilities to overcome the opposition of the other side - you don't have to fight them, it could be perfectly amiable, in fact it

must be amiable – but nevertheless there must be that struggle. That is an aspect of existence which is vital to a real existence.

Then the questioner says: “What remains to discover?” Many people have that when one comes to awakening one sits on a cloud, everything stops, it is all over, all done with. But on the contrary, one is just beginning.

Nisargadatta says: “The universe without and the immensity within, as they are in reality, in the great mind and heart of God, remain to be discovered.” Creative discovery – one may do it in terms of relationship with people or one may do it in terms of some kind of interests – is using one’s vitality in an open way, not in a way to close, obstruct or to secure. We have no need to look for security, our true nature is the ultimate in security, nothing can affect it fundamentally, nothing.

It is often said that people live in prison. Most people are prisoners, and they are prisoners of their beliefs, they are prisoners of this sense of the only way to be is to be closed in on a sense of uniqueness. This is a kind of cocoon attitude towards existence and the cocoon itself becomes the prison – but it is the prison of one’s own beliefs: *this is the only way that I can be*. It is not a question of changing beliefs but changing the world. This is why we have to die in order to be reborn; it is all our beliefs that have to die, not this or that belief.

One of the ways in which one can know one’s beliefs are being challenged is when one is hurt by people. When you are hurt some aspects of your fundamental beliefs have been challenged. We can see this happening at the moment with the Muslims. The encroachment of Western civilisation is challenging their fundamental beliefs; they have been locked in these beliefs for centuries and now the whole way the world is going is eroding those beliefs. And you can see the violence it is generating in some people, even to the point that they destroy themselves in the name of their beliefs – strange paradox but nevertheless you can see it is the case. But they are not exceptional – may be the extent to which they are going is exceptional – but they are like everyone. In one way or another we destroy ourselves in the preservation of our beliefs.

The questioner: “If being happy is the same as being free from fear and worry, cannot it be said that the absence of trouble is the cause of happiness?”

Nisargadatta: “A state of absence or non existence cannot be a cause. Your natural state in which nothing exists cannot be a cause of becoming.”

Your natural state is empty; your natural state is complete. “The causes are hidden in the great mysterious power of memory. But your true home is in emptiness of all content.”

This mysterious power of memory. As

you know the Lankavatara Sutra speaks of *alaya*, *alaya vijnana*. This is the notion that there is a seed bed of memory, and when the occasion is ripe these memories spring up and produce certain kinds of fruit. There is a lot in this; there is much we don't understand which is why he is calling it the "mysterious power." Perhaps we can never understand it. But, awareness is not personal, it is not "my" awareness, the personal grows out of awareness. Awareness is like a stream, and the stream produces little whirlpools as a consequence of friction, and those whirlpools then take on a life of their own. When the circumstances change, the whirlpools merge back into the stream as a whole, and you could say that the whirlpool dies. But it doesn't die; it simply changes its form. And each one of us, this sense of me is like a whirlpool; each sentient being is a little whirlpool in this vast river of existence. And (this is pure speculation now) it would

seem that within that great river of existence are the memories of everything that has ever happened.

But in any case, what he is saying is "Come home, come home to yourself!" In coming home you are no longer closed off in yourself, and because you are no longer closed in on yourself — and that means you are no longer trying to feed a kind of dead part of yourself — you are no longer giving all your attention to nourishing that inanimate aspect of yourself in terms of pleasure, congratulations, fame, admiration. You are no longer running around trying to feed this dead king that lies in the very heart of you. And because you are no longer spending your time feeding this, it is possible to open up into a new way, into a totally creative way, and life really then is lovely, and every day really is a good day. ❁



Calendrier 2007

Janvier

Dimanche 7, 14, 28 Avant-midi de zazen
Vendredi 19-21 Sesshin de deux jours

Février

Vendredi 2-9 Sesshin de sept jours
Dimanche 11, 25 Avant-midi de zazen
Samedi 17 Atelier
Dimanche 18 Séance d'une journée
Jeudi 22 Cours pour les débutants

Mars

Jeudi 1, 15, 22 Cours pour les débutants
Dimanche 4, 18, 25 Avant-midi de zazen
Jeudi 8-11 Sesshin de trois jours
Samedi 31 Atelier

Avril

Dimanche 1 Séance d'une journée
Jeudi 5, 19, 26 Cours pour les débutants
Vendredi 6-13 Sesshin de sept jours
Dimanche 15, 22 Avant-midi de zazen
Samedi 28 Journée de travail et Assemblée annuelle

Mai

Jeudi 4 Cours pour les débutants
Dimanche 6, 20, 27 Avant-midi de zazen
Vendredi 11-18 Sesshin de sept jours

Juin

Dimanche 3 Séance d'une journée
Jeudi 7-10 Sesshin de deux jours et de trois jours
Dimanche 17 Avant-midi de zazen

September

Friday 31(Aug) - 7 Seven day sesshin
Sunday 9, 23, 30 Morning of zazen
Saturday 15 Workshop
Sunday 16 One day sitting
Thursday 20, 27 Beginner's course

October

Thursday 4, 18 Beginner's course
Friday 5- 12 Seven day sesshin
Sunday 14, 21 Morning of zazen
Saturday 20 Workday
Saturday 27 Workshop
Sunday 28 One day sitting

November

Thursday 1-4 Three day sesshin
Thursday 8, 15, 22, 29 Beginner's course
Sunday 11, 25 Morning of zazen
Sunday 18 One day sitting

December

Friday 7-14 Seven day sesshin
Sunday 2, 16, 23 Morning of zazen
Monday 31 New Year's Eve
(8PM – Midnight) Ceremony

Two ways of Working

One is bold and quick, fearless in action. The other is worried and constricted with concerns about things that could possibly go wrong. If action flows from anxiety, the outcome is murky and disturbed. But if action moves with a swift joy and courage, the world begins to resolve its difficulties and grow whole.

Bahauddin (The father of Rumi)
