

ZEN GONGI

Volume 15, Numéro 1

Février 2008



Lorsque jaillit l'éclair,
Admirable est celui qui ne pense pas :
"La vie passe".

(Basho)



Vieillir Getting Older

Zen Gong

Volume 15, Numéro 1
Février 2008

Direction

Monique Dumont

Comité de rédaction

Louis Bricault, Monique Dumont

Collaborateurs pour ce numéro

Fred Bloom, Louis Bricault, Roger Brouillette, Monique Dumont, Alison Edwards, Robert Godin, Peter Hadekel, Pierre Lanoix, Jacques Lespérance, Janine Lévesque, Albert Low, Jean Low, Sarah Webb.

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, 2008

**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.

Ballade en proverbes du vieux temps

Raymond Queneau

Il faut de tout pour faire un monde
Il faut des vieillards tremblotants
Il faut des milliards de secondes
Il faut chaque chose en son temps
En mars il y a le printemps
Il est un mois où l'on moissonne
Il est un jour au bout de l'an
L'hiver arrive après l'automne

La pierre qui roule est sans mousse
Béliers tondus gèlent au vent
Entre les pavés l'herbe pousse
Que voilà de désagréments
Chaque arbre vêt son linceul blanc
Le soleil se traîne tout jone
C'est la neige après le beau temps
L'hiver arrive après l'automne

Quand on est vieux on n'est plus jeune
On finit par perdre ses dents
Après avoir mangé on jeûne
Personne n'est jamais content
On regrette ses jouets d'enfant
On râle après le téléphone
On pleure comme un caïman
L'hiver arrive après l'automne

ENVOI

Prince ! tout ça c'est le chiendent
C'est encore pis si tu raisones
La mort t'a toujours au tournant
L'hiver arrive après l'automne

Song of the Twelve Hours of the Day

By Zen Master Joshu (778-897)

The cock crows. The first hour of the day.¹
Aware of sadness, feeling down and out yet
getting up.

There are neither underskirts nor undershirts,
Just something that looks a little like a robe.
Underwear with the waist out, work pants in
tatters,
A head covered with thirty-five pounds of black
grit.
In such a way, wishing to practise and help
people.
Who knows that, on the contrary, it is being a
nitwit.

Sun level with the ground. The second hour of
the day.
A broken-down temple in a deserted village –
there's nothing worth saying about it.

In the morning gruel there's not a grain of rice,
Idly facing the open window and its dirty cracks.
Only the sparrows chattering, no one to be
friends with,
Sitting alone, now and then hearing fallen leaves
hurry by.
Who said that to leave home is to cut off likes
and dislikes?
If I think about it, before I know it there are tears
moistening my hanky.

Sun up. The third hour of the day.
Purity is turning into compulsive passions.

The merit of doing something is to get buried in
the dirt,
The boundless domain has not yet been swept.
Often the brows are knit, seldom is the heart
content,
It's hard to put up with the wizened old men of
the east village.
Donations have never been brought here,

An untethered donkey eats the weeds in front of
my hall.

Meal time. The fourth hour of the day.
Aimlessly working to kindle a fire and gazing at
it from all sides.

Cakes and cookies ran out last year,
Thinking of them today and vacantly swallowing
my saliva.
Seldom having things together, incessantly
sighing,
Among the many people there are no good men.
Those who come here just ask to have a cup of
tea,
Not getting any they go off spluttering in anger.

Mid-morning. The fifth hour of the day.
Shaving my head, who would have guessed it
would happen like this?

Nothing in particular made me ask to be a
country priest,
Outcast, hungry, and lonely, feeling like I could
die.
Mr Chang and Mr Lee,
Never have they borne the slightest bit of respect
for me.
A while ago you happened to arrive at my gate,
But only asked to borrow some tea and some
paper.

The sun in the south. The sixth hour of the day.
For making the rounds to get rice and tea there
are no special arrangements.

Having gone to the houses in the south, going to
the houses in the north,
Sure enough, all the way to the northern houses
I'm given only excuses.
Bitter salt, soured barley,
A millet-rice paste mixed with chard.

This is only to be called “not being negligent of the offering”,
The Tao-mind of a priest has to be solidified.

Declining sun. The seventh hour of the day.
Turning things around, not walking in the domain of light and shade.

Once I heard, “One time eating to repletion and a hundred days of starvation are forgotten,”
Today my body is just this.
Not studying Ch’an (Zen), not discussing principles,
Spreading out these torn reeds and sleeping in the sun.
You can imagine beyond Tsushita heaven,
But it’s not as good as this sun toasting my back.

Late afternoon. The eight hour of the day.
And there is someone burning incense and making bows.

Of these five old ladies, three have goitre,
The other two have faces black with wrinkles.
Linseed tea, it’s so very rare,
The two Diamond Kings needn’t bother flexing their muscles.
I pray that next year, when the silk and barley are ripe,
Rahula-ji will give me a word.

Sun down. The ninth hour of the day.
Except for the deserted wilderness what is there to protect?

The greatness of a monk is to flow on without any special obligations,
A monk going from temple to temple has eternity,
Words that go beyond the pattern do not come through the mouth,
Aimlessly continuing where the sons of Shakyamuni left off.
A staff of rough bramble wood;
It’s not just for mountain climbing but also to chase off dogs.

Golden darkness. The tenth hour of the day.
Sitting alone in darkness of a single empty room.

For ever unbroken by flickering candlelight,
The purity in front of me is pitch black.
Not even hearing a bell vacantly passing the day,
I hear only the noisy scurrying of old rats.
What more has to be done to have feelings?
Whatever I think is a thought of *Paramita*.

Bedtime. The eleventh hour of the day.
The clear moon in front of the gate, to whom is it begrudged?

Going back inside, my only regret is that it’s time to go to sleep,
Besides the clothes on my back, what covers are needed?
Head monk Liu, ascetic Chang,
Talking of goodness with their lips,
how wonderful!
No matter if my empty bag is emptied out,
If you ask about it, you’d never understand all the reasons for it.

Midnight. Twelfth hour of the day.
This feeling, how can it cease even for a moment?

Thinking of the people in the world who have left home,
It seems like I’ve been a temple priest for a long time now.
A dirt bed, a torn reed mat,
An old elm-block pillow without any padding.
To the Holy Image not offering any Arabian incense
In ashes hearing only the shitting of the ox. ❀

¹One hour is equivalent to two western hours.

The Best is Yet to Be?

Albert Low

*I grow old, I grow old
Shall I wear the bottom of my trousers rolled?*
T.S.Eliot

So you want me to write about getting old. I do not know why you ask me to do this kind of thing. After all I am only a beginner and I don't know much about the subject. Furthermore, as far as I can remember, this is the first time that I have got old. But the little that I do know about the subject impels me to say that if the alternative were not so dubious I would tell you, "Don't do it." For one thing there is no future in it. For another it really is not for sissies. I remember once Philip Kapleau as he lowered himself gingerly into an armchair – he was over eighty at the time – groaning, "Whoever said, 'Grow old with me the best is yet to be' must have been about 21." Either that or it must have been said by a seventy year old guy on ecstasy.

Let me share some of my discoveries about getting old. For one thing getting out of bed in the morning sometimes feels a lot like getting out of a train wreck. They say that if, after the age of fifty you do not ache when you get out of bed then you are dead. Let me tell you, after the age of seventy, sometimes when you get out of bed you wish you were. Another thing is that bits start falling off. I have already lost parts of my eyes to cataract operations, many of my teeth and a hip. It's true that they gave me replacement parts, but somehow they don't seem to work quite so well as the originals used to.

Another problem is that no-one does things as well as they used to when I was young. The kids are a lot more unruly, fruit no longer tastes like fruit, you can never find a sales assistant when you want one, and you just try

getting someone on the phone; one of my fingers has become arthritic pressing all the buttons. In those days bank managers called you "Sir!," doctors made home calls and the policeman was your friend. There was even a song that said, "If you want to know the time ask a policeman."

Just think. When I was young we had all the time in the world. We could even read a book from beginning to end. We did not have TV, the Web, cell phones, computer games, or e-mail and yet we remained perfectly sane. An airplane was something you rushed out of doors to see, and it was only the local doctor who could afford a car. No washing machines, refrigerators, microwaves, or telephones, disturbed the peace. No Big Macs, no pizzas, no TV dinners! Central heating was unknown as was air-conditioning. We had no i-pod, i-mac, no DVD, VCR, CD or even Hi Fi. I remember a teacher telling me that the developing industries to get into were electronics and plastics, and although I nodded wisely it took me quite a while before I knew what the words even meant.

Another thing is that that for an old person the world has a lot more living people in it. For a twenty year old any one older than thirty becomes invisible. In fact I remember a movie that was, I think, playing in the 60's, in which anyone older than thirty was sent off to a happy farm, where they were fed on happy pills to keep them out of the way.

You know when you are getting old when

- It seems that every other week you are having another birthday.
- When the real meaning of "Happy returns of the day" strikes you for the first time.
- When you find yourself in the middle of a room wondering why and how you got there.



- When you start talking about one thing and end up talking about something quite different.
- When an elderly lady gives you her seat on the metro.
- When you no longer save Xmas wrappings for next Xmas.
- When your doctor looks like a teenager.
- When you do not buy green bananas any more.
- When doing up your shoelaces is the major accomplishment of the day.

A very well known koan is the one where a monk goes to a master and asks, "How can I get away from the heat in the summer and the cold in the winter?" If he had been an old monk he might well have asked, "How can I get away from the aches in the morning and the pains at night?" As you probably know the maser said, "Go where there is no heat in summer and cold in winter." 'Oh!' replied the monk, "Where is that?" "When in summer, sweat; when in

winter, shiver." So where do we go to find where there is no ache in the morning or pain at night?"

I remember when, during my last trip to England, I visited my old aunt. She was ninety-three years old at the time, living on her own and fiercely independent and during the past couple of years had kicked out two social workers who had come to help look after her because they got in her way. She had been recently discharged from hospital after suffering a touch of food poisoning. In the latter part of her life she had been back and forth to hospital several times for various ailments and certainly knew the aches in the morning and the pains at night. I asked her, "How old are you aunt?" "Ninety-three," she said. "How old do you feel?" I continued. Without a pause she flashed back, "Twenty-one!" and gave me the most beatific smile. I know just what she meant. ❀

Vieillir

Robert Godin

Le temps nous joue bien des tours. Si l'on regarde en arrière, c'est l'infini. Si l'on regarde en avant, c'est également l'infini. Le présent se renouvelle infiniment. Il n'y a pas de temps, il n'y a que l'infini. L'on définit les distances entre notre planète et les galaxies en « années-lumière », facile à dire, mais impossible à saisir.

Mais quand je regarde mes mains, que je me regarde dans le miroir et que je vois mes cheveux gris et les rides sur ma figure, quand je sens la douleur dans mes articulations, je sais que le temps passe. La Terre tourne sur elle-même et autour du Soleil en marquant des étapes précises dans le temps. Le passage des saisons m'informe de ce grand voyage dans l'espace.

Le temps existe et n'existe pas, tout à la fois. C'est un peu comme vieillir : dans la continuité de la perception de moi-même, je ne me sens pas vieillir, je me sens comme je me suis toujours senti. Mais dans la relation avec mon corps, avec le cours de ma vie, je ne peux pas ignorer que le temps passe, sans merci, sans pitié, inexorablement. Gurdjieff, dans ses *Récits de Belzébuth à son petit-fils*, désigne le temps avec l'expression « Notre Maître Universel, l'Impitoyable Héropas », auquel même l'Absolu est soumis d'une certaine manière.

J'ai soixante et onze ans. Je ne suis pas vieux, mais je ne suis pas jeune. Je sais que je suis vieux quand je me souviens parfois du magasin « Morgan » ou du boulevard Dorchester ou des tramways sur la rue Ste-Catherine. Mais je sais que je n'ai pas vieilli quand je fais de la randonnée en forêt, que j'écoute le son du vent dans les aiguilles de pin, les chansons des oiseaux ou celles des grenouilles au printemps, le bruit des vagues du Pacifique qui se brisent sur les rochers de l'île de Vancouver.

Je découvre une nouvelle liberté en vieillissant. Pouvant plus aisément choisir mes activités, ma famille étant devenue adulte, je prends conscience du fait que mon horizon se rapproche dans le temps. Quand je parle à mes étudiants d'événements futurs, je sais qu'ils y seront (pour la plupart) et que je n'y serai pas (c'est certain). N'ayant plus les mêmes responsabilités comme père de famille, comme responsable d'entreprise, je peux simplifier ma vie et me concentrer plus aisément sur mon présent et m'ouvrir avec moins de retenue à des besoins profonds qui souvent ne trouvaient pas droit de cité aux époques antérieures de ma vie.

Je demeure actif. Je conserve ma charge à l'Université. Mais je suis également en proie à une sorte d'impatience libératoire. Je n'accepte plus aussi facilement de faire des compromis. Je m'autorise plus aisément à être comme je suis et je cherche beaucoup moins à me forcer à être ce que les autres aimeraient que je sois. Prenant graduellement conscience du fait que mon « temps est compté », je me sou mets plus volontiers au sentiment profond d'urgence qui a toujours été là, mais auquel pendant trop longtemps je n'ai pas accordé suffisamment d'importance, « faute de temps ». Le gaspillage du présent se supporte moins bien, car je sens bien que je n'aurai plus d'autres « chances ». Comme l'a écrit Philip Kapleau « Le second Précepte édicte de s'abstenir de prendre ce que l'on ne vous donne pas. Se voler du temps à soi-même, voler du temps à ses résolutions profondes, sont aussi des violations du second Précepte ».

Vieillir, malgré les contraintes qui en résultent nécessairement, me conduit à une étape très riche de ma vie. Enfin, après tant d'années j'ai trouvé des bottes de randonnée qui ne me font pas souffrir, j'ai de moins en moins de

besoins matériels à combler, j'ai de moins en moins de choses à prouver aux autres et il est pour moi de moins en moins important d'avoir raison. Tous ces fardeaux que j'ai portés religieusement et péniblement sur mes épaules toute ma vie se font de plus en plus légers. Il en reste bien suffisamment pour me garder les deux pieds sur terre, mais il y a pour moi beaucoup plus d'espace.

Et dans cet espace, ce qui m'acheminait vers le « temps » d'une période de l'inconnu, se raccourcit.

de la « peau de chagrin » qui donne tout et prend tout en même temps, en voulant de moins en moins il me semble que ma vie se donne un tout autre sens. Quelle aventure incroyable ! Mais le Guide a un rôle important à jouer. Citant Philip Kapleau encore une fois, « Que peut donc un maître ?

Il ne peut rien vous donner que vous n'avez déjà vous-même. Ce qui n'est que vous-même :

ce qui vous attend dans un monde d'un maître. Il n'y a rien à attendre. ».



A Bird's Eye View

Peter Hadekel

"You're really starting to look your age," my parrot said the other day while I was shaving. "I see wrinkles everywhere."

"Gee, thanks a lot, what's gotten into you anyway?" I replied, shooting an annoyed look his way. My parrot is often cranky in the morning before his first cup of coffee, so I tried to ignore the remark.

"You know what I mean," he persisted. "The gray hair, the paunch on your belly. And boy, have you ever slowed down on the tennis court. Balls you used to reach are whizzing by you all the time."

"OK, so what?" I said, trying to suck my stomach a little further inside my belt. "Maybe I'm not quite as young as I was, but I'm not too shabby."

Actually, the evidence is everywhere and I have chosen to ignore it. Reading the fine print on medicine bottles is getting a lot tougher. I hardly recognize the 25 year-old guy in those old photographs. My knees often throb. Getting up in the morning and rolling out of bed can be an adventure.

You can't fool my parrot. He knows me better than I know myself, and he can see my vanity.

"So, what are you going to do about it?" he taunted. "Dye your hair, go to the gym, buy a sports car, get a girlfriend?"

"Enough!" I yelled. Now, I was prepared to get in his face. "Listen, you birdbrain, there's no such thing as getting old. It's all in the mind. Tell me," I continued confidently. "Can you pinpoint an actual moment in time when you get older?" I was sure I'd backed him into a philosophical corner.

"Ha!" he laughed. "Is that one of those crazy ideas you picked up from your Buddhist friends?"

"Heck, no," I insisted. "You can see for yourself. The trouble with you parrots is that you believe everything you hear and you parrot it back as if it were the truth."

The bird cocked his head and fixed me with a stare. "Well then, wise guy, show me you're not getting any older," he said. "Prove it."

I must admit that was clever. He really

surprised me with that one, and I didn't know how to respond. . .

"Who do you think you are? Some sort of Zen teacher?" I finally stammered, trying to cover my loss of aplomb.

By now, the parrot had stopped his preening and strutting. He seemed to be showing genuine compassion for my middle-aged predicament. So I dropped my defenses and I spoke to him a little less sharply.

"Of course, you're right, my fine-feathered friend. We're all getting older, even birds like you. But it's not really so bad. Hopefully, we get a little wiser with each passing day. We make mistakes and we try to learn from them. All things considered," I said unconvincingly, "I'd rather be 56 than 16."

The parrot scoffed at me. "I don't believe that for a minute. When you're 16, you've got a lot to look forward to. You can dream big dreams. But for you, buddy, it's all down hill from here. No more dreams for you. All you have to look forward to is a senior-citizen discount at the movie theatre."

Darn that parrot, he can really get under my skin. I had to change my tack, and I knew just how to do it. The parrot fancies himself a real lover-boy, so I decided to appeal to his romantic sensibilities.

"OK," I said. "Just stop your screeching and listen for a minute. Getting older means that you're counting time. But when you're on a date with that mynah bird you're in love with, when you stare lovingly into those bottomless green eyes of hers, are you thinking about the passage of time?"

"Oh no," said Lover Boy, "of course not. It's the perfect union of two souls. Time is at a standstill."

"Exactly my point," I said with a flourish.

The parrot seemed willing to give me the benefit of the doubt, but I soon lost his attention. He was immersed in thoughts of his girlfriend.

The discussion stopped, which was a good thing. Too much talking with a parrot can lead to a headache.

Besides, it was time to clean his cage. ☼

The Holy Teaching of Vimalakirti On The Human Body

Friends, this body is so impermanent, fragile, unworthy of confidence, and feeble. It is so insubstantial, perishable, short-lived, painful, filled with diseases, and subject to changes. Thus my friends, as this body is only a vessel of many sicknesses, wise men do not rely on it. This body is like a ball of foam, unable to bear any pressure. It is like a water bubble, not remaining very long. It is like a mirage, born from the appetites of the passions. It is like the trunk of the plantain tree, having no core. Alas! This body is like a machine, a nexus of bones and tendons. It is like a magical illusion, consisting of falsifications. It is like a dream, being an unreal vision. It is like a reflection, being the image of former actions. It is like an echo, being dependent on conditioning. It is like a cloud, being characterized by turbulence and dissolution. It is like a flash of lightning, being unstable, and decaying every moment. The body is ownerless, being the product of a variety of conditions.

This body is inert, like the earth; selfless, like water; lifeless, like fire; impersonal, like the wind; and nonsubstantial, like space. This body is unreal, being a collocation of the four main elements. It is void, not existing as self or as self-possession. It is inanimate, being like grass, trees, walls, clods of earth, and hallucinations. It is insensate, being driven like a windmill. It is filthy, being an agglomeration of pus and excrement. It is false, being fated to be broken and destroyed, in spite of being anointed and massaged. It is afflicted by the four hundred and four diseases. It is like an ancient well, constantly overwhelmed by old age. Its duration is never certain – certain only is its end in death. This body is a combination of aggregates, elements, and sense-media, which are comparable to murderers, poisonous snakes, and an empty town, respectively. Therefore, you should be revulsed by such a body. You should despair of it

and should arouse your admiration of the body of the Tathagata.

The Body of the Tathagata

Friends, the body of a Tathagata is the body of Dharma, born of gnosis. The body of a Tathagata is born of the stores of merit and wisdom. It is born of morality, of meditation, of wisdom, of the liberations, and of the knowledge and vision of liberation. It is born of love, compassion, joy and impartiality. It is born of charity, discipline, and self-control. It is born of the path of ten virtues. It is born of patience and gentleness. It is born of the roots of virtue planted by solid efforts. It is born of the concentrations, the liberations, the meditations, and the absorptions. It is born of learning, wisdom, and liberative technique. It is born of the thirty-seven aids to enlightenment. It is born of mental quiescence and transcendental analysis. It is born of the ten powers, the four fearlessnesses, and the eighteen special qualities. It is born of all the transcendences. It is born from sciences and superknowledges. It is born of the abandonment of all evil qualities, and of the collection of all good qualities. It is born of truth. It is born of reality. It is born of conscious awareness.

Friends, the body of a Tathagata is born of innumerable good works. Toward such a body you should turn your aspirations, and, in order to eliminate the sickness of the passions of all living beings, you should conceive the spirit of unexcelled, perfect enlightenment. ❀

From *The Holy Teaching of Vimalakirti*.
A Mahayana Scripture, Transl. by Robert Thurman,
The Pennsylvania State University Press, 1990,
pp 22-23.

Vieillir, une fissure où luit la lumière e

Roger Brouillette

Le Bouddha a commencé sa recherche spirituelle quand il a rencontré la maladie, la vieillesse et la mort. Face à ces trois situations inexorables de la vie, il ne pouvait plus se leurrer. On peut dire que la blessure fondamentale de vivre s'est ouverte et que c'est ainsi que la lumière de la vérité a luit.

Quand les pensées du monde sont fortes, les pensées du Dharma sont faibles.

Quel drôle de phénomène que vieillir. Quand je marche, je sais que je marche. Quand je lis, je sais que je lis. Mais je sais rarement que je vieillis. Quand je me regarde dans le miroir, je vois un bonhomme de soixante ans et pour être honnête, ça me surprend toujours. Ça me surprend parce qu'être vieux n'est pas quelque chose qui est ressenti. C'est comme son dos, on le sent rarement sauf quand il nous fait mal. Est-ce qu'on sait vraiment qu'on est vieux? Non, sauf quand on compare son corps à ce qu'il était et qu'on accumule toutes ces comparaisons vis-à-vis un critère que l'on établit soi-même. Ce critère peut être très élevé, ma grand-mère avait quatre-vingt dix ans quand elle a admis commencer à être vieille. Pour elle c'est arrivé très tard. Ce critère peut aussi être très bas. Ce fut le cas de Jacques Brel. Il l'a chanté comme ceci : « Mourir, cela n'est rien, mourir, la belle affaire, mais vieillir, vieillir... ». Il ne pouvait pas accepter le changement dans son corps et c'est arrivé au début de la quarantaine. Vieillir lui faisait tellement peur qu'il lui préférerait la mort. Vieillir est donc profondément subjectif. Ce n'est pas un déroulement mécanique. C'est la raison pour laquelle on se sent vieillir par étapes, et non d'une façon continue. On naît et on est enfant puis soudain, on réalise qu'on est adolescent et en peu de temps, on devient adulte. L'âge adulte semble plus long, moins clairement défini que l'enfance et l'adolescence.

Quand cesse-t-on d'être adulte et devient-on vieux? Pour certains, cela arrive dès que le corps connaît la moindre défaillance par rapport à ce qu'ils considèrent comme immuable; pour d'autres, cela n'arrive que très tard quand le corps est au bout du rouleau.

Par exemple, une expression consacrée, le démon de midi, rend bien compte de la difficulté pour chacun de vivre la quarantaine, quand les rêves s'effondrent et que le corps commence à ne plus être ce qu'il était. À ce moment souvent, la solution, du moins pour l'homme, semble être de tout recommencer, de se trouver une jeune compagne et de fonder une nouvelle famille. On recommence sa jeunesse, on nie la vieillesse, comme si celle-ci dépendait surtout de ce que l'on fait et non du déroulement de sa vie et de son attitude face à celle-ci. Pour la femme, cette option est plus difficile, son corps lui permet rarement de refaire une famille à cinquante ans.

La société par sa définition même de la femme et de l'homme semble donner un sens différent pour l'un et l'autre de ce que c'est que de vieillir. La définition sociale de la femme et ce dans toutes les sociétés, est très orientée vers son corps, sa jeunesse, sans doute parce que depuis toujours, la femme ne peut procréer que dans sa jeunesse. La femme se définit souvent par sa beauté. Tout cela est très relié au corps et dès que celui-ci change, la vieillesse est là. Pour l'homme, cette définition sociale est beaucoup plus orientée vers le succès, la réussite, les accomplissements, encore là l'origine est possiblement de la possibilité de procréer jusqu'à un âge avancé. Ces accomplissements peuvent durer longtemps dans la vie d'un homme. C'est pourquoi, sans doute on considère souvent que les hommes vieillissent mieux que les femmes. Pourtant, c'est faux, les deux vieillissent au

même rythme biologique et l'homme vieillit même un peu plus rapidement que la femme, si on se fie aux statistiques de la mort.

On relie toujours l'âge et vieillir mais ce n'est pas la même chose. On ne sent aucunement son âge. L'âge est plutôt une pensée comme mesurer un mètre quatre-vingt. Est-ce qu'on sent vraiment la mesure de sa hauteur? Non, même quand on se cogne le front sur un encadrement. Est-ce qu'on sent vraiment son âge, non on ne le connaît que par la mémoire, la pensée, c'est tout.

Cependant, quand on lit les paroles de Jacques Brel, il semble que mourir soit bien facile comparé à vieillir. C'est sûrement le cas pour une grande majorité de gens qui n'ont pas à vivre la mort au quotidien ou qui peuvent oublier facilement la mort des autres. Quand on voit tous les produits de beauté, toutes les interventions chirurgicales esthétiques, tous ces magazines, surtout orientés vers une clientèle féminine, qui ne prônent que le jeune corps, on se rend compte que vieillir est très difficile pour beaucoup. Il y a un déni profond de la vieillesse dans notre société. Tous ces acteurs, toutes ces actrices qui ne vieillissent pas, qui demeurent éternellement jeunes, jusqu'à la mort. Plutôt que de faire comme le Bouddha et de réaliser l'existence de la vieillesse et de chercher dans cette blessure la source de la vérité, on se lance dans le maquillage et le mensonge.

Dans toutes les sociétés, on associe souvent vieillesse et sagesse mais ça aussi c'est un préjugé. Dans le Dhammapada, le Bouddha dit dans le chapitre sur la vieillesse : « Cette personne sans connaissances, grandit comme un bœuf. Sa masse augmente, sa sagesse n'augmente pas. » D'une façon plus drôle, on peut se souvenir de la chanson de Georges Brassens « ...qu'on ait vingt ans qu'on soit grand-père, quand on est con, on est con... » Certes l'expérience aide à ne pas refaire certaines erreurs mais si c'était réellement, profondément le cas, depuis les âges mémoriaux de l'existence humaine, on ne ferait plus la guerre, on n'aurait plus d'avidité, on ne serait plus ignorants de Soi. Oui, avec l'âge, il y a parfois moins de désirs car

on croit tout avoir vécu une fois qu'on l'a vécu. Ce n'est pas nécessairement la sagesse qui s'installe mais l'ennui. La seule vraie sagesse qui puisse émerger de la vieillesse est celle que le Bouddha a vue, celle de chercher de tout son cœur une réponse à « Qui suis-je. ».

Mais finalement la vieillesse est là, peu importe l'âge auquel elle arrive. Même tard, il vient un moment dans la vie où l'on est vieux, où l'on est vieille.

Un jour un moine demanda à un vétérinaire : Est-ce qu'un chien vieillit? Et le vétérinaire répondit : Certainement!

Quand les pensées du Dharma sont fortes, les pensées du monde sont faibles

Dans le Chant du Zazen, Hakuin dit : « Depuis toujours, tous les êtres sont Bouddha ». Depuis toujours signifie, maintenant, car il n'y a que maintenant. Dogen appelle cela Uji, temps-être. Tout le temps passé et tout le temps futur est maintenant dit-il. Mais s'il n'y a que maintenant, que signifie vieillir? Tout ce que l'on fait, on le fait maintenant. Certes on peut avoir le souvenir de ce qu'on a fait hier mais on a cette pensée maintenant. On peut aussi rêver à l'avenir et encore là, on a ce rêve maintenant. Il n'y a que maintenant. « Pensez-y, qu'y a-t-il de l'univers, hors de ce moment? » dit Dogen. Comment peut-on vieillir dans maintenant? Vieillir est une comparaison entre maintenant et la mémoire, donc un jeu de pensées. On est ce que l'on est, temps-être, Uji, c'est tout. Toute notion de changement s'efface semble-t-il et pourtant Dogen parle du temps qui s'écoule d'une façon continue. Il dit : « L'univers entier n'est pas sans changement, n'est pas immobile. Il coule,... un moment dans l'autre... » Cet écoulement n'est pas hors de nous, c'est nous. Nous arrivons donc à un maintenant ou temps-être est vieux. Il y a là une ambiguïté importante entre ce temps-être qui est maintenant, ne va pas et ne vient pas, et ce changement continu, cet écoulement. Il faut plonger au cœur de cette ambiguïté, surtout ne pas la laisser aller sans la questionner.

Mais qui est-ce qui est vieux? Dogen dit aussi, « La voie c'est se connaître, se connaître c'est s'oublier, s'oublier c'est être un avec tout, être un avec tout, c'est dépasser le corps et l'esprit... » Nisargadatta décrit plutôt de cela par une image: « Vous n'êtes pas le corps, il est en vous! » puis il ajoute « Votre propre petit corps est plein de mystères et de dangers; malgré cela, vous n'en avez pas peur parce que vous le considérez comme vôtre. Ce que vous ignorez, c'est que l'univers entier est votre corps et que vous n'avez aucune raison d'en avoir peur. Vous pourriez dire que vous avez deux corps : le personnel et l'universel. Le personnel va et vient, l'universel est toujours avec vous. » Quand on lit ces paroles, qu'est-ce qui vieillit? Dogen parle de dépasser le corps et l'esprit et Nisargadatta parle du corps personnel qui va et vient. Ce corps qui va et vient, c'est celui qu'on voit chaque jour et auquel on est attaché, pour ne pas dire dont on est l'esclave. Le corps universel dont parle Nisargadatta vieillit-il? Dogen dirait qu'il est-temps et temps-être coule tout simplement un moment dans l'autre, l'ambiguïté. Ces deux corps sont-ils séparés? Pour plusieurs, il s'agit du corps et de l'âme. Le corps vieillit et meurt, l'âme poursuit son chemin éternellement. Mais Dogen dit bien de s'oublier et par le fait même de réaliser qu'on est un avec tout, donc dépasser corps et esprit, corps et âme. Le Bouddha a été très loin dans cette direction en utilisant *annica* et *anatma*, aucune chose, aucune âme pour nous décrire, décrire notre situation. Pourtant, quand je me cogne le genou et que ça fait mal, il y a bien là quelque chose, mais s'il y a quelque chose qu'est-ce qu'*annica*? Quand à *anatma*, c'est beaucoup plus difficile à sentir d'une façon ou d'une autre. Cette ambiguïté est soulignée dans la *Prajna Paramita* : « ...ni déclin, ni mort, ni fin de l'un ou fin de l'autre... » Encore là, il y a une source de recherche sur soi qu'il ne faut pas négliger, une ambiguïté au cœur de laquelle il

faut plonger, se noyer même.

Nisargadatta poursuit en disant que :
« La création entière est votre corps universel. Mais vous êtes tellement aveuglé par ce qui vous est personnel que vous ne voyez pas l'universel. Cet aveuglement ne cessera pas par lui-même, il vous faudra le traiter avec adresse et détermination. Quand vous aurez compris et abandonné toutes les illusions, vous atteindrez un état qui sera exempt d'erreur et de péché, dans lequel toutes les distinctions entre le personnel et l'universel ne seront plus... Sachant que vous êtes l'occupant de ces deux corps, vous ne renierez plus rien. Vous serez intéressé par tout l'univers; vous aimerez tous les êtres vivants et vous les aiderez très tendrement, très sagement. Il n'y aura plus de conflit d'intérêts entre vous et les autres. Ce sera la fin absolue de toute exploitation. Chacun de vos actes sera bénéfique, chacun de vos mouvements sera une bénédiction. »

Dans le *Dhammapada*, le Bouddha dit :
« La voie de la vie, c'est la présence; celle de la mort, l'état d'oubli. Celui qui est présent, a la vie éternelle; celui qui oublie, c'est comme s'il était déjà mort. ». Par ces paroles, le Bouddha encourage chacun à être présent et dans la présence réaliser la vérité de Soi. Par le fait on réalise la vérité de la vieillesse. Personne ne peut nous donner cette réalisation. Dogen encourage le travail sur soi en disant : « Ainsi, étudier à fond aller et venir, et étudier à fond arriver et ne-pas-arriver, est le temps-être de ce moment. »

Mais finalement la vieillesse est là, peu importe le travail spirituel que l'on a fait. Mais qui est vieux, qui est vieille?

Un jour un moine demanda à Joshu : Est-ce qu'un chien vieillit? Et Joshu répondit : Mu! ❀

Le jour où...

Monique Dumont

*Le jour où les herbes folles pousseront
à travers votre crâne,
vous regretterez ce que vous avez été.*
(Hanshan)

Déjà je le regrette parfois. Le temps de l'insouciance. L'insouciance du corps. Quand il a temps et énergie à profusion. Le temps où l'on ne se soucie pas du temps, parce qu'on a tout le temps devant soi. L'horizon s'étend tellement loin devant. Qui sont ces vieux que l'on rencontre sans les regarder? Non, pas moi. Jamais.

L'insouciance. Quand on n'a pas à s'occuper du corps. On peut marcher longtemps sans s'inquiéter de savoir si on pourra refaire le chemin inverse. On ne calcule pas sa fatigue. Ni son sommeil. Ni son taux de cholestérol. Le corps fonctionne à plein. On ne se soucie pas. L'hiver dernier, en pleine promenade, une de mes chevilles a bloqué, j'ai dû revenir à cloche-pied chez-moi, une demi-heure de sautillerment sur une patte. Quelque chose de cette insouciance est morte là. Maintenant je sais qu'il y a de l'arthrose, maintenant je dois faire attention. Prendre soin du corps. Il commence à geindre ici et là. Et ce n'est qu'un début...

Vieillir. L'avenir se rétrécit mes petits amis. Crépuscule. Un jour, on ne pourra plus.

La vieillesse qu'est-ce que c'est? Vieillir, qu'est-ce que c'est? Peut-être que je ne le sais pas encore vraiment. Cette image ... ces femmes au Centre hospitalier de soins de longue durée. Leur déchéance physique. Ces femmes. Elles ne sont pas toutes séniles. Mais elles portent toutes la couche. Quand je pénètre à la salle à manger où elles sont là, assises depuis trente minutes ou même une heure, en silence - comment avoir une conversation quand on est presque sourde ou quand la voisine est démente - elles sont là, elles attendent leur repas; lorsque je franchis le

seuil, de fortes odeurs d'urine et d'excrément me gênent parfois.

Elles sont toutes bien mises. On veille à ce qu'elles soient bien mises. Elles sont pour la plupart bien coiffées. On les complimente. Comme vous êtes jolie aujourd'hui madame. Elles sourient. Un moment de chaleur, un moment de complicité. Elles sont toutes bien vieilles. Elles sont là en attendant. Elles attendent. La terrasse extérieure s'appelle ironiquement : la terrasse de la joie. Il y en a une qui fume là, elle fume la vie qui lui reste, elle fume sa solitude, ses 85 ans, une cigarette après l'autre, sans interruption. Un jour je lui ai dit « bonjour madame ». Elle m'a répondu avec colère : pourquoi bonjour? C'est « mauvais jour » qu'il faut dire. Et voilà pour mes clichés de gentillesse. Ma vitalité était un affront. Depuis ce temps, je ne fais que lui sourire sans parler. J'ai peur de me faire mordre.

Ces femmes. Il y a 25 ou 30 ans, elles étaient comme moi. L'idée que je peux devenir comme l'une d'elles me hante. Je me croyais à l'abri. Non, pas moi. Maintenant, ma confiance s'effrite. Cela fait trois ans que cela dure. Trois ans que je vais voir ma mère clouée dans ce lieu. Elle y a hurlé, insulté le personnel, griffé, exigé qu'on la traite comme une reine, comme une adulte, comme une personne. Maintenant elle ne demande plus que de petites choses. Que le café soit chaud le matin. Il n'est jamais chaud. Elle a 93 ans. Elle est décharnée. Elle a des plaies de lit terriblement douloureuses. Elle est bourrée de médicaments. Comment puis-je accepter qu'une chose semblable puisse m'arriver à moi?

Moi! Et si c'était vrai que je vieillisse moi aussi comme ces femmes?

*Marquise, si mon visage
A quelques traits un peu vieux,
Souvenez-vous qu'à mon âge
Vous ne vaudrez guère mieux.* (Corneille)

Une femme dans la chambre d'à côté.
Des photos d'elle plus jeune. Belle, très belle.
Une photo de son mari, de ses filles, de sa
maison. Apparemment, une vie réussie. Où sont-
ils maintenant? Son mari est mort. Ses choses
sont disparues. Ses filles vieillissent aussi. Elles la
visitent parfois. Un jour elle m'a dit : « J'ai peur
de la mort. Mes filles aussi elles ont peur de la
mort, mais elles ne le disent pas. » Je lui parle
quelquefois quand ma mère dort. J'ai de
l'affection pour cette femme que je connais à
peine. Ce qui lui reste de beauté m'attendrit.
Faites de beaux rêves, lui dis-je un soir, avant de
la quitter. Rêver, c'est la seule chose qu'il me
reste à vivre maintenant, me dit-elle.

~ ~ ~

Non non. Pas maintenant. Plus tard. Loin
loin. Mais je sais compter. Tout ça est une
question de calcul pur et simple. Dans 25 ans.
Dans 30 ans. Dans trois mille ans. Jamais.
Maintenant!

~ ~ ~

Qu'est-ce que c'est maintenant? Quelle est
cette peur que j'ai maintenant? Mais elle n'est
pas au rendez-vous maintenant! Où est-elle?
Comment se fait-il que ce que je prends pour
réel, si inévitablement réel, si incontournable, si
indiscutablement réel ne soit pas là quand je
veux y regarder de plus près?

~ ~ ~

Vieillir m'est tombé dessus cet été comme
une grosse peur qui m'a quasiment écrabouillée.
Durant quelques semaines, j'ai été vieille. Vieille
comme Finie.

~ ~ ~

Quand je regarde maintenant, quand je
regarde vraiment, quand toutes les peurs se
dissolvent dans un regard qui n'a aucune attente
que celle de l'attention elle-même, ce que je vois
c'est que j'aime vivre. Ce que je vois, c'est aimer.
Ce que je vois, c'est consentir. Une plénitude de
consentement. « Un seul vrai samadhi » éteint
les flammes de la peur et du mécontentement.
Où est la vieillesse? Comment peut-elle
disparaître aussi facilement que les objets qui se
détériorent et dont on doit se débarrasser. Suis-je
un objet qui se détériore? Est-il possible que ces
femmes que je regarde avec un regard qui n'est

pas le leur, aiment vivre aussi? Malgré leur
déchéance. Malgré...

~ ~ ~

Cet homme âgé rencontré au marché.
Il semblait si content que je lui adresse la parole.
Je suis peut-être la seule personne à qui il parlera
aujourd'hui. Il mendiait littéralement de
l'attention – comme ces femmes au Centre
d'hébergement. J'aurais voulu prolonger la
conversation. Comment? Je n'ai pas su trouver
les mots. Sa solitude m'est rentrée droit dedans.
Toute la solitude de tous ces vieux et de toutes
ces vieilles, ces vieillards et ces vieillardes, toute
leur fragilité me rentre parfois dans le cœur
comme un poignard.

~ ~ ~

M. Low m'a dit un jour : C'est
remarquable ce que les gens peuvent vivre quand
ils ne voient pas leur vie de l'extérieur. Quand
nous la regardons de l'extérieur, la situation nous
semble insupportable. Révoltante. Vue de
l'intérieur, intimement, la situation est
complètement différente.

~ ~ ~

Tous ces vieux et toutes ces vieilles, est-ce
que je ne contribue pas à leur fabrication avec
mon regard, même et surtout lorsque j'en fais
des « objets » de ma « compassion »? Et moi,
lorsque je me regarde comme un corps qui se
détériore, suis-je engluée dans le reflet? Fausse
identité? Et pourtant, le corps geint ici et là.
Et ce n'est qu'un début...

Quel est mon visage avant que mes
parents ne soient nés? Où est la jeunesse où est
la vieillesse ici? Question admirable. Elle seule
permet de changer la direction du regard. Cette
question est l'Amie dans ma demeure, et elle
n'est pas portée sur le cosmétique. Elle suggère
plutôt que soient enlevés tous les miroirs. Où se
dirige le regard quand il n'y a plus ni extérieur,
ni intérieur? Quel est mon visage dans la totale
noirceur? C'est une affaire de suprême
importance. Mais je dois consentir à la perte.
Comme le dit Hakuin : « La perte est l'œil du
zen ». ❁

Getting Older

Jean Low

One is getting older from the moment one is born. In the early years, this is good news. When one is five, one looks forward to a sixth birthday with pleasure and anticipation. And when one is going to be 10, enter the two digit numbers, that is really exciting. Up to the age of twenty, getting older means more autonomy, a wider world, more freedom. From what I remember of the twenties, I didn't give much thought one way or the other to getting older, but once thirty hovered on the horizon there was some consternation. A major shift – getting older became more negative. With fifty approaching, getting older took on an ominous note. With seventy there comes a feeling of surprise, of disbelief. My father had died in his early seventies. There was sadness of course, but I remember feeling he had lived a good life and it was reasonable that he should die now that he was old. 75 – I was now older than he was when he died. I realized he was after all quite young at the time.

One does not feel oneself getting older, the world gets younger. I find it very difficult to judge peoples' ages these days – when someone says they are sixty, I am amazed, they look so young. Of course, various things give one hints that time is going by: having had perfect eyesight all my life, suddenly I could not read the labels in the supermarket. Then I got PMR, a type of arthritis that people get only after 65. That brought to an end holidays of cycling and

hiking in Europe and my attendance at sesshin. After three years the PMR went, as I had originally been told that it probably would by the doctors. But I had hardly had a chance to enjoy the relief when my heart had something to say. After an angiogram I was told I had a blocked artery and a stent was inserted to make it work again. Somewhere along the way, my hearing started to go.

I could characterize getting older as a gradual fading from visibility. At a certain age a woman realizes she is no longer so visible, she no longer gets the looks she is used to. That type of identity goes. Then when all the children leave home, the identity of mother, in the sense of being at the center of a small world, goes. The children form their own worlds and are their own centers. A major part of my identity had been tied up in Zen for many years; apart from the spiritual work, there was the sense of self from filling various rolls on sesshin: head cook, lead chant, monitor. When I could no longer attend sesshin, my visibility faded there as well.

So in a way the aging process brings about the same work that we do on sesshin, as long as we don't fight it. I am not a woman, I am not a mother, I am not a Zen Buddhist, I am not a human being. It can be hard work, painful, just as sesshin is hard work and often painful, but it can also be releasing, freeing. As long as we don't try to turn the cart to the north when it wants to go south. ☸

“J’arrive où je suis étranger”

Chère Maman,

Ces vers de Louis Aragon m’avaient interpellé jadis à l’université, à la fois parce que dans la douceur certaine du poème (découverte d’un changement non dénué de beauté) :

*C’est le grand jour qui se fait vieux
Les arbres sont beaux en automne
Mais l’enfant qu’est-il devenu
Je me regarde et je m’étonne
De ce voyageur inconnu*

il y a, superposé, le fatalisme inquiet du deuxième principe de la thermodynamique (irréversibilité des phénomènes physiques ou entropie) :

*Rien n’est précaire comme vivre
Rien comme être n’est passager
C’est un peu fondre comme le givre
Et pour le vent être léger
J’arrive où je suis étranger*

Ayant convenu d’écrire un article sur le vieillissement (je t’entends rire du haut de tes quatre-vingt-deux ans) je me suis heurté à la page blanche, à cette impression qui fait écho chez Aragon : je suis arrivé où je suis étranger. Je n’ai pu que constater mon incompetence en cette matière. Enfin j’y suis à peine arrivé, ce qui est peut-être pire. Et en y réfléchissant, plutôt que des idées, ce sont des émotions qui vinrent : parmi elles, la fortune immense de pouvoir être assis ici à t’écrire cette lettre un peu publique. J’ai fait comme dans un atelier de dessin, esquissant quelques lignes en posant les yeux sur le modèle.

A peine à la césure de la vie, dis-je en optimiste, fort de maux et fragilités encore gérables, je me targue comme un adolescent de

pouvoir parler de tout mais mon assurance faiblit soudain. C’est alors que ton image se dresse devant moi, comme une image de force devant la fragilité, défiant celle-ci mais avec respect, vitalité et sérénité. A quatre-vingts ans et des poussières, tu es l’image idéale de la continuité de la vie, la continuité que mes réflexes, allergiques à ce qui transitoire, me demandent de croire. Mais de quoi s’agit-il ? Depuis l’enfance je suis brisé par cette tension apprise entre la rupture qu’est la mort, le vieillissement son vestibule et la certitude d’autre part, écho de la pratique, qu’il n’y a ni naissance, ni mort et, en te voyant, ni vieillesse. C’est à cette tension que je suis étranger.

Car en accompagnant cette réflexion et la chance de t’écrire, me viennent les exemples de ceux et celles dont les parents sont à languir dans un foyer d’hébergement souvent en colère, sans espoir ou sans mémoire. Toi, tu vois grandir tes enfants et petits-enfants, en leur faisant le sucre à la crème convoité : ton espoir et ta joie sont en eux, sont eux, pourraient-on dire.

Malgré des évocations de mobilité réduite, malgré les petits maux et les précautions nouvelles, rien ne t’est arrivé que tu n’aies devisé. Quitter ta maison, abandonner ton permis de conduire l’été dernier et ta voiture, ont été des gestes de déchirement... menant vers une plus grande liberté alors qu’on aurait pu y voir autant de nouvelles limites imposées par la perte d’acuité de vision ou des réflexes ou l’effritement des forces. Et soudain, je découvre que l’obligation que tu t’imposais, par exemple de repeindre un mur du haut de l’escabeau, est levée. J’ai ainsi noté que par ta présence et ta vivacité, ce que tu ne peux plus faire ne représente pas un rétrécissement de la vie calculée en termes d’activités, mais plutôt l’illustration que tout réside dans le maintien de

la foi dans la vie, à l'occasion exprimée par un recueillement spirituel ou religieux, toujours par une présence et un engagement face à ceux que tu aimes. La pléthore d'activités qui happent au quotidien le travailleur que je suis et qui m'a souvent fait vieillir prématurément, n'a plus cours ni de signification pour toi.

Le refrain
 pourtant me col
 comme un caill
 le soulier : on n
 pas, il n'y a pas
 réponse ultime à
 que sera pour m
 la vieillesse. Je
 regarde autour
 de moi et je me
 rappelle que, de
 par ma nature,
 je connaîtrai la
 vieillesse, la
 maladie et la
 mort ; voilà
 l'origine de la
 douleur. Mais
 ma pratique me
 rappelle aussi la
 les quatre noble
 vérités et le
 chemin de notre
 enseignement :
 les douleurs son
 réelles, qu'elles s
 nôtres, que nous
 sur elles, et cette action c'est le sacré
 du quotidien. Chez toi qui n'es pas adepte du
 zafu, l'expression des quatre nobles vérités est
 vivante. Dans le quotidien des tâches toutes
 accomplies comme si elles étaient sacrées, dans
 l'optimisme et la certitude que la vie, même à
 des moments où la douleur aurait pu mener à se
 replier sur soi, résidait précisément dans un geste
 d'amour et de générosité envers l'autre, envers
 nous.

Et le cailloux dans le soulier, c'est le koan,
 le balancement entre cette façon que tu as de

vivre ou de mesurer le temps, et le vertige que
 j'ai à visiter certaines personnes de ma
 connaissance qui ne sont plus que l'ombre
 d'elles-mêmes, entourées de fantômes et de
 montages savants de photos de famille qu'elles
 ne sauraient reconnaître. Puis je te suis, dans tes
 lectures de contemporains empruntés à la
 bibliothèque du quartier. Oui je balance.



prends
 it que les vers
 du Diamant
 plus bas, qui
 raient parus
 une grande
 beauté mais d'un
 pessimisme
 accompli
 (entropie,
 destinée) au
 début de ma
 pratique sont
 de fait d'une
 grande
 luminosité,
 mais que la
 source de
 stabilité, cette
 lusion
 instante, cette
 perdue loin du
 daire que nous
 ns sous lui
 'est plus
 la fait

Chaque. Et cela que je crains tu le
 vis avec sérénité et m'en fais un don merveilleux.
 L'étranger ainsi se retrouve chez lui n'ayant
 jamais quitté sa demeure.

*Ainsi faut-il voir ce monde éphémère
 Une étoile à l'aube, une bulle dans le torrent
 Un éclair dans un nuage d'été
 Une flamme vacillante, un fantôme et un songe*

Merci chère maman. ❀

Pierre Lanoix

Getting Older

Alison Edwards

One day last summer as I was getting out of my car, a little stiff after a long drive home, my old friend and neighbour said to me, "Alison, you look just like a little old lady." I retorted, "Harold, I am a little old lady." We both laughed. I don't know why he did – but I laughed because of course I knew it wasn't true. We have little old ladies in our condo complex – but I am not one of them. Am I?

I have had two friends who have given me different perspectives on getting older that I keep coming back to, again and again.

One friend was a 95 year-old gentleman who told me, "Be glad you've got wrinkles. How else would you know you were getting old?" How else, indeed? Often, when I catch a glimpse of myself reflected in a window, or when I really look in a mirror, or when I feel a little stiff getting out of the car, I will think. "Oh, I am getting old." It always comes as a surprise.

The other friend is a twenty-year-old – the daughter of a friend, and a friend in her own right. We have an easy, comfortable, open relationship. Last spring Iris came to visit from her home in California. We went to Montreal together – walked and talked and shopped and walked and ate and walked. We walked everywhere, never once took the Metro or got a cab. We were having a wonderful time, seemingly oblivious to the difference in our ages. And then, out of the blue she asked me, "Alison, do you feel young?" Her question was completely unexpected, and I found myself at a loss for words. I don't remember what I replied, but I have thought of that question many times since. It is a good question, such a different question from "Do you feel old?" I have tried to answer her, in my head, many times since then.

Do I feel young? Yes, absolutely. I feel the same as I've always felt. I remember my mother telling me when she was 81 that she felt 18. I know what she meant. And yet, there is a difference.

I am sadder. When I was young and made mistakes, I felt that they could always be rectified, that in the future I could make up for the mistakes of the past. Now I know that it can sometimes be too late. I have more memories. Sometimes they blind-side me; they come out of the blue with a force that takes my breath away. Even happy memories are tinged with sadness – the bitter-sweet quality that poets often associate with aging. I also feel more keenly the sadness that comes with awareness of the world's sorrows – the sadness of poverty, sickness, war, injustice.

But – at the same time I am happier. There can be a penetrating sweetness of the moment, a delight in simple things: the birds at the feeder, the taste of chocolate melting on the tongue, the sheer enjoyment of having coffee and conversation with a friend. The world too presents its joys: the compassionate response of strangers in an emergency, acts of spontaneous generosity, unexpected gestures of forgiveness, the wonderful creativity of artists, the exuberance of children.

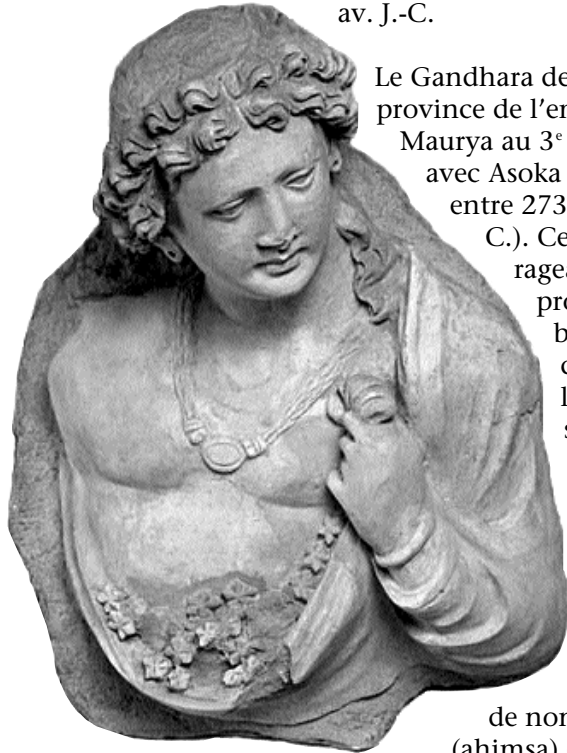
The sadness of the older me is no longer all-encompassing; there is a recognition of the space behind it, of the fact that it too is ephemeral. The older me is certain of less and the place of certainty is now given over to curiosity, to an interest in the moment that is more expansive, more open, more free. And so I can now say, in my older age, that every day is a good day. ❀

L'Art du Gandhara

Jacques Lespérance

La région géographique du Gandhara correspond, dans le cadre géographique actuel, aux territoires du nord-ouest de l'Inde, du Pakistan et de l'Afghanistan. Cette région formait un carrefour aux confluent des grandes civilisations de l'Antiquité : l'Inde, l'Asie centrale et la Chine d'une part, la Perse et le monde méditerranéen d'autre part. Cette région était parcourue par la route de la soie reliant le monde occidental gréco-romain avec l'Inde et la Chine.

Les liens entre le Gandhara et l'est de l'Inde ont toujours été très étroits, même lorsque la région devint province de l'empire perse achéménide du 6^e au 4^e siècles av. J.-C. L'expédition d'Alexandre le Grand jusqu'en Inde en 330-335 av. J.-C. eut une influence majeure dans l'introduction de l'hellénisme dans la région. Après la désintégration de l'empire perse, les Grecs devinrent les maîtres de la vallée de Peshawar. Ils vont s'y maintenir jusqu'à environ 50 av. J.-C.

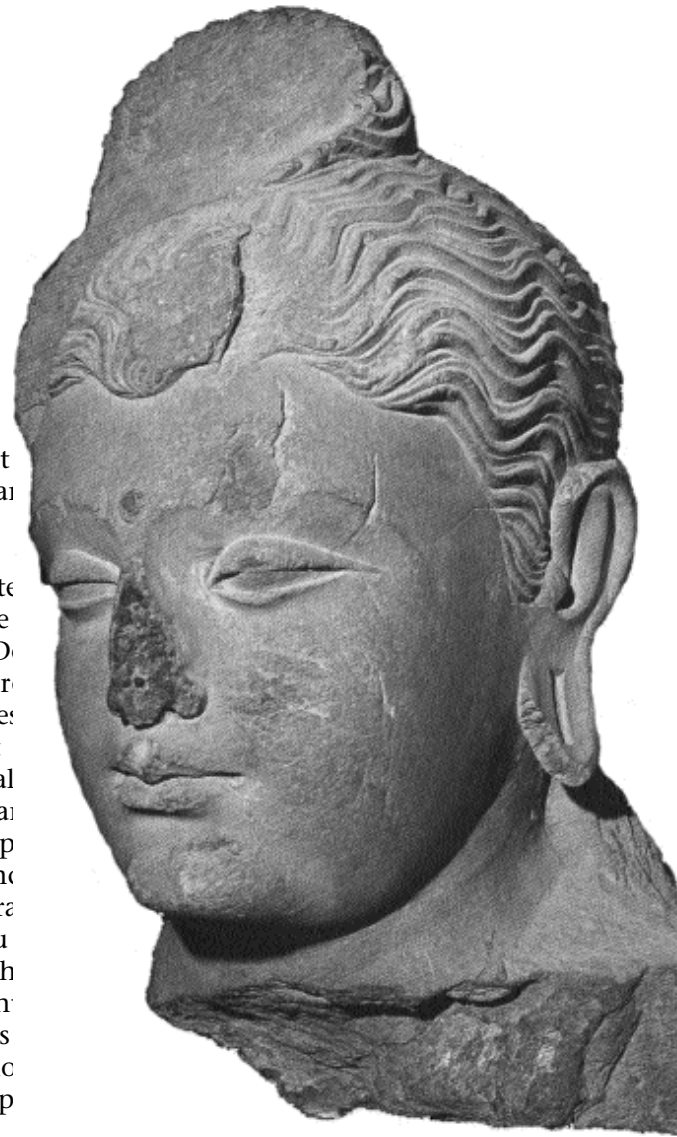


«Esprit avec une offrande de fleurs», 3^e siècle, Gandhara, Hadda, stuc. On y voit l'influence d'une oeuvre romaine «Antinous Vertumnus» de la période d'Hadrien.

Le Gandhara devint une province de l'empire indien Maurya au 3^e siècle av. J.-C. avec Asoka (qui a régné entre 273-232 av. J.-C.). Celui-ci encouragea la

propagation du bouddhisme dans toutes les régions sous son influence. Il fit du bouddhisme la religion d'état, renforça la doctrine bouddhiste de non-violence (ahimsa) et interdit les sacrifices d'animaux. La civilisation bouddhiste florissante du Gandhara fut

finalement détruite par l'invasion des Huns hephthalites au 6^e siècle apr. J.-C. De la rencontre des cultures grecque et indienne a naître un art original, appelé art du Gandhara qui perdura jusqu'au premier siècle apr. J.-C. Ce fut un mariage entre techniques de figuratif grec et l'iconographie indienne.



Tête monumentale du Bouddha, 3^e siècle, Gandhara, Kharkai, pierre de schiste.

Le bouddhisme est indissociable de cette école artistique célèbre par sa statuaire comportant une abondance de détails dans l'habillement et les motifs



Empreintes du Bouddha, 2^e siècle, Inde, Madras, schiste.

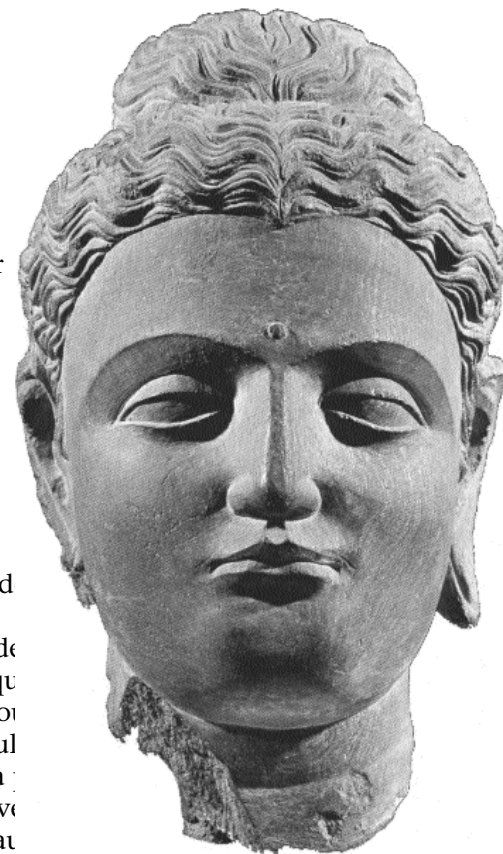
décoratifs ainsi qu'une représentation des visages très similaires aux divinités gréco-romaines. Les artistes du Gandhara étaient préoccupés par une représentation fidèle et très détaillée du sujet. Ce sont les artistes gréco-bouddhistes du Gandhara qui les premiers avec l'école Mathura vont représenter le corps du Bouddha, alors que sa présence n'était auparavant évoquée que par des symboles (lotus, parasol, roue, empreintes de pas). Une série d'attributs physiques (parures, attitudes et gestes) vont dès lors être codifiés et se perpétuer jusqu'à nos jours : les six gestes de base, le chignon (ushnisha) de cheveux bouclés, le point entre les deux yeux (uma).

C'est probablement l'influence culturelle et artistique grecque de représenter les divinités sous forme humaine qui est à l'origine de ce développement dans les représentations iconographiques du Bouddha. Peut-être aussi que les artistes ont débuté en voulant seulement représenter le Prince Siddhartha sous son apparence humaine de Bodhisattva et qu'ensuite ils en sont venus à le représenter comme le Bouddha Sakyamuni. Les premières sculptures de Bodhisattvas les montrent portant des turbans, bijoux et linge de mousseline, toutes des variantes de l'habillement traditionnel des nobles indiens et kuskans. Les bijoux, eux, sont similaires à ceux créés par les artisans grecs et samartiens de la même époque. La façon de représenter les épisodes de la vie du Bouddha sur différents panneaux consécutifs est un apport de l'art romain du bas-relief.

Le Bouddha du Gandhara : un profil classique inspiré des représentations d'Apollon : cheveux bouclés, figure jeune, les yeux en amande, long nez droit, lèvres pleines et corps masculin. Les bas-reliefs qui l'accompagnent évoquent les scènes hellénistiques : on y retrouve des enfants soutenant des guirlandes, des atlantes, des scènes dionysiaques et des motifs architecturaux pseudo-corinthiens feuilles d'acanthé. Les Bodhisattvas portent la moustache, les cheveux longs et sont parés de guirlandes de

plantes. Certaines figures étant des portraits, il est possible d'identifier les différentes ethnies qui se sont croisées sur la route des caravanes.

Les principaux matériaux utilisés pour la fabrication d'œuvres religieuses étaient la pierre de



Tête du Bouddha, 5^e siècle, Gandhara, Pakistan, basalte.



Bodhisattva, 2^e siècle, Gandhara, Pakistan, schiste.

et souvent le
avec des
pour
des stucs. Étant donné que la pierre matériau plus dur que ceux-ci, les igités qui nous sont parvenus sont tout des sculptures exécutées dans la erre de schiste. À la même époque une autre école artistique connue sous le nom de Mathurâ se développait 800 km au sud-est en Inde. Comme les artistes y travaillaient la pierre locale de grès rouge moins dure, leurs uvres en étaient plus stylisées et raient moins de détails décoratifs que ans le Gandhara. On peut aussi y voir une plus grande influence et fidélité stylistique à la tradition indienne. Les archéologues et les historiens sont en désaccord pour déterminer avec certitude laquelle des deux écoles a initié le changement de représentation symbolique à celle d'anthropomorphe. Ils s'entendent sur le fait que cela c'est ait dans cette région géographique ant les deux écoles. Une des raisons t état de faits est la très petite té de vestiges qui ont survécu à tous angements politiques et culturels qui u lieu dans cette région en raison de osition géographique entre le Moyent-



Bouddha debout, 5^e siècle, Inde, Mathura, pierre de grès rouge.

On pense qu'au début, les deux écoles de Gandhara et de Mathura développèrent chacune leur propre style spécifique de représentation et que ce

n'est que plus tard vers le 2^e siècle qu'elles



Sakyamuni pratiquant des austérités, 2-3^e siècle, Gandhara, Pakistan, Lahore, schiste.

s'influencèrent mutuellement.

En Inde (vallée du Gange et de la Jamuna), c'est à Mathura (Madura), capitale d'une province de l'est de l'Empire Kusana, que le plus grand nombre d'images primitives du Bouddha furent découvertes, fabriquées dans le grès rouge typique de ce style.

Les sculpteurs tiraient leur expérience de deux sources traditionnelles : les images des dieux et héros royaux et les indications iconographiques de la littérature et de la tradition orale concernant les caractéristiques corporelles particulières au Bouddha, ces dernières permettant de le distinguer sans équivoque en tant que personnage religieux.

Un vêtement monastique colle au corps et laisse libre le bras droit. Dans les premières images, le crâne est rasé (comme c'est la règle chez les moines bouddhistes) mais, plus tard, il s'ornera d'un épais chignon en spirale (l'origine précise de cet ornement est sujet de controverse parmi les érudits).

Le Bouddha se tient seul ou en haut-relief dans un ensemble.

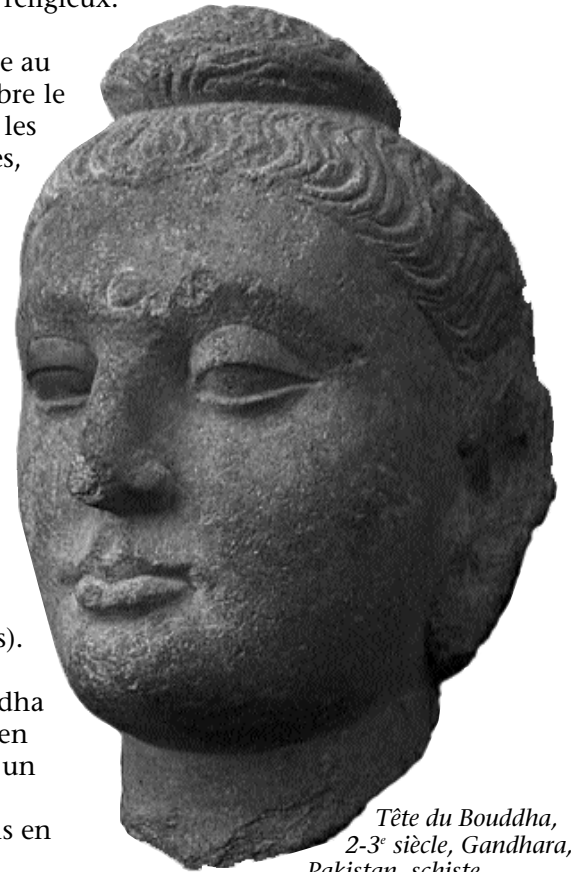
Il est parfois assis en posture

traditionnelle (yogâsana), ou

en lotus (padmâsana) dans un courant plus tardif.

Néanmoins, dans le style Mathura primitif, il n'est pas assis sur un lotus mais sur un trône orné de lions (simhâsana) et

lorsqu'il est représenté debout, un lion se tient entre ses pieds.



Tête du Bouddha, 2-3^e siècle, Gandhara, Pakistan, schiste.

Toujours à partir des textes canoniques, les artistes, probablement sur commande des moines, ont ajouté d'autres détails iconographiques : les lobes allongés, par exemple, devinrent une des caractéristiques principales des images du Bouddha. Parfois, la tradition artistique produisit ses propres détails : les images de style Mathura tardif, à l'instar



Bouddha assis, 2-3^e siècle, Gandhara, Période de l'Empire Kusana, schiste

Le geste le plus répandu des images primitives, assises ou debout, est celui de l'absence de peur (abhaya), la main paume tendue vers l'avant. L'influence du style Gandhara est parfois perceptible dans la façon dont le vêtement monastique est

du Bouddha. Ces premières représentations dans la pierre nous inspirent par leur perfection d'exécution ainsi que la grandeur et la magnificence qui s'en dégagent. Du fait de l'influence sculpturale du monde antique grec avec laquelle nous sommes



Bouddha debout, 3^e siècle, Mathura.

représenté : on trouve la toge (sanghâti) sur certaines sculpt alors qu'elle est normalement absente des images de Mathu façon dont les toges sont dra montre parfois les plis plutôt et vagues du style Gandhara, fait distinct des toges collant corps de Mathura. De telles différences sont frappantes au cours des périodes primitives, mais les influences mutuelles d'une région sur l'autre donnèrent naissance à certains styles composites, tandis que les postures et les gestes symboliques devinrent petit à petit stéréotypés pour tout le monde bouddhique. Tout cela, bien entendu, beaucoup plus tard.

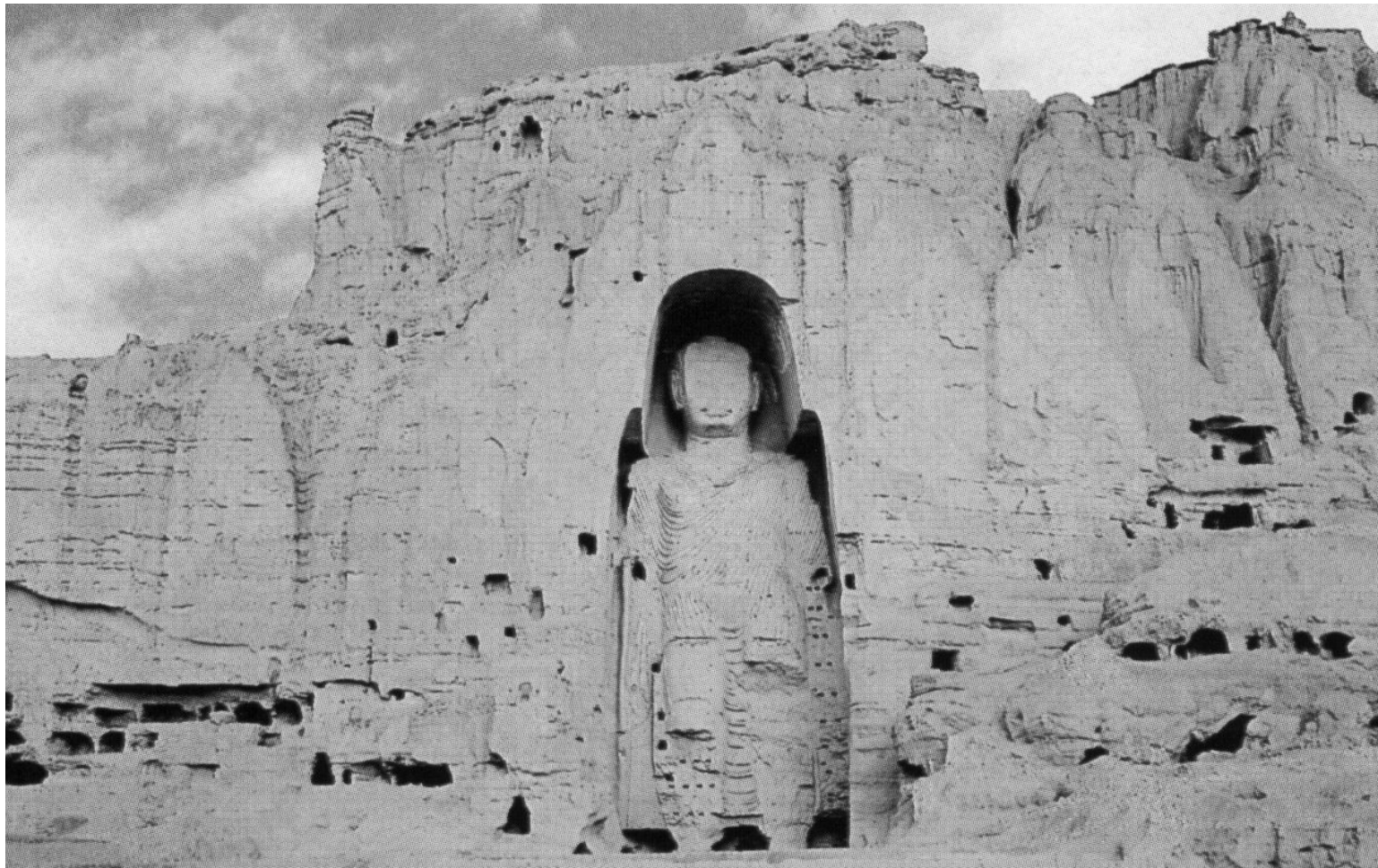
La statuaire du 5^e siècle exhibe une sensibilité unique figure humaine qui est médit et sereine. Le corps a un mod subtil et le visage respandit a illumination, ici le divin est suggéré par le fin drapé de la robe, la courbe exquise des mains et les yeux à demi clos



«Le miracle de Sravasti», 4^e siècle, Gandhara, schiste.

ous avons naturellement ité avec ces représentations.

Il est quand même ble que ces oeuvres, réalisées viron 2000 ans dans une e si éloignée, puissent encore mouvoir et nous toucher ément. ❁



Le Grand Bouddha (53 m de haut) et les niches et chapelles creusées dans la roche, 3^e siècle, Bamiyan, Afghanistan.



Les deux Bouddhas géants de la vallée de Bamiyan ont été complètement détruits par les Talibans en mars 2001 (au moyen d'explosifs et de tirs d'artillerie).

ZEN GONG

Effie

Fred Bloom

In the summers when she was a little girl, Effie lived with her grandmother who rented cottages along the north shore of Gypsy Pond. Each visiting family had its own cottage but everyone had meals together in the big house. In the 1940s this was called "The American Plan." Effie ironed the starched linen dresser clothes for the cottages with irons heated on the woodstove, and watched the waitresses fly through the swinging doors between the kitchen and the dining room balancing serving trays with one hand loaded with platters of steaming pancakes and little ceramic individual-serving pitchers of hot maple syrup.

Effie would often reminisce about those days in vivid detail. I occasionally suggested that she write about that time but she was not the type to take herself seriously in that way.

After high school she married a local boy who worked for the State on the roads, and they had two sons and a daughter. The camps were closed down, and when the grandmother died, the farm came to Effie's father. He rented the house to Effie and her husband and it was there that she lived and raised her children.

She knew the shoreline, and where to find every kind of flower, root, nut, and berry throughout the season. She had her special rock where she would go to have a few minutes alone. She served meals in the old dishes, made rhubarb pies and strawberry preserves in Spring and apple pies and pear jam in Fall. At Christmas she decorated the house in the old way with fresh greens and strings of popped corn and wild cranberries. And in all seasons, whatever the troubles of the moment, she could find solace at her rock, or walking along the ever-changing shoreline. There was a timeless quality to those years when Effie talked about them, as though she were describing a mythical land that existed

once upon a time. It came to an end when the father announced that he was selling the property to finance his retirement.

From there Effie's life became a one-woman diaspora. She brought the old dishes with her to the new house, and set it up to maintain as much of the feeling of what she loved as she could. She planted flowers, and decorated for Christmas, and her kids continued to grow up. In the summers they rented a cottage on a lake, and it was nice, but she was never to feel fully at home again.

During those years, her life was dominated by her mother calling several times a day, to make demands and to berate her, and by her daughter's returning home with an infant son following a brief, failed marriage.

She raised the grandson, Jamie, as her own, and doted on her mother's every whim, and at times when her spirit flagged she would say that her nerves were getting bad again.

Now the daughter lives in Arizona with her new husband, who seems to be most of the time on assignment in someplace like Malaysia. Jamie is in his twenties and "in recovery" from drugs.

Effie got through her mother's death and then her father's death. The \$150,000 that the father got for the farm, or the two thirds of it that was left, came to her, though by that time the farm would have been worth three or four times that sum.

While she continued to live her usual life, even after her husband retired, and continued to stay in the cottage on the lake for the whole summer, every summer, a more and more expensive proposition, Alden continued to pay the bills, not telling Effie that the money was



coming out of the inheritance, until it was
and he had no option but to tell her, knowing
that it would precipitate a cataclysm. But
however big the cataclysm however enraged
overwhelmed, inconsolable, and unforgiving
Effie was, it did not change the inevitable
consequences.

They moved successively first to a smaller
house, then to an apartment, then to a smaller,
government-subsidized, apartment, each with
less room for the armoires and hutches that held
the dishes and linens, so, each time, having to
give away more of the things that could bring
back the past. There were no more summers on
the lake. She had a hip replaced, then a breast
removed, then a lung removed. Still, she would
maintain her little patch of flower garden and
decorate for the holidays, until a few months ago
when she started to be more forgetful and
confused, started losing weight and the old flash
of intelligence began to precipitously fade.

There followed the torturous drama of visits
to the emergency room, the hospitalizations,
returns home where she would keep Alden up all
night because she could not sleep, sending
Alden, himself, to the emergency room with
chest pain. She finally got sick enough that she
was allowed to stay in the nursing home in
peace. I went to see her there once, and I talked
with Alden, who told me that he felt guilty
when he saw the Spring flowers come up in their
little patch of yard, because *she* was no longer
able to enjoy them.

Last night he called to say that it was
over, and that he had been with her most of that
day, though she was not aware of him. He was
on his way back to the nursing home, now with
Michelle, the daughter, who had come from
Arizona, and the two sons. He just had to let me
know, he said.

~ ~ ~

As Alan Ginsberg famously wrote in a
youthful exuberance, "I am of this time and of
this place." Our lives are embedded in a
particular history, and in time come to embody
that history, become a kind of monument to it,
as Effie's life became a kind of monument to a
certain way of life, a certain unassuming
graciousness, mixed, of course, with brutality,
hardship, and grief, which was rural Maine in
those days.

Commenting, on his poem, "Berry
Picking," which he swears he wrote down word
for word as his old father spoke it at the kitchen
table, about going out into the hills in the old
days to pick berries in season, and bringing them
home to process into jars of preserves and jams,
Gary Snyder reminded his young listeners that
they too would one day look back on their life as
on a lost world. Those young people, me among
them, were vaguely disconcerted to be told that.
We did not want to hear about life as the story
of loss.

When my grandmother went into the
dark and unused dining room of our ranch
house in suburban St. Louis late on Friday
afternoon in the darkening light, and covering
her head with a scarf, and her face with her
hands, and rocking to the left and to the right in
front of the lit candles, blessed the Sabbath as
she had been taught to do as a young woman, in
poverty, in pre-war Poland, it is the same as
when my wife now refuses to send email, but

rather continues to write letters on her pale salmon stationery. It is the same as when Effie served dinner on the old platters. It is a holding on to what you understand to be your life. And the young people looking on, or hearing the story at the kitchen table from the old guy, sometimes laughing but also sometimes just staring off in a kind of reverie, are being faced with a reality they do not want to hear about, but still sometimes have to wonder at- life and the passage of time.

In our youth we try to resist having to feel reverence for life. We want to be able to live as though it will go on forever, and as though life is free for the taking. The children will run into the room in the course of some game and momentarily be fixed by the sudden presence of Grandma with her head covered, and her face covered, rocking and intoning some indecipherable words. They are transfixed for a moment, but they quite easily shake off that spell and their play resumes where it left off.

They will not reflect further on their brief apprehension of life as the story of loss. But, oddly, it is in its loss that we discover its wonder. This is what is possible when we are old. I can now look back on the walk home from school along a concrete city sidewalk, past hedged front yards and along the iron fence of a cemetery, in chilly sunlight flashing through the browning leaves, coming home for lunch to a sandwich at a kitchen table with that day's episode of "Our Gal Sunday" on the radio, and what was then just the ordinary routine of daily life reveals itself as a magic world, now that it is lost. The small remembered details of that life, the patterned oil cloth on the table or the clack of the old-style catch on the refrigerator door, have a kind of magic charm, an iconic power to bring a moment of the past back again.

It is not only an appreciation; it is a true reverence that it calls forth, as before something absolute. We live in a present which nothing can grasp or hold on to. Yet, each moment can be nothing other than what it is, and is in this sense absolute, the absolute truth of that moment. You might say that the present is absolute and eternal because it is constantly and

inevitably being lost. In being lost it becomes a past, and as a past it is immutable. So it is the past which can give us occasionally a glimpse of the absolute and eternal nature of the present, of actual life, of sitting at the kitchen table eating a sandwich, which at that moment was obscured to the little boy who was thinking about what would happen when he got back to school, or that this sandwich was not what he would have liked best. It is only revealed to me in its wondrous perfection now that it is a lost world.

Everything is fulfilled just as it is; this is the same as to say that everything falls away. Effie's dishes commemorate loss. The past becomes iconic because it is lost. In being lost it becomes sacred. It reveals the sacredness of our life. This knowledge of the sacred is the blessing of old age.

Freud, in "Mourning and Melancholia," described mourning as a process in which what is lost is elevated to the realm of the ideal. He might have said the realm of the sacred. But grieving is also acceptance of loss itself, the acceptance of the transience of all things, the great truth. As we enter into the fullness of this loss, the fullness of emptiness, life in its most ordinary manifestation can finally be finally real. In old age, our world lost, it is to this sublime emptiness that we return.

As I gaze at it now, the little white ceramic syrup pitcher which sits on my desk, a present from Effie, seems to me not unlike the skull which I see in the old paintings on the desks of Renaissance scholars, there to remind them of mortality, the impermanence of all things. ☸

Homélie de Vimalakîrti sur le corps humain

Amis, le corps composé des quatre grands éléments est transitoire, fragile, indigne de confiance et débile; il est inconsistant, périssable, de courte durée, douloureux, rempli de maladies et sujet aux changements. Ainsi donc, ô amis, le corps étant le réceptacle de nombreuses maladies, les gens avisés ne s'y appuient point

Le corps, ne pouvant être saisi, est pareil à la boule d'écume. Le corps, ne durant pas longtemps, est pareil à la bulle d'eau. Le corps, issu de la soif des passions, est pareil au mirage. Le corps, dépourvu de moelle, est pareil au tronc du bananier. Hélas! Le corps, assemblage d'os et de tendons, est pareil à la mécanique. Le corps, issu des méprises, est pareil à la magie. Le corps, vision fautive, est pareil au songe. Le corps, réplique des actes antérieurs, est pareil au reflet. Le corps, dépendant des conditions, est pareil à l'écho. Le corps, qui se dissipe et se dissout, est pareil au nuage. Le corps, périssant instantanément et instable, est pareil à l'éclair. Le corps, naissant de conditions multiples, est sans maître.

Le corps est, comme la terre, immobile. Le corps est, comme l'eau, impersonnel. Le corps est, comme le feu, sans vie. Le corps est, comme le vent, sans individualité. Le corps est, comme l'éther, sans nature propre.

Le corps, réceptacle des quatre grands éléments, est irréel. Le corps, qui n'est pas un moi et n'appartient pas au moi, est vide. Le corps, pareil au brin d'herbe, au morceau de bois, au mur, à la motte de terre, au reflet, est inintelligent. Le corps, mû par le vent comme une mécanique, est insensible. Le corps, accumulation de pus et d'excréments, est sale. Le corps, qui a comme loi non seulement d'être toujours lavé et massé mais encore de se briser et d'être détruit, est faux. Le corps est tourmenté par les quatre cent quatre maladies. Le corps, toujours vaincu par la vieillesse, est pareil au vieux puits. Le corps, qui aboutit à la mort, est indéterminé quant à son terme. Le corps,

qui renferme cinq agrégats, dix-huit éléments et douze bases de connaissance, est pareil aux cinq tueurs, aux quatre serpents venimeux et au village vide. Il faut donc que, pleins de dégoût et de répugnance pour un corps de cette sorte, vous tourniez vos aspirations vers le corps du Tathâgata.

Homélie de Vimalakîrti sur le corps du Tathâgata

Amis, le corps du Tathâgata, c'est le corps de la loi, né du savoir. Le corps du Tathâgata est né du mérite, né du don; - né de la moralité, né de la concentration, né de la sagesse, né de la délivrance, né du savoir et de la vision de la délivrance; - né de la bienveillance, de la compassion, de la joie et de l'indifférence; né du don, de la discipline et de la maîtrise de soi; - né des dix bons chemins de l'acte; - né de la patience et de la gentillesse; - né des racines de bien résultant d'une forte énergie; - né des extases, des libérations, des concentrations et des recueils; - né de l'érudition, de la sagesse et des moyens salvifiques; - né des trente-sept auxiliaires de l'illumination; - né de la quiétude et de l'inspection; - né des dix forces, né des quatre assurances, né des dix-huit attributs exclusifs des Buddha; - né de toutes les perfections; - né des six pénétrations et de la triple science; - né de la destruction de tous les mauvais dharma et né de la réunion de tous les bons dharma; - né de la vérité, de la sainteté et de la diligence.

Amis, le corps du Tathâgata est né d'innombrables actes bons. C'est vers un tel corps que vous devez tourner vos aspirations et, pour détruire les maladies passionnelles de tous les êtres, vous devez produire la pensée de la suprême et parfaite illumination. ☸

Extrait de : *L'enseignement de Vimalakîrti, (Vimalakîrtinirdesa)*, Traduit et annoté par Étienne Lamotte, Institut Orientaliste Louvain-La-Neuve, 1987, pp.132-140.

The Instruction of Old Age

Sarah Webb

Friends used to joke that the way the people in the Center were aging, we were going to come in for sesshin some year and find ourselves going around in kinhin with a bunch of walkers. Unfortunately, sesshin is not infinitely malleable, and I doubt we'll see the walkers, even if we need them, or the people who would be shuffling along behind them.

The things in our lives change, even practice. And change, as always, has both loss and possibility. As I have aged, arthritis and other physical problems have threatened to close off some of the deeper things in my life. No longer able to backpack or hike long distances, I do not go far into the wilderness. But I do camp in my van, swim in the lake, and watch the birds everywhere I go. The prospect of losing sesshin with its intense work and the contact with Albert and the people of the sangha has been the hardest challenge.

Adaptions here too have been possible, including attending only part of sesshin. The adaption has had its cost. Sesshin no longer generates the intense states, the insights that it did when I was younger. It is not so separate from the rest of my life, however. I used to have a psychic economy for my year: sesshin, slow silting up, sesshin. That's the way I viewed it, anyway. Now my life is my life. Sesshin is not as intense and special, the rest of my life less Not-Sesshin.

The attitude I have fumbled my way to—and it is not clearly defined in my mind—is that zen and my life are one and the same and that my zen-life-practice just happens. It makes me nervous sometimes to approach practice that way. I wonder, am I just being apathetic, not making an effort that needs to be made? I've made so many efforts over the years and come up against the same wall. Have I just given up?

But this is the practice possible at this time.

I used to think that if I ever awakened, it would take place in some clarified state in sesshin. I don't think that any longer. Partly that's because I no longer have sesshins with high, clarified states (with concomitant trying to grasp and intensify what seemed like promising directions). Partly it's because I am sensing that, for me at least, that isn't the way my practice can go. Maybe some turn around will take place. And maybe it won't. It doesn't seem to matter as much, like a lot of things don't matter as much. Not that I don't yearn or find myself suddenly tearing up over a phrase I read or stopping short, pierced by the swoop of a flock of birds. But that's like some subterranean stream suddenly bubbled to the surface. It goes underneath then, and I walk on. Something is in operation, and I have to trust that it will take me where I need to go. Whether that is to awakening, I don't know, but at least I am walking the path. Words keep coming up from Father Cizek's *He Leadeth Me* (via Albert's "Thy Will Be Done"). Cizek says, "The situations themselves were his will for me."

Without saying that there is a God out there directing my life, I find it still possible to trust that something is carrying me along. It used to seem in sesshin that something was instructing me, that the thoughts and makyo were not distractions but instruction that resolved obstacles. For one example, round after round, a science fiction story I had read kept playing and re-playing in my mind. The thoughts culminated in seeing my ex-husband as one of the characters, as a comrade who had fallen in a dangerous game. Seeing him that way, I forgave him, permanently. Similarly, when I write poetry, words appear from nowhere; frequently they are healing words.

If there is instruction in my life now, and I believe there is, its operation is more hidden. Much of it seems to be by situations, and those situations are shaped by my growing older. Grist for the mill, we say in zen, meaning that everything can be used for practice. Or in my present understanding, everything uses us for practice.

The situations that present themselves in aging do seem to have the edge of practice. Our identification with our body may lessen. Obviously it is changing, and in ways we would prefer it didn't. People we know and love disappear into death. Do they live on in some way? Will we live on in some way? As our parents die, we become the next generation that will go, and some of our friends have gone already. Does some essence live on? Are we part of everything? Who are we exactly—someone who dies? something else? The questions hook into us in a more personal way.

Letting go—not some big Letting Go in awakening, but just everyday accepting loss—is necessary in aging. We lose people we love. Our children move out, and we see them less often. Our bodies thicken, wrinkle, and twist. Our backs hurt; our hearing is going. We can't find things, recall people's names, bring up the right words. We see we won't reach long held goals—the mountain won't get climbed, the book published. In accepting the necessary losses, we erode the ego. "I" can't do it all.

As life becomes more difficult, we simplify. I think of a friend of mine who is 100 years old. She looks a wreck, hair hanging down limp, long hairs in her chin, but her eyes are vivid and bright. She gave up her house and lives in one room in Assisted Living, doesn't drive, obviously doesn't spend much time on her appearance, no longer writes the books she used to publish. But her life is still full. Friends visit her and take her to church, and I take her to the birding group and our writers' club. We drive in the country and look at the landscape, and, through the window of her room, she watches the goats in the pasture past the living center's oak trees. I see books of Lutheran theology open

beside her recliner. Sometimes she says she misses her house and her ability to move freely and remember things, but on the whole she has made a satisfactory, simple life. Is simplicity inherently a virtue? I suppose not, but there is less distraction by the endless round of busy-ness and multiplication. For myself, I find myself much more solitary after retiring from teaching and less busy but still sometimes wishing for more simplicity yet.

We may be calmer. I know I would never trade my life now for the life I led in my thirties. Looking back, I see time resolved much of the neurosis and mistaken choices of that time. So maybe some wisdom comes with age (and therapy). I suspect my experience is not unusual. We lived our lives. Things that seemed disasters turned out to be good. We didn't get what we wanted, and we didn't melt. We lived through dark times and survived. We committed to things beyond ourselves, zen in our case, a deep root.

This life stage teaches us vital things, often very much against our will. We don't want the hospital or weakness or the death of someone we love. These may come. But they don't come in the context of a brutal and accidental universe. We are held. There is that core of calm in the midst of grief. Something carries us through awful pain. I say this with hesitation because I don't want to create some idea of a God or Spirit guiding us. But I experience a quiet, a sense of resting in something, of loving and being loved, of wanting to bow. I trust that this hidden stream will carry me through the difficult instruction of old age. ☸

VIEILLIR !

Janine Lévesque

C'est la seule façon qu'on ait trouvée de vivre longtemps, paraît-il. Mais pourquoi faut-il vivre? Et longtemps en plus? Pourquoi tous ces efforts pour être aimé, apprécié, se faire une place au soleil quelque part? S'efforcer de survivre le plus confortablement possible avec le moins de soucis possibles, en essayant d'oublier que nous finirons par manger les pissenlits par la racine comme tous ceux qui nous ont précédés et tous ceux qui nous suivront. A quoi sert de vivre?

Nisargadatta dit que le seul but de la vie c'est de vivre. Très bien mais pourquoi vivre? Pourquoi y a-t-il la vie, les planètes, les étoiles, les plantes, les animaux et surtout, tout ce cirque que font les humains?

Dans la société chrétienne, on nous a enseigné, à la petite école qu'après la mort, ceux qui se sont 'bien' conduits iront au ciel et les autres en enfer; ciel = bonheur éternel et enfer = malheur éternel. Le ciel, je veux bien; j'y ai crû longtemps, mais le malheur éternel pour des fautes qui m'apparaissent de plus en plus hors de notre contrôle, ça semble plutôt 'heavy' non? D'ailleurs, à mon avis, pour plusieurs, l'enfer c'est ici bas!

D'autre part, le zen enseigne : pas de Dieu, pas de je, pas de monde là-bas donc pas de ciel en haut et pas d'enfer en bas. A ceci je dis bravo! Je pourrai continuer à vieillir paisiblement sans la menace de l'enfer au bout du chemin! ...mais aussi, sans l'espoir de récompenses pour mes bonnes actions et pour toutes les difficultés que la vie nous inflige. Alors pourquoi diable vivre?

Lorsqu'on est jeune, il y a toutes sortes de compensations qui nous font oublier que la fin du voyage n'est pas que pour les autres et qu'il y

aura une fin pour nous aussi, mais lorsqu'on est retraité, avec beaucoup de temps libre et peu d'activités obligatoires, que les gens autour de nous se mettent à tomber comme des mouches, on se rend compte qu'on est tout à coup 'sur la ligne de front' pour utiliser un langage militaire, qu'on est la prochaine génération qui devra faire ses adieux.

Pour moi, cette réalisation s'est faite lors d'une fête chez mon beau-frère, un an ou deux après le décès, à 58 ans, de ma sœur aînée chez qui, depuis la vingtaine, je passais toujours le temps des Fêtes de Noël et du Jour de l'An avec son mari, leurs trois filles, ses vieux parents à lui, son frère, sa sœur et son mari, ainsi que leurs trois garçons et éventuellement ma fille aussi. Nous formions trois générations : les grands parents, les adultes et les enfants. Lors de cette fête donc, les grands parents étant décédés depuis plusieurs années, ma sœur tout récemment, juste avant de devenir grand-mère et les enfants d'autrefois formant maintenant la génération des jeunes adultes avec quelques petits marmots, en observant mon beau-frère, son frère, sa sœur et son mari qui tous étaient plus ou moins silencieux (comme les grands parents jadis) pendant que les jeunes adultes discutaient et s'amusaient ferme et que les petits enfants jouaient au sous-sol, la réalisation que j'étais maintenant sur la ligne de tir m'a frappée comme une balle en plein cœur. Je faisais maintenant partie de la génération des « vieux ».

Je n'avais que 55 ans mais dans ce contexte là, il fallait cocher la case 3^e âge.

Je travaillais depuis une dizaine d'années avec des consoeurs dans la trentaine et il me semblait faire partie du groupe mais ce soir là, je me suis rappelé que l'une d'entre elles m'avait dit, un jour que je racontais un évènement qui



me semblait relativement récent, qu'elle n'était pas encore née à ce moment là. Premier tir qui m'avait pas mal ébranlée. Mais le deuxième aurait pu m'achever si la pratique du zen ne s'était déjà installée depuis environ cinq ans dans ma vie.

Comme pour plusieurs d'entre nous, les premières années de pratique sont un temps béni où on a la certitude d'avoir enfin trouvé ce que l'on cherchait sans savoir qu'on le cherchait. Mais qu'ai-je trouvé, au fait?

Quelqu'un qui me pousse à chercher ce que je ne savais pas que je cherchais déjà?

Quelqu'un qui m'aide à me poser les bonnes questions tout en me laissant trouver par moi-même les réponses, si réponse il y a?

Quelqu'un qui m'encourage par l'exemple à faire face aux problèmes du vieillissement avec la foi qu'il y a une logique à mes souffrances?

C'est en passant dans le feu que je peux sortir du feu? ❁

entendre ce cœur cliqueter dans ma poitrine

Louis Bricault

« *Maintenant, il pleut.
Mais nous ne savons pas ce qui se passera dans un
instant.
Le temps de sortir, il fera peut-être très beau,
ou orageux.
Puisque nous n'en savons rien,
apprécions maintenant le bruit de la pluie.* »

Imaginer vieillir - dans le présent ici même il n'y a pas d'avenir nous imaginons vieillir nous nous prédisons un avenir bien sûr nous tenons compte de ce qui est probable nous investissons épargnons accumulons scrutons de près les rendements boursiers sondons les fonds mutuels planifions nos rêves alimentation saine exercices réguliers prévoyons des débuts de retraites parsemés de voyages de projets de rêves à rattraper avant que de commencer à renoncer à certaines choses car un jour il le faudra bien on imagine des deuils avec lesquels on arrivera à composer mais la vie restera belle on fera autre chose on trouvera bien c'est un vieillissement encore jeune mais jamais on ne s'imagine aveugle incontinent du côté du grand âge avec des spasmes et des chutes des muscles absents des os effrités sourds à toute la musique du monde seuls abandonnés dans des salles communes où tous ensemble il n'y a personne

Une grande misère - « Y a-t-il une plus grande misère en ce monde, et plus grand motif de colère, que cette incessante querelle entre un vieux corps et une âme jeune, un corps-prison et une âme libre – être, dans le même être, ce grand vivant et ce mourant ? » (1)

Pertes - Problèmes de santé maladie vulnérabilité accrue perte d'autonomie capacités cognitives déclinantes essoufflements du cœur tous ces mouvements qui ralentissent

et s'effritent dans l'air voir ceux que l'on aime mourir ou simplement les oublier pleurer des larmes muettes le soir au creux d'un fauteuil que l'on occupera toute la nuit pendant qu'en sourdine parfois un téléviseur chuchote ses bruits blancs c'est comme une voix pour ne pas être seul prendre lentement ces médicaments bleus blancs rouges et noirs qui nous mèneront jusqu'à demain là-bas quand tout ira mieux quand les enfants reviendront mais ça aussi ça s'est perdu quelque part en chemin on y reviendra plus la rivière d'Héraclite coule sans cesse et c'est comme si elle aussi on l'avait perdue de vue dans cet hôpital de banlieue avec les céréales froides du déjeuner toujours posé là dans son cabaret vert pâle près de la fenêtre que l'on n'ouvre jamais semble-t-il depuis des siècles était-ce hier ces arbres pierres chaudes comme des pains au soleil mais la mémoire est toute mêlée, n'est-ce-pas ?

Marcher là - et l'on marche lentement dans ces corridors-là s'étirant sans fin les mains agrippées à une marchette de métal dont le cliquettement s'enfonce comme le bruit d'un volcan éteint dans son oreille droite celle-là même qui n'entend plus aussi bien qu'avant les mots d'amour que de toute façon plus personne ne murmure avant de s'endormir avec toute la tendresse du monde dans ces mains que l'on sent sur soi s'attarder attentives longuement allumer des soleils jamais plus et là juste là on a son plus beau sourire ses bas fleuris ses lunettes et l'on rentre chez soi en soi là où sifflent les acouphènes du soir

Mamie au grand air - la tête renversée au soleil les yeux fermés quelques instants respirer l'air qui bouge marcher lentement on a perdu cela aussi le remplacement de la hanche a emporté cela avec lui quelque part dans le passé et l'on marche dans sa tête

mais c'est bon aussi on se rappelle les montagnes les chemins de traverse les tocs-tocs des pics dont les échos rebondissent encore dans les sous-bois que l'on sent à l'intérieur de soi il faut parfois rêver sans larmes à tout ce qui nous habitait quand l'âme était plus jeune encore aujourd'hui quelle joie de parcourir le parc Lafontaine en chaise roulante la tête renversée au soleil les yeux fermés quelques instants

Désespoir - « La vieillesse fournit plusieurs raisons assez réalistes d'éprouver du désespoir : les aspects d'un passé qu'on aurait ardemment désiré différents, les aspects d'un présent qui nous causent une souffrance sans rémission, les aspects d'un futur incertain et effrayant. Et, bien sûr, la mort inévitable demeure un aspect de l'avenir qui est à la fois totalement certain et totalement inconnaissable. Par conséquent, il faut qu'un certain désespoir, anticipé depuis le commencement de la vie, soit reconnu et intégré comme une composante du vieil âge. » (2)

Autrefois - « Je fus autrefois jeune homme et jeune fille, et aussi arbuste, et oiseau, et muet poisson de la mer » je ne sais pourquoi mais cette phrase écrite il y a plus de deux mille ans par Empédocle c'est ma propre voix la première fois avec des senteurs d'enfance plein les poches et des crécelles d'insectes seule musique tout est encore possible alors

Miroirs - On perd tous ses miroirs et l'on ne sait trop où regarder pour retrouver ce que l'on a perdu tous ces masques ces beaux masques infiniment miens et en secret l'on se met à prier un dieu quelconque redonne-moi redonne-moi mais l'on ne se reconnaît plus

Croître - Selon Erikson, la tâche de croissance centrale au cours de la dernière période de la vie consiste à se réconcilier avec son propre cycle de vie, tel qu'il a été vécu, et avec l'ensemble de son expérience. Ne rien refuser et ne rien retenir de ce qui est et de ce qui a été. Retrouver la fluidité de toutes les rivières que l'on porte en soi. Avec cette gratitude fondamentale qui, seule, leur permet de s'écouler librement.

Apprendre à bien vieillir - « Dans la

mesure où certains facteurs prédictifs d'un *vieillissement réussi* à l'âge de 70-80 ans peuvent être évalués avant l'âge de 50 ans, un travail thérapeutique en amont (de type préventif) peut être envisagé en vue de renforcer le ressort psychologique ». (3) Selon certains auteurs, bien vieillir s'apprend et se prépare. Il s'agit de rester alerte aussi bien physiquement qu'intellectuellement, le plus longtemps possible.

Dans cette perspective, les individus âgés sont considérés comme des êtres pleinement responsables de leur santé et de leur bien-être, pouvant prétendre à certaines possibilités de croissance et d'épanouissement. Cultiver une attitude détachée devant des événements potentiellement stressants, accepter son sort sans s'y résigner et modifier ses stratégies d'adaptation lorsque cela s'avère nécessaire, renoncer à poursuivre des buts que l'on ne peut plus atteindre, apprendre à pardonner afin d'abandonner le ressentiment, la haine et la colère envers soi et les autres, cultiver une forme de lâcher-prise et de distanciation en apprenant à prêter attention à ses pensées, sensations et sentiments, sans pour autant chercher à les contrôler et à les juger : voilà quelques-uns des éléments dont l'apprentissage progressif prépare à un *vieillissement heureux*.

Angelo - La semaine dernière il a chuté sur le plancher fracture à l'épaule maintenant hospitalisé à cause de la maladie d'Alzheimer dont il souffre depuis maintenant plusieurs années il ne se souvient plus de tout cela non plus

Bien vieillir - Pour Rose-Marie (73 ans), professeur d'université à la retraite : « Bien vieillir, c'est quelqu'un qui accepte de vieillir. Je vieillis, puis je l'accepte ; je ne me révolte pas en général. Les choses qui sont inévitables, il faut bien finir par les accepter. Premièrement, ça ne changera rien du tout de se révolter, puis deuxièmement, ça va vous mettre dans une humeur terrible (rire). » Pour Pauline (75 ans), femme à la maison de milieu aisé : « Bien vieillir, c'est penser positivement par rapport à ce qu'on perd inévitablement. Si tu es négatif, tu ne vieillis pas bien. Ça vieillit mal quand tu es

négatif par rapport à ce qui t'arrive. » Pour Gisèle (67 ans), aujourd'hui veuve et démunie financièrement : « Quelqu'un qui vieillit bien, c'est quelqu'un à qui il ne manque rien en nourriture, puis quelqu'un qui est capable de faire ce qu'il veut, puis de dépenser ce qu'il veut. Ça, c'est bien vieillir ! De ne pas avoir à penser d'un mois à l'autre ou d'une semaine à l'autre si elle va avoir ce qu'il faut pour vivre. C'est ça bien vieillir ». Rita (69 ans), veuve d'un ouvrier : « Quelqu'un qui vieillit bien, c'est quelqu'un qui n'envie pas les autres. C'est du monde qui n'envie pas personne ». Gina (73 ans), veuve qui a été mariée à un plombier, explique : « Bien vieillir ? Moi, c'est le matin, de déjeuner, de lire mon journal, faire ma toilette, s'arranger, sentir qu'on a encore un corps. J'aime les articles de journaux qui parlent des voyages. La fin de semaine, je pars toujours vers un pays ou un autre, tout en restant ici (rire). » (4)

*« Maintenant, il pleut.
Mais nous ne savons pas ce qui se passera dans un instant.
Le temps de sortir, il fera peut-être très beau,
ou orageux.
Puisque nous n'en savons rien,
apprécions maintenant le bruit de la pluie. » (5)*

Je pars toujours vers un pays ou un autre,
tout en restant ici,
là où je peux encore entendre mon cœur
cliqueter dans ma poitrine. ❁

Références

- 1) Bernard-Henri Lévy, *Le siècle de Sartre* Grasset, 2000
- 2)-3)-4) Revue Québécoise de Psychologie, vol.24 no 3, 2003
- 5) Shunryu Suzuki, *Esprit zen, esprit neuf* Seuil, 1977



Tokusan Carries His Bowls

Teisho by Albert Low

The case:

One day, Tokusan went toward the dining room holding his bowls. Seppo the head cook asked, "What are you doing here with your bowls? The bell has not rung nor has the drum been struck". Tokusan turned and went back to his room. Seppo told Ganto about all of this and Ganto said, "Tokusan is well known as a great teacher but even so he does not know the last word of Zen". Tokusan heard of this remark and sent his attendant to fetch Ganto. You do not approve of my teaching, he asked? Ganto whispered to Tokusan; Tokusan was silent. The next day he ascended to the rostrum and behold: his teisho was quite different from usual. Ganto, going to the front of the hall, clapped his hands and laughed loudly saying, "Congratulations, our old man has got the last word. From now on nobody will be able to take the rise out of him".

The commentary:

As for the last word, it has never entered the mind of either Ganto or Tokusan. When you come to look into the matter, you find they are both like puppets on the shelf.

The verse:

To know the first word is to know the last word, But neither the first nor the last is a word.

~ ~ ~

First of all let us say something about a koan. One of the themes of this sesshin has been the Unknowable. And as we have tried to convey, the Unknowable has no qualities, no characteristics, has no substance, nothing that you could point to or name. Or even as we have pointed out many times, to call it the

Unnameable or the Unknowable or Buddha Nature or God or whatever it is one is trying to use to designate it is not only obscuring it, there is no connection between the word and what it purports to point to. There is no doubt it is something that you will have encountered in your practice. There comes a moment when you see that everything that you've seen or heard about Zen has absolutely no significance at all. It doesn't even provide a platform to jump off from. Anyone that is anything of an intellectual can find this very distressing, because the intellectual is much identified with what he or she knows, to know something, to be knowledgeable, is to this person the most important attribute in life. And to realize finally that all one's knowing is, to use Tokusan's phrase, not as much as a hair thrown into the abyss, as we say it can be disheartening. As you know there are many people who, when they hear of the unknowable, when they hear it has no attributes, no characteristics, no qualities, laugh and say well there is not much in it, is there? And they turn their back on it because they are convinced that all that really matters is what can be seen, felt, touched, smelt, what can be known, related, grasped, manipulated, controlled, used. This is the real stuff they say; anything else is utter nonsense. And let's face it, there is a lot of utter nonsense, utter nonsense that is talked about the unnameable.

And it is the genius of the Chinese masters that has produced this way of talking about the unspeakable, the koans and the mondos. Many people look upon the koan in order to get information about it, or about life or about themselves. It is as though the koans for these people are pictures, a picture that one could look at and get information from. If you know for example Gainsborough, the British

painter, and if you have seen his paintings of the 19th century British countryside, you know that one can look at this picture and really get to feel of what it must have been like to have lived for example on a farm - one can get the real feel of it, one can look into it, one seizes it, one gets to know something from it. And this is what many people do when they are working on a koan - they think that somehow they are going to know something about the unknowable, they are going to be able to see it, that Mu is telling them something about the unknowable.

Other people use a koan as a kind of meditation device. They use the koan as one can use a mirror. When we meditate we take some phrase, particularly a phrase spoken by an awakened person and we mull over, we weigh, we ponder, we think deeply about that phrase and there is something that sparkles in that phrase for us, this is why we have chosen it. And it is... I was going to say enjoyment, but it is deeper than that, of the sparkle, of the light that we glimpse from the saying, that is attractive. And as we have said before, what the person is doing is getting reflected back to themselves the sparkle, the brilliance, the flash of their own genius, of their own light. There is nothing wrong with this. It is a way of opening up. Meditation like this can be like the rain falling on the dry earth of long zazen.

But essentially, a koan is a window that you look through. You look at a picture, you look into a mirror, but you look through a window. A window does not obstruct, it does not separate, it allows. When one looks at a picture, there is a separation: I am here, the picture is there. When one looks into a mirror, there is still a separation. But it is what one might call an ambiguous situation. As we say, one is both reflecting on something that is being said, but at the same time reflecting on one's own light. There is a separation but it is not the ultimate divide of subject and object, of me and the picture. But looking through a window there is no separation, there is no obstruction. And this is how it is when you really work on a koan. Each koan is a window through which the light of being shines through, but it doesn't shine

from the outside to the inside; it shines from the inside to the inside. When we talk about inside, we don't mean inside the head or inside the body or inside some box that we call the mind. It is not a very good expression "to look inward" ... what we mean is no longer looking at things as objects. When one looks at things as oneself, there is not me and it, there is not even me, and there is certainly not it. One must realise that one starts off with the world as it is; this is ultimate reality. This zendo and you in it is ultimate reality. It is the full manifestation and play of the unknowable. And anything that one says is then an abstraction from this concrete fact of being. Like someone said to a master: what is the truth, and the master said: let's have some tea. On another occasion there was a young boy working with a master, and one day he went to the master and said, master I am leaving you. And the teacher said, oh, really, why? And the young boy said, "I have been here now for three years, I came for your teaching, and you have not taught me anything". And the master said, "When you bring me my meals, do I not acknowledge?" And the boy said yes. "And when I want to go out, do I not stand up?" And the boy said yes. So the teacher said "But what more do you want me to say?"

You see, you are looking at that as a picture, that is why you don't follow, you are not with it. You must look through everything that is being said. The concrete fact is a concrete fact; there is nothing else but it. Yasutani used to say, there is nothing else but my voice and your listening.

This koan "Tokusan carries his bowls" is in a way a window unto not only the unspeakable but it is also a window on the Diamond Sutra. It is very interesting because Buddha asks, "Has the Tathagata a teaching to enunciate, a teaching to give?" This word Tathagata is a very interesting word and is very often translated as "thus come". To me it means "come to", "open to" if you like, although that obscures it a bit. You surely have those moments when you suddenly come to, you suddenly realise "I wasn't there, I have been absent."

Everything is just as it was before, no change, but it is almost as though light has been turned on. And it is this turning on which is the Tathagata. In this course it is a teaching which Buddha uses for himself but you understand the word Buddha in three meanings: the meaning of the person, the one who lived and died, and there is the concept of Buddha: the world is Buddha, the whole world is working out of karma of Buddha, then there is the teaching of Buddha which is known sometimes as the Dharmakaya. He says, "Has the Tathagata a teaching to enunciate?" And Subhuti answers, "As I understand Buddha's meaning, there is no formulation of truth called consummation of incomparable awakening.

Moreover, the Tathagata has no formulated teaching to teach. Why is this? Because the Tathagata has said that truth is uncontainable and inexpressible, it neither is nor is it not."

As I understand Buddha's meaning, there is no formulation of truth called "consummation of incomparable enlightenment". In other



is no teaching. It leads to awakening. The teaching says, "The Tathagata has no teaching to give" and Subhuti asks, "Why is this?" He says, "The Tathagata has no teaching to give". Truth is neither is it not. Now we see that the teaching alone is not a teaching. It is a teaching in time. It is a teaching in five years. It is a teaching in eight. And it is a teaching in a mass of time. It is the teaching of the Tathagata. So why does the Tathagata have no teaching to enunciate? The teaching is evolving around that very teaching.

As you know, the Diamond Sutra is one of the Prajna Paramita Sutras. And the Prajna Paramita is

the school to which Zen belongs. The word Prajna, as you know "pra" means aroused and "jna" means knowing. It is the knowing of Bodhidharma – when the emperor asked Bodhidharma, "What are you?" Bodhidharma said, "I don't know". Later the courtier asked the emperor, "Do you know who that man was, my lord?" and the emperor said, "I don't know".

And one of the points of this koan is: what is the difference between the knowing or rather the not knowing of the emperor and the not knowing of Bodhidharma. What is this not knowing? We have said that one of the things we must let drop, get beyond, is reflected awareness. So what would be unreflected awareness? And this is “jna”, unreflected awareness. Prajna is arousing to the state of unreflected awareness. And because it is unreflected awareness, nothing is reflected when the mind is aroused in this way. And this gives rise to the saying that forms are empty. People try to understand what emptiness means and it is impossible to understand the meaning of emptiness is form. And yet again, as we will see, this koan is a way by which we can be open to it. The koan, a window into prajna and into “form is empty”. And as we say, in Prajna paramita, “paramita” means “to the other shore”. There are as you probably know six paramitas, of which prajna is normally looked upon as the last. And the prajna paramita means therefore “arousing the mind” and so arriving at the other shore. There is this notion of “bitter ocean of birth and death”, and Buddha’s teaching is a raft by which we cross the bitter ocean of life and death and attain the other side. And the other side is, of course, oneself. It is not that there is a far shore that we have to arrive at, but there is a far shore from which we must come.

Gate, gate, paragate, parasamgate, Bodhi, Svaha. Gone, gone, gone beyond, gone right beyond. Knowing, rejoice, is exactly the prajnaparamita. It ends with bodhi, knowing; that is the other shore. And this knowing is a not knowing - the “I don’t know” of Bodhidharma. It is quite important that we realise this, because many people will feel that they can get into a state of pure knowing, it is a kind of clarity, of openness, it is a kind of space feeling and they feel that this is it. And of course it is not; one must go beyond that. In the letters of Bassui in particular, he is very insistent on this truth. There are a lot of people that are very disappointed and sometimes very angry with me when I say this is not enough, it is by no means enough, you must go beyond. Go beyond, gone,

gone, gone **beyond**.

And as we say, the Diamond Sutra is indeed a sutra that is extolling the way of the aroused mind and everything that is said in the Diamond Sutra can only really be understood as long as one had some glimpses on this unknowing knowing. But there is a central statement which does sum it up very beautifully in which Buddha says, “Therefore, the Bodhisattva, the great being” - and as you know, anyone that has earnestly and honestly, sincerely undertaken the way, is a Bodhisattva. It is said that a Bodhisattva gives up his own entry into nirvana for the sake of all sentient beings. And to put it into more humble words, we practice not for what we can get out of it, this is not a psychological practice. And when people come in with misery saying that nothing has happened, they are not changed in any way, they are still the same old person, etc. they are certainly not Bodhisattvas. We practice because there is practice to practice. And when one really does that there is infinite beauty and truth in it. It is not altruism and it certainly is not kind of stubborn obduracy. There is something far beyond our own individual pleasures and desires that are constantly bubbling up. There is a cosmic truth of which we are messengers if we are open to the truth.

“Therefore Subhuti, the Bodhisattva, the great being”... and you don’t know how great the possibilities are when you are looking to see “am I changed? am I a better person? I am so fed up” and so on... “The great being should produce a thought of utmost, right and perfect enlightenment”. Should produce a thought of enlightenment! What does that mean? You sit and think about enlightenment? You sit and think about how wonderful it would be or it could be? But then he goes on to say, “Such a thought should be produced without the help of sounds, smells, tastes, what can be touched.” In other words it must be beyond any kind of image or imagination. “Such a thought should be produced without the help of sounds, smells, tastes, what can be touched, without concepts or ideas”. **Without concepts or ideas, without thoughts**. You must produce a thought without

thought, without theories, without philosophy, without Zen.

“It should also be produced without the help of things or by anything else at all.” “Now, he says, a Bodhisattva should arouse the mind without resting it on anything.” And this is the thought of utmost, perfect awakening. **It is not about it; it is it.** He says, “Therefore Subhuti, all Bodhisattvas should arouse a pure, lucid, **non reflecting mind**”. This is the essential. We dwell in a reflected mind, a reflected word. We are the original Narcissus, we are falling in love with our own reflections and we are drowning in it and we are calling this “our life”.

“All Bodhisattvas should arouse a pure, lucid, non reflecting mind that is not dependent upon seeing, hearing, smelling, tasting, touching or any quality at all.” This is arousing the unknowing mind; the unnameable, the unattainable. “A Bodhisattva should arouse the mind without resting upon anything.” It is such as powerful statement. And it is again one of those statements that one could very well dwell on for a very long time. And then there is a very brief statement that says, “Who seeks me by forms, who seeks me in sounds, perverted are his ways upon the Way, because he cannot perceive the Tathagata”. The Tathagata is unknowable; the Tathagata is the aroused mind that rests on nothing.

So let’s go to the koan shall we. It is a very interesting one because it is like a play in three acts and each has its own window you might say in this unknowable knowing, this aroused mind.

One day Tokusan went toward the dining room holding his bowls. Seppo the head cook asked, “What are you doing here with your bowls? The bell has not rung nor has the drum being struck”. By the way a head cook in a monastery was normally somebody who was fairly advanced in his practice. The preparation of food in a monastery was looked upon as something that was almost a sacred kind of activity and it was not for nothing that Dogen addressed his admonition on attention to the

cooks. So Seppo should have been somewhat advanced in his practice. And yet there was something brash about this stepping out to the teacher in this way and sort of dressing him down for coming before time. So Seppo is dressing down the teacher. And so Tokusan turned and went back to his room. Now the question here is what was in Tokusan’s mind when he went back to his room. Did he go back saying to himself, who does he think he is? etc... Or did he go back with an empty mind? Or...how did he go back? How would you demonstrate this and this is a very important point. One has to demonstrate; but how can you demonstrate this? What was in Tokusan’s mind when he went back to his room? How would you demonstrate this? How would you show that you know what is the essence in Tokusan’s gesture?

And then Seppo told Ganto about all this and Ganto said something interesting, he said, “Tokusan is well known as a great teacher but even so he doesn’t know the last word of Zen”. The question here is, is Ganto being critical when he says “he doesn’t know the last word of Zen”. What is the last word of Zen? You see this is what most people are trying to grasp. One way or another they are trying to get the last word of Zen; they are trying to get **it**, they are trying to finalize, we have been speaking about this wish to finalize early in this sesshin. We want things to come to a stop, we want something ultimate, we want something absolute, we want the last word of Zen, we want **it**. And so when he says, Tokusan doesn’t know the last word of Zen, what was in Ganto’s mind? And how what was in Ganto’s mind different from what was in Tokusan’s mind?

Tokusan heard of this remark and sent his attendant to fetch Ganto. He asked him, “You don’t approve of my teaching?” And Ganto whispered something to Tokusan. What did he whisper? As we said, this koan is a window unto the ineffable and it is in that “Ganto whispered to Tokusan” that one sees this in its clearest. What did he whisper? Actually one interpretation which is rather interesting: somebody said Ganto whispered that Seppo had a big ego! It is obvious that this person saw the

koan as a picture...explaining that this koan was about the fact that there are a lot of persons with big egos even if they are advanced in their practice, and so on... But it is nothing like that.

And again Tokusan was silent. So we have two silences so far: one when he turned and went back to his room and now this one. So what about that? What is that telling us? How are we going to interpret this koan, how are we going to see into this koan? Because this, you might say, is pointing to a kind of may I call it ... background... it is pointing to the beyond all the time. Gate, gate, gate, paragate, parasamgate. It is impelling us if we are sensitive to and dwell correctly with the koan. The way that one comments on it of course simply points one in the direction how you can be sensitive to, it is itself not necessary a sensitive exposition, because one needs to dwell on this, ponder, weigh, one needs to be involved with it, one needs to, as someone nicely put it, one needs to inhabit, one needs to be Seppo, Ganto, Tokusan, one needs to be involved in the drama of what is going on, get the feel of it.

Tokusan was silent and the next day he ascended to the rostrum and behold, his teisho was quite different from usual. So the next question is what was his teisho? What did he teach? Or again remember "arouse the mind without resting it on anything", that is the predominant issue, not only of this koan and not only of the Diamond Sutra, but it is the primary issue of life itself.

Ganto, going to the front of the hall, clapped his hands and laughed loudly saying congratulations, our old man has got the last word! He didn't have the last word... he has got the last word... what is Ganto on about this damn last word? What is it? What is he saying?

He's got it, he hasn't got it....

Then there is the commentary and it is a very fascinating commentary. He says, "As for the last word, it never entered to the mind of either Ganto or Tokusan". Why does he say that as a commentary on this koan? But then he says and this is where the fascination comes in, "When you come to look into the matter, you find they are both like puppets on the shelf". "Puppets on the shelf"... why? What is the similarity between Ganto and Tokusan and a puppet on a shelf? Not a puppet dancing on the end of a string, no, a puppet on the shelf. What about puppets on the shelf. What do you get when you feel, when you become one with puppets on the shelf. What is the difference between puppets on the shelf and puppets on the string? And what is that got to do with Tokusan and Ganto? And what is that got to do with the Diamond Sutra?

He says, "To know the first word is to know the last word, but neither the first nor the last is a word". As we say, how do we talk about the unspeakable, the unknowable, the transcendent? This has been a puzzle right throughout the years. It is not in silence. If you merely think that Tokusan went back with a silent empty mind, you have missed the point, you have missed the koan. It is not that. There was an interesting comment a student said, that he went to his teacher with nothing and left him with nothing. Someone asked him, "But why do you go to a teacher then?" He said, "How else would I know that I went with nothing and I came back with nothing?" ❀

Teisho 4/4 (Octobre 2007)

Calendrier 2008

Janvier

Dimanche 6, 13, 27
Vendredi 18-20

Avant-midi de zazen
Sesshin de deux jours

Février

Vendredi 1-8
Dimanche 10, 24
Samedi 16
Dimanche 17
Jeudi 21, 28

Sesshin de sept jours
Avant-midi de zazen
Atelier
Séance d'une journée
Cours pour les débutants

Mars

Jeudi 6, 13
Dimanche 2, 9, 16
Jeudi 20-23
Samedi 29
Dimanche 30

Cours pour les débutants
Avant-midi de zazen
Sesshin de trois jours
Atelier
Séance d'une journée

Avril

Jeudi 3, 17, 24
Vendredi 4-11
Dimanche 13, 20
Samedi 26

Dimanche 27

Cours pour les débutants
Sesshin de sept jours
Avant-midi de zazen
Journée de travail et
Assemblée annuelle
Séance d'une journée

Mai

Jeudi 1
Dimanche 4, 18, 25
Vendredi 9-16

Cours pour les débutants
Avant-midi de zazen
Sesshin de sept jours

Juin

Dimanche 1, 8, 22
Jeudi 12-15

Avant-midi de zazen
**Sesshin de trois jours
et de deux jours**

September

Friday 29(Aug)-5
Sunday 7, 14, 28
Saturday 20
Sunday 21
Thursday 25

Seven day sesshin
Morning of zazen
Workshop
One day sitting
Beginner's course

October

Thursday 2, 16, 23
Friday 3-10
Sunday 12, 19
Saturday 18
Saturday 25
Sunday 26

Beginner's cours
Seven day sesshin
Morning of zazen
Workday
Workshop
One day sitting

November

Sunday 2, 16, 23, 30
Thursday 6-9
Thursday 13, 20, 27

Morning of zazen
Three day sesshin
Beginner's course

December

Friday 5-12
Sunday 14, 21
Wednesday 31
(8PM – 12PM)

Seven day Sesshin
Morning of zazen
New Year's Eve
Ceremony

Je sais que ce monde
Est aussi éphémère que la rosée
Et pourtant... pourtant

Issa
