



### Notre godo

Chantal Roza  
Baiettini

partage...

SES REFLEXIONS



**C**i-contre, notre godo souligne l'impression de chaos que dégagent les temps actuels et l'inquiétude, voire l'anxiété que cela peut susciter. Comme « remède » elle suggère notamment la gratitude, celle d'être en vie et d'habiter une région du monde privilégiée.

Bonjour à vous tous la sangha du Sansui et ceux qui nous lisent sur la toile, Nous voilà au tout début d'une nouvelle année et je vous présente mes vœux pour que ces douze prochains mois soient remplis de cette belle énergie de vie qui permet un quotidien harmonieux, à défaut d'être parfois idéal.

Ce n'est un secret pour personne que le monde s'agite chaotiquement et qu'il semble que nous ne soyons pas encore sortis de nos « surprises » à bien des niveaux. Nous ressentons par tout ce qui nous entoure, bien que protégés dans notre suissitude, que nous subissons les contre-coups dans nos pensées, dans nos cœurs et nos corps. Nous subissons cette influence guerrière, politique et sociale en nous sentant parfois submergés par la tristesse et le découragement qui s'infiltré dans nos pensées et nos comportements. Il s'agit à ce moment-là de se souvenir que l'expérience de notre pratique nous incite à garder le cap de la gratitude d'être en vie et d'avoir croisé le Dharma. Shunryu Suzuki disait « You are alive, dont forget it ». C'est donc le premier constat à faire!

Quand on lit les écrits de Sensei Deshimaru on s'aperçoit qu'il s'exprimait sans cesse sur le fait que la société était en crise, et qu'il venait de son Japon « aider un Dieu fatigué ». Elle l'était à son époque et aujourd'hui elle

Notre gratitude peut par exemple s'exprimer à l'égard des générations précédentes qui, par leur travail et leur sagesse, ont su développer – non sans luttes et affrontements - un lieu préservé au milieu de l'Europe des XIXe et XXe siècles déchirée par des conflits horribles. Ces générations ont également mis en place un système politique stable qui favorise la négociation et les compromis plutôt que l'affrontement continu.

Au-delà de cette reconnaissance « sociale », nous pouvons aussi exprimer notre gratitude aux personnes qui ont permis depuis plus de 30 ans de maintenir ce petit dojo Sansui, lieu paisible où nous pouvons pratiquer régulièrement et nous nourrir des enseignements de Chantal au milieu de ce qu'on appelle « les amis de bien ».

Soyons conscients de ce privilège, prenons-en soin afin que d'autres puissent aussi accéder à l'enseignement du Bouddha.

Et ne cessons pas de nous demander comment mieux faire connaître ce lieu dans ces moments où de nombreuses personnes cherchent un cap stable

Ceci est notre huitième lettre d'information à parution en principe saisonnière. Elle est disponible sur notre site, où vous pouvez vous y abonner.

aujourd'hui elle l'est encore. Bien sûr, la crise est différente mais les dommages collatéraux nous apparaissent encore plus importants puisque c'est nous qui les subissons. Cela nous oblige à voir en face l'impermanence, ce mot clé du Dharma du Bouddha. Cet aspect de l'existence que nous tentons d'ignorer, mais qui nous rattrape en permanence.

Cette impermanence qui devrait nous amener à cesser la souffrance puisque tout change. Les sociétés n'ont cessé de se transformer, nous apportant de nouveaux outils subtils pour être plus heureux, pour avoir une vie plus facile. Et nous sommes amenés à les suivre, pour en jouir pour certains et pour d'autres de les comprendre dans la Grande Histoire des peuples en mouvements perpétuels.

Dans quelle catégorie sommes-nous ? Et là, notre réponse est - elle aussi - impermanente.

Parfois nous en sommes consternés et tristes et parfois complètement certains que la vie a un autre message à délivrer. Et la gratitude va se poser sur les fondements de base de notre humanité et non sur les dérives qu'elle peut provoquer.

Une gratitude pour nous-mêmes, pour notre chemin, pour ceux qui nous entourent. Le message sera alors la noblesse de cette vie qui nous colle à la peau.

Zazen, nous le savons, demande de l'engagement, de la rigueur et de la régularité. Il deviendra ainsi l'instrument des transformations de nos esprits qui porteront nos signatures par-delà ce monde troublé, et pourtant si beau.

C'est le « gya tei, gya tei. » Aller ensemble au-delà du par-delà.

Car de toute éternité la source brille dans la lumière.

Maître Wanshi ajoute « si vraiment vous appréciez à sa juste valeur un unique rayon de lumière, alors votre œil peut bien affronter le monde et ses changements ».

Bien sûr, ce ne sont que des mots,

**« Shujo muhen sei gan do »  
Le premier des quatre vœux du bodhisattva  
ou petite philosophie du caillou  
d'Evelyne Campana**

Un matin, après zazen, j'ai senti le besoin d'aller me promener sur un petit chemin de gravier le long du lac. Les étendues d'eau - les flaques, les ruisseaux, les fleuves, les lacs et les mers - profondément vivantes puisqu'en transformation perpétuelle, m'ont toujours incitée à la réflexion. Elles chatouillent tous mes sens et je n'y échappe pas : à chaque fois j'y plonge et replonge au propre comme au figuré.



Ce matin-là, le premier des quatre vœux du bodhisattva me trottait dans la tête. Il en existe plusieurs traductions : « Les êtres sensibles sont sans nombre, je fais vœu de les sauver » ou « Aussi innombrables que soient les êtres vivants, je fais vœu de les aider tous » pour n'en citer que deux. En tant que bodhisattva, faut-il donc réellement sauver tous les êtres ? Un peu prétentieux, non ? Ou est-il préférable de leur donner les moyens de se sauver par eux-mêmes ? De les aider à se libérer, en somme

Soudain, une douleur aiguë me tire de mes pensées. Un gravillon s'est

frayé un chemin dans ma chaussure, jusqu'à mon gros orteil. Après avoir retiré le minuscule empêchement de marcher tranquille, je l'observe dans le creux de ma main. Il est tout biscornu, couleur sel d'un côté et poivre de l'autre. Il y en a des millions comme lui sur ce chemin et pourtant, il est différent des autres. Il en faut beaucoup pour former le sentier sur lequel je cheminais il y a quelques minutes encore et malgré tout, c'est à lui seul qu'il a interrompu ma progression.

J'en viens à penser que l'action que nous choisissons précisément d'exécuter parmi la multitude d'options qui s'offrent à nous peut avoir un véritable impact. Peut-être pas sur l'ensemble du monde vivant certes, mais elle vaut néanmoins la peine d'être tentée. C'est précisément le sens de l'engagement que j'ai pris et que je renouvelle à chaque zazen. Si je me laisse paralyser par l'ampleur de la tâche de sauver tous les êtres, je suis indigne du refuge que j'ai pris. Chaque action compte, aussi infime soit-elle.

Fort de cette conviction, je place le petit gravillon dans ma poche - il a peut-être encore d'autres choses à m'apprendre - je poursuis mon chemin en me rapprochant de l'eau. Il est plus difficile de marcher sur les galets que sur le gravier. Je prête grande attention à ne pas me tordre la cheville. Une entorse est si vite arrivée et selon sa gravité, il faut des semaines pour s'en remettre.

mais il faut bien commencer par quelque chose.

Je nous souhaite à tous de poursuivre cet hiver avec confiance et sagesse, et à bientôt au dojo sur un zafu !

Chantal Baiettini

**« Shujo muhen sei gan do »**  
**Le premier des quatre vœux du bodhisattva**  
**ou petite philosophie du caillou**  
**d'Evelyne Campana**  
**SUITE et FIN**

. Encore une conséquence d'une action réalisée même sans intention: aussi inanimés soient-ils, les cailloux, avec leurs aspérités, leurs rondeurs et leurs angles, les uns à côté des autres ou se chevauchant, déplacés uniquement à la force des vagues, ont le pouvoir de me faire boiter pendant plusieurs jours, de m'empêcher d'aller au sport ou de vaquer à mes occupations, autrement dit ils peuvent chambouler mon quotidien, et tout cela par leur simple présence.

Cela vaut tout autant et encore davantage pour nous puisque, contrairement à la pierre, nous avons en principe la maîtrise de nos actions. C'est ce qui distingue le monde vivant du règne minéral alors même que les briques qui nous constituent sont faites du même bois... ou plutôt des mêmes atomes dans le cas présent. Raison de plus pour prendre conscience de l'importance de nos choix. Par leur simple existence, les galets viennent donc de m'apprendre une leçon essentielle: ne pas nuire, c'est déjà aider autrui.

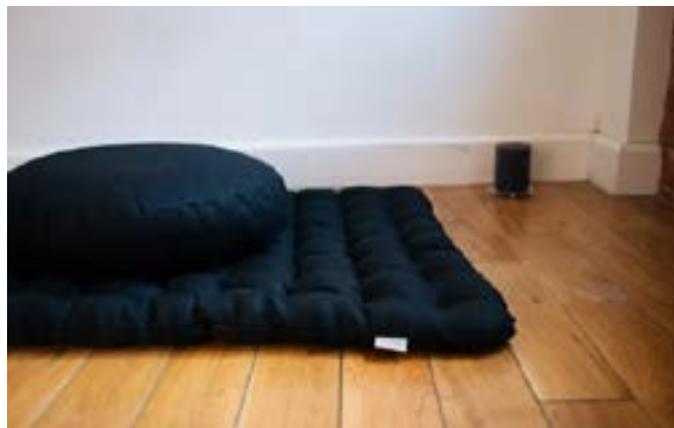
Devant moi, un galet a attiré mon attention. Il se love parfaitement dans ma main. Il est lourd. Sa surface est lisse, douce et chaude, réchauffée par les rayons du soleil qu'il a emmagasinés. Le hasard a voulu qu'une plume a fini sa route juste à côté de lui. Je la contemple et finis par la récupérer entre mon pouce et mon index. Tout oppose cette merveille d'ingénierie que je pince entre mes doigts, perfectionnée au fil de l'évolution pour permettre aux oiseaux de s'élever dans les airs, à ce tas d'atomes dans ma paume. Je souffle sur la plume pour la faire virevolter et l'observe zigzaguer dans l'air avant qu'elle ne retombe ailleurs qu'à l'endroit où je l'avais initialement trouvée.

Poussée par un élan venu tout droit de mon enfance, je me lève, positionne le galet dans ma main comme ma meilleure amie me l'a enseigné, campe solidement

sur mes jambes, bascule mon torse et hop! Je lui donne l'impulsion d'aller valser sur l'eau. Après trois ou quatre rebonds - je n'ai jamais été très douée à cet exercice - il disparaît sous la surface de l'eau. J'ai changé le cours de son existence. Je lui ai permis de voler. Un acte pour lequel un caillou n'est pas prédestiné. Je l'ai aidé à se libérer de l'attraction terrestre le temps d'un instant.

Ce matin, mon passage sur la rive de ce lac a laissé des traces: il y a un gravillon en moins sur le chemin, une plume a été déplacée et un galet a été projeté au loin. C'est l'impact que je laisse sur mon passage, par ma simple présence, mais aussi par mes actions. Mieux vaut ne pas agir de manière inconsidérée!

Cette promenade a aussi laissé des traces sur moi: j'ai un gravillon dans ma poche, entendu ce que les cailloux avaient à m'apprendre et pris conscience de l'impact que je pouvais avoir. Il ne manquerait plus que je me cogne sur un rocher en retournant à la voiture et que j'attrape le satori au passage comme un certain moine. Rassurez-vous, je ne me fais pas d'illusions. J'ai surtout hâte de retrouver mon zafu.



«Quel est le sens de la vie ?»

«Tu as cherché sur Google ?»

## C'EST ZAZEN...ET RIEN D'AUTRE (se dit Jean-Marie)

Cette rubrique fait suite à ma stupéfaction en constatant à quel point l'humain est attaché à l'obtention de l'objet. Ce samedi 25 janvier se déroule le salon annuel de la brocante à Bulle. Au volant de mon auto et dans le but de traverser la ville, je me retrouve dans les bouchons à un kilomètre du site de la manifestation. Ce sont des centaines de véhicules qui se frayent un passage pour trouver une place de parc. Je découvre que certains viennent de loin, même de France.

Je me demande, mais pourquoi !!?? Venir de si loin, ou pas, et ainsi s'agglutiner pour jouer du coude à coude avec autant de monde dans des locaux devenus si exigus. Nous sommes conditionnés par le côté parasité de notre esprit, qui est sans cesse en manque de substance euphorisante sous forme de dopamine, notamment. Mon ressenti est que l'humanité est arrivée au paroxysme d'un état neurasthénique et dans un schéma de fonctionnement sans réelle réflexion spirituelle. Pas convaincu ? Alors décortiquons : une à deux heures de route en voiture avec le stationnement, le prix de ce dernier et le prix d'entrée du salon, l'attente à la caisse pour le billet ainsi qu'à la file d'attente pour se rendre aux WC, car le trajet fut longuet et la vessie se manifeste !! La liste des déconvenues est incommensurable et j'abrège pour les détails, afin de maintenir à la lecture un aspect de légèreté et d'éviter un effet soporifique. Il est frappant de constater que l'être humain est en mesure de s'infliger des heures futiles et stressantes, dans le but de rechercher quelques secondes de plaisir, pour autant qu'il ait trouvé ce qu'il recherche.

Je le concède volontiers, cette prise de conscience est extrême. Mais du point de vue de la pratique du zen, la critique est louable. Ajoutons qu'à son époque, Kodo Sawaki utilisait souvent le terme « *d'aveuglement collectif* » pour exprimer ce besoin de l'humanité de toujours s'empresse d'obtenir un maximum d'expériences et d'objets pour combler un vide.



Cette première partie traite de l'aspect très primaire de l'être ordinaire pour qui l'existence est uniquement focalisée sur le besoin de vivre des situations singulières et d'obtenir des objets obsolètes.

Mais il existe une seconde catégorie d'individus en quête de spiritualité. Auto-proclamé être spirituel et à la recherche de la vérité ultime, il va errer dans la multitude des salons de bien-être à la recherche de la solution miracle, qui lui donnera accès à la connaissance de soi, imitant le célèbre Bouddha à son époque. Quoique ... Sans surprise, il s'agit surtout pour ces marchands de bonheur d'une démarche mercantile en exposant toutes sortes de produits et accessoires magiques. Certains stands se démarquent par leur aspect esthétique, attirant le client dans un monde onirique où règnent des anges bienfaiteurs offrant au visiteur du réconfort dans la contemplation visuelle.

D'autres exposants emmènent le client dans le monde olfactif en exposant leurs fioles remplies d'improbables mélanges de plantes recueillies dans les forêts de Madagascar, qui vont guérir tous les maux possibles et dont eux seuls, bien sûr, détiennent le secret. Le monde des sons est aussi présent. Des mp3 vendus avec écouteurs proposent des mélodies douces, harmonieuses et issues d'un conglomérat de planètes lointaines, qui font référence à vos origines profondes. Et cela vous emportera dans une extase absolue...

Pour le visiteur tactile, nombre de masseurs sont présents, déterminés à remettre les nerfs en place, sans oublier de mentionner qu'il vous faudra évidemment plusieurs séances pour régler une situation familiale qui perdure depuis des décennies et qui vous empêche de bouger librement l'épaule gauche...

Les salons de bien-être ou du bien-vivre n'oublient aucun d'entre nous. En effet, le plus sceptique des visiteurs est forcément attaché à l'un des cinq sens. Le plus commun étant le goût, satisfait par les plaisirs culinaires. Dans ce domaine, il est impossible de passer outre, car il en existe pour tous les palais. De la fondue locale au mets des plus exotiques, vous allez forcément vous régaler et ainsi, au bout des cinq heures de visite, sortir du salon dans un état d'exaltation qui va sans aucun doute vous convaincre de revenir l'année suivante. Mission accomplie pour les organisateurs, ayant le talent de vous emmener dans un état de satisfaction, temporaire.

En marge de ce brouhaha sociétal permanent, il y a les chanceux. Ceux qui ont pu remettre en question les

**C'EST ZAZEN...ET RIEN D'AUTRE**

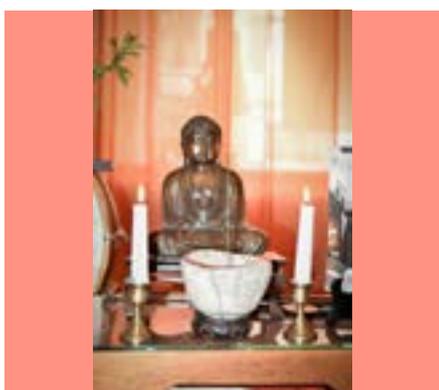
schémas établis depuis toujours, ceux d'un mode de fonctionnement basé sur des cogitations incessantes, mais jamais remis en doute auparavant. C'est l'expérience même du Bouddha historique. Et grâce à lui, nous reproduisons aujourd'hui les mêmes gestes, nous adoptons la même respiration et dans le même état d'esprit, dans une attitude de débutant accompli.

En cette fin de journée du 25 janvier, j'allume un bâton d'encens que je présente devant ma petite statuette de Bouddha, en offrande. Je fais gassho devant mon zafu et je m'abandonne dans l'esprit de Bouddha. Une fois de plus, je surpasse le domaine des cinq sens, conscient que dans l'irrational, l'essentiel est là pour l'éternité.

Pour conclure, j'avoue avoir également fréquenté ces divers salons de marchands du bonheur, mais j'en suis néanmoins toujours ressorti les mains vides. Étrangement, je déambulais le long des stands en observant les gens dans leur comportement et leur attitude de sidération à l'égard de l'objet, se demandant s'il faut l'acquérir ou pas.

Et après coup je m'interroge : «Et si mon regard extérieur n'était pas un peu celui d'un extraterrestre ?...»

Jean-Marie Cozzarolo



**Le coin du Tenzo - Dahl de lentilles et ses dés de pommes de terre**



Il vous faudra :

- 1 gros oignon
- 10gr gingembre frais
- 3 gousses d'ail
- 1 feuille de laurier
- 1 brun de romarin
- 100gr de purée de tomate
- 1 bouquet de coriandre
- 200gr pomme de terre
- 1 demi cc de curry
- Sel, poivre

- Cuire les lentilles dans l'eau avec le romarin, laurier.
- Émincer l'oignon, l'ail et le gingembre. Les faire revenir dans une casserole.
- Ajouter la tomate et les tiges de coriandre ciselées. Laisser mijoter 10 minutes.
- Réunir les lentilles et la sauce.
- Éplucher les pomme de terre, les couper en cube, les faire frire dans une poêle avec un peu d'huile et en fin de cuisson ajouter la poudre de curry.
- Servir avec un riz basmati, verser directement les pomme de terre sur le dahl dans l'assiette.
- Parsemer de feuille de coriandre.

Oignons confits

Il vous faut :

- 500gr oignons
- 30gr de miso (brun ou blanc à choix)
- Tartine de pain complet

- Couper les oignons dans le sens de la longueur.
- Les faire revenir dans une poêle pour obtenir une belle couleur marron.
- Laisser refroidir et ajouter le miso.
- Tartinez généreusement sur le pain.

Excellent à faire avec des poireaux.

## Le coin du Tenzo Boule de poireaux vinaigrette

Il vous faut :  
4 blancs de poireau.  
1 carotte.  
sauce vinaigrette bien moutardée.  
bouquet de persil  
garniture de salade verte.

- Cuire les blancs de poireau dans une casserole d'eau avec les tiges du persil.
- Ajouter la carotte épluchée.
- Bien égoutter les poireaux, les presser dans vos mains. Retirer les tiges de persil.
- Couper les poireaux en morceaux de 1 cm.
- Couper la carotte en brunoise.
- Assembler poireaux, carotte, vinaigrette, persil haché, former des boules dans vos mains et déposer sur un lit de salade verte.

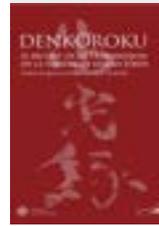


Ivan, tenzo et Tarik, aide-tenzo

sesshin novembre 2024 avec R. Rech  
La Cézille

## J'ai lu... j'ai aimé Les lectures de Jean Zanetsu Zuber

### Deux monuments de la littérature zen : le Denkôroku de Keizan...



Denkôroku, le Recueil de la Transmission de la lumière est l'ouvrage majeur de maître Keizan (1268-1325). Ce texte s'inscrit dans la ligne des Transmissions de la lampe, des ouvrages du bouddhisme chan qui déroulent des lignes de transmission dans le but d'établir l'orthodoxie généalogique du chan (cf. l'écho des Patriarches, souvent chanté durant la cérémonie du matin).

Le Denkôroku s'ouvre sur l'éveil de Shakyamuni Bouddha et continue, en 52 chapitres, avec la transmission du Bouddha à Mahâkâshyapa, et de celui-ci aux successeurs jusqu'à Dôgen et Ejô.

On disposait jusqu'ici seulement de traductions en anglais de ce monument du zen. Mais voilà que Jean Nyojô Rat nous offre une traduction en français de qualité, avec un copieux appareil de notes qui permet de comprendre les notions-clés du bouddhisme, les arrière-plans historiques ou culturels, les personnages, etc. – au point que cette abondance de notes (elles doivent représenter 40 à 50% du volume total du livre) peut rendre la lecture un peu difficile, à cause du va-et-vient qu'elle « impose ».

Chaque chapitre présente la même structure en quatre temps : un kôan qui présente la transmission, avec très souvent un dialogue entre le Patriarche précédent et son successeur ; une présentation des circonstances de cette transmission ; vient ensuite un commentaire explicatif de Keizan et, finalement, un poème dans lequel Keizan condense ce commentaire (et s'apparente au *jakugo* qui suit le commentaire apportés par un maître aux kôans).

Ces textes sont riches, mais peuvent aussi être déroutants, et leur lecture n'est pas toujours des plus aisées. Cependant, comme le dit le traducteur, « *le Denkôroku transmet, ici et maintenant, le rayonnement de l'illumination du Bouddha à travers cinquante-deux Patriarches successeurs dans la lignée de sang de Mahâkâshyapa jusqu'à Eihei Ejô* ». Plutôt qu'une lecture continue, on pourra donc volontiers privilégier une lecture « buissonnière », en ouvrant par exemple le livre au hasard et en se plongeant dans l'histoire du Patriarche sur lequel on tombe, ou en choisissant un Patriarche dont le kôan nous inspire et en méditant sur les résonnances que le chapitre émet.

*Denkôroku, le Recueil de la Transmission de la lumière de Keizan Jôkin*, trad. Jean Nyojô Rat, préface de Pierre Taigu Turlur et avant-propos de Guy Mokuhô Mercier, Almore, 2024, 571 p.

## J'ai lu... j'ai aimé Les lectures de Jean Zanetsu Zuber (suite)

### Deux monuments de la littérature zen :

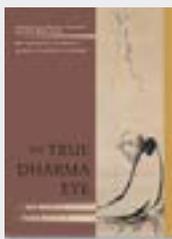
#### ...Et le *Shinji Shôbôgenzô* de Dôgen



On entend encore assez fréquemment que le courant Sôtô ne recourt pas aux kôans, ces brefs échanges entre maître et disciple, en général déroutants, et qui servent au disciple à progresser sur la Voie. Et s'il est vrai qu'à plusieurs reprises, dans ses écrits, maître Dôgen s'est montré critique envers le kôan, il n'en reste pas moins que le *Shôbôgenzô* de Dôgen abonde en... kôans ! Ce que l'on peut aussi comprendre si l'on se souvient que le maître japonais s'était aussi initié au zen Rinzai auprès de [Eisai](#) (mort en 1215).

Dôgen avait d'autre part fait provision de 300 (ou 301) kôans de la période Song (960 -1279), glanés durant son voyage en Chine et réunis plus tard dans un ouvrage, en chinois classique, intitulé *Shinji (ou Mana) Shôbôgenzô*. Contrairement à ce qui se fait habituellement, ces kôans ne comportent ni titre ni commentaire du compilateur – à savoir Dôgen. Ce qui s'explique peut-être par le fait que cet ensemble lui servait de réserve pour ses enseignements. Le maître zen [Gudô Nishijima](#) (1919-2014) en a donné une traduction en japonais moderne, ajoutant un commentaire de sa main à chaque kôan, après quoi il a travaillé avec deux disciples à une traduction de son ouvrage en anglais, publiée en 2003, qui a été à son tour traduite en 2020 par un de ses disciples français. Nous avons donc maintenant l'occasion de butiner dans ces kôans, tout en profitant des commentaires – généralement simples et directs, et plutôt courts – de Nishijima.

*Le Shinji Shôbôgenzô de maître Dôgen. 301 kôans.* Commentaires de Gudô Nishijima. Trad. en français par Michel Proulx. Montpellier, éd. Nanabozho, 2020, 383 p. (ISBN 978-2-235-85147-4) Il se peut que le livre ne se trouve pas facilement en librairie. Dans ce cas, [voir ici](#) ou contacter [Michel Proulx](#)



On trouvera aussi très bonne édition en anglais due à [Kazuaki Tanashi](#) et [John Daido Looi](#) (page WP en anglais). Tous deux ont collaboré pour la traduction, et Looi a rédigé une riche introduction ainsi que, pour chaque cas, un commentaire et une stance ou « capping verse » (*jakugo*), ce qui donne à ces kôans leur structure traditionnelle telle qu'on la trouve dans les recueils traditionnels. À noter que cette édition donne la préface de Dôgen à son recueil. On y lit que « Le trésor de l'œil du vrai dharma a été brandi par le grand maître Shakyamuni. Mais a-t-il fait l'objet d'un examen approfondi ? Par transmission directe, je l'ai reçu plus de 2180 ans plus tard. (...) Voici les trois cents cas clarifiés par les ancêtres. En leur nom, je présente les cas pour apprécier la splendeur ancienne. »

K. Tanashi et J. Daido Looi, *The True Dharma Eye: Zen Master Dogen's Three Hundred Koans*, Shambala Publications, 2009, 528 p.

## Autour du kôan

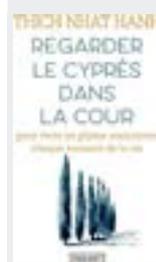
### La Passe sans porte



Si l'on souhaite en savoir un peu plus sur le genre littéraire du kôan avant de se lancer dans ces ouvrages, on pourra lire l'introduction, très claire et substantielle, de la sinologue [Catherine Despeux](#), à son édition d'un des recueils les plus connus (et l'un des plus abordables...) de kôans, *La Passe sans porte*, de WUMEN Huikai (1183-1260). C'est en même temps une présentation synthétique du Ch'an. Ensuite, chacun des 49 kôans du recueil est suivi du commentaire de Wumen et d'une stance, ainsi que d'annotations de C. Despeux, qui aident à entrer dans le cas.

K. Tanashi et J. Daido Looi, *The True Dharma Eye: Zen Master Dogen's Three Hundred Koans*, Shambala Publications, 2009, 528 p.

### Thich Nhat Hanh



Si [Thich Nhat Hanh](#) a écrit une centaine de livres, il se pourrait qu'il soit plutôt connu comme l'auteur de textes, de lecture aisée, sur l'amour mutuel, la compassion, la pleine conscience, la paix. C'est juste, mais c'est oublier qu'il a été un maître zen rinzai reconnu dans la tradition thiên (zen vietnamien), un universitaire confirmé, avec une vaste connaissance de la littérature bouddhique, et que cela en fait aussi l'auteur d'excellents livres sur le bouddhisme, qui peuvent pour certains être relativement exigeants. Par rapport à Si Thich Nhat Hanh a écrit une centaine de livres, il se pourrait qu'il soit plutôt connu comme l'auteur de textes, de lecture aisée, sur l'amour mutuel, la compassion, la pleine conscience, la paix. C'est juste, mais c'est oublier qu'il a été un maître zen rinzai reconnu dans la tradition

*J'ai lu... j'ai aimé*  
*Les lectures de Jean Zanetsu Zuber (fin)*

[thièn](#) (zen vietnamien), un universitaire confirmé, avec une vaste connaissance de la littérature bouddhique, et que cela en fait aussi l'auteur d'excellents livres sur le bouddhisme, qui peuvent pour certains être relativement exigeants. Par rapport à notre sujet, mentionnons un titre publié en 1964 – directement en français – Clefs pour le zen, une introduction au zen, qui contient un très bon chapitre (« *Le cyprès dans la cour* ») consacré au kôan, et plus particulièrement à ce qu'une personne qui pratique le zen peut faire avec un kôan. Le livre ne s'arrête cependant pas à cela et donne une très bonne vue générale du zen et de ses enseignements, ainsi que des doctrines centrales du [Madhyamaka](#) et du [Yogâcâra](#). Si la lecture peut être parfois quelque peu ardue, Nhat Hanh veille toujours à lier les éléments « techniques » à la pratique quotidienne. Le livre a été réédité en 2023 sous le titre *Regarder le Cyprès dans la cour* – phrase qui conclut un célèbre kôan de [Zhaozhou](#) (8e siècle) – qui figure d'ailleurs aussi dans le livre de Wumen.

WUMEN Huikai, [La passe sans porte. Les grandes énigmes des maîtres zen](#), trad. du chinois, présenté et annoté par Catherine Despeux, Points Sagesses n° 297, 2014, 271 p.

Thich Nhat Hanh, [Regarder le Cyprès dans la cour pour vivre en pleine conscience chaque moment de la vie](#). Pocket, 2022, n° 10833, 208 p. (1re éd., 1964 : Clefs pour le zen, Seghers ; rééd. JC Lattès, 1999, sous le titre *Clés pour le Zen*. Un guide pratique pour le zen, 1999.

**Sesshin annuelle avec Maître Roland Yuno Rech**  
**La Cézille, Arzier - 8 au 10 novembre 2024**



Sesshin annuelle avec Maître Roland Yuno Rech  
La Cézille, Arzier - 8 au 10 novembre 2024



Sesshin annuelle avec Maître Roland Yuno Rech  
La Cézille, Arzier - 8 au 10 novembre 2024

