

# ZEN GONGI

---

VOLUME 3, NUMÉRO

MARS 1994

---

1

- 3 / **Souffrir... Consentir (2)**  
*Albert Low*  
*(Traduction: Monique Dumont)*
- 12 / **A Catholic Buddhist**  
*Joe Bailey*
- 13 / **How I Came to Practice Zen**  
*Irving Lipman*
- 14 / **Echos d'un événement**  
*Robert Linssen*
- 16 / **Coming Home**  
*Bill Byers*
- 19 / **Points de repère**  
*Pierre Lanoix*
- 21 / **Who Writes the Poem?**  
*Sarah Webb*
- 22 / **La fête de M. Low**
- 24 / **La gratitude**  
*Monique Dumont*
- 25 / **Once Upon a Workshop**  
*Jean Low*
- 26 / **Bodhidharma's Discourse**
-

*La vigilance est le sentier  
vers le sans-mort, la  
négligence est le sentier vers  
la mort. Le vigilant ne  
mourra pas, le négligent est  
comme s'il était déjà mort.*

DHAMMAPADA

*"Monks, everything is  
burning... The eye... the ear...  
the nose... the body... the  
mind... the feeling which  
raises through impingement  
on the mind, be it pleasant or  
painful or neither painful nor  
pleasant, that too is burning.  
With what is it burning? I say  
it is burning with the fire of  
passion, with the fire of  
hatred, with the fire of  
stupidity; it is burning  
because of birth, ageing,  
dying, because of grief,  
sorrow, suffering,  
lamentation and despair."*

THE BUDDHA

(MAHAVAGGA I.21)

---

## **Zen Gong**

---

Volume 3, Numéro 1  
Mars 1994

---

### **Comité de rédaction**

Peter Hadel, Monique Dumont (éditrice)

### **Collaborateurs pour ce numéro**

Joe Baily, Bill Byers, Monique Dumont, Lucille King-Edwards,  
Pierre Lanoix, Robert Linssen, Irving Lipman, Albert Low, Jean Low,  
Sarah Webb.

### **Mise en page**

Jacques Lespérance

### **Calligraphie de la page couverture**

Michelle Guérette

### **Abonnements**

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

Abonnement annuel: 15\$. (Regular subscription)

Abonnement de soutien: 20\$ et plus (Supporting subscription)

Abonnement outre-mer: 20\$ (Overseas)

Dépôt légal - Bibliothèque nationale du Québec, 1994

# Souffrir...Consentir

Voici la deuxième et dernière tranche du dernier chapitre du livre d'Albert Low: *The Iron Cow of Zen*. La première partie de cette traduction a été publiée dans notre numéro de novembre 93. Elle se terminait sur ce paragraphe que nous croyons utile de citer à nouveau: «On pourrait dire que la souffrance forme les rayons de cette roue des naissances et morts, rayons qui divergent à partir du “je”, noyau de la roue, centre unique qui est décentré. Le “je” ne réussit jamais tout à fait, et de cette incapacité de “réussir tout à fait”, naissent six façons de faire face à cette vérité. La roue en tournant génère six façons de souffrir. La roue tourne toujours; quelquefois c'est ce rayon-ci qui est en haut, d'autres fois, c'est celui-là. Quelquefois nous souffrons comme ceci, d'autres fois, comme cela... et quelquefois nous choisissons le feu afin d'être par le feu racheté.»

---

## Premier rayon - La souffrance de l'âne

Si vous connaissez les ânes, vous savez combien ils sont têtus, muets, patients et héroïques. C'est à dos d'âne que le Christ a parcouru le chemin vers sa mort et sa renaissance. La souffrance de l'âne, c'est ce qui fait l'ordinaire de la vie; elle y est présente comme une fissure à la base d'une colonne oscillant au vent. Une totale insécurité :

*Willy était un commis voyageur. Un commis voyageur, c'est un type qui ne se fixe pas dans la vie. C'est pas un type qui serre des écrous, ou qui rend la justice, ou qui prépare des cachets d'aspirine... C'est un type tout seul... un type libre... qui fait sa vie avec des sourires et des chaussures bien cirées... Oui. Et le jour où on ne lui rend plus son sourire, c'est la fin du monde. Ce jour-là, il n'a plus qu'à perdre la boule... ce jour-là, il est fichu. <sup>8</sup>*

Quelquefois l'insécurité fait irruption au centre de la scène :

*Je me suis éveillé en pleine anxiété; elle enveloppe tous mes gestes comme un brouillard et mes journées sont assourdies par l'angoisse. Quelque part dans ma tête, les fils de la peur et du désir s'entrecroisent et, tout au long de la journée, une sonnerie d'alarme*

*naturelle retentit stridente dans la confusion. <sup>9</sup>*

Un flux et un reflux de l'ordinaire à la terreur assourdie et encore à l'ordinaire; de l'aridité sans répit le long d'une route sans fin, crevassée et déchirée par des chardons et des herbes sèches, à la fureur torride de la colère.

Un rescapé d'Auschwitz a écrit que la peine et la douleur se cachent l'une derrière l'autre dans notre esprit selon une sorte de loi de la perspective. D'ordinaire les êtres humains ne peuvent jamais être satisfaits, non pas à cause d'une quelconque impuissance à connaître le bonheur absolu, mais plutôt à cause d'une compréhension incomplète de la nature complexe du malheur. Cela nous conduit à donner à la souffrance le nom de sa cause principale, alors que la souffrance est un ensemble de causes qui se présentent en fonction de leur urgence. «Et lorsque la cause de la difficulté la plus immédiate cesse d'agir, nous sommes cruellement étonnés de constater qu'il y en a une autre juste derrière, et qu'en réalité, il y a toute une série d'autres causes.» <sup>10</sup>

Avec la souffrance de l'âne, ce n'est pas seulement qu'il y a la douleur, mais c'est que cette douleur est la MIENNE: JE souffre. Ce n'est pas simplement que la nature même de la vie, avec ses

dilemmes et ses ambiguïtés fondamentales, est souffrance, mais c'est plutôt MA santé, MON travail, MES ennemis qui sont la cause de cette souffrance. «Je souffre et c'est votre faute»: une formule simple pour une bombe atomique.

#### Deuxième rayon - L'horreur de la situation

Cette femme qui réclamait de l'aide auprès du Bouddha était endormie dans sa propre souffrance, dans le sommeil de «Je souffre». Mais en essayant de trouver une graine de moutarde provenant d'un foyer qui n'aurait pas connu la souffrance, elle s'est éveillée à un rêve plus vaste, le rêve de «la souffrance existe». Ce rêve, pour certains, peut devenir un horrible cauchemar. Nous pouvons peut-être réussir à amortir notre souffrance en blâmant les autres, mais qui allons nous blâmer si ceux-là même que nous détestons ou blâmons souffrent aussi?

*Je suis l'ennemi que tu as tué, mon ami.*

*Je te connaissais dans cette noirceur: à travers moi, hier*

*Ton visage s'est assombri en plongeant ton poignard et en tuant*

4●

*J'ai paré le coup: mais mes mains étaient lasses et froides*

*Dormons maintenant... <sup>11</sup>*

Quelquefois dans un moment de chagrin, d'angoisse ou d'anxiété, j'émerge brièvement de mon immersion dans la souffrance et je vois que la douleur est partout. Le monde alors vacille comme le décor d'un film de série Z:

*Je vois, je sens*

*L'immensité de l'agonie de la terre*

*La futilité de ses joies, la parodie*

*Du meilleur, et l'angoisse du pire. <sup>12</sup>*

La souffrance de l'âne vient de l'expérience

de soi comme un îlot de souffrance dans un monde dur et impitoyable. Mais ici, c'est ce monde même qui est inondé de souffrance, et ses dures arêtes s'estompent dans le suintement de la blessure universelle.

P.D. Ouspensky raconte avoir vu dans une ville de Russie deux énormes camions chargés de béquilles neuves et non peintes. Il écrit que dans ces immenses piles de béquilles destinées à des jambes encore intactes, il voyait une moquerie particulièrement cynique des choses avec lesquelles les gens s'abusent eux-mêmes. Mais en disant cela, il était lui-même captif de sa propre douleur. Le «monde cynique» et les «gens abusés» sont ceux-là même qui auront à soutenir leurs corps mutilés et souffrants à l'aide de béquilles neuves et non peintes. Quand on entrevoit cette vérité, ne serait-ce qu'un instant, la face cynique devient alors un masque de bravoure qui cache une face souffrante, et les guerres deviennent des guerres pour mettre fin aux guerres.

Touchés par cette vérité, nous éprouvons un désir ardent de faire quelque chose, de trouver de la force, aussi minime soit-elle, afin de soutenir ce monde souffrant. Et c'est alors seulement que le rêve devient cauchemar et que nous touchons réellement le fond du désespoir car, quelque soit notre effort, nous ne pouvons faire l'expérience que de notre impuissance.

#### Troisième rayon - La souffrance sur la Voie

Nous ne pouvons fuir la souffrance; lorsque nous constatons ce fait, le troisième rayon se retrouve au sommet de la roue. La souffrance n'est pas quelque chose qui existe seulement là-bas, ce n'est pas une erreur. Ce n'est pas une nouvelle auto, un nouvel emploi, un rendez-vous chez la coiffeuse ou une longue fin de semaine loin de tout ça qui consolideront nos défenses érodées par l'acide de la vie. Il se

peut que la forme prise par la souffrance soit accidentelle, dépendant d'un flot d'événements hors de notre contrôle. Les accidents arrivent. Il peut se produire qu'un ami malveillant nous impose sa propre douleur sous la forme d'une trahison. Les gens sont quelquefois cruels. Il peut se produire qu'un virus égaré décide de s'établir à demeure chez-nous et se nourrisse à même notre foie ou notre rate. La maladie arrive. Quoiqu'il en soit, si la forme est contingente, et il existe de nombreuses formes, le fait ne l'est pas. Lorsque cette vérité s'éveille en nous, lorsque nous voyons la souffrance comme notre héritage et celui des autres, lorsque nous faisons l'expérience de notre impuissance et que nous découvrons que nous sommes perdus et que la route a disparu, alors surgit une nouvelle souffrance - la souffrance de la Voie.

*Sur le chemin du milieu de la vie  
Je me trouvai dans une forêt sombre:  
Le droit chemin se perdait, égaré.*

*Ah! qu'il est dur de dire quelle était  
Cette forêt sauvage, âpre et infranchissable,  
Dont le seul souvenir réveille la terreur!*

*Si amère, la mort l'est à peine un peu plus!  
Mais, pour faire sentir le bien que j'y trouvai...<sup>13</sup>*

“Sur le chemin du milieu de la vie...” À mi-chemin, non dans le temps ou la distance, mais dans l'expérience. Quelques-uns n'atteignent jamais ce chemin du milieu de la vie; d'autres ont à peine quitté l'enfance qu'ils se retrouvent déjà à mi-chemin, et perdus. Ce n'est que lorsque le “droit chemin se perd, égaré”, lorsque l'espoir nous a vraiment abandonnés que nous pouvons dire alors que nous sommes entrés dans la Voie. Lorsque l'obscurité descend, les petites lueurs de la vie ne font que rendre les ténèbres encore plus obscures, et nous ne pouvons trouver aucun repos, aucun abri contre la tempête.

*Va - ne sachant où.  
Apporte - ne sachant quoi.  
Le chemin est long, la voie inconnue.<sup>14</sup>*

Cette lutte avec le plus grand des paradoxes, la plus mauvaise de toutes les plaisanteries cosmiques, est l'entrée de la Voie. On dit que là où il y a de la vie il y a de l'espoir, et pourtant, nous devons abandonner l'espoir si nous voulons trouver la Vie. Le Christ nous a appelé à lui et il nous a promis le repos; mais pour aller à lui nous devons porter le fardeau de notre croix. Le chemin a toujours été décrit comme étant escarpé, long et épuisant. La mort et la renaissance sont la voie, et cette mort est une lutte acharnée et solitaire dans l'obscurité. Souvent, par désespoir, nous faisons marche arrière et nous nous dérobon à la leçon de la graine de moutarde. Dans ces moments-là, nous faisons ressurgir des sombres recoins de notre esprit la formule meurtrière “JE souffre, c'est votre faute”. Et après, nous battons notre culpabilité et nous nous punissons encore et encore, gerbilles désespérées courant dans un manège sans fin de blâme, de honte et de regret, jusqu'à ce que, épuisés, nous acceptions à nouveau de nous enfoncer dans l'obscurité de la forêt sauvage, âpre et infranchissable de l'esprit, attirés à nouveau par la voix de la vérité.

*Mes pieds couverts de boue  
Brûlaient écorchés par les ronces.  
Mais j'avais l'espoir de te voir, cela ne m'importait  
guère.  
Et ma terreur maintenant semble très loin...  
Quand le son de ta flûte m'a rejoint  
J'ai été forcé de quitter ma maison, mes amis  
Et entraîné dans l'obscurité à ta rencontre.<sup>15</sup>*

La Voie a un prix que peu d'entre nous reconnaissent au départ, enchantés sommes-nous par ces quelques premiers sons de la flûte, par cette saveur exquise du miel après le goût de la bile amère. Nous entrons



«On doit pratiquer avec la férocité de la mère et la confiance de l'enfant.»



À la suite de cette rencontre, le moine pria seulement pour avoir la force suffisante de continuer la lutte.

#### Quatrième rayon - La rencontre d'un maître

Qui est notre maître? Un vieil adage dit: «Lorsque l'élève est prêt, le maître apparaît». Nombreux sont ceux qui s'assoient et attendent anxieusement l'arrivée de ce vieux gentilhomme ou de cette charmante vieille dame qui assèchera leurs larmes et apaisera les douleurs de leur vie. Mais ne sommes-nous pas toujours prêts, tous tant que nous sommes? Notre maître n'est-il pas toujours là, à nos côtés? Quand le karma est mûr, le paiement du prix est exigé. Et celui qui exige le paiement est notre maître, et il n'est pas toujours gentil.

Certaines personnes peuvent, avec du temps et de la patience, nous installer des pièces pour méditer, pour danser, ou pour prier, selon leur tradition. Ils peuvent nous encourager un peu, irradier un peu de lumière, nous apporter un peu de sagesse. Et à cause de notre besoin maladif de «quelque chose», notre soif de l'aide ultime, nous nous éprenons de ces guides. Il y en a beaucoup en effet qui cherchent à vivre une histoire d'amour avec un système ou une tradition et à épouser leur maître dans des liens strictement monogames. Quelquefois le maître lui aussi se laisse entraîner par l'illusion et danse aux sons de ses étudiants, jouant la Divinité pour leur dévotion. L'autre maître, celui qui se tient toujours à nos côtés, est oublié dans cette charade, écarté même; il prend à nos yeux l'aspect d'un commis de banque irritable ou d'une dactylo grincheuse. Ce sont pourtant eux nos vrais maîtres: ils tendent la main et exigent de nous le prix de notre manque de sensibilité, de notre dogmatisme, de notre ambition. C'est à travers l'humiliation, à travers les bousculades et les heurts du monde et de la vie, que la vraie leçon de la vie s'apprend.

On raconte l'histoire de ce religieux

d'autrefois qui offrait des cadeaux à quiconque parlait de lui dans son dos. Si la personne vivait trop loin de chez-lui pour qu'il puisse lui rendre visite, il lui faisait parvenir ses présents par un messenger.<sup>19</sup> Il y a aussi l'histoire de cet autre dont le maître, un philosophe grec, exigeait de lui qu'il paie toutes les personnes qui l'insultaient. Il a dû faire cela durant trois ans jusqu'à ce que, à la fin de cette période, son maître l'envoie à Athènes pour qu'il apprenne la sagesse. Parvenu aux portes de la ville, le disciple rencontra un homme qui insultait tous ceux qui entraient ou sortaient de la ville. Quand vint son tour d'être insulté, le disciple éclata de rire. L'homme lui demanda pourquoi il riait. Le disciple lui répondit que durant trois ans il avait dû payer pour ce genre de choses et que maintenant elles lui étaient données gratuitement. Un Père abbé qui avait l'habitude de raconter cette histoire dans son monastère ajoutait: «Ceci est la porte de Dieu par laquelle nos pères, se réjouissant dans l'adversité, entrent dans la cité du ciel.»<sup>20</sup>

La vie elle-même est notre seul véritable maître; la vie avec toutes ses frustrations, confusions, contradictions et humiliations - par-dessus tout, les humiliations, cette fournaise de l'âme qui brûle et dissout les impuretés de l'ego, révélant l'or du Soi.

*Dès l'instant où je parviens à ne plus bouger dans mon état humilié, je découvre avec surprise que c'est là «l'asile du repos», l'unique port de salut, le seul point du monde où réside ma parfaite sécurité.*<sup>21</sup>

Lors d'une rencontre avec ses élèves américains, Gurdjieff a déclaré qu'il y avait en Amérique une maxime à propos de la «poursuite du bonheur» qui démontre que les gens là-bas ne comprennent pas la vie. Le bonheur, disait-il, n'est rien; ce n'est simplement que l'autre côté du malheur. Mais la souffrance aussi est importante parce qu'elle est une partie essentielle de la vie. Sans elle, nous ne pouvons pas nous développer. Mais,

ajoutait-il, quand les gens ordinaires souffrent, ils ne pensent qu'à eux-mêmes et ils se prennent en pitié, refusant de souffrir. C'est de l'apitoiement. Par contre, si quelqu'un est une personne véritable, c'est différent. Une personne véritable ressentira une réelle souffrance et ne tentera pas d'y échapper; c'est cela qui est approprié. «Tu dois souffrir pour apprendre la vérité sur toi-même; tu dois apprendre à ne pas refuser le malheur. Lorsque le malheur se présente, l'homme doit l'accepter volontairement et il doit l'accepter de tout son être. Il doit espérer que cette souffrance sensibilisera plus profondément sa conscience, l'aidera à comprendre.»<sup>22</sup> Le travail consiste à se soumettre volontairement à la souffrance temporaire de façon à se libérer de la souffrance éternelle. C'est de cette manière que toute la vie est un maître et que la mort est le plus grand des maîtres.

*L'abbesse Syncretica disait: Le labeur et la lutte acharnée attendent l'impie qui se convertit à Dieu; mais après, vient une joie inexprimable. Un homme qui veut allumer un feu est d'abord affligé par la fumée, et la fumée lui arrache des larmes. Mais finalement, il obtient le feu qu'il désire. C'est pourquoi aussi il est écrit: notre Dieu est un feu consummant. D'où, il nous faut allumer le feu divin en nous avec le labeur et les larmes.*<sup>23</sup>

À la fin, notre coeur s'est adouci un peu, après que nous ayons payé le prix une fois, deux fois, dix fois, une centaine et même un millier de fois. Le feu nous a rendu malléable et nous sommes alors vraiment en mesure de donner «le denier de la veuve», parce qu'enfin notre coeur est résigné, résigné dans la paix et non dans la défaite.

*Résigné en mon coeur  
Ouvret aux intempéries  
Le vent souffle à travers moi.*<sup>24</sup>

### **Cinquième rayon - La rencontre avec nous-mêmes**

Lorsque nous avons brisé «l'envoûtement du passé et du futur», lorsque nous avons fait face à l'horreur de la situation, quitté la sécurité de nos barricades et payé une petite partie de notre énorme dette, nous découvrons que nous ne sommes pas encore dans la lumière. Nous nous engouffrons dans une nouvelle sorte d'obscurité, l'obscurité de nous-mêmes, et nous sommes tourmentés par une nouvelle sorte de souffrance - la souffrance de la peur. La voie n'est pas la voie de la foule, mais la voie du solitaire. Chaque pas est un pas qui éloigne de la foule et chaque aperçu est un aperçu dans cette foule que nous avons appelé le moi, notre précieuse personnalité supportée par les autres, par les autres qui nous soutiennent, personnalité faite de rapiécages précaires qui est propriété commune et non pas gloire privée. Et lorsque nous faisons la rencontre de cette vacuité, de ce rien, nous sommes remplis de terreur. Le Bouddha lui-même a connu cette peur.

*Pourquoi est-ce que je demeure ainsi dans la peur constante et l'appréhension? Je dois soumettre à ma volonté cette peur panique et cette horreur, tel que je suis, et telle qu'elle vient à moi. Et tandis que je marchais de long en large, cette peur panique et cette horreur est venue à moi. Alors je ne me suis ni immobilisé, ni assis, mais en marchant ainsi de long en large, j'ai plié à ma volonté cette peur panique et cette horreur.*<sup>25</sup>

Nous commençons à apprendre ce qu'est la Voie quand nous apercevons la contradiction inhérente en nous-mêmes, non pas la contradiction du bien et du mal, du vrai et du faux, mais la contradiction inhérente à la moindre croyance, à la moindre pensée. Lorsque quelqu'un me demande, par exemple, si j'ai apprécié la soirée auquel j'ai assisté hier, je me rends compte que je dois répondre que c'était à la fois agréable et assommant, animé et

ennuyeux, ceci et cela. Il m'est impossible d'être honnête malgré tous mes efforts car les possibilités sont multiples tandis qu'il n'y a qu'une seule vérité. Il m'arrive si souvent de ne pas savoir quoi dire alors que je suis prié de le faire. J'entends des gens qui disent du mal de moi et je sais la vérité de ce qu'ils disent, mais je sais aussi que cette vérité est si partielle, si hors contexte; mais l'expliquer serait en soi un mensonge. C'est à partir de tout cela que la peur grandit. «Apprendre n'est jamais ce qui avait été prévu. Chaque pas dans l'apprentissage est une nouvelle tâche, et la peur expérimentée commence à grandir sans merci, sans pitié.»<sup>26</sup>

*La Peur... agrippés l'un à l'autre, nous traversons des nuits agitées... cette Peur après tout n'est pas ma Peur personnelle - ce n'en est qu'une partie, terrible bien sûr - mais c'est bien plus la Peur de toute foi depuis le commencement du temps.*<sup>27</sup>

«La peur de toute foi» - qui aurait su que la foi pouvait contenir autant de peur? Qui aurait su que la peur est la substance de la foi, que de s'éveiller en plein milieu de cette peur est s'éveiller au beau milieu d'une foi sans limites?

10• Qu'est-ce qui fait souffrir, qu'est-ce qui s'ouvre béant, prêt à dévorer? La question n'est pas de lutter mais de se demander ce contre quoi ou avec quoi nous devons lutter. C'est précisément cette question qui, dans un moment d'horreur saisissante, nous précipite dans un monde dépourvu de centre, un monde dans lequel tout ce qui nous donnait la sécurité a disparu. Heidegger parle de cette rencontre avec nous-mêmes comme d'un «effroi». «L'effroi nous rend muets. Parce que ce-qui-est-en-totalité s'esquive, le Rien est forcé à se manifester et toute affirmation échoue devant lui.»<sup>28</sup> Les Japonais emploient le mot *makyo* et la peur est le visage du *makyo*. C'est une défaite totale de ce que nous appelons ego. C'est en même temps une victoire pour «Je». «C'est moi (Je Suis); n'ayez pas peur.» (Marc

6,51). Cependant, et ceci est la terreur de la situation, ce qu'est ce «Je» n'est pas toujours évident.

*... si quelqu'un est soi-même son propre dieu, alors Dieu lui-même, la volonté de Dieu, le pouvoir qui pourrait détruire notre propre système égocentrique, devient un monstre.*<sup>29</sup>

De toutes les souffrances, celle-là est la pire et nous fuyons en frémissant avant que le monstre ait à peine commencé à se lever. C'est ici que la foi doit nous soutenir. La foi, non pas en quelque chose - ça aussi est englouti dans le gouffre - ni la foi que nous pouvons échapper au pire, mais la foi que le pire est la preuve de la foi. Le pire, l'horreur de l'engouffrement, c'est le soi qui rencontre le soi dans l'obscurité. La foi est cette obscurité d'où toute lumière tire sa source.

### Sixième rayon - La souffrance qui n'a pas de nom

Jésus pleura.

Il y a des moments où l'intensité poignante de notre condition, de notre trop humaine condition, nous saisit. Pendant ces instants notre cœur s'adoucit et nous pleurons, mais nous ne savons jamais si c'est de joie ou de chagrin. Il y a de la joie dans la compassion et il y a du chagrin dans la parfaite insuffisance de toutes nos entreprises. Le Christ pouvait ressusciter les morts, guérir les malades et consoler les inconsolables et cependant, il a pleuré. Kannon a un millier de bras et un millier d'yeux: des bras pour apaiser et étendre, des yeux pour voir la souffrance du monde; des bras et des yeux qui naissent du besoin de soulager et de reconforter, qui naissent de la souffrance elle-même.

Le *Jataka* contient les légendes des réincarnations antérieures du Bouddha. Dans une de ces légendes, on raconte l'histoire suivante. Lors

d'une promenade, le Bouddha trouva un bébé-tigre, tout tremblant et gémissant au bord d'un profond ravin. Au fond du ravin se trouvait la tigresse, les yeux fixés sur son petit, prisonnière d'un endroit d'où elle ne pouvait s'échapper. Dans ses efforts désespérés pour rejoindre son petit elle avait épuisé toutes ses forces et elle demeurait là, immobile dans sa frustration, faible et émaciée, enragée par sa défaite. Le Bouddha fut envahi de pitié. Si la tigresse ne trouvait pas de nourriture, elle ne pourrait jamais se sortir du ravin. Si la tigresse ne pouvait se sortir du ravin, le bébé-tigre mourrait. Pour le Bouddha à ce moment-là, il n'y avait qu'une seule chose à faire. Il se jeta dans le ravin, s'offrant lui-même comme nourriture à la tigresse affamée.

La Bodhisattva de la Compassion, avec des bras pour étreindre et des yeux pour voir la souffrance, souffre les douleurs du monde. «Je suis malade parce que le monde est malade.»<sup>30</sup> En se sacrifiant elle-même aux angoisses du monde, elle soulage sa propre angoisse qui est l'angoisse du monde vaincu, épuisé dans une rage de frustration, piégé dans le ravin de la séparation.

La pénible montée du Golgotha, la marche pénible ployé sous une lourde croix de bois, l'humiliation et l'indignité, le sacrifice du corps à la populace affamée, et la transformation de tout cela dans un sacrement de miséricorde - en cela, l'Ouest a trouvé une voie par laquelle l'aveugle peut voir et le muet peut parler. Pendant quelques instants bénis, le poids du mystère qui n'a ni forme ni articulation est déposé. C'est de cette façon peut-être qu'on peut dire du Christ qu'il a pris sur lui et soulagé les péchés du monde. Non pas en disant ce qui ne peut être dit, mais en étant ce mot qui ne peut être dit que par la vie même. Même sur la croix, le Miséricordieux renaît constamment; même à la toute extrémité, la Voie est vaste et ouverte; le fer lui-même a la chaleur de la fertilité et de la vie, et le feu de la rage et de la fureur est le pétale délicat d'une rose. \*

*Et toute chose sera bien  
Toute manière de chose sera bien  
Lorsque les langues flamboyantes  
S'infléchiront dans la couronne  
Du noeud ardent et que le feu  
Et la rose ne feront qu'un.*<sup>31</sup>

- 
8. Arthur Miller, *Mort d'un commis voyageur*. Adaptation française Raymond Jérôme (*Théâtre I*, Robert Laffont, Paris, 1967.)
  9. Cyril Connolly. *The Unquiet Grave* (New York: Viking Press Inc., 1962). p.46.
  10. Primo Levi. *Survival in Auschwitz* (New York: Collier Books, 1961).
  11. Wilfred Owen. "The Strange Meeting." *Collected Works of Wilfred Owen* (London: Chatto and Windus, 1963).
  12. Sir Edwin Arnold. *Light of Asia*. p.57.
  13. Dante. *La Divine Comédie*. Traduction Henri Longnon (Editions Garnier Frères, Paris.)
  14. Thomas de Hartmann. *Our Life with Mr. Gurdjieff* (Totowa, NJ: Cooper Square Publishing Inc., 1964). p.3.
  15. Dimock and Levertov. *In Praise of Krishna*. p.21.
  16. T.S.Eliot. "Four Quartets".
  17. Jean de la Croix. "La montée du Carmel." *Oeuvres Complètes* (Editions du Cerf, Paris, 1990) p.654.
  18. P.D.Ouspensky. *In Search of the Miraculous* (San Diego: Harcourt Brace Jovanovich Inc., 1949). p.357.
  19. Thomas Merton. *Wisdom of the Desert*. (New York; New Directions Publishing Co., 1970). p.61.
  20. *Ibid.*, p.39.
  21. Hubert Benoit. *La Doctrine suprême selon la pensée Zen*. (Le Courrier du Livre, Paris, 1967). p.283.
  22. Fritz Peters. *Boyhood with Gurdjieff*. (London: Victor Gollanez Ltd., 1964). p.96.
  23. Merton. *Wisdom of the Desert*. p.55.
  24. R.H. Blythe. *Haiku*.
  25. F.L. Woodward. *Some Sayings of the Buddha*. (Oxford, England: Oxford University Press, 1973). p.14-15.
  26. Carlos Castaneda. *Teaching of Don Juan: A Yaqui Way of Knowledge*. (Berkeley: University of California Press, 1968).
  27. Franz Kafka. *Letters to Milena*.
  28. Heidegger. *Existence and Being*. p.336.
  29. Campbell. *The Hero with a Thousand Faces*. p.60.
  30. Robert A.F. Thurman. *The Holy Teaching of Vimalakirti*. (University Park, PA: Pennsylvania State University Press, 1976). p.43.
  31. T.S. Eliot. *Quatre Quatuors*. Traduction de Pierre Leyris. (Editions du Seuil, Paris, 1969). p.221.

# A Catholic Buddhist

I am a Roman Catholic priest. I have served the Church for fifty-one years. For the record, in 1958 I was designated a Domestic Prelate with the title of "Monsignor." In RC parlance that means I was ranked as a "domestic" in the papal household. Some cynic has said that is one notch above a scullery maid.

If there is any reason for pride in my long career it is in the fact that I have been a seminary professor for forty-four of those years, having taught English Literature, Biblical languages (Hebrew and Greek), various and sundry courses in both Old Testament and New Testament, and every other year a course in Eastern religions, with special emphasis on Buddhism.

I have also been a Zen practitioner for the last eleven years. Initially I was attracted to Zen after reading Roshi Kapleau's *Three Pillars of Zen*. For the first five years after my initiation I belonged to the Rochester Zen Centre and was a pupil of Roshi Kapleau. For the last six years I have belonged to the Montreal Zen Centre and have been a pupil of Albert Low.

My greatest support in Zen came from my fellow professors at the seminary. The few Catholic lay people who have been aware of my affiliation with the Montreal Zen Centre have been puzzled to say the least and have frequently challenged me with the question, how do you reconcile your Catholic faith with the principles of Buddhism?

The easiest answer to such queries is to say that I do not have to reconcile my faith with Buddhism in order to practice Zen. I do not have to become a Buddhist in order to practice Zen. But that leaves the impression that Zen is little more than a technique, a method of meditation for example that is comparable to Jesuit meditation. And that also bypasses a basic truth that Zen did grow out of Mahayana Buddhism and can hardly be separated from it. I do not want to reject the Buddhist premises that underly Zen because, it seems to me, they are essential to arriving at Enlightenment. I love Zen and I love Buddhism. My goal in practicing Zen is the

same as that of any Buddhist, to arrive at that moment of Awakening in which I experience the unity of all things.

On the other hand I do not find any real problem in reconciling my faith with the main beliefs of Buddhism. Last year I heard the Dalai Lama say at Cornell University that there were two things that separated a Buddhist from a Christian, rejection of a personal god and of an immortal soul. Now, admittedly those are two basic Christian beliefs.

We call our God our Father. We say in the Apostles Creed: "I believe in God the Father Almighty who created heaven and earth." God the person is thus addresses as a male, who set the earth in motion, and began the process of evolution that has culminated in its population and diversity. And yet Christian theologians have always recognized that we are using analogues to express the nature of God. They have always admitted that there is no gender in God -neither He or She - and that the word "person" is derived from Greek philosophy and never came into Christian dogma until the fourth century. The early fathers of the Church insisted that you could not name God. After all, the very word "god" is a name. And even if you want to avoid the word "God" and use some other word like "the Absolute" or "the Transcendant" you are still using a name to express an unknowable concept.

The fourth century theologian, St. Gregory Nazianzen (330-389 C.E.), wrote eloquently of this in his *Hymn to God*:

You who are beyond, beyond all -  
what other name befits you?  
Alone you are ineffable -  
of every voice you are the source,  
Alone you are unknowable -  
from you all thought is born...  
Of all beings you are the End;  
you are One, you are All, you are None...  
Bearer of all names, how shall I name you -  
You alone the Unnameable?

You are beyond, beyond all -  
No other name befits you!

When you call God "Father" you are naming him. When you call him the first Person of the Trinity you are naming him. But you are not getting any closer to expressing what God is. If as a Christian we can acknowledge all this to be true are we not getting closer to the idea of the Buddha? I do not want to probe the subtleties of theology any deeper; in fact I am not capable of doing so. But I think as a Christian I can understand the limitations that the Buddha imposed on himself in this regard.

As for the soul, we are in another area of ambiguity. Soul and Self go hand in hand. If we affirm the No-Self we are close to affirming the No-Soul. By all means I believe in the Soul, but as I grow older I find myself asking more and more what does it mean? It is little help to be told that great Old Testament theologians and prophets like Moses and Isaiah and Jeremiah did not believe in the soul, and they didn't. There is really no testimony for the soul in the Old Testament until we get down to the late works such as the deuterocanonical *Wisdom of Solomon*. "Soul" like "Person" came into the thinking of late Old Testament writers from Greek philosophy. My only reason for mentioning this is to show how uncertain our ideas are about soul apart from faith. Although I affirm my belief in the soul I can understand why the Buddha did not, and I can see why Buddhism and Christianity are closer than some would like to think.

Since I began to practice Zen I have found myself asking questions about God and the Soul which I never asked before. Far from losing my faith in God and the Soul I have come to a far deeper appreciation of what God and the Soul are and especially what they are not. I am especially grateful for the open, ecumenical guidance of my teacher Albert Low. \*

# How I Came to Practice Zen

In the summer of 1969 my older brother came back from Europe and showed me a simple Tibetan meditation he had learned in Scotland. It was pleasant to sit but I lacked a formal structure to carry on with. At the time I was attending McGill University while also getting seriously involved with a hippie life style. I think I was looking for some fundamental truth in math and science that I just couldn't find. Nothing happened with my meditation until about mid fall when I attended a workshop in Montreal given by a "pseudo" Zen teacher who demonstrated basic zazen. Then Christmas came and that same teacher persuaded me to visit Rochester with him to meet Roshi Philip Kapleau. After Roshi's introductory Zen workshop I was hooked. The rest of the winter passed with me skipping most of my classes and sitting only a little. Two books I read at the time affected me quite deeply. One was *Three Ways of Asian Wisdom*, the other was *The Surangama Sutra*. Here was the kind of truth I was looking for.

When the spring arrived I had already dropped out of school and joined a mediation center started here in Montreal by the same "teacher" who had brought me to Rochester that past Christmas. There were only three of us living at the center and we did zazen every morning. What I remember is strongly feeling the need for a real teacher and writing some letters to Roshi Kapleau. He didn't reply so in August of that summer and with sixty dollars in my pocket, I hitchhiked to Rochester. On my second day there Roshi accepted me as his student and this began my formal training with my first real zen master.

Today, some twenty-four years later, I am still practicing Zen and Albert Low is my teacher. Many things have happened in my life over the years, including several severe bouts with schizophrenia, but I was still able to keep practicing. My practice was a light that kept burning through the darkness of those times. I think it is quite beautiful to be able to do zazen, to have a teacher, and to know other zen people. My only advice is to try to make the commitment to practice; to keep practicing no matter what happens in your life. \*

"Gassho"

# Echos d'un événement

**R**obert Linssen a eu la gentillesse de répondre à notre invitation et il nous a donné ce texte lumineux. Nous l'en remercions.

---

Quelques amis m'ont demandé de leur conter un événement qui s'est produit dans mon enfance. Les quelques lignes qui suivent tentent de le résumer. Mais leur auteur précise qu'il ne se considère pas comme une personne.

Dès ma naissance, j'ai eu le sentiment d'avoir été - contre mon gré - arraché à la sérénité d'une antériorité bienheureuse.

Je n'étais pas désiré. Mon enfance était malheureuse.

La violence paternelle me plongea dans une angoisse permanente aggravant ma situation d'exil et l'absence d'affection.

Vers l'âge de 7 ans des perceptions de couleurs et de lumières étonnantes se produisaient sans raison apparente. La solidité et l'opacité apparente des murs, des objets me semblait artificielle. Le monde matériel se profilait sur la toile de fond d'une lumière intérieure faite d'une multitude de tourbillons étincelants évoluant en tous sens.

14• Durant le sommeil, des rêves me projetaient dans une immensité bleue d'une pureté et d'une intensité que ne possède aucune couleur familière. Des cygnes d'une blancheur éclatante planaient sereinement dans l'immensité bleue. Une paix extraordinaire se dégageait de ce spectacle. J'avais alors treize ans.

En revanche, la vie quotidienne, les mondanités familiales, l'école, me plongeaient dans la tristesse. Souvent, le souvenir des grands cygnes blancs m'apparaissaient avec nostalgie.

Des événements imprévus bouleversèrent ma solitude. Ils transformèrent à jamais la vision déprimante que j'avais de moi-même et du monde. J'avais 17 ans lorsque mon père rapporta un vieux meuble de bibliothèque acheté en vente publique. Coïncidence étrange: ce meuble avait appartenu à ce

qu'à cette époque on appelait un «occultiste-initié». Son nom semblait, en ce qui me concerne, prédestiné: Emile Sigogne, écrivain. Il avait été le précepteur du roi Albert. Il lui avait enseigné les bases du symbolisme et de la sagesse orientale. Telles furent les origines du vif intérêt que la reine Elizabeth de Belgique témoignait aux domaines spirituels. Cet intérêt eut pour conséquence l'amitié qui me lia à la souveraine lors des rencontres historiques avec Krishnamurti et le maître D.T. Suzuki qui logeaient dans ma villa de Tervuren en 1956. L'enchaînement des événements méritait d'être signalé.

Très curieux de nature, je profitai un soir de l'absence de mes parents pour fouiller parmi les déchets de livres laissés dans le fond de l'armoire. Ils étaient destinés à la poubelle.

Mais une poussée irrésistible me fit explorer ce fouillis et mon attention se fixa sur la page déchirée d'un vieux petit livre.

Je lus un texte de quelques lignes, soulignées. Il évoquait l'éblouissement de lumière et de joie d'une immensité formant la Réalité secrète de l'Univers. Le texte, certainement inspiré, évoquait la plénitude d'amour et l'omniprésence d'un océan de Pure conscience dans lequel baignent les êtres et les choses.

Sans aucune attention consciente ni recherche, je fus soudainement foudroyé par l'éclair d'une lumière intérieure, d'une joie et d'un amour dont la beauté et la puissance me dépassaient infiniment.

Le centre de ma conscience s'étendit instantanément à toutes les cellules mais semblait se fixer plus spécialement vers le plexus solaire et le «Hara». L'ampleur de cette joie arrêta ma respiration habituelle pendant quelques instants pour céder la place à un autre mode de respiration. J'eus

l'impression « d'être curieusement respiré » par la Présence béatifique toujours renouvelée. Lorsque celle-ci est authentiquement réalisée, elle ne nous quitte plus jamais.

Les seuls problèmes qui se présentent ne sont plus d'ordre intérieur.

Ils concernent plutôt l'adaptabilité aux circonstances d'un monde extérieur s'inspirant de valeurs immensément différentes ou opposées au langage de la nature véritable de l'univers et de soi.

Le climat de notre intériorité est celui d'un état d'amour constant et toujours renouvelé. Il n'y a ni direction, ni point privilégié, ni personnes particulières dans cet état d'amour conférant une paix et une intensité de conscience pure libérée de toute agitation mentale. Le passé et l'avenir s'estompent et laissent la place prioritaire au Présent, non par volonté ou discipline. C'est spontanément et irrésistiblement que la Présence s'impose d'Elle-



BODHISATTVA, bois, époque Asuka (17<sup>e</sup> siècle), Kyoto, Japon.

même, paradoxalement vide des noms, des formes, des intentions, des buts.

Parmi les effets concrets d'une telle disponibilité, il faut signaler l'irrésistible tendance à communiquer, à partager la joie et l'état d'amour, à suggérer la réalisation de l'aide qu'apporte une telle ouverture. L'élimination de toute violence, de toute cruauté, de toute ambition, de toute importance accordée à l'image de soi est élémentaire. La discipline corporelle, la rigueur de l'hygiène alimentaire « sattvique », l'abstinence de fumer et tous les aspects concrets du comportement sont moins des moyens que des conséquences de l'ouverture intérieure. Celle-ci

peut nous conduire à un non-conformisme ou une originalité provocateurs de jugements. Nul ne peut juger autrui. La Présence réelle interdit tout jugement et toute dualité. L'ouverture intérieure éclipse le juge. Et dans le Vide de la non-entité se révèle la Plénitude qui se suffit à Elle-même. \*

# Coming Home

*Joshu asked Nansen, "What is the Tao?"  
Nansen answered, "Ordinary Mind, that is the Tao."*

There is a pattern to our lives. There is a golden thread which is always present. We usually ignore it, even push it away, but it abides. When we look back over our lives we sometimes discern it clearly. It leads inevitably to our present situation, to the immediate present. It is not anything unusual or mystical. It is ordinary mind.

*"Ordinary mind is the Way."* What can this possibly mean? Often our minds are filled with anxiety and frustration, with numbing fears and a sense of incompleteness which cries for resolution. These negative states of mind are the very things that we are trying to overcome, how can they be said to be the Way?

We all hope that spiritual training will pervade our lives with joy and tranquility. We may even hope for more, for extraordinary experiences, for "enlightenment." But "ordinary mind?" What a letdown! What an anticlimax! What a strange idea with which to approach a spiritual practice.

In this vein Yasutani Roshi was asked by a student, "What is the fundamental difference between you (Yasutani) and me?" Yasutani answered, "Nothing, absolutely nothing. But I know it and you don't." Now, what does this mean?

This "ordinary mind," how does it apply to us? We, who try to sit regularly, perhaps even attend sesshin. We, who may consider ourselves to be special, to be "spiritual" people. At the very least we must be closing in on this "ordinary mind." All of this may have also been on Joshu's mind when he asked the question, "How do I get onto the Way?" Nansen's answer is, "The more you try to get on it, the further you push it away." This answer is not a game, it is not a riddle. If we take it seriously, this answer is a threat to our life strategy, spiritual and otherwise. What are we to do? We, like Joshu, come to practice as a last resort. This, we feel, is where we will make our stand. But if we what we are doing only "pushes it away", then where is there to stand?

## Returning Home

Yet we are told over and over that we are whole and complete, lacking nothing. In the words of Zen Master Hakuin, "The earth where we stand is the pure lotus land, and this very body the body of Buddha." Many religious traditions have stories

which illustrate this point. There is one Hassidic story which is worth retelling. It involves a poor peasant who dreamed repeatedly that there was a fortune in gold hidden behind the wood stove in a certain hut in a far-off country. This dream became the focal point of his life, so much so that he determined to find this house and claim the fortune. After searching for many years and suffering many deprivations, he finally succeeded in finding the house of his dream. He told his tale to the owner of the house who said, "This is very strange. I, too, have repeatedly had a dream which was very similar to yours." He went on to describe a dream which was exactly the same as that of the peasant. With a shock of recognition, the peasant recognized the house which was being described in this second dream as his very own. Overcome with joy and gratitude the peasant thanked the man, and began the long and difficult journey home. Sure enough, there, behind the stove, he discovered the fortune that he had been seeking.

We, too, have a sense of being on this peculiar type of voyage, a voyage that will take us home. There are moments in our practice when we become aware of this truth. It subtly infiltrates our lives, it even finds its way into our dreams. Each sesshin is a reaffirmation, a return to our true home. It first hits us with a shock of recognition, like a chance encounter with an old friend whom one has not seen in many years. "This is it! This is what it is all about! How could I have forgotten again!"

Coming home. What a joy, what a relief! Though the way may be difficult, the result is inevitable, since it is no other than who we are.

Yet this return to what we are is no idea that we can grasp. As the koan (Ordinary Mind is the Way) goes on to say, "The Tao does not belong to knowing or not-knowing. Knowing is an illusion, not-knowing is blankness." The language and logic of everyday life have not equipped us to deal with this kind of truth. What is there in our experience that can prepare us for this? Are we "home" or aren't we? If we are not then our "home" must be somewhere else or it must not exist. If we are home then why are we so ill at ease, why is it necessary to put in all this hard work? Accustomed as we are to the use of logic as the ultimate arbiter of reality what can we make of this situation? Everything here is turned around and this turning is not towards greater complexity but back towards extreme simplicity.

In short this is a koan. Working on a koan is difficult because it is too simple. We have a pressing need to understand and this understanding often means explaining things to ourselves. It means, if you stop to consider the matter, splitting ourselves in two. What we are looking for is beyond such divisions. What we are looking for is ordinary mind.

### Ordinary mind

Ordinary mind is the pattern of our zazen, the pattern of our daily lives. It is becoming distracted and recentering, forgetting and remembering. How easy it is to forget! This may be one reason why many religions have developed elaborate rituals which are designed to help people remember. When you forget, when you have become reabsorbed in your own melodrama, sometimes you have to back off and calm down until you return to the present. What is this business of forgetting? When you forget, where are you? What are you?

Our lives are a strange combination of reality and unreality. Sometimes things make perfect sense, the kind of sense that you don't have to think about, the kind of sense that's just there. On the other hand, sometimes it is as though our lives have been choreographed by a madman. And when the madman is in control, all that we think that we have learned seems to vanish. From that point things go downhill very quickly.

Then, having been caught up in illusion for a time, there develops a need to suffer. At a particular moment, the body/mind breaks down in some way. It may come about as the result of a shock. Perhaps an illness. Perhaps we learn that a friend or relative has died or gotten seriously ill. It may arise in one of a thousand ways, but at such a time we may remember our own mortality and think about the lives that we have constructed for ourselves. We may be driven to reconsider our hopes, our fears, our plans for ourselves. We may allow ourselves to become aware of our compromises and it is natural at such a time to feel ashamed. We cannot then go on the way we were, at least not for awhile. At that very moment, at the moment of crisis and despair, do we have the strength to persevere, to stand our ground and not run away? And if we have run away, do we have the courage to see this, to return and start again?

When I was a young man in university, I had a friend called Steve. Stevie was a poet. Thin, dark, and intense, he filled life with exuberance and vitality. He hungered for love, for adventure and for poetry. Then suddenly, at the age of nineteen, a pain in the knee was diagnosed as a particularly virulent form of cancer. Stevie lost a leg and then, after battling courageously to rehabilitate himself and

regain his independence, he lost his life.

Steve remarked, when he was rehospitalized soon before his death, "The Gods want one of us." In his last year he emphasized to everyone the urgency of life, the error of delaying that which was of real importance. In one of his last poems he wrote:

*When my speck of green  
turned the brown  
of Job's dunghill  
I looked up  
to curse...  
But then I saw  
the reflection in God's eye.  
Through his kaleidoscope  
all turns are just as beautiful.*

His death was a gut-wrenching shock to his friends and, in retrospect, a gift as well. I am grateful to be able to acknowledge my debt to him.

Now, many years later, I am familiar with the rationalizations and evasions with which we run away from our mortality. That person was too fat, another didn't eat the right foods or didn't get enough exercise. Anything to differentiate their case from our own. However, at nineteen, one's defences were not in order, one swallowed one's experience raw. At that time there was no sense in which this young man was different than me. I couldn't succeed in distancing myself from the event and I couldn't make heads or tails of it. I went around asking everyone I respected; parents, older friends and relatives, "**What does this mean? How can this happen?**"

Pain and shock. These are therapies that can awaken one from the dream which one believes to be one's life.

Or else one can run away. This was the path that I chose. I chose to run to California. It was so far away, it had the ocean and blue skies. Maybe I hoped that they had abolished death in California. So I ran away from reality, but, of course, reality ran with me.

### Authenticity

Many koans begin with the question, "What is Buddha?" This question is a formula for getting at that which can never be articulated: our deepest need, our deepest reality which is always there and always pushing its way up to the surface. Zen Master Hakuin's answer is that we are all Buddha, that we are Buddha "from the beginning." This "from the beginning" is not in the past, it is **right now**. Those who are caught up by practice, have a deep confidence in this perspective, the perspective of this precise moment. This precise moment contains everything that we need. It enfolds the past and the future. Unfortunately every conscious impulse that

we have, every hope, every plan, leads us away from this moment. (Yes, even the desire for enlightenment!) Yet in the honesty of pain, in the honesty of the consuming fire of our own nature, this moment is all that we really have.

Our job is so simple and yet so difficult: to look into our own minds, now, without blocking, without turning away. This is the way, and it is the way to the way.

And what do we see when we look inwards? What do we have to guide us over this terrain which is simultaneously so familiar and so mysterious? Since we are constantly reminded by teachers that we "know," the answer cannot be far away. We do, in fact, possess an unerring sense of the authentic. This sense of authenticity is an inner beacon, a turning towards that which is real. Thus the Buddha counselled his followers to test all teachings against this inner sense when he said, "Be a lamp unto yourselves."

On the other hand we may turn away from what we know to be real. This turning away, this inner flinching, leaves us with a negative residue. Suppose, for example, that we are doing some everyday task like washing the dishes. If we value the task and involve ourselves in it with energy and respect, we are left with a feeling of accomplishment, of satisfaction. If, however, we have prejudged it as inconsequential, as something to be done as quickly as possible so that we can rush off to something of greater importance, then the whole experience takes on a negative hue. The time spent on it seems to be wasted.

### What is Real?

It is no wonder that we often feel confused, disoriented, unreal. We are bombarded every day by television, movies, and newspapers. Each one trying to arouse in us some emotion which is not our own, a false hysteria which will help some advertiser sell some product to us that we probably do not need. Surrounded by lies and manipulations we learn to distrust much of our environment. We even learn to distrust ourselves. What is there to believe in, what is real?

We have an intuition that the real exists and that it will set us free. So, we begin our search. We may start the search with books because books sometimes seem to be a window on reality. Some books give a temporary sense of satisfaction; a novel, for example, creates a coherent world. It contains an inner wholeness and we sometimes sense that wholeness to be very close to us. But we put down the book and the coherence fades. Similarly a book about psychology or about spiritual matters. It makes sense, it would seem to apply to our lives, that

is, it feels real. We underline a pertinent phrase and try to remember those magical words which resonate with something deep inside us. But we eventually put down the book, the words are forgotten or slip away. We don't have the power to become the person we feel we should be, the one that the book implies we could be, the one that the author of the book may be. In the end books are filled with stories and theories. In themselves, they are not real.

Sometimes, listening to a piece of music or looking at a painting, we suddenly feel joyful. The work of art has touched something real in us, it has evoked something that is real. Is this reality in the music, in the painting? Is it in ourselves? If it is in the music, would it be there if there was no one to hear it? If it is in ourselves, why does it take the music to evoke it? The more we attempt to capture it, the more it eludes us. Yet we spend our lives searching for it. One taste and we are hooked forever. And we have all had this taste...

There are when times it is nice to take a break from our hectic lives and go to the country. Taking a walk in the woods seems so wonderful. The sun is shining, the air is crisp, the birds are singing in the trees. There is an intense tranquility in the air. Everything is so real! A deep joy wells up from everywhere. Ah!

### Small Miracles

Sometimes, faced once again with the contradictions of our existence, faced with the battering that the sensitive person must endure in their daily lives, we break down a little. It is a kind of death, but not a permanent one. Faced with inexorable reality, faced with sickness, old age and death, there is a moment at which we give up. We are really too tired of the battle, with its endless cycle that we have repeated, it seems, so many times before. So we give up, something breaks inside us and a little miracle happens.

And what is this small miracle? We remember the light that has always been there. It is like a summer's day. Things may be hard but on a summer's day, early in the morning, when you walk through the grass, everything shimmers. If you stop to analyse it, nothing has changed, all of the madness is still there, but a little removed, in perspective. And the background changes everything. Against this backdrop, against this light, life is good. As Nansen says in the koan, "...it is like vast space. Where then is there room for good and bad in the Tao?" \*

*Hundreds of flowers in spring, the moon in autumn,  
A cool breeze in summer and snow in winter;  
If your mind is not clouded with unnecessary things,  
No season is too much for you.*

# Points de repère

Cette simple question de savoir le comment et le pourquoi de notre pratique ouvre tant d'autres questions... L'invitation de contribuer à notre publication demande donc que je m'y penche. Sans tomber dans l'anecdote, je trouve intéressant de saisir comment mes voisins de tan, silencieux à un éternuement près, partagent cette quête, ce questionnement intérieur, éminemment personnel, qui se réfléchit dans le quotidien.

Aujourd'hui je regarde mon travail (consultant en gestion et cadre d'une entreprise que je gère avec mes associés), et ne puis le dissocier du cheminement qui me lie au Zen. Cela m'amène à coucher ma démarche sur papier et poser à la fois une hypothèse sur la gestion, qui est mon lot quotidien, en la définissant en fonction de cette interrogation essentielle qui est la pratique du Zen.

J'ai tout investi, pendant mes années universitaires, à remplir ce besoin de savoir, sans d'autres perspectives à long terme que d'approfondir le domaine de la poésie médiévale, puis de la philosophie. Ces domaines recelaient pour moi quelques clefs ou pistes permettant à leur tour de découvrir des modèles d'interprétation ou des systèmes qui, à un degré encore supérieur, mèneraient à la compréhension de cet éblouissement que je ressentais - et que je ressens encore- à lire certains vers de Mallarmé ou certains textes de Heidegger.

Puis, à la naissance de notre premier enfant, j'ai porté mes pas vers des intérêts plus prosaïques mais aussi plus rentables en travaillant d'abord en politique, comme conseiller de ministres, puis au sein du secteur privé à titre de consultant en gestion. Ce goût ne m'est pas pour autant passé de saisir une forme d'appréhension de la réalité plus noble, en quelque sorte, que celle que m'offrait mon quotidien. Et ce quotidien, il était celui du perfectionniste qui n'en fait jamais assez, qui s'angoisse des angoisses des autres et qui, inévitablement, se barre les pieds et

trébuche d'avoir voulu trop entreprendre. Et au moment où je m'intéressais, essentiellement dans une perspective intellectuelle, aux écrits de Saint-Jean de la Croix, ou de Gurdjieff, et à certains textes de la littérature savante sur le Zen, je me suis tout à fait brûlé au travail, ne sachant plus reconnaître quelque aspect de ce qui m'entourait comme étant autre qu'hostile. Pendant environ six mois, tantôt au travail, tantôt en congé de maladie, je me suis démené pour trouver un remède qui puisse me relancer là d'où je venais. Cet acharnement cependant est vite devenu source de plus de frustration que de résultats concrets.

Et en un sens, tous les jours, je tire profit de ce moment difficile qui a déclenché, à nouveau, ce goût de laisser tout ce bagage abstrait de côté et de rencontrer quelqu'un qui puisse diriger cette interrogation. C'est ainsi que je me suis retrouvé à fréquenter le Centre, à en devenir membre, et de fait, à y faire la cuisine...

Comme gestionnaire, je me suis donc mis à me voir, semblable à ces vieilles dames itinérantes, trimbalant leurs immenses sacs : bouteilles vides et galoches dépareillées, un coussin et des frippes informes aux couleurs incertaines. Je me voyais accumuler, me définir en fonction de ce que je possède, de mes connaissances, des outils ou des pouvoirs dont je dispose. Un nom, un permis de pêche, une baignolle un peu défraîchie, un cellulaire, une épouse et trois enfants, une maîtrise ès plein de choses, des clients, des employés et une équipe de hockey favorite. Et encore, à l'occasion, je me sentais envahi par une vague d'angoisse, un malaise inexplicable ou plutôt que l'on se presse d'expliquer : fatigue intellectuelle, surmenage, ou ce gadget dont on n'a pas entendu parler et qui règlera ce vertige une fois pour toutes. Cette idée de lâcher prise est passée de fait à une pratique de « lâcher prise » qui ne m'a pas libéré, mais qui m'a amené plus près de mon quotidien.

Aujourd'hui, je regarde les gens avec lesquels je travaille, en cherchant avec eux à améliorer leur gestion. Ils ne sont guère différents au travail de ce qu'ils sont à la maison. Nous exprimons tous, à peu de choses près, un comportement qui nous demande de nous entourer, toujours, de nouvelles acquisitions pour nous faire oublier ces moments de vertige passagers. Qu'il s'agisse de systèmes de gestion, de la plus récente théorie ou du dernier modèle de quelqu'ordinateur de poche, on s'entoure d'éléments de confort en les prenant pour plus qu'ils ne sont en réalité; c'est en ce sens que le technologique, souvent, s'entoure du mystère ou des rituels qui étaient jadis réservés au sacré. Il me semble que dans mon cas précis je n'avais jamais pris le temps de remettre en perspective mes gestes, leur portée, leur motivation. Nous ne saisissons la réalité qu'à travers une lunette déformante.

20•

On attend en général du conseiller en gestion qu'il vienne de l'extérieur apporter des solutions auxquelles on n'aurait pas pensé. Ma pratique cependant m'a amené graduellement à ne plus (aussi souvent!) pointer du doigt les sources extérieures de mes malaises mais de les prendre en charge. Ainsi, dans mon travail de conseiller, je force ce questionnement qui sort le gestionnaire de son monde d'outils, de connaissances, pour le remettre nettement au centre même de sa problématique. C'est en ce sens que mon intervention auprès des gestionnaires ne saurait être la même chose hors de la pratique du Zen.

Le rythme du changement, me disent mes clients, ne cesse de s'accroître, du moins en apparence. Ce qui est certain, en parlant à ceux et à celles qui vivent en entreprise, c'est que la lecture que l'on fait du changement est pour le moins confuse. Cette confusion, à y regarder de plus près, est générée par l'esprit qui cherche autour de lui des points de repère sans cesse, pour amarrer sa réflexion, pour lui donner plus d'assises sur la réalité,

et de fait, pour lui donner allure de réalité. Ainsi la réflexion serait alors, pour suivre le raisonnement, source de stabilité pendant la tourmente. On se sent alors comme celui qui dans la tempête, au lieu de l'ancre, jeterait un cerf-volant.

Il est donc difficile de se situer, en quelque sorte, en soi-même. Sauf qu'au fil de mes présences au Centre de Montréal, je me suis senti plus apte à passer, sur le plan professionnel, le temps et l'énergie nécessaires pour gérer les relations interpersonnelles, pour être sensible, attentif aux dynamiques de ces relations, et pour amener mes clients à se situer hors des conventions imposées par leur organisation. J'ai senti graduellement, tant personnellement que sur le plan de la gestion, la possibilité de me situer non pas en marge des situations mais au coeur même de cette dynamique d'où on ne ressort jamais sans être différent et à la fois inchangé. C'est ainsi que le gestionnaire, l'observateur, disparaît pour être absorbé au coeur même de cette dynamique, pour se trouver inextricablement lié non plus à la chaîne des événementiels mais plutôt confronté à la chaîne de l'existence qui elle exige une réponse, ne peut accepter que l'on demeure simple observateur.

Je n'ai pas l'occasion de venir souvent au Centre, étant de l'extérieur. Visites et sesshins régulières cependant offrent l'énergie, la direction pour raffermir cette détermination et diriger les gestes quotidiens et le questionnement qui les accompagne vers la pratique. \*

# Who Writes the Poem?

Sarah's article was first published in the Zen Bow, the magazine of the Rochester Zen Center, in 1991.

*I look down that mouth  
from which poetry issues  
that dark well  
and shiver in cold air*

Poetry was one of my first practices, and at times my only practice. Turning to other kind of writing, I nearly lost the poetry entirely, but have returned to it in the last several years, and found it helpful and puzzling.

There is a mystery to poetry. Where do the poems come from? Writing a poem involves an opening, a receiving. I do not write the poem -it comes, sometimes in words, sometimes in something I match words to. Because the poem so clearly does not come from me, one of my earliest questions was "Who writes the poem?" Now as I sit looking into the question, "Who am I?" I begin to see that poems are not so different from everything else: Who hears the bird? Who thinks the thought?

Who writes the poem? I do not know. I used to envision some magic being, some higher self. The poems are wiser than I am and more beautiful; sometimes I do not even understand them. But they tell my life - my loves and joys and horror and separation. I think of Ramana Maharshi's description of the person in contact with the divine: an iron bar heated white hot. Is its glow its own light or the light from the heating fire?

There have been periods when to sit on the cushion was to be flooded with poems. I tried cutting through them, writing them down, promising to write them immediately after sitting, going into their source. When I went into the source of the poem I found excitement, a gladness. At times it was like sitting in bubbles, a carbonated fountain, with bright energy

bursting up into form. It is hard to stay in that energy because it keeps buoying up into words; it wants to sing.

That gladness moves into love. So many poems, written close to sitting or not, contain the words, "I love you," and often the words "I love you" come alone. The poet William Stafford says he writes because of the mental states poetry takes him through. I find those mental states to move into acceptance or love. The poem may begin in pain or questioning, but it usually progresses to a resolution which is calm and joyful. Sometimes the words of the poem reflect this joy; sometimes they do not. Over times one series of poems softened an attitude of horror I had towards a former relationship so that the love could become evident again. They were healing poems, and perhaps significantly, they were the poems that came most insistently in sitting.

I do not know why a poem comes. There is a sense of something pushing up into form, as grass pushes up. Perhaps like the iron bar, the mind is radiating. \*

## I Only Know

You must start by being thoroughly disappointed.  
And so I start with this:  
I only know there is a loveliness like a song  
I cannot quite get to;  
Like snow in twilight beyond a window,  
Falling in soft white against grey,  
And the heart falls with it  
Slower and slower,  
Till there is only the sound of wind,  
Only the sound of snow  
Touching the ground,  
Just so.

# La fête de M. Low

La réponse à l'invitation a été magnifique et les membres sont venus nombreux fêter M. Low, le 19 décembre dernier. Il y avait une sorte de chaleur euphorique qui enveloppait cette fin d'après-midi de décembre et le Centre en était tout imprégné. Qui a dit que le Zen devait être sombre et austère? La surprise heureuse se lisait sur le visage de M. Low et le plaisir et l'affection sur celui des membres. Nous le fêtons et nous fêtons la fête aussi.



22•

Nous devons remercier particulièrement les personnes qui ont participé à l'organisation, celles qui ont fait les téléphones, qui ont préparé des desserts, qui se sont cassé la tête sur le cadeau à offrir, qui ont couru le cadeau et les ballons dans la «sloche» hivernale et qui ont fait le tour des pâtisseries de Montréal pour dénicher LE gâteau. Finalement, toutes ces tâches furent très agréables à accomplir car elles nous ont permis, entre autres, de découvrir un véritable artiste-pâtissier qui fait ses gâteaux avec amour (Chez Toman, nous vous le recommandons), et surtout, de nous rapprocher entre nous et d'approfondir des liens d'amitié. Pour toutes les personnes qui ont participé de plus près à l'organisation, la Sangha a perdu un peu de son caractère abstrait et est devenue une réalité plus vivante et plus concrète.

Notre Sangha est «internationale» et les membres des États-Unis, d'Ontario ou du Québec,

ceux qui vivent hors de Montréal et qui ne pouvaient pas assister à la fête, ont tous contribué au cadeau avec une générosité presque déconcertante. Jeanine qui faisait office de trésorière a été inondée de



chèques et son commis de banque a dû se poser quelques questions devant le gonflement subit de son compte! Il ne pouvait certainement pas se douter que tous ces chèques étaient en réalité des témoignages d'affection et de gratitude envers quelqu'un qui nous est cher. Bref, la fête a été un tel succès qu'il n'en tient qu'à nous de recommencer l'expérience. Dans quinze ans M. Low aura 80 ans. C'est un rendez-vous!

## A Surprise for our teacher.

It was late afternoon, Sunday, December 19th, when members of the Sangha began to arrive in the Zen Center kitchen. We tried to be quiet while balloons were put up, goodies arranged on tables, and kettles filled for tea, but excitement rustled through the soon packed dining room and kitchen. Monique arrived with a giant birthday cake. Sixty-five long-stem white roses were delivered. Finally all was ready and his two grand-children, Etienne and Clara, dressed as court jesters, went up to the Low's apartment to bring down Albert.

The surprise had worked. A look of bemused wonder played across Albert's face as we greeted him and sang happy birthday in English and in French. The weeks of phone calls, letters, and secret boxes in cloakrooms, culminated in the giving of our gifts of appreciation for the care and wisdom which Albert has shared with those of us who were present and those who had sent their greetings and wishes from near and far. Thank you to everyone. \*

*« Il n'existe sur cette terre plus grand bonheur que de se laisser guider et tirer de l'avant par le Zen. »  
(Kôdo Sawaki)*

## Témoignages

Chacun de nous est intéressé de savoir comment, ainsi que le dit si bien un de nos collaborateurs, « nos voisins de tan silencieux partagent notre quête ». Le Zen Gong a donc décidé de donner la parole aux « voisins silencieux » et de publier dans ses prochains numéros une série de témoignages des membres qui seront à la fois un échange de réflexions et un moyen privilégié de mieux nous connaître. Nous vous demandons donc de lire les questions ci-dessous, de choisir celles qui vous intéressent le plus et de nous faire parvenir vos réponses. Nous souhaitons vivement que le plus grand nombre possible de membres, autant les anciens que les nouveaux, participent à cet échange.

1. Que faites-vous pour cultiver la présence dans la vie quotidienne?
2. Comment pratiquez-vous au travail?
3. Comment pratiquez-vous au sein de votre famille?
4. Après un sesshin, que faites-vous pour faciliter la transition?
5. Après un sesshin, que faites-vous pour conserver l'énergie générée par le sesshin?
6. Faites-vous quelque chose pour vous préparer au sesshin?
7. Est-ce que votre pratique a modifié vos objectifs dans la vie?
8. Avez-vous des activités artistiques ou artisanales? Est-ce que votre pratique a eu une influence sur vos activités? Est-ce que vos activités ont eu une influence sur votre pratique?
9. Qu'est-ce que cela signifie pour vous « prendre refuge dans la sangha »? Comment le faites-vous?
10. Quelles sont les lectures qui vous ont encouragés à pratiquer?
11. Comment faites-vous face à la souffrance qui arrive durant la pratique ou durant un sesshin?
12. Comment en êtes-vous venus à la pratique du Zen?
13. Avez-vous été aidés dans votre pratique par une personne ou un événement imprévu?

S.v.p., faites-parvenir vos réponses au Zen Gong (à Monique Dumont), à l'adresse du Centre Zen de Montréal. Nous vous demandons de restreindre la longueur de chacune de vos réponses à une page au maximum, double interligne. Si vous désirez garder l'anonymat, faites-nous le savoir. Merci.

## An Exchange of Views

Each of us is interested in knowing how "our silent neighbors on the tan share in our quest" - as a colleague puts it. So Zen Gong has decided to give a voice to the "silent neighbors" of the Zen Centre. We will be publishing over the next few issues a series of personal responses by members - an exchange of views allowing us to reflect on practice and to know each other a little better. We ask that you read the following list of questions, choose those which interest you the most and send us your responses. Our sincere hope is that the greatest possible number of members - both new and longstanding - will participate in this exchange.

1. What do you do to cultivate awareness in your daily life?
2. How do you practice at work?
3. How do you practice in the context of your family?
4. What do you do after sesshin to make the transition back?
5. What do you do after sesshin to keep the energy going?
6. Do you do anything before sesshin to prepare for it?
7. Has your practice affected your goals in life?
8. Do you practice an art or craft? Has your practice affected it? Has your practice been affected by your art?
9. How do you take refuge in the sangha?
10. What have you read that has inspired you to practice?
11. How do you handle the pain that arises in practice or in sesshin?
12. How did you come to Zen?
13. What help in your practice have you received from an unexpected source?

Please send your responses to Monique Dumont, at the Zen Centre address. We ask that you limit each answer to a single, double-spaced page. If you wish to remain anonymous, let us know. Thank you.

# La gratitude

Lors d'un récent teisho, M.Low a parlé des rituels, ceux qui ont été éliminés au Centre et ceux que nous avons conservés, et tout en précisant le fait que contrairement à l'opinion courante, ces gestes n'expriment pas nécessairement une attitude d'adoration ou de soumission, il a parlé de la gratitude. La gratitude, disait-il, est, avec la compassion, un des sentiments humains les plus forts et les plus nobles, et la difficulté de l'exprimer est aussi grande que le besoin que nous avons de le faire. Plusieurs rituels anciens, avant de se scléroser ou de disparaître, servaient à remplir cette fonction. C'est vrai qu'aujourd'hui, dans notre société à peu près dépouillée de tout geste collectif sacré, les occasions sont rares pour exprimer ce sentiment qu'on a même de la difficulté à nommer. Surtout lorsqu'il n'a pas d'objet précis et que l'on ne sait pas vraiment vers qui ou quoi adresser notre reconnaissance. Mais il n'en existe pas moins et il nécessite une expression. Depuis ce teisho, il m'arrive de voir d'un autre oeil les quelques rituels de salutations ou de prosternations que l'on nous demande de faire au Centre et que jusque là j'avais accomplis plutôt machinalement.

24• Mais ce qui m'a le plus vivement touchée, et ce n'était pourtant pas la première fois qu'il en parlait, ce sont les réflexions de M.Low sur la gratitude. J'ai un compte à régler avec la gratitude! Il y a des gestes que l'on pose pendant longtemps d'une façon machinale parce qu'on ne se questionne pas sur leur sens, et il y a des gestes que l'on ne pose pas bien qu'on en ressent la nécessité, souvent parce qu'ils n'existent pas dans notre répertoire et qu'il faudrait les inventer ou souvent parce qu'ils exigent de nous un effort, soit de simplicité ou d'humilité, effort qu'on n'est pas prêt à faire. C'est le cas par exemple pour la gratitude.

Depuis que je fréquente le Centre, j'ai été si souvent envahie par ce sentiment, j'ai si souvent ressenti le besoin de l'exprimer, un besoin quelquefois si pressant qu'il en devenait douloureux, et j'ai si souvent raté l'occasion ou la manière de le faire qu'il

me semble être devenue une débitrice perpétuelle. Dans la balance de ce que je reçois et de ce que je donne, j'accumule les dettes! Et c'est surtout la gratitude envers des personnes en particulier et l'incapacité de l'exprimer adéquatement qui fait mon malaise. On dit que dès qu'on s'engage sur la voie, les Bodhisattvas apparaissent autour de nous pour nous aider. C'est vrai. Pour moi, ça a commencé par la personne qui m'a donné le livre de M.Low: *Invitation à la pratique du Zen*, livre que j'ai dévoré dans une seule nuit, et depuis, je fréquente le Centre et jamais je n'ai ressenti l'ombre d'un doute sur le fait que ma place se trouvait là. Je dis que ça a commencé par cette personne, mais c'est une façon de parler, de fixer un repère dans le temps. En fait, il n'y a pas de début à cette chaîne sans fin de Bodhisattvas.

Puisque je ressens de la gratitude envers cette personne, cette gratitude devrait être assez généreuse pour s'étendre à ce qui lui a permis d'être là au moment où elle m'a aidée et on peut remonter ainsi de circonstances en circonstances jusqu'au début des temps. Il faudrait alors trouver à dire merci d'une façon assez puissante pour qu'il se répercute aux confins de l'univers et jusqu'au big bang originel! Mais après tout, n'est-ce pas ce qui se produit? Le bouddhisme zen nous montre que tout est intimement relié, qu'il n'y a ni début ni fin aux choses et que les phénomènes s'interpénètrent les uns les autres, comme dans l'image du filet d'Indra. Des billes de cristal qui se reflètent entre elles et reflètent le reflet de leurs reflets, sans limites. Dans cette perspective, il se peut qu'un merci, même chuchoté, soit efficacement entendu. Alors il y a de l'espoir et l'univers n'est pas dur d'oreille!

Oui mais encore faut-il apprendre à le dire ce merci, même s'il nous semble bien maladroit et insuffisant, et apprendre les mille et une façons de le dire. Combien de fois après un sesshin, ai-je quitté le dernier dokusan honteuse de n'avoir pas su exprimer adéquatement ma reconnaissance envers M.Low pour

le travail immense qu'il fait et l'attention précise et presque maternelle que je sens qu'il porte à chacun de nous. Et Jean. Les sesshins se déroulent avec une telle aisance dans tous leurs détails qu'on en oublie tout le travail d'organisation matérielle minutieuse que cela implique. Il n'y a à peu près rien dans ce Centre, du coussin où nous sommes assis, à la robe que nous portons, à la nourriture que nous mangeons qui n'est pas, de près ou de loin, le résultat de son travail. Et les membres. Les plus anciens, ceux qui ont travaillé à la rénovation du zendo, ceux qui prennent des tâches de responsabilité et qui par leur seule présence nous encouragent à continuer. Et les nouveaux qui nous rappellent, souvent par leur regard et leur attitude, l'importance de ne jamais perdre «l'esprit neuf» du débutant. Et les autres, ceux qui ne font même pas partie du Centre et qui contribuent à son existence. Cette revue n'aurait pas vu le jour et on ne pourrait pas la lire s'il n'y avait pas eu sur son chemin la rencontre successive de deux Bodhisattvas de la mise en page! (Je les entends déjà rire en lisant cela). Et il y a eu aussi la Bodhisattva de la calligraphie de la page couverture!

Et ainsi de suite, sans origine et sans fin, se déroule la chaîne des Bodhisattvas et le chant ininterrompu de la gratitude qui s'élève de plus en plus fort au fur et à mesure que l'on devient conscient. Le mot sanscrit pour gratitude est *krtajnatâ* et il signifie: reconnaissance de ce qui est fait. Je crois qu'il exprime admirablement le fait que la gratitude est un sentiment résultant d'un accroissement de l'attention et de la conscience que nous sommes tous inextricablement reliés. C'est aussi la raison pour laquelle, à la fin de chaque sesshin, nous chantons ce verset dans lequel il est dit que nous retournons le mérite du sesshin à Bouddha et aux différents Bodhisattvas. C'est le mérite de ce rituel de nous permettre d'exprimer notre gratitude dans un merci qui pénètre jusqu'aux confins de l'univers et remonte la chaîne des êtres jusqu'à l'origine sans origine de tous les temps. \*

# Once Upon a Workshop

A man phoned today and arranged to come by to buy a zafu. We no longer sell cushions to the general public as we are running out of kapok and having difficulty finding a further source of supply, but he said he had attended a workshop here some years ago. When he arrived he remarked that it was "difficult to find you now, tucked away behind those two new houses; used to be all open there." Then I realized how long ago it must have been that he had attended the workshop, and he agreed it was probably ten years.

We have a lot of people come to the Centre for a workshop who we never see again, and one wonders what impression was made. So I am writing this short piece about this visitor from the past. He said the zafu was for his wife; he had been sitting at home every day since that workshop and now his wife was sitting too. And then he added: "I used to be a hunter; I told your husband that when I was here and he was not very happy about it. I am not a hunter anymore; it took a little bit of time, but then I found I had to stop. Will you tell your husband that?"

These few words were like a warm gift from all those anonymous workshop people who came and went; and I would like to share them with all our members, particularly those who help each month with the workshops. \*

•25

*«Le temps est existence et toute existence est temps, c'est ce qu'on appelle «l'être-temps». Il y a des myriades d'herbes et d'êtres sur cette terre mais chaque brin d'herbe, chaque être est «être-temps». Rien ne peut être séparé du temps: chaque instant inclut l'univers entier. Nous sommes le temps.*

*Ne pensez pas que le temps s'enfuit et que l'unique fonction du temps est de passer. S'il s'enfuyait vraiment, vous seriez séparé de lui. Tous les êtres en ce monde sont liés les uns aux autres dans l'instant et parce que tous ces instants sont «être-temps», ils sont aussi votre «être-temps».*

*Dogen (1200-1253)*

# Bodhidharma's Discourse on the Twofold Entrance to the Way

**E**ntering Through Inner Truth. (Using the Teaching to awaken to the source)

There are many ways leading to the Tao, but essentially they can all be subsumed under two categories. The one is "Entrance by Way of Reason" and the other "Entrance by Way of Conduct."

All sentient beings have in common the one True Nature, which does not manifest itself clearly in all cases only because of our fascination with objects through erroneous thoughts. If one abandons the false and returns to the true, resting single-heartedly and undistractedly in pure contemplation, one will see that there is neither self nor other and that the holy and the profane are of one essence will become obvious. Steadfast and resolute one will no longer be a slave to wrong thinking. This is to be one with inner truth, free from discrimination, still and nameless. This is called "Entrance by Way of Reason."

**E**ntering by Way of Conduct. (The way of the four practices)

26•

## The practice of the repayment of debts

If a follower of the way falls into any kind of suffering or trial one should think and say thus: "During countless past ages I have abandoned the root and gone after the branches, carried along on the restless, bitter waves of the sea of existence, and have, because of this, created endless occasions for hate, ill-will and wrong-doing. The harm done has been limitless. Although my present suffering may not be caused by any wrong-doing committed in this life, yet it is the fruit of my errors in a past existence which happens to ripen at this moment. It is not something which men or gods have given to me. Let me therefore take, patiently and sweetly, this bitter fruit of my own making without resentment or complaint against anyone or anything."



When this way of thinking is awakened the mind responds spontaneously to the dictates of Reason, so that this can even help one make use of other people's hatred and so turn it into an occasion to advance toward the Tao. This is called "The rule of the repayment of debts."

## Seeing everything as interpenetrating

Sentient beings have no selves, but become what they are because of their past thoughts and deeds. The mingled yarns of pleasure and pain are woven from threads of conditioning causes. Both suffering and happiness come out of the total situation: if we fall on good times or on bad, we must realize that these come from all that has been. We encounter one or the other now, but when the total

situation changes it will be no more. If the wind of joy and the gale of sorrow do not arise one is in accord with the way. Therefore let gains and losses run their natural course according to the ever-changing conditions and circumstances of life, for the Mind itself does not increase with success nor decrease with failure. In this way self complacency will not arise and the mind will remain in secret harmony with Tao. It is in this way that we must see everything as interpenetrating.

### The way of non attachment

People of the world are always mixed up, craving everything, grasping all the time. This is called attachment. The wise awaken to the real and turn from the search for experience. Relying upon inner truth they are one with the world. Flexible and adjusting to all conditions, seeing into the emptiness of all things, they are freed from the myriad states and there is nothing to be wished for, nothing to take joy in. Along with this, the darkness of "meritorious deeds" is done away with forever. Dwelling in the triple world is like living in a house that is on fire. Anyone who has a body suffers - who can ever find peace? When this is thoroughly understood, one is no longer attached to the different states of mind and there is no more seeking. The Sutra says, "All who seek suffer." If there is no seeking, there is only peace and one acquires all the merits and virtues of goods actions, although in fact there are no such merits.

### The rule of acting according to the Dharma

The Dharma is nothing other than Mind which from the beginning is pure. Pure Mind is the Formless form of all Forms; it is free from all defilement and attachments, and it knows neither "self" nor "other". As the Sutra says, "In the Dharma there are no sentient beings, it is free from the stain of sentient beings. In the Dharma there is no self; it is free from the stain of the self." When the wise have penetrated this truth they may live in harmony with the Dharma.

As there is no trace of weakness in the whole body of Dharma, so the wise are ever ready to put their lives, their bodies and properties at the service of compassion, never ceasing to be open, generous, giving and gracious. Having thoroughly penetrated the nature of emptiness, they are no longer dependent upon, nor attached to, things or thoughts. In their work of saving all sentient beings, their sole motive is to free sentient being from their bondage and while they are among sentient beings they beware of possessive love. In this way, they uphold the Way of Awakening. As with the virtue of giving so with the other *paramitas* (patience, courage, energy, steadfastness of mind, aroused mind.) The wise practice the *paramitas* in order to sweep away all tangled thoughts, but they are not aware of doing so. This is acting according to the Dharma. \*

## Abonnement au Zen Gong

(Remplir en lettres moulées, S.V.P.)

NOM \_\_\_\_\_

PRÉNOM \_\_\_\_\_

ADRESSE \_\_\_\_\_

(Ville) \_\_\_\_\_

(Prov.) \_\_\_\_\_ (Code postal) \_\_\_\_\_

TÉLÉPHONE : Rés. (        ) \_\_\_\_\_

TÉLÉPHONE : Bur. (        ) \_\_\_\_\_

Abonnement régulier   
(15.00 \$ par année)

Abonnement de soutien   
(20.00 \$ et plus)

Adresse de retour :  
Centre Zen de Montréal  
Service des abonnements  
a/s Janine Lévesque  
824, Park Stanley  
Montréal (Québec)  
H2C 1A2

Veuillez retourner ce formulaire, accompagné d'un chèque à l'ordre du Centre Zen de Montréal.

Now available in English

## The Butterfly's Dream

*In Search of the Roots of Zen*

*by Albert Low*

20.00 + postage

Also available by Albert Low

In English:

Zen and Creative Management	13.50
The Iron Cow of Zen	13.50
An Invitation to Practice Zen	13.50

En français:

Une Invitation à la Pratique du Zen	15.00
Le Rêve du Papillon	20.00
Le Zen au service du Management	30.00

---

Whether going out or returning act with full awareness; whether looking ahead or looking around, act with full awareness; whether bending your arm or straightening it act with full awareness; in straightening the cushion, in descending the stairs, in serving the food act with full awareness; whether eating or drinking act with full awareness; whether walking, standing or sitting, whether resting or awake whether talking or silent, act with full awareness.

(Albert Low)

---