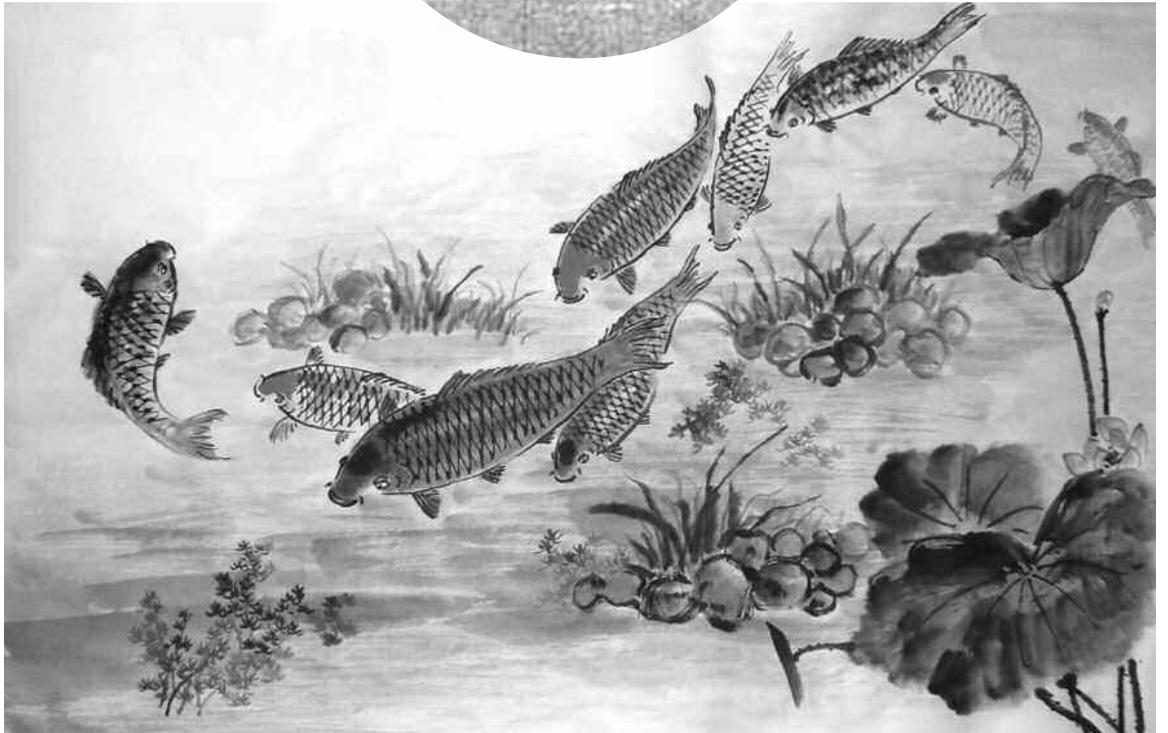


Happy Birthday



"The angler dangles his line in the green water to find out whether a fish is feeding. If there is a hungry fish, it will certainly come to the baited hook."

(The boat master)

"When I let down a thousand feet of line, I expect to hook a dragon at the bottom of the deep pond but I do not want to catch a small fish."

(The boat master)



Wonder

I was listening to one of your teishos and suddenly this sentence struck me: “My years of practice have restored in me the sense of wonder.” How lucky I am to know someone who can say that with true authority; how grateful I am to have access to your teishos and to your books which are suffused by this sense of wonder, to work with you during those long, sometimes agonizing, hours of sesshin, to meet you in dokusan, and to trust you.

We learn only from people we trust. To meet a living tradition or an authentic teacher is a very rare opportunity, it is said. I have met both. This is the gift that life has given to me. With you, this practice has opened into dimensions I didn’t suspect at the beginning. Yet, it was what I was searching for- a life exploration. What I didn’t suspect was the scope and depth this exploration could take. And the magnificence of it. It is endless.

“What would it be if human beings are not just machines?” You ask this in all kinds of ways, to shake us up, to overcome the inertia of our minds, to awaken our wish to regain our true dignity, and to help us taste the miracle and the mystery of it all... the *impossibility* of it all, as you say.

Thank you M. Low for always pointing to this impossible with your impossible questions, for your faith in us, in spite of us, and for your contagious capacity for wonder. May you teach as impossibly long as Joshu. That is my wish for you (us) on your birthday.

Monique Dumont

On the Occasion of Albert's 80th Birthday

Thirty years or so ago I was on the Directing Committee of a group called the Montreal Zen Centre, an affiliate of the Rochester Zen Centre, when the group leader, a fine fellow by the name of Shoel Schuster, announced he was moving to Toronto and that a couple named Albert and Jean Low who were on staff at Rochester were coming to Montreal to direct the Montreal centre. The rest, as they say is history. A fire swept into Montreal at that time, an intensity and commitment, a oneness of purpose, that is so unusual in this age of distractions. The fire was too intense for many, wonderfully warming and heartening for the fortunate few who stuck around.

This is not about personalities; this is not about buildings and gardens, about structures and routines. It is so different from our usual way of understanding ourselves and the world; it is a challenge to all of our comfortable habits. It is so disturbing! It is beyond practice itself. It is a way of being that is very, very old and as new as this moment. It is always present but appears clearly only every so often. It is everyday mind, without a thing added. How extraordinary!

Something has been going on in Montreal in these decades with Albert Low— something so significant and so unusual. Montreal nurtured Albert and allowed him the space to express his vision; Albert in turn revealed this pearl of infinite worth. Don't you see it? It is there right in front of you. To pick it up requires your entire being, your entire life. It is beyond gratitude. It is no more than the tear in my eye, no less than my life.

Bill Byers



Une anecdote

C'était il y a très longtemps au tout début du Centre Zen de Montréal.

La propriété de la rue Saint-Hubert venait juste d'être achetée et nous avions une fin de semaine de travail. Il y avait beaucoup de travaux à effectuer pour rendre la maison habitable pour les membres résidents qui étaient environ une dizaine incluant Albert et Jean. Une autre tâche très importante était de faire le ménage de la petite bâtisse qui deviendra le zendo.

Nous étions au moins une quinzaine de membres présents pour cette journée de travail. Albert coordonnait les opérations et mettait aussi la main à la pâte. Quelque part dans l'avant-midi j'ai appris qu'il s'était blessé en marchant sur un clou. Je suis allé le voir pour vérifier ce qui venait d'arriver et effectivement il s'était enfoncé assez profondément un clou tout rouillé dans le pied. Il s'était enroulé un chiffon autour de son pied et il continuait à travailler. Je lui suggérai d'aller à la clinique ou l'hôpital le plus proche pour être examiné et soigné, mais il refusa catégoriquement. Jean-Claude, aussi présent, lui mentionna le risque d'infection de sa plaie mais il ne réussit pas à le convaincre non plus. Albert nous dit qu'il irait à la fin de la journée de travail et pas avant. Je ne me souviens pas de ses paroles exactes, mais il ajouta qu'il considérait qu'il était plus important de s'occuper des travaux que de son bien-être personnel.

Voilà une anecdote qui démontre bien la très grande détermination et la conviction qui l'habitent.

Je le remercie pour son dévouement. Aujourd'hui encore il continue à se dévouer pour nous tous.

Merci de tout cœur.

Jacques Lespérance



En mai 1982, j'emménageais au Centre. Il y avait à l'époque une dizaine de résidents. Ce séjour m'a permis de persévérer dans ma pratique; le groupe m'a aidé à poursuivre malgré des bourrées d'angoisse qui m'assaillaient souvent après les sesshins, surtout quand nous revenions des retraites difficiles de Rochester. J'y suis resté deux ans. J'ai été chanceux de vivre au Centre avec des gens sympatiques et compréhensifs. Mais j'ai surtout été chanceux de côtoyer Albert au jour le jour, de vivre au quotidien avec lui: faire la vaisselle, aller nager au Centre Claude-Robillard, tondre le gazon, prendre le thé. J'ai connu l'homme ordinaire et le maître au tout début de ma pratique. J'avais d'abord idéalisé le maître, puis le quotidien m'a montré l'homme ordinaire.

Et l'un ne va pas sans l'autre, évidemment. Albert n'a jamais joué au "maître spirituel". "Zen is not a game!" lance-t-il parfois. Voilà pourquoi nous pouvons entrer tout de go dans la salle de dokusan, d'un seul élan, et saluer cet homme ordinaire, qui lui non plus n'a rien à cacher. Merveilleux!

Roch Denis

One day Albert and Jean went for walk at the very end of the metro line and came back to the MZC on Marlowe Street in NDG and told all us residents that they had found the new Zen Centre. It had an old school house that dated back well over 100 years, and it had a swimming pool, and a huge yard that needed a lot of mowing.

Albert and Jean poured energy into building the new Centre on Park Stanley. So many things changed – eventually even the pool went – believe it or not, that was a tough decision! The school house was taken apart down to the joists. And the staircase had tiny steps from the early days and didn't match code – so Albert figured out how to build the stairs to rise the correct distances, by introducing the landings.

The sittings and the ceremonies awakened the vibrations of that old schoolhouse. Polished wood where there had been cobwebs ... fresh paint where there had been scratches ... sun where there had been shadows ... we took that place apart and rebuilt it until it shone.

So Albert takes us apart and works with us to build and to rebuild. It doesn't really matter what steps and confusion and breaks we have along the way – and there are many, many of those. It is all dark and a mystery. Albert never stops working on building the Zen Centre – which is all of us.

Albert: for all your patience and understanding and willingness to work with us to keep tearing apart the rotten wood to find the strong foundation that does not shake and is not thrown by the winds – thank you.

For your intense efforts to communicate difficult concepts that suddenly open into the clarity of reality and ease of action – difficult only because the wood is twisted and jammed into small and misshapen spaces, and does not easily unwind – thank you.

And for your readiness to keep at it when the wood springs back suddenly, without warning, because it is old and stiff – thank you.

And finally, for light where there was darkness, and for energy where there was dust, and for joy where there were tears, thank you.

Michael Katz

In Appreciation

Looking back, it was at the end of a weekend sitting at the Toronto Zen Centre in the mid-70s, when I first met Albert and Jean. I was asked to give them a ride to the train station on my way out of town. It's been well over 30 years now, with some challenges and much friendship along the way. One early memory stands out. In October 1980 Albert and Jean were at a 7 day sesshin in Rochester and near the end of the sesshin my father died. When they arrived back in Montreal after the long drive from Rochester there was a message waiting for them regarding my father's passing. Within hours they were back on the road for the 3 hour drive to Kingston. At my request, Albert spoke at the funeral service, making comments that were sincerely appreciated by relatives and family friends. This gesture and their participation was a wonderful demonstration of friendship, compassion, and commitment. It gave meaning to the phrase 'take refuge in Sangha'.

Compassion and commitment permeate Albert's teaching, along with great wisdom of course. I have always been grateful for the quality of his teaching and the decades of effort behind it. Fortunately, Albert is willing to continue this effort for as long as he is able. It is a privilege to be able to benefit from a teaching grounded in genuine insight, and made richer by breadth of knowledge and depth of experience. Just as valuable personally has been his patience, faith, and acceptance.

Many articles and books are a significant part of Albert's teaching but, despite his command of the language, the meaning of the word retirement has eluded him so far. May that one blind spot continue. Albert would be the first to say that Jean has been essential to the decades-long effort. I can't write this appreciation without acknowledging her many, not always visible, contributions in support of Albert, the centre and the Sangha. Deep thanks, and a bow to them both, for everything.

Alan Travers

Maître Albert tient zendo au bord de la rivière
Tout le jour, les grillons
Toute la nuit chantent les grillons
Maître Albert tient zendo au bord de la rivière
Tout le jour, zazen
Toute la nuit, zazen
Ah ! Comme il est précieux ce temps qui fuit
Tout le jour, zazen
Toute la nuit, zazen
Ah ! Jamais temps n'aura été si précieux
Que pendant les teishos du vieux
Tout le jour, les grillons
Toute la nuit chantent les grillons
Maître Albert tient zendo au bord de la rivière

Christian Lamontagne

Derrière le sourire chaleureux du maître

L'on raconte qu'aux temps anciens du Zen, les moines devaient parfois voyager pendant de longs mois, souvent dans de dures conditions, avant que d'arriver, épuisés et meurtris, aux portes d'un monastère. Là, ils étaient accueillis par des insultes et des coups, sommés de passer leur chemin, laissés à eux-mêmes sans nourriture et réconfort d'aucune sorte. Seuls les plus désespérés, qui n'avaient nulle part ailleurs où se tourner, restaient. Sous la pluie, le froid, la neige ou le soleil cuisant, ils restaient. Au bout de quelques semaines, il leur était enfin permis d'entrer.

Bien sûr, il n'en va plus ainsi de nos jours. Au Centre Zen de Montréal, l'on s'inscrit à un atelier d'introduction et, dès ce moment, sans autre préambule, l'on rencontre le directeur et maître. Un thé est même servi aux aspirants et visiteurs. Malgré tout, très peu d'entre eux resteront plus de quelques semaines. Comment auraient-ils pu en effet savoir que, derrière le sourire chaleureux du maître et par-delà sa bienveillance et ses encouragements, la gueule d'enfer du lion les attendait, grande ouverte, prête à dévorer leur cœur ambitieux? Les choses n'ont pas tant changé.

Avec notre bon maître, aujourd'hui âgé, seul(e)s les plus désespéré(e)s restent encore. Un jour de plus, quelques pas encore, une autre respiration ... Derrière le sourire chaleureux de monsieur Low, le lion d'or veille toujours sur ses enfants. Puisse-t-il rugir encore longtemps en chacun de nous.

Louis Bricault



Cher monsieur Low,

Lors de l'atelier d'introduction vous avez dit que le Dharma était le cadeau le plus précieux et qu'il n'en tenait qu'à nous de le laisser fructifier. Puis un jour vous avez posé trois questions. Ce n'était certes pas les premières mais il y avait quelque chose de solennel dans celles-là malgré leur simplicité.

En retournant méditer sur la réponse que j'aurais à donner je me suis dit : « Ça y est, c'est du sérieux maintenant. » Je ne vous ai pas caché ma peur. Je n'aurais pu le faire de toutes façons. Pourquoi fallait-il donc que je passe par ce chemin ? Il le fallait pourtant, je le savais.

Je me souviendrai toujours du sourire que vous m'avez rendu lorsque, surnageant à mes larmes, je me suis soudain permis un brin d'humour en forme d'acceptation. C'était une ouverture chaleureuse. C'était le monde immense qui me souriait.

Je tiens à vous remercier pour tout, pour votre compassion surtout et pour votre patience aussi. Le seul cadeau que je peux vraiment vous offrir pour votre anniversaire c'est mon intention de continuer à travailler le mieux possible à laisser fructifier ce présent du Dharma.

Bon anniversaire !

Alain Lachapelle



The afternoon of the second day of my first sesshin I came into dokusan in a state of total desperation, feeling as though I could not go on any longer. I had the worst headache of my life and my back and neck were one solid, unrelenting spasm of pain.

“You’re holding your chin up,” Albert said, and showed me how to relax my neck and let my chin fall. “It’s from tension,” he added. “Probably lots of rage and grief. And you may need to raise your cushion a little bit.”

I went back to the meditation hall kind of shocked. How could he presume to know what I was feeling? But, then for the next two days, rage and grief, rage and grief, rage and grief.

I went into the next dokusan feeling much better.

“You saved my life,” I told him.

“Too bad,” he responded sadly. “I wish I hadn’t.”

That’s when I knew that I had a long way to go.

Fred Bloom

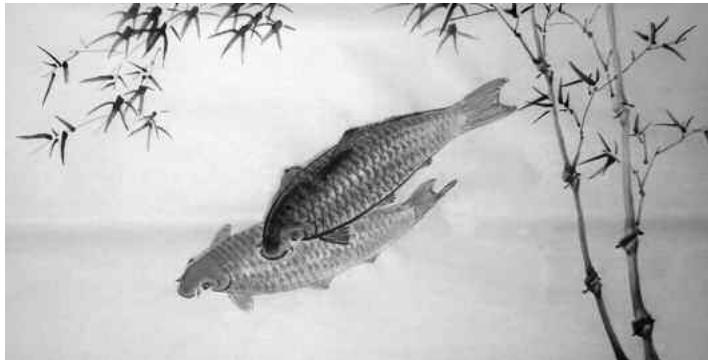
Cher Monsieur Low,

Ma rencontre avec vous il y a bientôt trois ans a été pour moi d'une grande importance. De nombreuses années de recherche personnelle m'avaient conduit dans un cul-de-sac. Tout était alors remis en question et j'arrivais à un moment crucial de ma vie.

Et voilà qu'une porte s'est entrouverte. Avec votre aide, il y a eu une prise de conscience de la tension en moi qui vient de vouloir « faire », trouver une « formule », une « recette », un « goût », une « expérience ». Sous votre influence subtile, comme une invitation, il y a maintenant la découverte graduelle et sans contrainte de « Qui suis-je ? » et du sens profond de ma démarche.

Je vous suis profondément reconnaissant et, à l'occasion de votre anniversaire de naissance, je vous fais mes vœux les plus sincères de santé et de longévité.

Robert Godin



Une infinie reconnaissance

« Il faut maintenant, sans répit, te poser la question :
'qui suis-je ?'... ! » C'est sur ces paroles exigeantes, Monsieur, que vous m'avez quittée après 2 jours d'une sesshin stoppée brutalement, au cœur de la Drôme, par une tempête de neige automnale... !

Il y a 7 ans de cela, 7 ans que depuis, 2 à 4 fois par an j'arrive de France pour participer à la vie de la sangha de Montréal et vous rencontrer. Je ne saurais jamais assez vous remercier pour l'accueil attentif et affectueux que vous me réservez chaque fois ainsi que pour les encouragements que vous me prodiguez sans cesse par vos mails lorsque je me retrouve à 6000 kms, si loin de vous...

« Tu n'as pas 80 ans » m'avez-vous écrit il y a 2 ans alors que je fêtais mon propre anniversaire à Montréal. Aujourd'hui, je ne peux que vous redire cette phrase que, grâce à vous, je commence seulement à comprendre ... !

Permettez moi de déposer devant vous, comme une immense gerbe de fleurs, ma gratitude infinie et ma profonde affection.

Aliette Bruyère



In gratitude for sesshin:

During sesshin, we are each alone with our selves and with our teacher. Albert guides and supports, lights the way, brings us up short when we stray, is close beside us at all times – a source of light to guide us through.

Thank-you dearest Albert for each and every sesshin, and for each moment of each sesshin, for each teisho and each dokusan, and for your infinite compassion for each one of us struggling souls.

Jacqueline Vischer



“Why are you here?” Albert often asks this question, urging us always to come back to this. Though I know this isn’t how his question is meant, he was the one who really inspired me to start practicing, and it is his guidance that has kept me going since then. Thank you, Albert, for bringing spirituality to life for me.

Raghu Rajan

Le regard pénétrant du maître traverse le cœur de l'élève. En sa présence, l'authentique est palpable et vains sont les mots superflus. La parole du maître parle au cœur de l'élève. En sa présence, le monde est monde et le chant des oiseaux emplit mon âme.

Avec le recul des années, je m'aperçois combien l'enseignement de M. Low a profondément transformé ma vie. Je me souviens d'une sesshin où je me sentais particulièrement éprouvée par certaines circonstances. En dokusan, une seule phrase de M. Low a soulevé le voile et j'ai alors pleinement saisi la signification du troisième vœu : *Les barrières infinies du dharma, je fais vœu de franchir*. J'avais le choix, je pouvais ne rien faire et pleurer ou je pouvais ouvrir cette porte qui se présentait à moi.

Depuis lors, cette image m'habite. J'y puise force et courage. Elle me permet d'appréhender la vie avec joie et reconnaissance.

Joyeux anniversaire Monsieur Low!
Les mains en gassho, je vous dis : merci.

Nicole Jaouich



Cher M. Low,

Lors d'un des premiers dokusans que j'ai eu avec vous, vous m'avez dit, avec une autorité qui ne laisse aucune place au doute, quelque chose qui m'a profondément marqué : « tu ne sais pas qui tu es ». Me dire ça à moi qui suis psychologue et qui ai étudié plusieurs années les méandres de l'esprit humain, c'est un peu fort ! Je confondais bien entendu la personnalité et l'esprit humain. Mais au-delà de l'ego secoué, je sentais bien que vous aviez raison. Si je me présentais à un centre zen, il devait bien y avoir une insatisfaction profonde dans ma vie, un sentiment d'incomplétude douloureux en dépit d'une vie en apparence réussie. C'est alors que votre affirmation est devenue un puissant moteur de mon développement spirituel qui s'était arrêté le jour où je me suis fait une idée sur moi-même. J'ai su de suite que votre «tu ne sais pas qui tu es » n'était pas une insulte à mon intelligence. C'était une exhortation à chercher au-delà de l'idée figée que je me faisais de moi-même, même dans le noir le plus total de mon confort et de ma souffrance (c'est la même chose). J'ai compris que je n'étais pas un pauvre taré qui s'ignore lui-même, mais plutôt un être parfait, absolu ... qui s'ignore lui-même. C'est déjà ça de pris ! Il devenait impératif que je cherche et cette recherche, cette quête, est devenue par elle-même la réponse à ma question. J'ai souvent voulu vous retourner la question : qui êtes-vous ? , pour me rendre compte que c'est la même question. C'est pourquoi, les lundis matin quand je viens faire du jardinage et que je vous croise dans le jardin, il est suffisant de dire : « Good morning Mr Low, how are you this morning ? » Et vous de répondre, si le ciel est gris : « Do you think it will rain today ? »

Je n'ai rien à vous souhaiter pour vos 80 ans qui ne serait pas un peu le souhait que je me fais à moi-même : vivez encore longtemps !

Yves Piché

When you were, by my calculations, about 60 years old, Albert, you said that you reckoned you had fifteen years of teaching left. How wonderful that you are still so active and alive in your teaching and leadership at 80!

I want to recount a teaching that you gave that I am sure you never even realized. The reason I wish to 'return' this to you on your eightieth birthday is that it has had such a large impact on my practice.

It was more than ten years ago now. I was carrying a tray of kitchen utensils up to the second floor during the work period. I passed right in front of your study at the exact same moment as you were coming out of the door. It was a collision in more ways than one. You grabbed my arms with both hands and no damage ensued, except that the feel of that grab changed my practice forever.

So what was it in that grab, I asked myself? By now I would say it was the 'feel' of presence—alert, alive, exact, beyond thought or words. I carry that example with me to this day - with gratitude for this and many other teachings, and love for the teacher who gives it.

All good wishes,

Sharon



*« Les mots qu'on n'a pas dits
sont les fleurs du silence. »
-Proverbe japonais*

Un jour j'ai rencontré un homme et il m'a tout donné. J'aimerais lui dire merci, mais j'ai peur de souiller ma gratitude. Que faire, sinon moi aussi, tout donner ?

*Des larmes, dans mes yeux sans arrêt
Pourquoi ? Pourquoi ?
L'automne pas même arrivé !*

Guy L.



Musique des pas

Printemps. La nuit est noire. Les oiseaux ne chantent pas encore. Une porte glisse. Des pas montent l'escalier traversant l'espace du Zendo : enfilades de noires fortes et paisibles. Le dos s'arque !

Été. L'air est vibrant. Une voix rugit. Les poils se dressent. Des pas feutrés glissent sur le trottoir.

Automne. La pluie papote à la fenêtre. Un petit son étouffé accompagne celui des pas : noire croche-noire. Le cœur se contracte !

Hiver. Le vent souffle toutes traces. Le silence insiste ...

Avec toute ma gratitude,

Marielle Robitaille

This was the first memory that came to mind when we were told of this issue dedicated to Albert:

About 20 years ago, early in a 7-day sesshin, we received word that our beloved black labrador Amos, had died. At this time, Albert was coming to our home in Austin, TX about 3-4 times a year to lead 3 day sesshins and he knew Amos well. Along with Albert, we used to comment on the way that Amos accompanied sesshin participants to dokusan. Albert took the phone message that Amos had died and he informed us of this news. Later that same evening at the end of Dokusan, we were tapped and instructed to go to the Dokusan room. Neither one of us knew what this was about. Albert greeted us both and asked us to come in. When we entered the Dokusan room we saw that Albert had set up a full altar in honor of Amos. He then led us through a brief funeral service for Amos. We will never forget this kindness.

Michael Biechlin and Cary Tucker



Je suis venu au Centre Zen dans l'espoir que cette pratique m'apporterait les outils nécessaires pour devenir plus fort. Je nourrissais l'ambition de devenir quelqu'un, d'être numéro un. Bref, d'avoir un Nom! Lorsque M. Low me proposa le koan "Qui suis-je", je ne réalisais vraiment pas qu'au lieu de m'édifier un "Nom solide" j'affronterais dokusan après dokusan la douleur du "Non" !

Aujourd'hui, même si je réponds toujours à l'appel de mon nom je sais de moins en moins "qui je suis", mais "je suis" de plus en plus. Je ne sais de combien de vies j'aurai encore besoin pour bénéficier à sa juste mesure du pouvoir purificateur de ce "Non" prononcé lors du dokusan. Tout ce que je sais, c'est que je vais continuer de pratiquer encore et encore et d'aller au dokusan. C'est aussi ma façon de vous dire "merci" monsieur Low !

Jean-Guy Beaudet



Vision éclairée, authenticité, patience, respect, la liste des qualificatifs pourrait s'allonger pour rendre hommage à ce maître exceptionnel qu'est Monsieur Low.

Combien de fois je me suis senti poussé dans mes derniers retranchements (à chaque fois je crois que ce sont les derniers) mais toujours avec cette compassion non teintée de paternalisme qui est la marque des grands maîtres.

Merci de nous enseigner la voie. Merci de m'apprendre, entre autres, à ne pas nourrir mes fantômes.

Pierre Gougeon

A Tribute to Albert Low

When I was a young man, in early adolescence, my greatest joy was to hurry home from school to read the legendary books of Dr. Doolittle. As you may know, Dr. Doolittle could talk to the animals. One of his stranger animals was called a 'Push-me Pull - you'. It was a 4 legged animal with two heads-one at each end. Whenever the Push-me Pull-you contemplated some action, its two heads would begin to advance forward, but, in opposite directions. As a consequence of this conflict, the animal would not move. It stood or sat still trying to deal with this constant, immobilizing tension; trying to see what it was really about...

My greatest tribute to Albert Low is, that with his help, I have slowly turned into a 'Push-me Pull-you'. I have slowly learned how to sit still, with the tension, to see what is going on or just to look without anything else. Maintaining the tension, or taughtness, is certainly hard work, but one might say 'a labour of love' I am forever grateful for the privilege to find that this is my home.

When Albert accepted me as one of his students, I was so proud and enthusiastic! At first I went to many sesshins both in Montreal and Rochester. As time went on though, I suffered (as others did, even more) from my snoring. I had some panic attacks and had to leave sesshin. Albert and Jean did all they could to accommodate these things. But I could see that it was quite disruptive and felt that 'sesshins' were not for me somehow. I would have to find some other way.

Graciously, Albert allowed me more private interviews, dokusan over lunch, real friendship with a huge twist of wisdom. He maintained a watching brief over me, always at hand. I still felt like his worst student. But, you know, I'm still his student, still grateful.

At one end, I have found his intellect and insight quite awesome; on the other hand his love and compassion have been so compelling. He has been my teacher, counselor, patient, mentor and friend. How could one not love and deeply respect such a man? Happy Birthday!

Don Salmon

C'est à l'aube de l'an 2000 que j'ai appris pour la première fois l'existence de Monsieur Low. À l'intérieur de quelques mois, j'assistais à un atelier à la fin duquel je l'approchais, et déjà savais que je voulais m'engager dans une relation d'élève à maître. À cette étape-là de ma vie, près d'aborder la cinquantaine, nourrissant depuis longtemps le désir qu'un jour il me soit donné de faire une telle rencontre, un sentiment d'urgence m'habitait. Il fallait que cette rencontre soit définitive. Ma reconnaissance à votre égard est totale.

Jacinthe Arpin



Aux moments les plus sombres de ma vie, M.Low a toujours su quoi dire pour m'encourager et dans un sens alléger mon fardeau. Le mot merci est bien terne en comparaison de ce que je ressens.

Merci

Pierre Sauvé



Cher maître,

Il me semble parfois qu'un certain nombre de nos échanges s'apparentent au judo où l'on cherche à utiliser la force et l'élan de l'adversaire pour le déséquilibrer et le faire tomber. C'est comme ça que je me retrouve souvent par terre au sortir de dokusan en sesshin. En voici un exemple.

Premier dokusan : Je dis comment je cherche à ne rien déranger de ce qui est présent. Vous dites : « Magnifique! Tu es à la porte. Maintenant, passe à travers cette porte. » Je sors, encouragé, pensant que je suis au bord de l'éveil et qu'il me faut intensifier ma pratique. Je suis aussi bouleversé en me rappelant la phrase de Saint-Augustin : « Tu ne me chercherais pas si tu ne m'avais déjà trouvé. »

Dokusan suivant. Je dis que je m'efforce d'accueillir tout ce qui est là. Vous répondez que l'affirmation ferme l'esprit alors que l'interrogation (*the questioning*) l'ouvre et que l'interrogation c'est comme une supplication. Je repars déconcerté. Je me rends compte que je faisais fausse route. J'avais subtilement l'attitude de celui qui sait plutôt que de celui qui interroge. J'étais trop dans le « je » et pas assez dans la supplication. Ne dit-on pas que l'homme propose et que Dieu dispose? On ne peut sûrement pas prendre Dieu d'assaut. Je me réajuste.

En fait, mon image du combat de judo ne tient pas, car j'ai pu vérifier maintes et maintes fois que votre intention n'est pas de me faire tomber, mais plutôt de me ramener au cœur de la pratique de Mu. Je suis à la fois celui qui cherche et celui qui sait, à la fois le moine et Joshu. Et vous veillez avec compassion à ce que je ne m'égaré pas en oubliant une de ces deux positions.

Cher Albert, merci d'être là, fidèle au poste, toujours alerte malgré les maux du vieillissement. Je vous et nous souhaite encore plusieurs bonnes années de présence attentive parmi nous.

Jean Gagnon

Il y a quelques années, M. Low est venu à Québec. Un jour de septembre. Ce fut pour moi un jour mémorable. Je m'en souviens comme si c'était hier. J'avais lu quelques mois auparavant son livre : « Le rêve du papillon ». Je pense que le papillon, ce jour là, s'est rendu compte qu'il était en vie. J'ai été émue par la présence physique de M. Low.

De voir un être humain normal, vivant, irradiant tant de calme et de BONTÉ ! Je pense que c'est sa bonté qui m'a remuée jusque dans le fond de mes entrailles.

J'étais ébahie !

Je l'écoutais discourir, et j'avais la sensation que tous les mots qu'il prononçait, je les connaissais par coeur, comme s'ils étaient miens. Ça résonnait en moi. Et quand nous avons été initié au zazen, face au mur, ce fut pour moi une « révélation ». C'est là, « ici et maintenant » que ça se passait. Plus moyen de se défilier. Découvrir ce face et face et sentir qu'enfin on arrive quelque part après toutes ces années d'errance.

ARIGATÔ M. Low ! Infiniment, jusqu'à la fin des temps, MERCI !

Martine Quirion

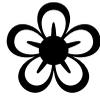


Song For The Tillerman

A dark heartshaking journey into night:
at the pier, no boat -
or else a dory with a broken oar.
In my midnight coat pocket, one
little shapeless coin- in my sight
no ferryman to take it, nothing
but a dim carp circling, dun
mouth opening then closing like
a hand reaching wanting nothing.

The sky null without horizon, that sky
without a single living star- just one high
solitary hunchbacked moon,
bent body bowed and lone lidded eye
burning open like a newborn sun at noon.

Marie Lloyd



Il y avait une chambre avec un grand lit.

Presque rien dans cette chambre. Une petite table artisanale en métal, toute simple, délicate et étrange avec ses trois pattes. Une chaise ancienne, bien droite contre le mur où était fixée une lampe. À la fenêtre, un long rideau de lin foncé - presque opaque - prêt à être glissé sur la lumière crue.

J'aimais cette chambre, j'y serais restée.

“Vous cherchez la paix à l’extérieur de vous-même” m’a dit Albert, un soir où j’allais chercher auprès de lui quelque chose à espérer. La pièce du dokusan était sombre, mais aussi son visage. Où était-ce parce que j’avais oublié mes lunettes?

À bien d’autres reprises, c’est avec un sourire bienveillant qu’il m’avait accueillie, qu’il m’avait patiemment écoutée. Et qu’il avait compris ce qu’une fois de plus, je n’arrivais pas à exprimer.

Je cherche toujours cette chambre. Sa nudité, l’abandon.

Souvent il y a un visage qui flotte dans l’air, tantôt austère, tantôt souriant. Et je me dis que j’ai de la chance, **vraiment** de la chance... cette pratique est si difficile. Le courage et la ténacité d’un homme, cet homme.

Là, juste devant moi.

Merci Albert!

Marielle Ouellette

Lorsque j'ai rencontré M. Low pour la première fois, j'ai été séduite par la liberté qui se dégageait de tout son être. J'ai alors désiré jalousement conquérir cette liberté, la posséder, la faire mienne..... sans savoir que je la possédais déjà et qu'en plus, aucun effort n'était nécessaire! C'est ce que M. Low m'a montré mais pas de la façon que je l'avais imaginée...

Ma dette spirituelle envers M. Low est sans fin.

Que la fête se poursuive au-delà du temps et de l'espace mais cependant dans le temps et l'espace.

MERCI

Marie-Bernarde Pérès





“That inner space where the question can be asked”



ked and its own wondrous answer.” (*Jean Low*)

Solitary angler on the wintery river.
Attributed to Ma Yuan.
Southern Song Dynasty, 13th century.

Au fil des ans

Cher Albert,

Comme vous nous le rappelez si souvent, les années filent à grande allure et j'ajouterais que cela s'accélère en vieillissant. Ce temps si précieux qui est mis à notre disposition, vous savez en faire bon usage et votre réalisation à vous et à Jean en témoigne. Je suis infiniment reconnaissant d'avoir le privilège d'être membre du centre et de pouvoir travailler avec vous. Les choix que vous avez faits ainsi que les sacrifices, les risques que vous avez pris, et le travail que vous accomplissez quotidiennement font de ce centre un endroit exceptionnel et de vous un modèle pour ceux et celles qui désirent répondre à cet appel de la vie.

Je vous souhaite, à vous et à Jean, de vivre heureux encore de nombreuses années.

Au nom de tous ceux et celles qui ont le privilège de vous connaître,
Merci pour tout.

Joyeux anniversaire !

Jean-Luc Foisy

Je me joins à Jean-Luc pour vous souhaiter un bon anniversaire

Marie Migneron

Since first finding out about Mr. Low and the Centre some years ago, when still in Newfoundland, this is one expression of what my contact with him has come to mean to me.

Catherine Sheehan

For the teacher

in the fog, searching
in a fog, seeking

where is the way?

look long; hold fast;
let be.

fog seeps everywhere,
even in sunlight

darkness is everywhere,
even at noon

“be your own beacon,
be your own light,
keep to the way”

in the silence, let
the only bell that’s rung
be thanks.

Be
thanks

Dearest Albert,

When we first met, it was through a chance phone call to the Zen Centre in 1991; when you picked up the phone, and I heard your charming British accent and the warmth in your voice, I thought to myself, “Oh, this must be the kindly old gardener of the Zen Centre (and I wonder who their Master is?)!” Little could I have realized that in 17 years I would come to know you as a gardener of souls, helping us to dig deep, and always urging us to “Go for the root!”

Thanks for being an unfailing guide on the Way, and especially, Happy Birthday!

Love,
John Kececioglu



Illusions qui se perdent
Désintoxication nécessaire
La tempête prend de la force
Pendant que l'assise s'approfondit
Un monde est en péril
La mort nécessaire
Après avoir passé l'épreuve du feu
Que restera-t'il ?
Notre forme désormais non forme
En allant et venant nous restons chez nous !

Collette Drapeau
Joyeux 80e à Albert

On sait qu'un jour.... Et un jour arrive où il est là en personne face à soi... tout de suite la profondeur de ses yeux nous met à nu. Plus moyen de tricher. Il y a une joie, quelque chose qui ressemblerait à ouf! et au secours! à la fois.

On sait sans savoir; mais là je sais qu'après tant et tant de chutes, à force d'espérer, il y a quelque chose qui commence. À soi d'accrocher les wagons, de ne pas dérailler, de rouler avec le temps, de faire confiance.

Après quelques années à travailler sincèrement, régulièrement avec quelqu'un qui sait, quelqu'un qui EST, avec du cœur, il y a une lumière qui pousse à agrandir la faille intérieure, à ne pas s'arrêter, à ne pas arrêter le jour de briller.

La chose n'est ni facile ni difficile, ce n'est pas une chose, c'est une chance qui en demande encore et toujours plus et, cette chance est Monsieur Low avec qui la route se fait. Retour à notre nature, juste présent.

Comment vous dire merci sinon en vous réjouissant, en revenant chez soi. Alors, Monsieur Low, puissions-nous tous vous réjouir. Et permettez-moi de vous demander de rester, avec votre épouse, encore longtemps en santé. Ensemble...

Gérard Morlais



Bon voyage!

Le temps était venu de partir, de faire table rase, de faire subir l'épreuve du feu à mon engagement. Qui peut mieux guider que Vulcain, celui qui manie ce qui brûle et éclaire, celui dont on dit "qu'il préside aux destinées d'une vie nouvelle"? Il connaît la Voie. Il a su me suggérer le meilleur bâton de marche pour maintenir mon regard tourné vers l'horizon pour ne pas perdre le nord.

Avant que je parte, il m'a souhaité bon voyage. Le plus beau, le plus intense, le plus sincère "Bon voyage!" qu'on m'ait souhaité. Ces paroles m'ont accompagnée tout au long du périple.

Mes pas se sont posés, les uns après les autres, et m'ont ramenée à la forge où il m'attendait.

Son regard s'est posé sur moi pour m'accueillir à nouveau.

Son amour, comme un feu, a réchauffé mon âme éprouvée.

Ainsi va le Maître, ainsi va Albert.

Diane Guérin

Bonjour Albert,

Au fil des ans à vous côtoyer, j'ai été mis en contact avec une relation à l'image de la vie toujours changeante : des moments de générosité, de rigueur, de déception, de courtoisie, de détermination, de sincérité, de mécontentement et de joie.

Toutefois, ce qui était constamment inchangé, c'était votre présence soutenante et stimulante.

Face à toutes ces années à cheminer, avec des pas en avant et des pas en arrière, j'ai été régulièrement touché par votre compassion et par votre acceptation. Je vous en suis particulièrement reconnaissant. J'en ressentais le besoin et ainsi vous m'avez aidé à continuer sur le sentier spirituel.

Michel Lamarche



It is a great pleasure to write this tribute to Albert. Though no mere words will suffice for the courage, challenge and testimony to life that his example gives us. Albert is truly 80 years young with a curiosity towards life that is wonderful to see.

Albert's teishos and writings have permeated my life in ways subtle and mysterious, at other times in a painfully clear and obvious manner. To work with Albert is to take a step back and see the 'grab' of 'it's all about me' and the resulting chaos that ensues. I thank him for continually reminding me of this 'grab' and the importance of being vigilant.

Albert has challenged and comforted me; his own relentless quest for the truth is a daily reminder of what the word commitment means. Working with Albert has also opened my life to the riches of the ancient texts of different traditions, as well as the importance of nurturing a 'take nothing for granted' attitude towards life.

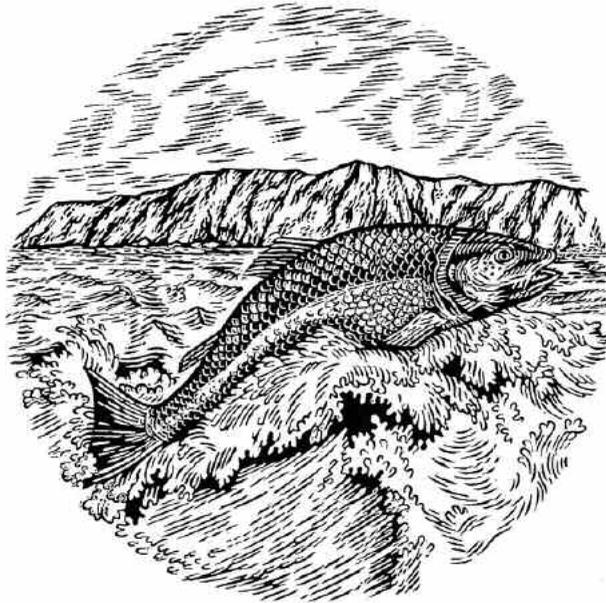
As a teacher, Albert has had a profound effect on my own teaching of music. Realizing that it is often more important to lead a student to their own question about what is a beautiful sound rather than to just teach yet another 'technique' has evolved in no small measure thanks to Albert's example.

It has been a great privilege to work with him. On this special 80th birthday, I would like to thank him with both love and gratitude.

Karen Kimmett

A teacher who can penetrate to the core, few and far.
To be welcomed as a student, so precious, oh so precious.
How to express gratitude?
Nothing of real worth comes to mind,
Other than breathing with the heart our collective mystery.
Albert, may your birthday
Be wonder full.

David Booth



Dearest Albert,

You have inspired me in so many ways: by the strength of your dedication, by the acknowledgment of your weaknesses, by your simple friendship. For more than twenty years, your comments within the teisho room and outside of it have guided and enriched me. (One that comes to mind now: “I make no apologies for being intellectual.” That was one outside the teisho room!) The depth of your own spiritual work, just the reality of that, has been a truly fine challenge. The depth of your humanity has been a truly fine comfort. Because of you and the practice you have encouraged, there has been a clear breeze blowing through the Zen center that has been a deeply cleansing element in my life.

Thank you for everything, Albert. May this birthday bring you great joy.

Tony Stern



Félicitations Albert

80 ans, ce n'est pas rien!

Que dis-je? C'est un exploit, et c'en est un qui tient de l'héroïsme, car tous les jours, avec la patience du sage, vous vous attelez à la tâche de hisser des centaines de pèlerins au sommet de la plus difficile des montagnes, pour qu'ils en redescendent transformés.

Merci, Albert

Merci pour votre patience.

Pour toutes les fois où je suis revenu bredouille de mes heures de méditation.

Et où je me suis présenté en dokusan la tête vide, l'air niais et les épaules haussées en signe d'impuissance.

Merci de ne pas broncher et de trouver encore et encore le moyen de me relancer sur la piste.

Votre infatigable soutien et votre foi sont le roc même de la montagne que je tente de gravir.

Je ne vous serai jamais assez reconnaissant de votre appui.

Bon Anniversaire et que vous puissiez vivre encore quatre-vingts ans.

Michel Boyer

*Étant un affamé,
c'est un ménestrel au chant perpétuel
tandis que le commun des hommes,
étant des rassasiés,
succombent à leurs soucis. (Sohravardi)*

*Une soif ressentie
dans un rêve
nous a fait boire
hors du rêve. (Roberto Juarroz)*

Les sourciers ne courent pas les rues.
Les sourciers de la soif encore moins.
Merci, Monsieur Low.

Jean-François Boisvert



Tout au long de ma route, j'ai rencontré des êtres très inspirants qui m'ont marquée par leur intensité de vie et leur émerveillement pour le grand mystère de vivre.

Il y eut tout d'abord mes parents, deux amoureux de la vie et de la nature. Ensuite des enseignants qui durant mes classes m'ont permis de prendre de l'assurance et d'ouvrir mes connaissances. Puis encore des amis(es) avec lesquels j'ai voyagé et découvert des coins de pays. Et mon tendre et fidèle amour ; ensemble depuis plus de vingt ans, nous traversons des sentiers de bonheur par la musique, les voyages, la tendresse.

Enfin il y a de cela près de treize ans, un autre sentier s'est ouvert à moi : la rencontre avec M. Low. Et la pratique m'a choisie.

Un enfant naît
Dans le jardin le chêne perd ses feuilles
Un vieil homme meurt
Sous la neige dorment des milliers de fleurs.

Avec reconnaissance

Jeanne d'Arc

80 years old,
how many meditations, how many teishos, how many dokusans?

80 years young,
we admire your courage, your devotion, your energy

80 years old,
how many people have you met in search of an easy koan?

80 years young,
thank you for being with us with such authenticity.

May your youth continue to follow you in the years to come.
We wish you a wonderful 80th birthday.

With love,

Lise Dulery and Jérôme d'Astros



Dear Albert,

This is a great day to celebrate your 80th Birthday!
To all the congratulations and well wishes I would like to add mine for many more healthy, fulfilling and happy years!!

This is certainly an opportunity not to be missed to express my deepest gratitude to you!

It feels a bit like sitting in dokusan and unable to find the right words. How can I say thank you for the privilege of having met you, for the opportunity to come to sesshin, finding that sense of belonging here, this lifeline as it were.

To thank you for your unlimited support and patience - which more than once exceeded mine - I bow in deepest gratitude.

With much love,

Hanna Bach



Merci d'abord d'avoir suivi l'intuition qui vous menait vers le Québec, vers nous.

Merci pour votre présence sereine, qui est en soi un enseignement, pour les dokusans et pour vos teishos qui allument des étincelles de lumière intérieure, qui m'aident à dépasser les déceptions devant ce mental si résistant et à regarder la nature humaine avec compassion.

Avec beaucoup de respect et de reconnaissance, cher Monsieur Low, je souhaite que ce jour d'anniversaire soit rempli d'affection et que vous poursuiviez une longue et bonne route, entouré d'amour et de santé.

Micheline Gagné



To my Teacher

No letter, essay, verse or song
Can voice my thanks and not be wrong
In leaving out the greater part
Of all the feeling in my heart.

However honest and sincere
There are no words that can come near,
They hollow ring as soon as said
And dully drop, already dead.

No gesture, gift or rose suffice,
Nor anyone to give advice
On how to find the words that count
In order to express the fount

Of gratitude and love and care,
Appreciation beyond compare.
So mute I stand, heart brimming now
And bow, and bow, and bow, and bow.

Alison Edwards



Cher M.Low

Pour vos 80 ans nous vous souhaitons la santé et tout ce qu'il y a de mieux. Nous profitons de l'occasion pour vous réaffirmer notre immense gratitude et reconnaissance pour tout ce que vous avez apporté et continuez d'apporter dans nos vies et dans celles de beaucoup d'autres. Ce cheminement si vital et essentiel ne serait pas possible pour nous sans vous. Pour cette intégrité, cet infatigable dévouement, cette détermination, cette écoute, ces conseils, ces encouragements, cet enseignement et bien plus encore, infiniment merci.

Julie Laguë et Suzanne Plante



Quoique je ressente pour M. Low et la Sangha une profonde gratitude, les mots que je pourrais bafouiller pour tenter de l'exprimer ne seraient pas à la hauteur. J'aurais quand même aimé dire que Maître Low et le Centre qu'il anime m'ont orienté dans la bonne direction. En errance dans les six royaumes mais plus jamais perdu!

Gasshô.

Paul-André Renaud

How can we express true gratitude to a teacher who has pointed us in the direction of a wonderful and profound mystery? I wanted to write a poem but inspiration failed me. I turned to something else – the lyrics to a Brazilian samba by the composer Antonio Carlos Jobim. Every time I hear these words, they speak of that great mystery. So, dear teacher, please accept this birthday greeting, the first verse from *The Waters of March*.

Peter Hadekel

A stick, a stone,
It's the end of the road.
It's the rest of the stump.
It's a little alone.
It's a sliver of glass,
It is life, it's the sun,
It is night, it is death,
It's a trap, it's a gun.
The oak when it blooms,
A fox in the brush,
The knot in the wood,
The song of the thrush.
The wood of the wind,
A cliff, a fall,
A scratch, a lump,
It is nothing at all.
It's the wind blowing free,
It's the end of the slope.

It's a beam, it's a void,
It's a hunch, it's a hope,
And the river bank talks
Of the waters of March.
It's the end of all strain,
It's the joy in your heart.
The foot, the ground,
The flesh and the bone,
The beat of the road,
A slingshot stone.
A fish, a flash,
A silvery glow,
A fight, a bet,
The range of the bow.
The bed of the well,
The end of the line.
The dismay in the face,
It's a loss, it's a find.



Dr. Albert Low – a Most Remarkable Man

Albert...lifelong seeker who does not compromise anything for truth,

Albert...leading scholar whose creative work begins where science ends,

Albert... inspiring teacher who lends his strength when you are weak,

Albert ...steadfast friend who will never let you down... nor ever let you be complacent.

Albert... our teacher, our friend.

Albert, may your 80th birthday be filled with warmth and joy, and followed by countless wonderful days!

Sandra Olney



Dear Albert, I am glad we met.

Wishing you the best today and always.

Andrejs Skaburskis

Cher Monsieur Low,

Vous avez 80 ans! Âge mémorable, mais pas pour un maître zen. Il me semble qu'ils vivent plus de 100 ans, connectés comme ils sont sur les puissances supérieures!

Parfois, il m'arrive de penser à vous et à votre famille. À toutes ces épreuves vécues ensemble, tiraillé sûrement entre la nécessité de subvenir aux besoins des vôtres et l'appel vers cet inconnu qu'est l'éveil, je crois que ce dut être très difficile. Comparées aux vôtres, mes épreuves ne furent rien.

J'ai eu accès aussi à cette grande révélation, elle a guidé toute ma vie. J'avais environ 7 ans. Je jouais près d'une vieille église entourée d'un petit mur de pierres où pousse de la mousse, j'étais sur un petit escalier de pierres et tout à coup j'ai vu! J'ai vu que tout était plein et en même temps tout était vide, les pierres étaient vides et tous ces mouvements dans le ciel, une vraie fantasmagorie! Et puis pouf! Ma belle vision s'est envolée et j'étais à nouveau sur le plancher des vaches, quelle désillusion!

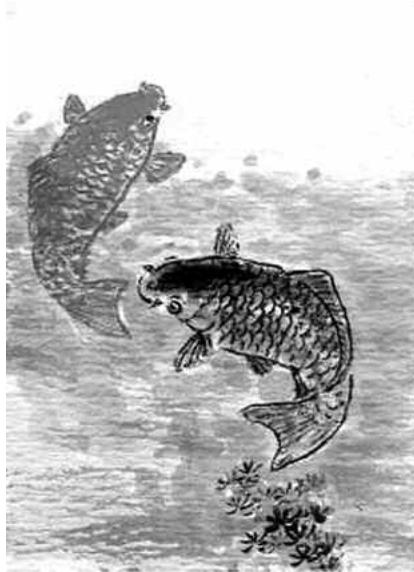
C'est ainsi que poussée par je ne sais quoi, j'ai recherché cette vision toute ma vie, j'ai fait toutes sortes de choses mais heureusement, je vous ai trouvé. Je sais que je suis une mauvaise élève, je dévie souvent et vous vous en rendez compte, c'est pourquoi je vous exprime ma plus grande reconnaissance. Je n'ai pas de mots pour le dire, je n'ai pas ce talent. Je veux vous dire que votre temps avec moi ne fut pas tout à fait perdu car je rechercherai la vérité jusqu'à ce que ma vie s'achève.

Merci

Josiane Brigardis

During the 20 years that Albert Low has been my teacher he has always amazed me by his consistent encouragement, unending patience and the smile that helps open my heart. How can I adequately express my gratitude? Happy 80th birthday Albert! May you continue to teach another 20 years.

Malcolm



Dear Albert,

THANK YOU
with deep gratitude and my best wishes,

Dominik Bach

Cher M. Low,

Pour vos 80 ans, voici une petite anecdote qui vous fera sans doute sourire.

Si vous avez déjà eu un chien, peut-être vous êtes vous demandé un jour en lui faisant faire sa promenade quotidienne : « Mais qui promène l'autre? »

Une question semblable, mais dans mon domaine professionnel, m'est un jour venue à l'esprit. Vous veniez de subir votre première chirurgie pour cataracte et j'étais l'accompagnatrice désignée pour votre retour à la maison.

Au sortir de l'hôpital, en bonne ex-infirmière, je vous ai offert de prendre votre bras pour vous guider à travers la rue qui nous séparait du stationnement et où un trafic intense passait à toute allure. Vous avez consenti volontiers et je n'avais pas sitôt mis ma main dans le pli de votre coude que je me suis sentie emportée à toute allure de l'autre côté de la rue. Mes pieds touchaient à peine le sol.

Qui aidait l'autre à traverser?

Tout au long de ces trop courtes années passées auprès de vous, j'ai reçu de nombreuses leçons de courage par l'exemple et la parole; vous n'êtes certainement pas quelqu'un qu'on pourrait accuser de s'apitoyer sur lui-même.

Tous mes vœux pour encore de nombreuses années en santé et avec nous pour notre plus grand bonheur. Merci.

Janine Lévesque

Mr. Low,

I will be eternally grateful for that June day in 1993 when you came to Pierrefonds to meet Jacques Castermane. I knew that I had found a genuine spiritual master. Since then, you have gently but firmly guided me. You patiently bring me back to the Way when I get sidetracked. You urge me on when doubt and fear would hold me back. You've taught me that "everyday mind is the way" and have helped me to recognize and let go of my many, oh! so many illusions. You've never given up on me, no matter how far I may stray and I know that you never will. As we celebrate your 80th birthday, I want to thank you from the bottom of my heart. As St. Paul would put it: "I thank God with every thought of you". May the love of family, friends and your students fill your heart today and always.

With love,

Patricia Carignan



Ce vieil homme maintenant je l'aime
car il est plus moi-même que moi-même.
Je l'ai ignoré assez longtemps.

Il est dans les champs au printemps
il est dans le chant de l'oiseau
il est dans la feuille d'automne
et dans le premier flocon de neige.

Ouvrant sans cesse à notre salut
il nous appelle comme le vent
à se souvenir de soi-même.

C'est une grâce de l'avoir rencontré
une seule fois
en cet instant!

Milles grâtitudes

Francis Lawless



« *If you can!* »

Si la vie n'était qu'un simple rendez-vous, quel aurait été ce rendez-vous pour moi? De multiples images apparaissent, mais quelques-unes d'entre elles perdurent, dont ma première rencontre avec vous lors de la journée d'introduction au zen, me laissant encore aujourd'hui une impression de rentrer *chez soi*.

Je ne savais pas alors que je n'étais qu'au seuil de...*chez-soi*, et que de longues années remplies de ces nombreux moments, et de leurs contraires, m'attendaient. Mais qui rentre *chez soi*?

Un soir d'automne 2004 lors d'une sesshin de 7 jours, lorsque la tension avait atteint un point culminant et que le corps n'était plus qu'un point de douleur, vous me rappelez que soutenir cette tension du fil de rasoir est l'ultime rendez-vous, et vous ajoutez simplement : « *If you can!* »

De retour à mon coussin, et sans vraiment m'en apercevoir, je suis totalement habitée par la compassion contenue dans ces trois petits mots auxquels je m'accroche désespérément. « *If you can! If you can!* » À qui est-ce que j'adressais cette requête? Combien de temps dura ce vertige? Et ...je vis sans le voir, mon corps de souffrance comme le nomme E. Tolle, se tasser... me laissant dans un état tout aussi pitoyable, mais totalement désidentifiée. Je n'étais plus ce corps et ce psychisme souffrant...Qui suis-je? Qui souffrait? Je palpais les murs de ma prison, mais *je* n'y étais plus.

« Vous n'êtes pas un corps, ce corps est en vous. » L'état de grâce passé, cette phrase de Nisargadatta prenait enfin tout son sens. Pour la thérapeute et animatrice dans les pratiques psycho-corporelles que j'étais, cela amorça un long processus de remises en questions.

Aujourd'hui, de reculs en ajustements, je poursuis mon travail, habitée et inspirée par ce moment de compassion vécu en 2004.

Une immense gratitude émerge.

Lucie Lévesque

Happy birthday, Albert.

Joshu and Hsu Yun must both be rolling in their graves as you are valiantly sailing through to surpass their longevity.

Unstoppable, like a large vessel, carrying on with the teaching through storms and pains, when will you take a rest?

Having survived the pancakes of a Chinese restaurant in the middle of a Kingston winter, your stomach is now indestructible.

Laughing at a policewoman locking herself outside of her own car after giving us a ticket brought forth your compassion forever.

Receiving a book-end on your head during a sesshin did shake your brain so it is still to this day bubbling unceasingly.

It took eighty springs to make you who you are today.

I am very grateful to these years and wish you many more.

Jean Claude Décarie



Friedrich Nietzsche famously proclaimed, “God is dead and man is free!” But we cannot truly deny “God,” any more than we can ignore the science that seems to relegate our traditional religious beliefs to the realm of myth and legend. For we are spiritual beings, given to awe and wonder. But if we find our religious dogma to be unbelievable and yet scientific dogma seems unacceptable, where are we to turn for truth? Or as the psalm so poignantly asks, “How shall we sing the Lord’s song in (this) strange land?” Zen Buddhism shuns dogma and points directly to our true selves. It denies neither science nor religion but goes beyond them. Through your books on Zen, your teishos, and your personal encounters with us, you have brought this Eastern religion down to earth, made it comprehensible to our Western sensibilities.

Thank you for helping us once again to wonder!

Randy Henning



The Teacher

You smiled when you told us,
*I thought we shouldn't have to bow
to the Buddha, so degrading—
which shows you the sort of fellow
I was in those days.*

What were you in those days?
Not what you are now—
or rather, the same but then you were gummed over
with a shellac of business suit and painful separation.

Look at you now:
tattered grey sweater, knees callused from prostration,
a smell of something—incense? something burnt
burnt in, maybe—or out,
and the door left open for everybody.

with love, from *Sarah Webb*



WHO

What is it? Who are you? What is Mu?

Who is this man that asks those questions with such passion?

Who is this man asking such questions with you for thirty years?

Who is this that asked those questions for twenty years before that?

Who is it that hits the lectern with his stick to teach the unteachable?

Who has been giving water in front of the river for thirty years?

Who?

Who walks along the garden path this autumn evening?

Who walks empty handed along St-Hubert Street?

Who?

Roger Brouillette





