

**Next Lettre de la Sangha
Februar 2027**

**Deadline
for texts and pictures
December 20th 2026**



Lettre de la Sangha Brief

n° 36 – Juli / Juillet 2026 – 4 €

Transmission Sans Demeure * L'origine de la souffrance * Eine Gyōji-Woche auf der Gendronniere * Dharma Techno * Marguerite Porete * Un nouveau dojo * Les nouveaux marranes * La Foi en l'Esprit * Daichi *, „Between the Lines“ * Les bases de la pratique de zazen

Lettre de la **Sangha** **Brief**

n° 36 - Juli / Juillet 2026 - 4 €

REDAKTION / RÉDACTION
Christoph Martin

LAYOUT / MISE EN PAGE
Paul Pichaureau

ÜBERSETZUNG / TRADUCTION
Carsten Eichholz, Madeleine Ehrhard, Christoph Martin



Sangha Sans Demeure

Avec ce numéro, nous ajustons le prix de la *Lettre de la Sangha* de 2 € à 4 €. Les coûts réels d'impression pour un tirage de 80 exemplaires avoisinent depuis un certain temps déjà les 6 €, voire davantage. Il est important pour nous de pouvoir continuer à proposer des *Lettre de la Sangha* imprimées, et pas seulement une version numérique que l'on parcourt rapidement à l'écran avant de ne plus y jeter un œil.

Wir passen den Preis des Sanghabriefs mit dieser Ausgabe von € 2.- auf € 4.- an. Die realen Druckkosten bei einer Auflage von 80 Exemplaren liegen schon seit einiger Zeit eher bei € 6.- oder sogar darüber. Es ist uns wichtig, weiterhin gedruckte *Sangha Briefe* anbieten zu können und nicht nur eine digitale Version, die man auf dem Bildschirm überfliegt und dann nicht mehr anschaut.

Next Sangha-Letter: February 2027
Deadline for texts and pictures: December 20th 2026

Please note:

- send .doc or .odt file to christoph_martin@web.de
- **do not** layout your texts
- send photos in separate files, in raw format.

All pictures © Sangha Sans Demeure, unless otherwise stated

Édito

Le temps file comme une flèche,
ne le gaspillons pas.

La flèche et la pointe de la lance
se rencontrent en plein vol.

Notre esprit fragmenté construit le vol
de la flèche et reste en même temps à sa
merci. Nous sommes tous sans demeure.

Editorial

Die Zeit fliegt wie ein Pfeil,
vergeuden wir sie nicht.

Pfeil und Speerspitze treffen sich im
Flug.

Unser fragmentierter Geist konstruiert
den Flug des Pfeils und ist ihm zugleich
ausgeliefert. Wir sind alle ohne Bleibe.

Au lieu d'un édito, je fais commencer
ce numéro par les paroles que
Brigitte Stark a prononcées à la fin de
l'Assemblée Générale annuelle de l'as-
sociation Sans Demeure, lors de
la sesshin d'hiver à Ommerborn.

Anstelle eines Editorials stelle ich dieser
Ausgabe die Worte voraus, die Brigitte
Stark zum Abschluss der diesjährigen
Jahresversammlung des Vereins Ohne
Bleibe während des Winter-Sesshins
in Ommerborn gesprochen hat.

Gasshō
Christoph

Sommaire – Inhaltsverzeichnis

Editorial / Édito	3
<i>Christoph Martin</i>	
Schlusswort bei der Jahreshauptversammlung 2026 in Ommerborn	6
Discours de clôture de l'Assemblée Générale 2026 à Ommerborn	7
<i>Brigitte Stark</i>	
Sesshin Sans Demeure Ommerborn 2026	10
<i>Pascale Laroussi</i>	
Compte rendu sur la réunion sur « la transmission »	12
Bericht über das Treffen zum Thema „Transmission“	14
<i>Blanche Heugel</i>	
Weitergabe ohne Bleibe / Transmission Sans Demeure	17
L'origine de la souffrance	28
<i>Entretien avec Philippe Rei Ryu Coupey</i>	
Der Ursprung des Leidens.....	35
<i>Ein Gespräch mit Philippe Rei Ryu Coupey</i>	
ZEN MISCELLANEOUS	
Le zen qui remplit le cosmos	42
Das Zazen, das den Kosmos erfüllt	45

Eine Gyōji-Woche auf der Gendronnière	48
Une semaine de Gyōji à la Gendronnière	52
<i>Jürgen Mattik</i>	
Dharma Techno.....	56
Dharma Techno.....	61
<i>Guyseika Faure</i>	
Un poème du Moyen Âge	66
Ein Gedicht aus dem Mittelalter	67
<i>André Sachet</i>	
Sans demeure, ça peut mener loin	71
Ohne Bleibe, das kann weit führen	74
<i>Olivier Tollu</i>	
Sommes nous les nouveaux marranes ?.....	77
Sind wir die neuen Marranen?	78
<i>Gérard Lalleau</i>	
La Foi en l'Esprit.....	80
Poèmes de Maître Daichi	82
„Between the Lines“	84
<i>Eugenia Bakurin</i>	
Les bases de la pratique de zazen.....	86
Die Grundlagen der Zazen-Praxis.....	87

Schlusswort bei der Jahreshauptversammlung 2026 in Ommerborn

Brigitte Stark, Februar 2026

Dies ist heute eine historische Versammlung, da wir zum ersten Mal alleine sind. Damit meine ich, Philippe ist nicht hier. Er ist bei sich zuhause in Paris. Er wird dieses Jahr nicht kommen und wird auch im nächsten Jahr nicht kommen. Manche von uns macht das sehr traurig - es schmerzt und wir vermissen ihn. So fühlt es sich an, wenn der Meister alt wird.

Alle Zen-Praktizierenden, alle Meister der Weitergabe, alle Patriarchen kennen dieses Gefühl des Verlassenwerdens vom Meister und alle haben dieses Gefühl durchlebt.

2002 fand das erste 7-Tage Sesshin in Neuschönau statt, und im Laufe der Jahre bis heute gab es viele verschieden Sesshin-Orte.

Während andere Sanghas sich Tempel gebaut haben,

Discours de clôture de l'Assemblée Générale 2026 à Ommerborn

Brigitte Stark, février 2026

C'est aujourd'hui une Assemblée générale historique, car c'est la première fois que nous sommes seuls. J'entends par là que Philippe n'est pas ici. Il est chez lui, à Paris. Il ne viendra pas cette année ni l'année prochaine. Cela attriste beaucoup certains d'entre nous : cela nous fait mal et il nous manque. C'est ce que l'on ressent lorsque le maître vieillit.

Tous les pratiquants zen, tous les maîtres de la transmission, tous les patriarches connaissent ce sentiment d'être abandonné par le maître et tous ont vécu ce sentiment.

En 2002, la première sesshin de sept jours a eu lieu à Neu Schönau et, au fil des ans, jusqu'à aujourd'hui, il y a eu de nombreux lieux de sesshin différents.

Alors que d'autres sangha se sont construit des temples,



sind wir heimatlos geblieben. Das ist für viele Menschen nicht einfach zu verstehen. Diese bewußte Entscheidung zur Heimatlosigkeit.

Für mich lag darin immer ein besonderer Zauber. Zusammenkommen, gemeinsam Praktizieren. Für einige Tage aus einem normalen Ort einen Tempel erschaffen und dann wieder auseinandergehen und keine Spuren hinterlassen.

Nun sind wir aufgefordert, den Weg der Sangha ohne Bleibe weiterzugehen. Wir blicken nicht nach Japan, wir blicken auf die Unterweisung Deshimarus, die er an Philippe weitergeben hat. Für uns ist die Unterweisung Deshimarus vollständig. Nichts muss hinzugefügt werden, weil es die Essenz des Zen ist. Philippe möchte, dass wir genau dafür wachsam bleiben.

Jedes Sesshin ist ein Wunder - nichts hier ist selbstverständlich.

Es braucht viel Engagement, dass ein Sesshin stattfinden kann.

Es braucht Menschen die das leben. Wir müssen genau hinsehen, wofür wir unsere Zeit und Kraft investieren, sonst erschöpfen wir uns.

Ich wünsche uns Mut und die Entschlossenheit gemeinsam diesen Weg weiterzugehen.

*Sesshin d'hiver à
Ommerborn, février 2026
Winter-Sesshin in
Ommerborn, Februar 2026*

nous sommes restés sans demeure. Pour beaucoup de gens, ce n'est pas facile à comprendre. Ce choix conscient de rester sans demeure.

Pour moi, il y a toujours eu là un charme particulier. Se réunir, pratiquer ensemble. Créer un temple pendant quelques jours à partir d'un lieu ordinaire, puis se séparer à nouveau sans laisser de traces.

Aujourd'hui, nous sommes appelés à poursuivre la voie de la Sangha sans Demeure. Nous ne nous tournons pas vers le Japon, nous nous tournons vers l'enseignement de Deshimaru, qu'il a transmis à Philippe. Pour nous, l'enseignement de Deshimaru est complet. Rien ne doit y être ajouté, car c'est l'essence même du zen. Philippe souhaite que nous restions vigilants précisément à cet égard.

Chaque sesshin est un miracle : ici, rien ne va de soi.

Il faut beaucoup d'engagement pour qu'une sesshin puisse avoir lieu.

Il faut des personnes qui le vivent. Nous devons examiner attentivement à quoi nous consacrons notre temps et notre énergie, sinon nous risquons de nous épuiser.

Je vous souhaite à tous le courage et la détermination pour poursuivre ensemble ce chemin.

Traduction : Madeleine Ehrhard





Sesshin Sans Demeure

Ommerborn 2026

Pascale Laroussi

« Silence ! L'arbre du jardin d'Ommerborn aux feuilles argentées se couvrent d'un manteau de neige. La cloche annonce le zazen, zazen... De retour à la fenêtre dans l'agitation de la préparation du café et des tartines je réalise que l'arbre est nu, son manteau blanc a disparu. La réalité de l'ici et maintenant ... »

„Stille! Der Baum im Garten von Ommerborn mit seinen silbernen Blättern ist von einem Schneemantel bedeckt. Die Glocke läutet zum Zazen, Zazen... Zurück am Fenster, inmitten der Hektik beim Zubereiten von Kaffee und Brotscheiben, stelle ich fest, dass der Baum kahl ist, sein weißer Mantel ist verschwunden. Die Realität des Hier und Jetzt ...“

*Neige à Ommerborn,
février 2026*

*Schnee in Ommerborn,
Februar 2026*

Übersetzung: Christoph Martin

Compte rendu sur la réunion sur « la transmission »

Blanche Heugel

Pour faire suite à la demande de notre cher rédacteur en chef de Sangha Brief, voici un petit compte rendu de la réunion sur « La transmission » (appelée plus familièrement « Réunion des shihō ») qui s'est tenue à la Gendronnière les 28 et 29 avril dernier.

Préambule

Dans la Sangha Sans Demeure, le *shihō* n'est pas un grade ou la première étape d'une carrière ecclésiastique ; il n'y a pas de différence entre ceux qui l'ont reçu et les autres. C'est une affaire intime entre le maître et le disciple. « Le shihō n'est pas du tout important » nous a redit Philippe l'autre matin. C'est donc parfois avec un peu de réticence qu'un certain nombre d'entre nous s'est rendu, à l'invitation de l'AZI, à cette réunion. Il était néanmoins important que la Sangha Sans Demeure soit représentée et fasse entendre sa voix. Onze personnes (10 français.e.s et 1 allemande) de chez nous ont répondu présent.

Au programme

Le premier matin, zazen, puis une conférence d'Olivier Wang-Genh sur *Jukai*, « la remise des préceptes » (un avatar de ce que l'on appelle l'ordination de bodhisattva) suivie de discussions en petits groupes, puis d'une restitution générale des discussions. Même format l'après-midi avec une conférence de Simone Wolf sur *Tokudo* (comprendre : « l'ordination de moine/nonne »). Zazen le soir. Le lendemain, zazen, puis une conférence de Guy Mercier sur le shihō/la transmission, suivie de petits groupes de discussion et d'un bilan avec tout le monde.



Les échanges en atelier ont été stimulants et sympathiques. Ça a été l'occasion pour chacun de réfléchir et de s'interroger, à titre individuel, sur le sens de son engagement dans la pratique. Sans entrer dans la confrontation, nous avons pu, dans une certaine mesure, faire entendre notre voix et écouter celle des autres. Il est intéressant de constater que pas mal d'anciens d'autres sangha — comme celles de Roland Rech ou de Gérard Pilet — ne partagent pas l'engouement pour la pratique à la japonaise.

Mais la ligne directrice est impulsée par les éléments les plus actifs de l'AZI, qui s'inscrivent résolument dans le système clérical de la Sōtōshu-Shumicho. Les autres suivent et se laissent porter sans manifester ouvertement d'opposition.

Cette réunion a eu pour principal mérite, à mon sens, de soulever des questions qui demandent à être approfondies, à titre individuel, et collectif :

- Que représente l'ordination de bodhisattva ? Pourquoi nous parle-t-elle, éventuellement, plus que « la cérémonie de Jukai, ou remise des préceptes » ? Quelle est la place accordée à ces fameux préceptes dans notre pratique ? Et comment les met-on en œuvre ?
- Qu'est-ce qu'être moine ou nonne tel que l'a enseigné maître Deshimaru ? Comment s'incarne et s'exprime cet engagement dans nos sociétés, en 2026 ?
- Comment, au lieu d'imiter les japonais ou de suivre à la lettre une tradition ecclésiastique bien balisée, être créatif, comme Deshimaru l'a été, toujours revenir à la source, zazen, et à partir de là, inventer collectivement le zen de demain, sa « forme européenne » adaptée aux conditions qui sont les nôtres et profondément enracinée dans notre culture ?
- Et comment, à Sans Demeure, continuer de créer une structure suffisamment souple et horizontale, afin que le pouvoir (le *ki*, a précisé Philippe ce matin) ne tombe pas dans les mains d'un nombre réduit d'individus mais que puissent coexister différentes expressions et compréhensions de l'enseignement et de la pratique ? Telles sont quelques questions que l'on peut se poser entre nous aujourd'hui. Pour ce qui est de nos relations futures avec l'AZI...

Bericht über das Treffen zum Thema „Transmission“

Blanche Heugel

Auf Bitten unseres lieben Chefredakteurs des Sangha Briefes folgt hier ein kurzer Bericht über das Treffen über „Die Weitergabe“ (umgangssprachlich „Shihō-Treffen“ genannt), das am 28. und 29. April 2026 in La Gendronnière stattfand.

Vorwort

In der Sangha ohne Bleibe ist das *Shihō* weder ein Abschlussgrad noch ein erster Schritt auf einer klerikalen Laufbahn; es gibt keinen Unterschied zwischen denen, die es erhalten haben, und denen, die es nicht erhalten haben. Es ist eine intime Angelegenheit zwischen Meister und Schüler. „Shihō ist überhaupt nicht wichtig“, sagte Philippe neulich morgens. Deshalb gingen einige von uns mit einer gewissen Zurückhaltung zu diesem Treffen, zu dem die AZI eingeladen hatte. Dennoch war es wichtig, dass die Sangha Sans Demeure vertreten wurde und ihre Stimme hörbar machte. Elf Personen (10 Franzosen und 1 Deutscher) von uns waren anwesend.

Im Programm

Am ersten Morgen Zazen, danach ein Vortrag von Olivier Wang-Genh über „*Jukai*: die Übergabe der Gebote“ (ein Synonym dessen, was wir die Bodhisattva-Ordination nennen), gefolgt von Kleingruppendiskussionen und schließlich einer allgemeinen Zusammenfassung der Diskussionen. Gleiches Format am Nachmittag mit einem Vortrag von Simone Wolf über „*Tokudo*“ (sprich: die Mönchs- / Nonnenordination). Zazen am Abend. Am nächsten Tag Zazen, dann

ein Vortrag von Guy Mercier über „*Shihō* / Weitergabe“, gefolgt von kleinen Diskussionsgruppen und einer abschliessenden Zusammenfassung mit allen.

Der Austausch in den Workshops war anregend und freundlich. Es war eine Gelegenheit für alle, individuell zu reflektieren und die Bedeutung ihres Engagements in der Praxis zu hinterfragen. Ohne in Konfrontation zu geraten, konnten wir bis zu einem gewissen Grad unsere Stimme hörbar machen und auf die der anderen hören. Es ist interessant zu bemerken, dass viele alten Schüler: innen aus anderen Sanghas – wie die von Roland Rech oder Gérard Pilet – die Begeisterung für die japanische Praxis nicht teilen.

Doch die Leitlinie wurde von den denjenigen aktivsten Personen der AZI vorangetrieben, die entschlossen Teil des klerikalen Systems der Sōtōshu-Shumicho sind. Die anderen folgen ihnen und lassen sich mitreißen, ohne offenen Widerstand zu zeigen.

Der Hauptvorteil dieses Treffens war meiner Meinung nach, dass es Fragen aufgeworfen hat, die einzeln und kollektiv tiefer untersucht werden müssen:

- Was bedeutet die Bodhisattva-Ordination? Warum spricht uns dies vielleicht mehr an als „die Zeremonie des *Jukai* oder die Übergabe der Gebote“? Welchen Platz haben diese berühmten Gebote in unserer Praxis? Und wie setzen wir sie um?
- Was bedeutet es, Mönch oder Nonne zu sein, wie es Meister Deshimaru lehrte? Wie wird dieses Engagement in unserer Gesellschaft im Jahr 2026 verkörpert und ausgedrückt?
- Wie können wir, anstatt Japan zu imitieren oder einer klar definierten klerikalen Tradition minutiös zu folgen, kreativ sein, wie Deshimaru es tat, immer zur Quelle zurückgehen, Zazen, und von dort aus gemeinsam das Zen von morgen erfinden, dessen „europäische Form“ an die Bedingungen angepasst ist, in denen wir leben, und tief in unserer Kultur verwurzelt ist?

Und wie können wir bei Sans Demeure weiterhin eine ausreichend flexible und horizontale Struktur schaffen, sodass Macht (*Ki*, wie Philippe heute Morgen klarstellte) nicht in die Hände einer kleinen Anzahl von Individuen fällt, sondern dass unterschiedliche Ausdrucksformen und Auffassungen von Lehre und Praxis koexistieren können?

Dies sind einige der Fragen, die wir uns heute stellen können. Was unsere zukünftige Beziehung zu AZI betrifft...

Übersetzung: Christoph Martin

Im Vorfeld des Treffens zum Thema «Weitergabe» auf der Gendronnière tauschten sich einige der Eingeladenen per E-Mail aus über ihre Meinungen zu dieser Veranstaltung und ihre Haltung zu den vorgesehenen Themen. Hier einige Auszüge aus ihren Beiträgen:



Weitergabe Transmission ohne Bleibe Sans Demeure

Peu avant le colloque « Transmission » à La Gendronnière, certains des invités ont échangé par e-mail leurs opinions sur cet événement et leur position concernant les thèmes abordés. Voici quelques extraits de leurs contributions :

Arrière-plan : photo de groupe du colloque « Transmission » à La Gendronnière, avril 2026.

Premier-plan : maître Deshimaru dans les herbes de La Gendronnière, été 1981. © AZI

Hintergrund: Gruppenfoto vom Kolloquium „Transmission“ in La Gendronnière, April 2026.

Vordergrund: Meister Deshimaru im Gras von La Gendronnière, Sommer 1981. © AZI

Une réunion exclusivement pour les personnes ayant reçues le shihō, cela m’a surpris ; le shihō serait-il une « marque distinctive » ?

Eine Versammlung ausschließlich für diejenigen, die das Shihō erhalten haben, das hat mich überrascht - sollte das Shihō ein „besonderes Kennzeichen“ sein?

La transmission est certainement le « nerf vitale » de notre école et tradition — de toute pratique vivante d’ailleurs (et de la vie même) : comment transmettre ce qui est vivant, cela me paraît évident ; ce qui est moins évident, c’est la manière dont on en tient compte.

Die Weitergabe ist zweifellos der „Lebensnerv“ unserer Schule und Tradition - wie im Übrigen aller lebendigen Übungen (und schließlich des Lebens selbst): wie weitergeben, was lebendig ist. Das scheint mir offensichtlich; weniger offensichtlich ist die Art und Weise, wie das berücksichtigt wird.

Bertrand Schütz

Bodhisattva-Ordination

À l’époque où je me suis faite ordonnée, on ne choisissait pas vraiment le godo qui nous ordonnait, et on disait que c’était le symbole de notre « entrée dans la sangha¹ ».

L’ordination de bodhisattva se suffit à elle-même, ce n’est pas une étape ou la première marche d’une ascension, mais bien une plongée totale dans la pratique et le vœu de ne pas pratiquer pour en tirer un avantage personnel.

Zu der Zeit, als ich ordiniert wurde, wählte man den Godo, der uns ordinierte, nicht wirklich aus, und man sagte, dies sei das Symbol für unseren „Eintritt in die Sangha“.

Die Bodhisattva-Ordination ist in sich selbst vollständig; sie ist kein Etappenziel oder die erste Stufe eines Aufstiegs, sondern ein völliges Eintauchen in die Praxis, und das Gelübde, nicht für persönlichen Nutzen zu praktizieren².

Blanche Heugel

It is only since the IZAUK sangha have started to talk about Jukai and “receiving the precepts” many years later, that I started to ask myself what the Bodhisattva ordination meant to me. After the experience of Vipassana (Theravada), in which I felt restricted, I was now experiencing Mahayana which was open, and for all beings, not simply my own search for enlightenment. The Bodhisattva represents for me all the things that were missing from my previous practice.

In Mahayana, we are given the adult choice to acknowledge our shortcomings for ourselves and discover a route which treats all beings with respect and dignity, leaving our own spiritual ambitions behind. This is the difference. To respect and acknowledge our place in the whole of the world, planet, universe, cosmos along with the place of every other being/existence. The human is not the ultimate. We have “the wordless sermon”, where we can be taught by the trees and rocks and the sea as it washes the shore. This is Mahayana. This is not emphasising receiving the precepts. It is emphasising taking the Bodhisattva vows.

Maddie Parisio

L’ordination de bodhisattva est l’expression de la Voie dans nos vies. D’un point de vue personnel, elle est la reconnaissance de cette chose, la Voie, qui s’exprime dans ma propre existence.

Die Bodhisattva-Ordination ist der Ausdruck des Weges in unserem Leben. Aus persönlicher Sicht ist es die Erkenntnis dieses Dings, des Weges, die sich in meiner eigenen Existenz ausdrückt.

Paul Pichaureau

Meine Bodhisattva-Ordination verstand ich als die Bekräftigung meines Entschlusses, Zazen weiter mit der Deshimaru-Sangha praktizieren zu wollen. Damals galt es als ist nicht so wichtig, wer von den Godos der Gendronnière dich zum Bodhisattva ordiniert.

Der Begriff „die Gebote empfangen“ war (in meiner Erinnerung) gänzlich unbekannt.

J'ai compris mon ordination bodhisattva comme la confirmation de ma décision de continuer à pratiquer le zazen avec le sangha Deshimaru. À l'époque, on considérait qu'il n'était pas très important de savoir lequel des godos de la Gendronnière vous ordonnait bodhisattva.

Le terme « recevoir les préceptes » était (dans mon souvenir) totalement inconnu.

Christoph Martin

Unsere Auffassung des Bodhisattva ist kennzeichnend für das Mahayana und unterscheidet sich von der anderer Schulen des Buddhismus. Es ist also kein Zufall, daß die Unterscheidung zwischen Bodhisattva und Nonne bzw. Mönch bei uns nicht so betont ist. Vielleicht widmen sich Mönche und Nonnen in unserem Verständnis stärker der Aufgabe, die Fortsetzung der Praxis zu ermöglichen.

Ce que nous entendons par « bodhisattva » est caractéristique pour le Mahayana, et se distingue d'autres écoles du bouddhisme. Ce n'est donc pas par hasard que la distinction entre bodhisattva et nonne/moine n'est pas vraiment accentuée chez nous. L'engagement à assurer la continuation de la pratique est peut-être plus marqué pour les moines et nonnes, tel que nous l'entendons.

Bertrand Schütz

Nonnen- / Mönchsordination

Cela me semble important et fort que les ordinations de nonne/moine et bodhisattva est lieu au même moment. En plus c'est plus simple.

Es erscheint mir wichtig und stark, dass die Ordinationen von Nonne/Mönch und Bodhisattva gleichzeitig stattfinden. Außerdem ist es einfacher.

Guy Faure

I was sewing a kesa, without a master to guide me in Zen practice, Jean Baby had retired back to France by this time. I was sure that somehow the master I could follow would manifest if I just kept sewing. I had to make a journey, and, along with my partner John, we embarked upon the preparations to spend a year at La Gendronnière. We had been going there regularly every year since our bodhisattva ordinations (8 years), and John was keen to work in the forest which was his profession. I went to find a master.

That master was Philippe.

Maddie Parisio

Dans l'enseignement de maître Deshimaru, cette ordination vient prolonger et approfondir celle de bodhisattva. On fait le vœu de mettre la pratique de zazen au centre de notre vie et de la continuer éternellement. C'est un engagement intime, symbolisé par le kesa que remet le maître lors de la cérémonie. Il n'implique aucunement de vivre dans un monastère ou de se retirer du monde, Dieu merci !

In der Unterweisung von Meister Deshimaru stellt diese Ordination eine Fortsetzung und Vertiefung der Bodhisattva-Ordination dar. Man legt das Gelübde ab, die Zazen-Praxis in den Mittelpunkt des eigenen Lebens zu stellen und sie aufewig fortzusetzen. Es ist eine innige Verpflichtung, symbolisiert durch das Kesa, das der Meister während der Zeremonie überreicht. Sie bedeutet keineswegs, in einem Kloster zu leben oder sich aus der Welt zurückzuziehen, Gott sei Dank!

Blanche Heugel

Même si la pratique telle que je la vie au quotidien est très probablement perçue comme moins profonde par beaucoup que celle d'un moine ayant passé 10 ans dans un temple japonais, c'est la pratique que je vie et qui dirige ma vie. C'est celle-ci que j'ai envie de creuser, défendre et de transmettre.

Je considère que le zen que nous pratiquons, enrichi par cette confrontation quotidienne à la société, nous pousse à nous accrocher à l'essence de la pratique. Cela nous aide à ne pas nous perdre dans une image idéalisée du zen. Pratiquer dans une Sesshin dans une salle de classe d'une MFR est ma vision du temple. Pratiquer quotidiennement dans une salle polyvalente comme par exemple celle de l'armée du salut est ma vision d'un dojo. Ces formes dépouillées ne trompent pas.

Auch wenn die Praxis, wie ich sie täglich lebe, von vielen höchstwahrscheinlich als weniger tiefgreifend wahrgenommen wird als die eines Mönchs, der zehn Jahre in einem japanischen Tempel verbracht hat, ist es die Praxis, die ich lebe und die mein Leben bestimmt. Genau das möchte ich erforschen, verteidigen und weitergeben.

Ich beobachte, dass das Zen, das wir praktizieren, bereichert durch diese tägliche Konfrontation mit der Gesellschaft, uns dazu bringt, am Wesen der Praxis festzuhalten. Es hilft uns, uns nicht in einem idealisierten Bild von Zen zu verlieren. Die Praxis in einem Sesshin in einem MFR-Klassenzimmer ist meine Vision des Tempels. Tägliches Üben in einem Mehrzweckraum wie dem der Heilsarmee ist meine Vision eines Dojos. Diese reduzierten Formen täuschen nicht.

Serge Agoston

Meine Mönchs-Ordination bedeutete für mich dann eine nochmalige Bestärkung des obigen Entschlusses. Ich empfand sie als ein Versprechen an mich selbst, Zazen zum Dreh- und Angelpunkt meines Lebens zu machen.

Zwei Haltungen waren damals in der Sangha Konsens:

Was genau es heißt, Mönch zu sein, musst du selbst Tag für Tag in deinem Leben erschaffen. Wie du das löst, ist deine Aufgabe und deine freie Entscheidung.

Versuche, deinen Ordinationsmeister regelmäßig zu sehen und die Beziehung zu ihm zu gestalten.

Mon ordination moine a alors signifié pour moi une nouvelle confirmation de cette décision. Je l'ai vécue comme une promesse que je me faisais à moi-même de faire du zazen le pivot de ma vie.

À l'époque, deux attitudes faisaient consensus au sein de le sangha :

C'est à toi de créer jour après jour dans ta vie ce que signifie exactement être moine. La manière dont tu y parviens est ton affaire et relève de ta libre décision.

Essaie de voir régulièrement ton maître d'ordination et de construire une relation avec lui.

Christoph Martin

Shihō

I had no ladder to climb, I had no ambition to be anything more than a servant to both Sanghas. When I heard about all these ceremonies that people were doing to receive their transmission, I just thought, “This has nothing to do with me. I won’t be receiving transmission, I am still a beginner.” I was relieved that it wasn’t going to be necessary for me to do all this theatre.

Philippe asked me if I wanted the *shihō* in February 2020 at Le Mans sesshin SD. It happened one year later. There were 7 of us at the rue des Cordelières, a quiet ceremony, and I was glad and touched that it was so simple; I was just one of the group, and yet each one of us had our own deep connection with the master. We became linked, with Philippe as our lynchpin.

Maddie Parisio

Maître Deshimaru ... considérait que c’était la chose la plus haute. Pas un grade ou un diplôme, mais la silencieuse coïncidence entre l’esprit du maître et celui du disciple. C’est n’est pas une chose qui doit être exposée au grand jour, dont on doit parler ou se prévaloir. Comme à l’époque d’Eno, pour protéger cette transmission, elle doit être tenue secrète.

Meister Deshimaru ... betrachtete es als das Höchste. Nicht als Rang oder Diplom, sondern als das stille Zusammenwirken zwischen dem Geist des Meisters und dem des Schülers. Es ist nichts, was ans Tageslicht gebracht, worüber gesprochen oder womit geprahlt werden sollte. Wie zu Enos Zeiten muss diese Weitergabe geheim gehalten werden, um sie zu schützen.

Blanche Heugel

Dans notre sangha, il y a cet aspect intime, loin des yeux de possibles spectateurs. Un truc quasiment secret, puisque à part les participants personnes ne sait qui reçoit le shihō... Je trouve cela profond et convenable, pas nécessaire d’en faire la publicité sauf si on le désire.

Personnellement je ne le cache pas mais ne le crie pas non plus sur tous les toits.

Alors n’en faisons pas un grade et restons humble.

Mais je sais que même si je ne l’avais pas reçu, j’aurais pris la même direction, j’aurais proposé les mêmes choses, avancé de la même manière sur la Voie, sans attendre l’autorisation ni le soutien de personne.

In unserer Sangha gibt es diesen intimen Aspekt, fernab von den Augen möglicher Zuschauer. Eine fast geheime Sache, denn außer den Teilnehmern weiß niemand, wer das Shihō erhält... Ich finde es tiefgründig und passend, es ist nicht nötig, es öffentlich zu machen, es sei denn, man möchte es. Ich persönlich verstecke es nicht, aber ich schreie es auch nicht von den Dächern.

Also machen wir es nicht zu einem Rang und bleiben demütig,

Aber ich weiß, dass ich, selbst wenn ich es nicht erhalten hätte, dieselbe Richtung eingeschlagen, dieselben Dinge vorgeschlagen und sie auf die gleiche Weise auf dem Weg vorangebracht hätte, ohne auf Erlaubnis oder Unterstützung zu warten.

Guy Faure

Das Shihō bedeutet, dass der Meister mir zutraut, den Weg weitervermitteln zu können, und selbst Ordinationen durchführen zu können, sollte ich jemals darum gebeten werden.

Für mich persönlich folgen aus dem Erhalt des Shihōs keinerlei Folge-Schritte wie z.B. Teilnahme an einem offiziellen Ango oder weitere Zeremonien. Das Shihō ist vollständig.

Le Shihō signifie que le maître me fait confiance pour transmettre la Voie et pour pouvoir procéder moi-même à des ordinations si jamais on me le demandait.

Pour moi personnellement, l’obtention du shihō n’entraîne aucune étape supplémentaire, comme par exemple la participation à un angō officiel ou à d’autres cérémonies. Le shihō est complet.

Christoph Martin

Je n'aurais pas accepté le Shihō s'il fallait aller au Japon suivre des rituels et l'enseignement d'un Maître autre que Philippe. La raison pour laquelle je l'ai accepté est que le Shihō coïncide avec la pratique qui m'a été transmise pendant toutes ces années par Philippe. Pratique dont l'essence est celle d'embrasser cette en apparence contradiction qui est de pratiquer tout en restant là où on est géographiquement et dans la société.

Ich hätte Shihō nicht akzeptiert, wenn ich nach Japan hätte reisen müssen, um den Ritualen und Lehren eines anderen Meisters als Philippe zu folgen. Der Grund, warum ich es akzeptiert habe, ist, dass Shihō mit der Praxis zusammenfällt, die mir Philippe all die Jahre vermittelt hat. Eine Praxis, deren Wesen darin besteht, diesen scheinbaren Widerspruch zu akzeptieren, nämlich zu praktizieren und dennoch dort zu bleiben, wo man geografisch und in der Gesellschaft ist.

Serge Agoston

Je vois le shihō comme l'affirmation, par le maître, de l'autonomie spirituelle du disciple. Le maître dit au disciple : « Je te fais confiance pour poursuivre cette pratique dans la direction dans laquelle je cherche à aller. » J'ai été profondément touché par cette cérémonie, sa simplicité, sa profondeur. Le shihō est absolument unique, de personne à personne.

Ich sehe Shihō als die Bestätigung des Meisters der spirituellen Autonomie des Schülers. Der Meister sagte zu dem Schüler: „Ich vertraue darauf, dass du diese Praxis in der Richtung fortsetzt, in die ich mich bemühe.“ Ich war tief berührt von dieser Zeremonie, ihrer Schlichtheit, ihrer Tiefe. Shihō ist absolut einzigartig, von Person zu Person.

Toutes ces distinctions prennent une importance dans le cadre d'un système de « fonctions » au sein d'une organisation (comparable à une charge ecclésiastique au sein de l'église catholique).

All diese Unterscheidungen werden wichtig im Rahmen eines Systems von „Ämtern“ innerhalb einer Organisation (wie etwa die Ämter in der katholischen Kirche)

À ce moment-là, il est question de « formation », c'est dans la logique d'une telle forme d'organisation. Au Japon, tu sais bien qu'en outre, nombre de temples sont transmis de père en fils ; pour être habilité à prendre en charge la direction d'un temple, une « formation » est exigée.

Dann ist auch „Ausbildung“ ein Thema. In Japan werden ja etliche Tempel vom Vater auf den Sohn übertragen; um nachzuweisen, daß man befähigt ist, einen Tempel vorzustehen, ist eine „Ausbildung“ erforderlich

Pour ceux qui ont rencontré le Zen avec Maître Deshimaru, qu'ils l'aient connu ou non, cela ne correspond pas à ce qu'il nous a transmis.

Wer mit Meister Deshimaru dem Zen begegnet ist, unabhängig davon, ob er ihn persönlich gekannt hat oder nicht, vermag darin nicht zu erkennen, was er uns weitergegeben hat.

Pour ma part, le shihō témoigne de ce que l'on ne peut pas se certifier soi-même.

Das Shihō macht meines Erachtens deutlich, daß man sich nicht selbst bestätigen kann.

Bertrand Schütz

L'origine de la souffrance

Entretien avec Philippe Rei Ryu Coupey

17 avril 2026

Chez Philippe dans son bureau



*Philippe interrogé par Romain Boucq, pour le podcast « Zendo sans murs », juin 2026.
Philippe im Gespräch mit Romain Boucq für den Podcast „Zendo sans murs“, Juni 2026*

Bouddha a évoqué les quatre nobles vérités comme origine de la souffrance, pouvez-vous commenter ?

Excusez-moi, mais je ne vais pas parler de toutes les quatre nobles vérités... Mais prenons la dernière, où Bouddha dit qu'à la fin, il n'y a pas de souffrance.

Comment est-ce qu'on peut dire une chose pareille ? Sauf, bien sûr, si on comprend que Bouddha parle au niveau de la conscience universelle.

La souffrance c'est inné en nous. Et sans expérimenter la souffrance, comment pourrait-on enseigner au sujet de la souffrance ? S'il n'y a pas de souffrance, on est en dehors du temps et de l'espace.

En dehors de la souffrance des autres ? Et que Bouddha aurait dit qu'à la fin, il n'y a pas de souffrance ? Et qu'on arrive à dépasser le petit ego dans chaque *skandha* ? On les dépasse et puis on est libre, totalement libre de toute souffrance, nous dit Bouddha.

C'est une façon de parler qui est comme un trompe l'œil... « Moi, je ne souffre pas, mais regarde les autres qui souffrent... » Est-ce que je ne vais pas souffrir si eux ils souffrent ? Si oui, ça voudrait dire qu'il y a séparation.

Ça voudrait dire : « Moi, je suis sur un petit îlot où il n'y a pas de souffrance, tranquille, et je ne comprends même pas que les autres souffrent encore. » En effet, il n'est plus en lien avec eux.

C'est avec son « frontal », avec son cerveau, que démarre la souffrance : la tête. C'est être sur une île, seul, avec un drapeau blanc, et il n'y a aucun bateau qui passe... C'est ça, la folie.

L'origine de la souffrance, c'est quand on ne peut pas obtenir ce qu'on veut. Peut-être que la quatrième vérité est que Bouddha, étant donné qu'il ne veut plus rien obtenir, ne souffre pas. Possible. Mais je pense que c'est plus profond que ça.

Il y a quelque chose ici qui ne passe pas bien pour moi dans ce raisonnement. C'est

1 – Les 5 skandhas : les catégories qui représentent l'individualité – forme, sensation, perception, action, conscience -. Elles sont sources de souffrance aussi longtemps que l'on ne réalise pas leur vacuité.

comme s'il y avait quelque chose à atteindre. Mais de toute manière, cette idée qu'il n'y a pas de souffrance, il faudrait expliquer ça en termes philosophiques, existentiels, et ça ne m'intéresse pas.

Il y aura toujours de la souffrance, et que fait-on avec ça ? On ne va pas y échapper. Alors on fait zazen. On n'est pas en zazen pour retrouver le plaisir.

On est en zazen parce que c'est quoi cette existence sur cette Terre ? C'est quoi cette souffrance ? Et c'est quoi moi là-dedans ? Qu'est-ce que j'en ai à faire d'être ici sur cette Terre, à la fin, avec toutes ces souffrances : celles d'aujourd'hui, d'hier, de demain et après-demain. À quoi bon être sujet à tout ça ?

Alors on pose la question, qu'est-ce qu'on fait ici ? Et puis il y a un maître de zen : on va le voir... On s'assoit et on comprend : le problème n'est pas extérieur, il est intérieur. La souffrance, c'est intérieur. C'est la tête.

Puisque le problème est dans la tête, il faut se rééquilibrer, revenir sur terre avec une pratique qui passe par le corps. Et même : pour dépasser la souffrance. Il n'y a pas de disparition, la souffrance est toujours là, mais on ne la vit plus de la même manière. On ne souffre pas trop. Car qui souffre ? C'est l'ego qui souffre. Alors si on n'a pas trop d'ego, on souffre moins.

Mais je n'aime pas parler trop comme ça non plus, parce que ça fait très arithmétique.

Quel rôle joue le sentiment d'identité, le moi, l'ego, dans la fabrication de la souffrance ?

Un rôle total. On ne peut pas avoir ce qu'on veut. C'est très frustrant si c'est de l'argent, si c'est le sexe, l'amour, si c'est avoir un toit sur sa tête — on n'a pas ça et le résultat c'est la souffrance.

Et même si on a tout ce qu'on veut... Ça, c'est la grande souffrance. Mon père avait tout. Il était super riche. Il lui manquait toujours quelque chose. Il y avait quelque chose qui ne tournait pas bien dans sa tête. Il courait continuellement après la femme, la Haute-Société, etc. Son ambition, c'était d'être reçu dans l'aristocratie. C'est ce que veut l'homme très riche. On veut toujours un peu plus.

Bien sûr, on voit ça, mais on n'est pas capable de changer. Lui, c'était un homme d'affaires. Il veut une Rolls-Royce, un yacht, une piscine, et la souffrance recommence.

Je me souviens d'une soirée pour l'anniversaire d'une petite fille que je connaissais. On lui donnait des cadeaux. Elle recevait des cadeaux dans ses bras.

Et il y en avait trop de cadeaux : elle ne pouvait pas les tenir tous. Et les gens voulaient l'aider à tenir tous ses cadeaux, mais elle ne voulait pas. Elle voulait les tenir tous. Elle commençait à pleurer, et on lui donnait un autre cadeau. On le posait sur la pile qu'elle tenait, parce que c'était ce qu'elle voulait. Et les larmes lui venaient aux yeux. La souffrance de recevoir... Et puis c'est l'overdose.

Et sa mère essayait de dire « Écoute, chérie, laisse-moi prendre un peu de ces boîtes-là. » Mais elle protestait « Non, non, non ! » Elle avait peur qu'on lui pique ses cadeaux.

La souffrance vient de l'ego. D'abord on croit complètement à l'ego. Mais on dépasse ça pour son bien-être. On ne veut pas rester dans cet état de manque et de séparation : c'est pénible, c'est horrible.

Alors tu t'en sors.

Au-delà de l'enseignement. Un enseignement n'est qu'un enseignement.

On parle vraiment de quelque chose qu'on ne peut pas exprimer.

Peut-on dire que la souffrance est une résistance au réel ?

C'est une question qui n'a pas beaucoup de sens. Est-ce que l'illusion est un obstacle à la réalité ?

Mais la réalité, qui dit que c'est la réalité ? La réalité, c'est une illusion. La réalité est impossible à saisir. Et donc on ne peut pas y arriver : ce serait une illusion.

Parlons du réel. Quelle réalité ? Sa petite réalité personnelle ? Ou est-ce qu'on veut parler de la réalité du Dharma ? Alors oui, la souffrance, c'est aller à contre-courant du Dharma. Mais sans la souffrance, on ne connaît pas le Dharma¹. Et c'est la souffrance qui nous amène la plus grande beauté. Par exemple, comment on fait pour vivre avec la souffrance dans le Dharma ? C'est quelque chose qui rend la souffrance comme une chose noble.

La souffrance pousse à chercher le Dharma, qui est

1 – Dharma : ici on peut dire « la Loi universelle, la norme de l'univers ».

comme les règles du jeu. Si on refuse ces règles, la douleur est terrible. Celui qui prétend que *mujō* (l'impermanence) ne s'appliquera pas à lui, parce qu'il préfère l'éternelle jeunesse, va souffrir. Comment pourrait-on se confronter à la mort avec une telle attitude ?

Mais peut-être qu'en étant dans l'ignorance totale, une fois en face de la mort la personne arrive à laisser tomber tout d'un coup, devient libre, et meurt tranquille ? C'est-à-dire accepter et même au-delà d'accepter : simplement être bien avec le moment ?

Mais en général, non. Il se peut qu'en face de la mort on en veuille à tout le monde. Je connaissais une femme, encore jeune, jolie, qui avait attrapé le SIDA à cause d'une négligence médicale. Elle savait qu'elle mourait, et elle est devenue haineuse, elle a changé et est devenue féroce anti tout-le-monde, à commencer par les médecins. « Je ne vais pas mourir ! De quel droit ? J'ai 23 ans ! » Elle était une beauté et elle le savait. On tient à ça.

Mais il y avait une autre femme qui mourrait au même moment, au dojo de Zürich. Elle c'était l'opposé. Elle a trouvé la Voie. « Michel Bovay m'a transmis la vision profonde, je vais mourir et je suis d'accord ». En face de la mort elle était d'une grande tranquillité. Le Dharma l'a « sauvée », dans le sens qu'elle ne portait pas de haine jusqu'à la mort et au-delà, comme l'autre.

Et ça continue... Si tu es haineux au moment de mourir, c'est une manifestation de l'esprit. Et quand tu meurs, l'esprit ne meurt pas forcément. Alors la haine continue.

Que devient un être éveillé après la mort ?

D'abord un être éveillé ne sait pas qu'il est éveillé. Alors pourquoi est-ce que quelque chose va se produire à partir de quelque chose qui est non existant ? Son éveil, c'est non existant.

Dès le moment que tu penses « je suis éveillé », ce n'est évidemment pas vrai.

32 Mais que deviennent *tous les êtres* après la mort ? Ils se répètent. C'est la question de la roue de la

vie et de la mort. Tu répètes, tu répètes, tu reviens comme un homme, tu passes par *Gaki*, par l'enfer, et ça continue, ça continue.

Mais est-ce qu'on doit vraiment faire la distinction entre les être éveillés et non-éveillés ? Ça voudrait dire que ceux qui passent le test arrivent au *parinirvana*, mais pour les autres par contre il faudra retourner dans le jeu, dans la roue de la vie et de la mort. C'est l'enseignement bouddhiste, et moi je dis que ce n'est pas tellement exact, à la fin. Quand on a ouvert la porte on n'a plus besoin de poignée.

Maître Deshimaru voulait simplement qu'on continue *zazen*, mais sans but : *mushotoku*. « Sans but » c'est très fort, quand on y réfléchit. Sensei voulait notre bonheur, et notre bonheur c'est de nous libérer. Et il nous libérait, c'est vrai. Il a réussi dans sa mission.

Comment il l'a fait ? Eh bien, dans le monde invisible. C'est pour ça que c'est un grand maître. Parce qu'il a pu éveiller beaucoup de gens.

Le maître nous a libéré, mais ça ne veut pas dire qu'on ne connaît plus de souffrance. On ne change pas du tout. Être éveillé ne veut pas dire qu'on va changer. On pense que ça va conduire à vivre les mêmes choses, mais différemment. Ceci est difficile à dire. C'est au-delà de tout résultat.

J'ai pratiqué 50 ou 60 ans. C'est peut-être plus que Bouddha... Et avec tout ça on ne parle plus en ces termes de « je pratique *pour* pouvoir me changer ». C'est le point le plus important, et c'est ce qui ne peut pas être expliqué.

Je continue à pratiquer parce que je sais que c'est ce que je dois faire. À 88 ans, je diminue, je suis quand même assez raisonnable. Je constate que je me retire petit à petit. Mais je continue.

On pratique aussi par obligation envers les autres. Surtout si on prend de l'importance : on la doit aux autres, cette importance. C'est ça la non-séparation. Comme je dirige dans les temples et les dojos, je suis obligé d'être là, obligé d'être en bonne santé. J'ai envie de fumer depuis des années, et encore maintenant, j'aimerais beaucoup fumer —

1 – *Mu* : non ; *shotoku* : profit.

une souffrance qui vient de l'attachement... — mais je ne fume pas, je ne me soûle pas, parce que c'est mon travail d'être responsable.

Si je n'avais pas le Dharma, ça aurait pu tourner mal pour moi. Si je n'avais pas une pratique spirituelle, un au-delà du monde matériel, je serais encore en train de courir dans la roue « enfer/paradis ». Et pas seulement pendant une vie, mais pendant des millions de vies. Et c'est un peu tragique que d'innombrables personnes soient prises par cela, pendant des millions de vies.

L'*arhat* est celui qui coupe toutes les souffrances. C'est le bouddhisme Hinayana. Et je mets cela en question : est-ce que c'est vraiment possible d'arrêter toutes les souffrances ? En tout cas notre enseignement, le Mahayana, est très différent du Hinayana : c'est la voie du *Bodhisattva*. Le Bodhisattva reste avec tous ceux qui souffrent, pour toujours.

L'idée de s'installer dans une paix continue, où on n'est plus affecté par rien, est une idée qui n'est vraie que pour ceux qui n'ont jamais rencontré un vrai maître. Ils ne sont pas comme ça, ils sont en haut puis en bas. Et ils tombent vraiment... Mais ils montent encore plus haut que nous, et ça reste ainsi.

On ne peut pas se permettre de parler d'un état d'équinité totale. C'est plutôt le contraire : en vieillissant on remarque que la souffrance est encore plus forte, et ça, dans tous les sens du mot. Il est vraiment nécessaire d'avoir une pratique, dans la vie.

Je parle de vécu. Ce n'est pas évident de vieillir. Il y a des choses superbes, comme le détachement, qui sont très agréables.

Mais la souffrance y est toujours...

Der Ursprung des Leidens

Ein Gespräch mit Philippe Rei Ryu Coupey

17. April 2026

In Philippes Büro



Buddha hat in den Vier Edlen Wahrheiten den Ursprung des Leidens beschrieben. Können Sie das kommentieren?

Entschildigen Sie, aber ich werde nicht über alle Vier Edlen Wahrheiten sprechen... Aber nehmen wir die letzte, in der Buddha sagt, dass es letztlich kein Leiden gibt.

Wie kann man eine solche Sache sagen? Außer natürlich, wenn man versteht, dass Buddha auf der Ebene des universellen Bewusstseins spricht.

Das Leiden ist uns angeboren. Und ohne das Leiden zu erfahren, wie könnten wir überhaupt zum Thema Leiden unterweisen? Wenn es kein Leiden gibt, dann ist man jenseits von Zeit und Raum.

Jenseits des Leidens der andern? Und dass der Buddha gesagt hätte, dass es letztlich kein Leiden gibt? Und dass man es schafft, das kleine Ego in jedem *Skandha*¹ zu überwinden? Man überwindet sie, und dann ist man frei, vollkommen frei von allem Leiden, sagt uns Buddha.

Das ist letzten Endes eine Redensart wie eine optische Täuschung... „Ich leide nicht, aber schau dir die anderen an, die leiden...“ Werde ich nicht etwa leiden, wenn sie leiden? Wenn das tatsächlich so wäre, dann würde das bedeuten, dass es eine Trennung gibt.

Das würde heißen: „Ich sitze ganz ruhig auf einer kleinen Insel, wo es kein Leiden gibt, und ich verstehe nicht einmal mehr, dass die anderen noch leiden.“ Tatsächlich steht man dann nicht mehr in Verbindung mit ihnen.

Mit dem „Vorderhirn“, mit unserem Gehirn beginnt das Leiden: im Kopf. Das ist, als wäre man auf einer Insel alleine, mit einer weißen Flagge, und kein einziges Boot fährt vorbei ... Das ist Wahnsinn.

Der Ursprung des Leidens ist, wenn man nicht das bekommen kann, was man will. Vielleicht ist das die vierte Wahrheit, dass der Buddha, da er nichts mehr erreichen will, nicht leidet. Möglich. Aber ich denke, es ist tiefer als das.

Es gibt hier in dieser Argumentation etwas, das für mich

¹ – Die fünf Skandha: die Kategorien, die die Individualität ausmachen – Form, Empfindung, Wahrnehmung, Wirken, Bewusstsein. Sie sind so lange die Quellen des Leidens, bis man ihre Leerheit erkennt.

nicht gut aufgeht. Es ist, als gäbe es etwas zu erreichen. Aber man müsste sowieso diese Idee, dass es kein Leiden gibt, in philosophischen, existenziellen Begriffen erklären, und das interessiert mich nicht.

Es wird immer Leiden geben, und was macht man nun damit? Man wird ihm nicht entkommen. Also macht man Zazen. Man setzt sich nicht in Zazen, um wieder Wohlgefühl zu finden.

Man setzt sich in Zazen, denn was ist das überhaupt für eine Existenz auf dieser Erde? Was ist dieses Leiden? Und was bin ich darin? Was soll ich überhaupt damit anfangen, hier auf dieser Erde zu sein, am Ende, mit all diesem Leiden: dem von heute, gestern, morgen und übermorgen? Wozu das alles, wenn man all dem unterworfen ist?

Also stellt man die Frage, was macht man hier? Und dann gibt es einen Zen-Meister: Man sucht ihn auf... Man setzt sich und man versteht: das Problem ist nicht draußen, es ist drinnen. Das Leiden ist drinnen. Es ist der Kopf.

Da das Problem im Kopf ist, muss man sich neu ausbalancieren, zurück auf die Erde kommen, mit einer Praxis, die über den Körper geht. Und sogar: um das Leiden zu überwinden. Es gibt kein Verschwinden, das Leiden ist immer da, aber man erlebt es nicht mehr in derselben Weise. Man leidet nicht allzu sehr. Denn wer leidet? Das Ego leidet. Wenn man also nicht allzu viel Ego hat, leidet man weniger.

Aber so spreche ich nicht sehr gerne, denn das wird sehr arithmetisch.

Welche Rolle spielen Identitätsgefühl, das Ich, das Ego bei der Entstehung von Leid?

Eine totale Rolle. Man kann nicht bekommen, was man will. Das ist sehr frustrierend, wenn es um Geld geht, um Sex, um Liebe, wenn es um ein Dach überm Kopf geht — man hat das nicht, und schon ist das Ergebnis Leiden.

Und selbst wenn man alles hat, was man will... Das ist das große Leiden. Mein Vater hatte alles. Er war superreich. Und ihm fehlte trotzdem immer etwas. Da war etwas in sei-

nem Kopf, das nicht ganz stimmte. Er rannte ständig der Frau, der High Society, usw. hinterher... Sein Ehrgeiz bestand darin, in die Aristokratie aufgenommen zu werden. Das ist es, was der sehr reiche Mensch will. Man will immer noch ein bisschen mehr.

Natürlich sieht man das, aber man ist nicht in der Lage, sich zu ändern. Er war ein Geschäftsmann. Er wollte einen Rolls-Royce, eine Yacht, einen Swimming Pool, und das Leiden beginnt von Neuem.

Ich erinnere mich an einen Geburtstagsabend eines kleinen Mädchens, das ich kannte. Man gab ihr Geschenke. Sie bekam Geschenke in die Arme gelegt. Und es waren zu viele Geschenke, sie konnte sie nicht alle halten. Die Leute wollten ihr helfen, all ihre Geschenke zu halten, aber sie wollte nicht. Sie wollte sie alle selbst halten. Sie fing an zu weinen, und man gab ihr noch ein weiteres Geschenk. Man legte es auf den Stapel, den sie hielt, weil es genau das war, was sie wollte. Und ihr kamen die Tränen. Das Leiden des Empfangens... Und dann ist es eine Überdosis.

Und ihre Mutter versuchte zu sagen: „Hör zu, Schatz, lass mich ein paar dieser Pakete halten.“ Aber sie protestierte: „Nein, nein, nein!“ Sie hatte Angst, dass man ihr ihre Geschenke wegnimmt.

Das Leiden kommt vom Ego. Zuerst glaubt man vollständig an das Ego. Aber man überwindet es zu seinem eigenen Wohlbefinden. Man will nicht in diesem Zustand von Mangel und Trennung bleiben: das ist quälend, das ist furchtbar.

Also gehst du da raus.

Jenseits der Unterweisung. Eine Unterweisung ist nur eine Unterweisung.

Wir sprechen wirklich von etwas, das wir nicht ausdrücken könne.

Kann man sagen, dass das Leiden ein Widerstand gegen die Wirklichkeit ist?

Das ist eine Frage, die nicht viel Sinn ergibt. Ist die Illusion ein Hindernis für die Wirklichkeit?

Aber die Wirklichkeit — wer sagt überhaupt, dass das die Wirklichkeit ist? Die Wirklichkeit ist eine Illusion. Die Wirklichkeit ist unmöglich zu erfassen. Und deshalb kann man sie nicht erreichen: das wäre selbst eine Illusion.

Sprechen wir über das Wirkliche. Welche Wirklichkeit? Die eigene kleine Wirklichkeit? Oder wollen wir von der Wirklichkeit des Dharma sprechen? Dann ja, das Leiden ist ein Gegen-den-Strom des Dharma schwimmen. Aber ohne Leiden erkennt man das Dharma nicht.¹ Und es ist das Leiden, das uns die größte Schönheit bringt. Zum Beispiel, wie man es anstellt, mit dem Leiden im Dharma zu leben? Das ist etwas, das das Leiden in etwas Edles verwandelt.

Das Leiden treibt dazu, das Dharma zu suchen, das ja wie Spielregeln ist. Wenn man diese Regeln ablehnt, ist der Schmerz schrecklich. Wer behauptet, dass *Mujō* (Vergänglichkeit) für ihn nicht gilt, weil er die ewige Jugend bevorzugt, wird leiden. Wie könnte man mit einer solchen Haltung dem Tod begegnen?

Aber vielleicht ist es so, dass jemand in völliger Unwissenheit, wenn er dem Tod gegenübersteht, mit einem Schlag alles loslassen kann, frei wird und ruhig stirbt? Das heißt Akzeptieren, aber sogar über das Akzeptieren hinaus: einfach mit dem Augenblick gut sein?

Aber im Allgemeinen nicht. Im Angesicht des Todes macht man oft allen Vorwürfe. Ich kannte eine Frau, noch jung und schön, die sich durch einen medizinischen Fehler mit AIDS infiziert hatte. Sie wusste, dass sie sterben würde, und sie wurde voller Hass. Sie veränderte sich und wurde feindselig gegen alles und jeden, angefangen bei den Ärzten. „Ich werde nicht sterben! Mit welchem Recht? Ich bin 23!“ Sie war eine Schönheit und sie wusste es.

1 – Für Dharma kann man hier sagen: „universelles Gesetz, die Norm des Universums“.

Daran hängt man.

Aber es gab eine andere Frau, aus dem Dōjō von Zürich, die zur gleichen Zeit im Sterben lag. Sie war das Gegenteil. Sie hatte den Weg gefunden. „Michel Bovay hat mir die tiefe Sicht vermittelt: Ich werde sterben, und ich bin einverstanden.“ Angesichts des Todes war sie von großer Ruhe. Das Dharma hat sie „gerettet“, in dem Sinne, dass sie keinen Hass bis in den Tod und darüber hinaus trug.

Und es geht weiter... Wenn du im Moment des Sterbens voller Hass bist, ist das eine Manifestation des Geistes. Und wenn du stirbst, stirbt der Geist nicht unbedingt mit. Dann geht der Hass weiter.

Was wird aus einem erwachten Wesen nach dem Tod?

Zunächst einmal weiß ein erwachtes Wesen nicht, dass es erwacht ist. Warum sollte also aus etwas, das nicht existiert, überhaupt etwas entstehen? Sein Erwachen ist nicht-existent.

In dem Moment, in dem du denkst: „Ich bin erwacht“, stimmt das offensichtlich nicht.

Aber was geschieht mit *allen Wesen* nach dem Tod? Sie wiederholen sich. Das ist die Frage des Rads vom Leben und Tod. Du wiederholst dich und wiederholst dich, du kehrst als Mensch zurück, du gehst durch die Welt der *Gaki*, durch die Hölle, und es geht weiter und immer weiter.

Aber muss man wirklich eine Unterscheidung zwischen den erwachten und den nicht-erwachten Wesen machen? Das würde bedeuten, dass diejenigen, die die Prüfung bestehen, ins *Parinirvana* gelangen, während die anderen dagegen zurück ins Spiel müssen, ins Rad von Leben und Tod. Das ist die buddhistische Lehre, und ich sage, dass das letztlich nicht ganz zutrifft. Wenn man die Tür geöffnet hat, braucht man keinen Türgriff mehr.

Meister Deshimaru wollte einfach, dass man Zazen weitermacht, jedoch ohne Ziel: *Mushotoku*. „Ohne Ziel“, das ist sehr stark, wenn man drüber nachdenkt. Sensei wollte unser Glück, und unser Glück ist es, wenn wir uns befreien. Und er befreite uns, das ist wahr. In seiner Mission war er erfolgreich.

Wie hat er das gemacht? Nun, in der unsichtbaren Welt. Deshalb ist er ein großer Meister. Weil er viele Menschen erwecken konnte.

Der Meister hat uns befreit, aber das bedeutet nicht, dass wir kein Leiden mehr kennen. Wir verändern uns überhaupt nicht. Erwacht zu sein bedeutet nicht,

dass wir uns ändern werden. Man denkt, dass es dazu führt, die gleichen Dinge zu erleben, nur anders. Das ist schwer zu sagen. Es liegt jenseits jedes Ergebnisses.

Ich habe 50 oder 60 Jahre praktiziert. Das ist vielleicht mehr als Buddha... Und bei all dem spricht man nicht mehr in solchen Begriffen wie: „Ich praktiziere, *damit* ich mich selbst verändere.“ Das ist der wichtigste Punkt, und genau das ist es, was nicht erklärt werden kann.

Ich praktiziere weiter, weil ich weiß, dass es das ist, was ich tun muss. Mit 88 Jahren reduziere ich es, ich bin immerhin recht vernünftig. Ich stelle fest, dass ich mich nach und nach zurückziehe. Aber ich mache weiter.

Man praktiziert auch aus Verpflichtung gegenüber den anderen. Vor allem, wenn man an Bedeutung gewinnt: Diese Bedeutung schuldet man den anderen. Das ist Nicht-Trennung. Da ich in Tempeln und Dōjōs leite, bin ich verpflichtet, da zu sein und verpflichtet, gesund zu bleiben. Seit Jahren habe ich Lust zu rauchen, und auch jetzt noch würde ich sehr gerne rauchen — ein Leiden, das aus Anhaftung entsteht — aber ich rauche nicht, ich betrinke mich nicht, weil es meine Aufgabe ist, verantwortungsvoll zu sein.

Wenn ich das Dharma nicht hätte, hätte es für mich schlecht ausgehen können. Wenn ich keine spirituelle Praxis hätte, etwas jenseits der materiellen Welt, würde ich noch immer im Rad von „Hölle/Paradies“ umherlaufen. Und nicht nur in einem Leben, sondern in Millionen von Leben. Es ist ein wenig tragisch, dass viele Menschen darin gefangen sind, über Millionen von Leben hinweg.

Der *Arhat* ist derjenige, der alle Leiden abschneidet. Das ist *Hīnayāna*. Und ich stelle das infrage: Ist es wirklich möglich, jedes Leiden zu beenden? Jedenfalls ist unsere Unterweisung, das *Mahāyāna*, sehr verschieden vom *Hīnayāna*: es ist der Weg des *Bodhisattvas*. Der Bodhisattva bleibt für immer bei all denen, die leiden.

Die Vorstellung, es sich in einem dauerhaften Frieden einzurichten, wo man von nichts mehr berührt wird, ist eine Vorstellung, die nur für diejenigen wahr ist, die nie einem echten Meister begegnet sind. So sind sie nicht, sie sind mal oben und mal unten. Und sie fallen wirklich... aber sie steigen auch höher als wir, und so bleibt es.

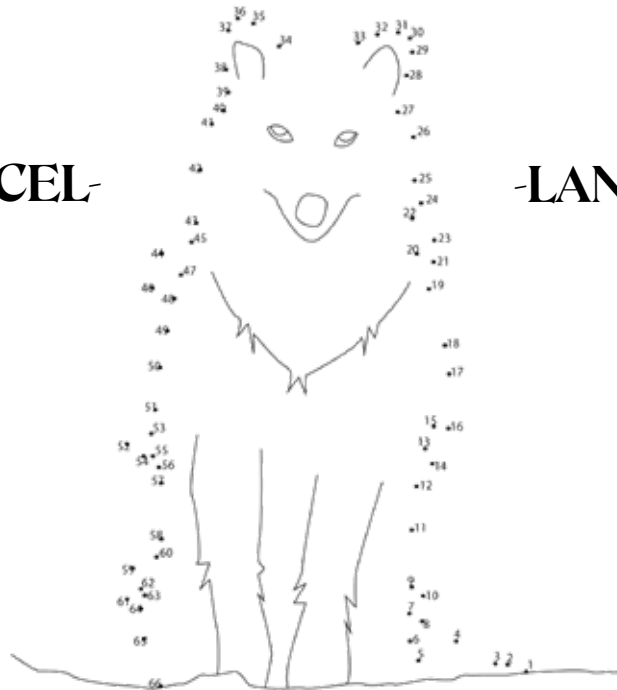
Man kann es sich nicht erlauben, von einem Zustand völligen Gleichmuts zu sprechen. Es ist eher das Gegenteil: Wenn man älter wird, stellt man fest, dass das Leiden noch stärker wird, und zwar in jeder Hinsicht des Wortes. Es ist wirklich notwendig, eine Praxis im Leben zu haben.

Ich spreche aus Erfahrung. Es ist nicht einfach, alt zu werden. Es gibt großartige Dinge, wie die Loslösung, die sehr angenehm sind.

Aber das Leiden ist immer noch da...

ZEN MISCEL-

-LANEOUS



Texte manuscrit : Maître Abe a accompagné T.D. en Europe au milieu des années 60, avant de retourner au Japon.

Noter que Sensei n'a pratiquement pas parlé d'Abe en France quand il est arrivé à Paris en 1967. (Tsunemasa Abe était un maître de shiatsu.)

LE ZAZEN QUI REMPLIT LE COSMOS

Le texte qui suit est de la plume de Tsunemasa Abe, disciple de Kodo Sawaki et proche de Maître Deshimaru, qu'il a accompagné lors de sa venue en Europe.

Il y avait environ trente ans, mes parents sont morts à la suite d'une grave maladie. Je suis resté seul avec mes deux frères et mes deux sœurs. Taisen Deshimaru et Kodo Sawaki m'ont beaucoup aidé, comme le faisait mon père lorsque j'avais des difficultés.

Il y avait une auberge aux sources chaudes de Yatsubo, dans les montagnes de Shinshū, où Kodo Sawaki a dirigé un camp d'été pendant plus de vingt ans. Mon père m'amenait là depuis ma petite enfance et c'est là que j'ai rencontré maître Deshimaru. Je me souviens, entre autres choses, de sa drôlerie et de ses grands yeux ronds qui me remplissaient d'affection. Sur le chemin du retour vers Tokyo, nous allions faire de l'escalade dans les Alpes japonaises.

A cette époque, le bouddhisme japonais se tournait vers les Etats-Unis. Le seul livre zen en dehors du Japon était celui de Daisetsu Suzuki. Dans le même temps, le zen de maître Kodo Sawaki - "Uchū Ippai no zazen", le zazen qui remplit le cosmos - était si merveilleux qu'on le considérait comme la dernière apparition du Bouddha au Japon.

Après la mort de Kodo Sawaki, maître Deshimaru et moi avons pensé à diffuser son enseignement - la vraie méditation zen - en dehors du Japon, pour ensuite le réimporter depuis l'Europe via les Etats-Unis.

Nous avons commencé par fonder un "Centre de recherche sur la culture et l'esprit oriental" et une "Clinique", comme l'indiquait les panneaux accrochés au deuxième étage de la maison où nous étions installés en face de la gare de Yoyogi, à Tokyo. Maître Deshimaru, qui avait quitté sa maison, y vécut avec moi pendant une année. Je me rappelle que nous buvions du sake jusqu'à tard dans la nuit, en discutant sur ce qu'est la vérité dans les enseignements du bouddhisme. Il y avait un an que nous étudions et pratiquions ainsi, quand on nous invita à un séminaire d'été organisé en Europe par un groupe macrobiotique sous la direction de Nyochi Sakurazawa. Nous décidâmes de quitter le Japon le 7 juillet, jour de la fête de Tanabata, depuis la baie de Yokohama, et de partir pour l'Europe munis d'un aller simple. Nous étions si pauvres que nous n'avions pas d'autre choix que de voyager en bateau et de prendre le moins cher des billets.

Nous débarquâmes à Nachodka et prîmes le train jusqu'à Khabarovsk. Je n'oublierai jamais le lac Baïkal. Lorsque nous arrivâmes sur la Place Rouge, à Moscou, on demanda à maître Deshimaru de rester pour enseigner la méditation zen, mais il refusa, car nous étions en route pour l'Europe. Il nous fallut encore trois jours de train, soit cinq en tout, pour atteindre Paris.

L'un des plus forts souvenirs qui me restent de Paris est celui de la première fois où nous avons enseigné la pratique de la méditation zen, au second étage d'une librairie. Je m'étais assis en posture sur une table et Sensei commença à expliquer dans son mauvais anglais comment pratiquer. Au camp d'été de Toulon, près de Marseille, des liens forts se tissèrent avec beaucoup de gens à travers la pratique de la méditation. Les participants à ce premier camp furent si impressionnés et émus par la pratique qu'ils nous demandèrent de l'enseigner ailleurs à d'autres personnes. Et c'est ainsi que nous fûmes accueillis chaleureusement d'un bout à l'autre de l'Europe.

Nous n'avions pas beaucoup d'argent mais nous nourrissions une ardente passion pour la méditation zen et un grand désir d'en propager la vraie signification, autrement dit de

[note that sensei hardly ever talked about Abe when he arrived in Paris in 1967]

faire connaître le kesa. Le kesa a un sens particulier, qui doit être bien compris lorsqu'on pratique la méditation zen. Conformément à l'esprit de Bouddha, le kesa représente un principe ou une attitude fondamentale. Maître Deshimaru me dit : "Tsuke-ko (le surnom qu'il me donnait), le moment n'est-il pas venu de réaliser notre intention originelle en mettant notre foi dans le kesa hérité de Kodo Sawaki et en traçant un lien entre l'Europe et le Japon à partir de la France?" Tel était la vraie motivation de maître Deshimaru, et il a fini par réaliser son vœu.

Je tiens à souligner que les gens qui ont directement suivi l'enseignement de Maître Deshimaru se consacrent à la méditation et coopèrent entre eux sans considération de nationalité, de race, de désirs mondains tels que l'honneur ou le rang social. Ne vous disputez pas et évitez de constituer des sectes. Deshimaru et moi voulions sauver la religion et mettre un coup d'arrêt à la démoralisation dont elle souffre depuis une génération. Autrement dit, la seule manière de comprendre l'enseignement de maître Deshimaru et de pratiquer "Uchû ippai no zazen". Maître Deshimaru disait que, à partir de la pratique de la méditation zen, naîtrait une nouvelle culture qui allait devenir le centre mondial de la spiritualité. N'attristez pas votre défunt maître par des querelles entre vous.

Rappelez-vous ses enseignements, restés vivants dans l'esprit de chacun de vous. Je veux pratiquer zazen avec vous. Je le fais tous les jours dans un petit bureau de Tokyo, et le week-end dans un dojo de Izu où Kodo Sawaki et maître Deshimaru avaient l'habitude de pratiquer. S'il vous plaît, venez pratiquer avec moi à Izu lorsque vous aurez l'occasion de venir au Japon. Maîtrisez la vérité héritée de Bouddha et faites la connaître au monde entier.

Gassho
Tsunemasa Abe

Juin 2007

DAS ZAZEN,

ZEN MISCELLANEOUS

DAS DEN

KOSMOS ERFÜLLT

*Der folgende Text stammt aus der Feder von Tsunemasa Abe',
einem Schüler von Kodo Sawaki und Weggefährten von Meister Deshimaru,
welchen er bei seiner Reise nach Europa begleitete.*

Als ich etwa dreißig Jahre alt war, starben meine Eltern an einer schweren Krankheit. Ich blieb allein zurück mit meinen beiden Brüdern und meinen beiden Schwestern. Taisen Deshimaru und Kodo Sawaki haben mir sehr geholfen, so wie es mein Vater getan hatte, wenn ich in Schwierigkeiten war.

Es gab eine Herberge an den heißen Quellen von Yatsubo in den Bergen von Shinshu, wo Kodo Sawaki mehr als zwanzig Jahre lang ein Sommercamp leitete. Mein Vater brachte mich seit meiner frühen Kindheit dorthin, und dort traf ich Meister Deshimaru. Ich erinnere mich unter anderem an seinen Humor und seine großen, runden Augen, die mich mit Zuneigung erfüllten. Auf dem Rückweg nach Tokio gingen wir in den japanischen Alpen klettern.

Zu jener Zeit wandte sich der japanische Buddhismus den Vereinigten Staaten zu. Das einzige Zen-Buch außerhalb Japans war das von Daisetsu Suzuki. Gleichzeitig war das Zen von Meister Kodo Sawaki – „Uchu Ippai no zazen“, das Zazen, das den Kosmos erfüllt – so wunderbar, dass man es als die letzte Erscheinung des Buddha in Japan betrachtete.

Nach Kodo Sawakis Tod hatten Meister Deshimaru und ich die Idee, seine Lehre – die wahre Zen-Meditation – außerhalb Japans zu verbreiten, um sie anschließend

1 – Tsunemasa Abe begleitete Meister Deshimaru 1967 nach Europa. Tsunemasa Abe war ein Shiatsu-Meister; nach seiner Rückkehr nach Japan wurde er von Meister Deshimaru praktisch nie mehr erwähnt.

von Europa aus über die Vereinigten Staaten wieder nach Japan zurückzubringen.

Wir begannen damit, ein „Forschungszentrum für östliche Kultur und Geist“ und eine „Klinik“ zu gründen, wie es auf den Schildern im zweiten Stock des Hauses stand, in dem wir uns gegenüber dem Bahnhof Yoyogi in Tokio niedergelassen hatten. Meister Deshimaru, der sein Zuhause verlassen hatte, lebte dort ein Jahr lang mit mir zusammen. Ich erinnere mich, dass wir bis spät in die Nacht Sake tranken und darüber diskutierten, was die Wahrheit in den Lehren des Buddhismus ist. Wir hatten bereits ein Jahr lang auf diese Weise studiert und praktiziert, als wir zu einem Sommerseminar eingeladen wurden, das in Europa von einer makrobiotischen Gruppe unter der Leitung von Nyochi Sakurazawa organisiert wurde. Wir beschlossen, Japan am 7. Juli, dem Tag des Tanabata-Festes, von der Bucht von Yokohama aus zu verlassen und mit einem One-Way-Ticket nach Europa aufzubrechen. Wir waren so arm, dass wir keine andere Wahl hatten, als mit dem Schiff zu reisen und die billigsten Tickets zu nehmen.

Wir gingen in Nachodka von Bord und fuhren mit dem Zug weiter nach Chabarowsk. Den Baikalsee werde ich nie vergessen. Als wir auf dem Roten Platz in Moskau ankamen, wurde Meister Deshimaru gebeten, zu bleiben, um Zen-Meditation zu lehren, doch er lehnte ab, da wir auf dem Weg nach Europa waren. Wir brauchten noch drei weitere Tage im Zug, also insgesamt fünf, um Paris zu erreichen.

Eine meiner stärksten Erinnerungen an Paris ist die an das erste Mal, als wir die Praxis der Zen-Meditation im zweiten Stock einer Buchhandlung unterrichteten. Ich hatte mich in der Meditationshaltung auf einen Tisch gesetzt, und Sensei begann, in seinem gebrochenen Englisch zu erklären, wie man meditiert. Im Sommercamp in Toulon, in der Nähe von Marseille, entstanden durch die Meditationspraxis enge Verbindungen zu vielen Menschen. Die Teilnehmer dieses ersten Camps waren von der Praxis so beeindruckt und bewegt, dass sie uns baten, sie auch anderswo anderen Menschen beizubringen. Und so wurden wir von einem Ende Europas zum anderen herzlich empfangen.

Wir hatten nicht viel Geld, aber wir hegten eine brennende Leidenschaft für die Zen-Meditation und den großen Wunsch, ihre wahre Bedeutung zu verbreiten, mit anderen Worten, das Kesa bekannt zu machen. Das Kesa hat eine besondere Bedeutung, die man bei der Ausübung der Zen-Meditation gut verstehen muss. Im Sinne Buddhas steht das Kesa für ein Prinzip oder eine grundlegende Haltung. Meister Deshimaru sagte zu mir: „Tsuke-ko (der Spitzname, den er mir gab), ist es nicht an der Zeit, unsere ursprüngliche Absicht zu verwirklichen, indem wir unser Vertrauen in das von Kodo Sawaki geerbte Kesa setzen und von Frankreich aus eine Verbindung zwischen Europa und Japan herstellen?“ Das war die wahre Motivation von Meister Deshimaru, und er hat seinen Wunsch schließ-

lich verwirklicht.

Ich möchte betonen, dass die Menschen, die direkt der Lehre von Meister Deshimaru gefolgt sind, sich der Meditation widmen und untereinander zusammenarbeiten, ohne Rücksicht auf Nationalität, Rasse oder weltliche Wünsche wie Ehre oder sozialen Rang. Streitet nicht und vermeidet es, Sekten zu bilden. Deshimaru und ich wollten die Religion retten und der Demoralisierung Einhalt gebieten, unter der sie seit einer Generation leidet. Mit anderen Worten: Der einzige Weg, die Lehre von Meister Deshimaru zu verstehen, besteht darin, „*Uchu ippai no zazen*“ zu praktizieren. Meister Deshimaru sagte, dass aus der Praxis der Zen-Meditation eine neue Kultur entstehen würde, die zum weltweiten Zentrum der Spiritualität werden sollte. Macht euren verstorbenen Meister nicht durch Streitigkeiten untereinander traurig.

Erinnert euch an seine Lehren, die in den Gedanken eines jeden von euch weiterleben. Ich möchte mit euch Zazen praktizieren. Ich tue dies jeden Tag in einem kleinen Büro in Tokio und am Wochenende in einem Dojo in Izu, wo Kodo Sawaki und Meister Deshimaru früher praktiziert haben. Bitte kommt nach Izu, um mit mir zu praktizieren, wenn ihr die Gelegenheit habt, nach Japan zu kommen. Meistert die überlieferte Wahrheit Buddhas und macht sie der ganzen Welt bekannt.

Gasshō

Tsunemasa Abe

Juni 2007

Übersetzung: Christoph Martin

Eine Gyōji-Woche auf der Gendronniere

Jürgen Mattik

Bereits am Freitag, die Gyōji-Woche beginnt am Dienstag morgen, bin ich auf der Gendronniere eingetroffen. Der Empfang war sehr herzlich und ich erfuhr viel Unterstützung, welche es mir leichtmacht mich gut einfügen zu können. Dort fand ein „Erstes Sesshin“ für Anfänger statt, geleitet von Guy Mercier. Das bedeutet dass die Zazen



*Et pages suivantes : La Gendronniere , mai 2026
Und auf den folgenden Seiten: La Gendronniere, Mai 2026*

kürzer sind und es Lehrreden gibt.

Ich kam früher um mich mit den mir nicht vertrauten Zeremonien und sonstigen Gebräuchen vertraut zu machen, um mich gut harmonisieren zu können.

Für mich waren diese Zeremonien kompliziert, weil neu, und bis jetzt hat sich mir die Sinnhaftigkeit der Menge an diesen noch nicht erschlossen.

Leider aufgefallen ist mir, dass viele Neue in einer Haltung sassen, die sichtlich Schmerzen bereiten musste, was dazu passte dass die Lehrreden, also die die ich mitbekommen habe und was ich verstand, sich nicht mit der Haltung befassten.

Als das Sesshin dann zu Ende war, kehrte eine Ruhe und Leere ein, die in der Sangha ohne Bleibe

Diejenigen kennen, die am Schluss unserer Sesshins die Gebäude übergeben.

Dann war Hossen, da meint den freien Montag ohne Zazen und Samu.

Aktuell leben im Tempel 2 (in Worten Zwei) Permanente, Pascal aus Paris und Guillaume aus der Schweiz.

Am Dienstag um 6.30 Uhr begann die Woche mit Zazen, dem Gang zum Grab von Meister Deshimaru und Genmai in der Permanentenküche.

Das Essen mit drei Schalen war für mich ungewohnt, eine für die GuenMai, eine für das Gemüse und eine für das Gomasio, die Funktion des Godo aber noch vielmehr.

Es war zuerst so gedacht, dass ich der Godo bis Mittwoch bin und dann Patrick weitermacht.

Dann kam es anders...

Patrick kam am Mittwoch und hatte Schmerzen im Rücken, und letztlich leitete ich die ganze Woche.

Die Zeremonien waren mir im Vorfeld erklärt und gezeigt worden. So war ich also reichlich nervös als ich am Dienstag morgen das kleine Dojo betrat. Mir Schlug das Herz bis zum Hals, auch weil dieser Ort so aufgeladen ist mit kontinuierlicher Praxis und das ganze Gelände voll von grossen bis sehr grossen Fußstapfen. Ich machte dann was bei uns im Zentrum der Praxis steht, einfach immer zu-

rückkommen zu Haltung. Die Zeremonie fühlte sich geschmeidig und konzentriert an. Mit meinen Fehlern wurde ausgesprochen freundlich umgegangen und mir mit reichlich Geduld das hier Richtige erklärt.

Für diese Wochenwaren 2 Gruppen angesagt. Eine machte Körperarbeit und die andere Karate.

Wir waren inzwischen 7 Zenübende und der Auftrag war Alles für den Empfang der Gruppen zu bereiten und sicherzustellen dass sie es gut haben auf der Gendronniere um sich auf Ihre jeweilige Praxis konzentrieren zu können.

Es war ein sehr konzentriertes Samu die ganze Woche über. Die Praxis im Dojo auch.

Von beiden Gruppen nahmen einige auch am Zazen teil.

Wir mussten dann den Ablauf etwas umstellen, da wir morgen kein Holz, keine Grosse Glocke und kein Metall vor dem Kesa-Sutra einsetzen konnten, damit die Gruppen nicht im Schlaf gestört wurden. So haben wir morgens eine sehr abgesteckte Zeremonie gemacht.

Dann wurde ein grosses Bedürfnis wenigsten nach dem Herz-Sutra deutlich und wir haben es wieder lebendig an die aktuelle Situation angepasst. Im Vorfeld gab es etwas Diskussion, weil es sowohl die Haltung gab dass nichts einen Einfluss auf Praxis und Abläufe haben darf als auch die dass wir uns in die Gegebenheiten einfügen. Es wurde die Frage gestellt ob es nicht Ausdruck einer starken Praxis ist, wenn diese in der Lage ist mit Allem ausser der Zeit auf dem Zafu flexibel umzugehen. Diese Gespräche wurden freundlich und offen geführt, und haben zu einer einvernehmlichen Lösung geführt mit der alle einverstanden waren.

Sehr berührend war auch die stete Anwesenheit von Marie-Therese, die unermüdlich und mit grossem Herz ihren wertvollen Beitrag zum Gelingen diese Woche geleistet hat.

Persönlich war es mir eine Freude sie kennenlernen zu dürfen. Sie hat mir dann noch eine Führung durch Meister Deshimarus Räume gegeben und es war beeindruckend. Sein Geist, der immer noch fortlebt, die wunderbaren Kesa die da sind und natürlich die Geschichten die sie von Sensei erzählte, wobei Marie-Therese teilweise Tränen in den Augen hatte.

Als wir einmal nach dem Morgenzazen zum Grab gingen und ich ein Räucherstäbchen darbot, war es mit mit einem Mal so als schaute Meister Deshimaru mich direkt an und als würden wir uns kennen. Das war schon speziell.

Alles in Allem war diese Woche für mich eine tiefe Erfahrung auf vielen Ebenen.

In alltäglichen Dingen entscheiden zu müssen (was stets im Austausch mit den Verantwortlichen geschah), das Samu (2x2 Stunden am Tag), das lernen der Sprache der Frösche (nimm Mich...nein Mich....doch nicht den, ich bin der Bessere.....etc), der Austausch mit den Verantwortlichen der Gendronniere und natürlich auch das Godo sein. Was ich bis jetzt erkennen durfte ist dass Godo sein bedeutet zu dienen und zu unterstützen im Sinne der Praxis und der Praktizierenden. Also den Drei Schätzen, Buddha Dharme Sangha.

Ich bin berührt und dankbar diese Erfahrungen gemacht haben zu dürfen.

Die Gendronniere ist ein wunderbarer Platz für die Praxis, wichtig ihn zu erhalten und angewiesen auf die Energie aller Sanghas.

Ich kann nur dazu ermuntern dort mal eine Woche an der Praxis teilzuhaben.

Für meinen Teil hab ich mir das vorgenommen.



Une semaine de Gyōji à la Gendronnière

Jürgen Mattik

Dès vendredi – alors que la semaine de Gyōji ne commence que mardi matin –, je suis arrivé à la Gendronnière. L'accueil a été très chaleureux et j'ai reçu beaucoup de soutien, ce qui m'a permis de m'intégrer facilement. Une « première sesshin » pour débutants y était organisée, animée par Guy Mercier. Cela signifie que les zazen sont plus courts et qu'il y a des discours d'enseignement.

Je suis arrivé plus tôt afin de me familiariser avec les cérémonies et autres coutumes qui m'étaient inconnues, pour pouvoir m'harmoniser au mieux.

Pour moi, ces cérémonies étaient compliquées, car nouvelles, et jusqu'à présent, je n'ai pas encore saisi tout le sens de leur nombre.



J'ai malheureusement remarqué que de nombreux nouveaux venus étaient assis dans une posture qui devait manifestement leur causer des douleurs, ce qui correspondait au fait que les enseignements – du moins ceux que j'ai entendus et compris – n'abordaient pas la question de la posture.

Une fois la sesshin terminée, un calme et un vide se sont installés, que seuls les membres de la Sangha Sans Demeure peuvent connaître, ceux qui, à la fin de nos sesshin, remettent les bâtiments en état.

Puis vint Hossen, c'est-à-dire le lundi libre, sans zazen ni samu.

Actuellement, deux permanents vivent au temple : Pascal, de Paris, et Guillaume, de Suisse.

Mardi à 6 h 30, la semaine a commencé par le zazen, puis par la visite de la tombe de Maître Deshimaru et par le genmai dans la cuisine permanente. Le repas avec trois bols était inhabituel pour moi : un pour le genmai, un pour les légumes et un pour le gomasio, mais la fonction du godo l'était encore davantage. Au départ, il était prévu que je sois le godo jusqu'au mercredi, puis que Patrick prenne le relais. Mais les choses se sont passées autrement...

Patrick est arrivé mercredi et souffrait du dos, et c'est finalement moi qui ai dirigé toute la semaine. On m'avait expliqué et montré les cérémonies à l'avance. J'étais donc très nerveux lorsque je suis entré dans le petit dojo mardi matin. Mon cœur battait à tout rompre, notamment parce que ce lieu est imprégné d'une pratique ininterrompue et que tout le site regorge d'empreintes, grandes voire très grandes. J'ai alors appliqué ce qui est au cœur de notre pratique : simplement revenir sans cesse à la posture. La cérémonie s'est déroulée dans une ambiance sereine et concentrée. Mes erreurs ont été traitées avec beaucoup de bienveillance et on m'a expliqué ce qu'il fallait faire avec une grande patience.

Deux groupes étaient attendus pour cette session hebdomadaire. L'un pratiquait le travail corporel et l'autre le karaté.

Nous étions désormais sept pratiquants de zen et notre mission consistait à tout préparer pour l'accueil des groupes et à veiller à ce qu'ils se sentent bien à la Gendronnière afin de pouvoir se concentrer sur leur pratique respective.

Ce fut un samu très intense tout au long de la semaine. La pratique au dojo l'a été tout autant. Certains membres des deux groupes ont également participé au zazen.

Nous avons ensuite dû modifier légèrement le déroulement, car nous ne pouvions pas utiliser de bois, de grande cloche ni de métal avant le sutra du kesa le lendemain matin, afin de ne pas perturber le sommeil des groupes. Nous avons donc organisé une cérémonie très concise le matin.

Puis, un grand manque, au moins en ce qui concerne le Soutra du Cœur, s'est fait ressentir et nous l'avons à nouveau adapté de manière vivante à la situation actuelle. Au préalable, il y a eu une petite discussion, car il y avait d'une part l'avis selon lequel rien ne devait avoir d'influence sur la pratique et le déroulement des activités, et d'autre part celui selon lequel nous devions nous adapter aux circonstances. La question a été posée de savoir si le fait d'être capable de s'adapter avec souplesse à tout, sauf au temps passé sur le zafu, n'était pas l'expression d'une pratique solide. Ces discussions se sont déroulées dans une ambiance amicale et ouverte, et ont abouti à une solution consensuelle qui a satisfait tout le monde.

La présence constante de Marie-Thérèse a également été très émouvante ; d'un grand cœur et sans relâche, elle a apporté une contribution précieuse à la réussite de cette semaine.

Personnellement, ce fut un plaisir pour moi de faire sa connaissance. Elle m'a ensuite fait visiter les pièces de maître Deshimaru, et ce fut impressionnant. L'esprit de maître Deshimaru, qui continue de vivre, les magnifiques kesa qui s'y trouvent et, bien sûr, les histoires que Marie-Thérèse m'a racontées à propos de Sensei, au point qu'elle en avait parfois les larmes aux yeux.

Un jour, après le zazen du matin, alors que nous rendions à la tombe et que j'offrais un bâton d'encens, j'ai

soudain eu l'impression que maître Deshimaru me regardait droit dans les yeux et que nous nous connaissions. C'était vraiment particulier.

Dans l'ensemble, cette semaine a été pour moi une expérience profonde à bien des égards. Devoir prendre des décisions dans la vie quotidienne (ce qui se faisait toujours en concertation avec les responsables), le samu (2 x 2 heures par jour), l'apprentissage du langage des grenouilles (« prends-moi... non, moi... mais pas celui-là, c'est moi le meilleur... », etc.), les échanges avec les responsables de la Gendronnière et, bien sûr, le fait d'être godo. Ce que j'ai pu comprendre jusqu'à présent, c'est qu'être « godo » signifie servir et soutenir dans l'esprit de la pratique et des pratiquants. C'est-à-dire les trois trésors : Bouddha, Dharma, Sangha.

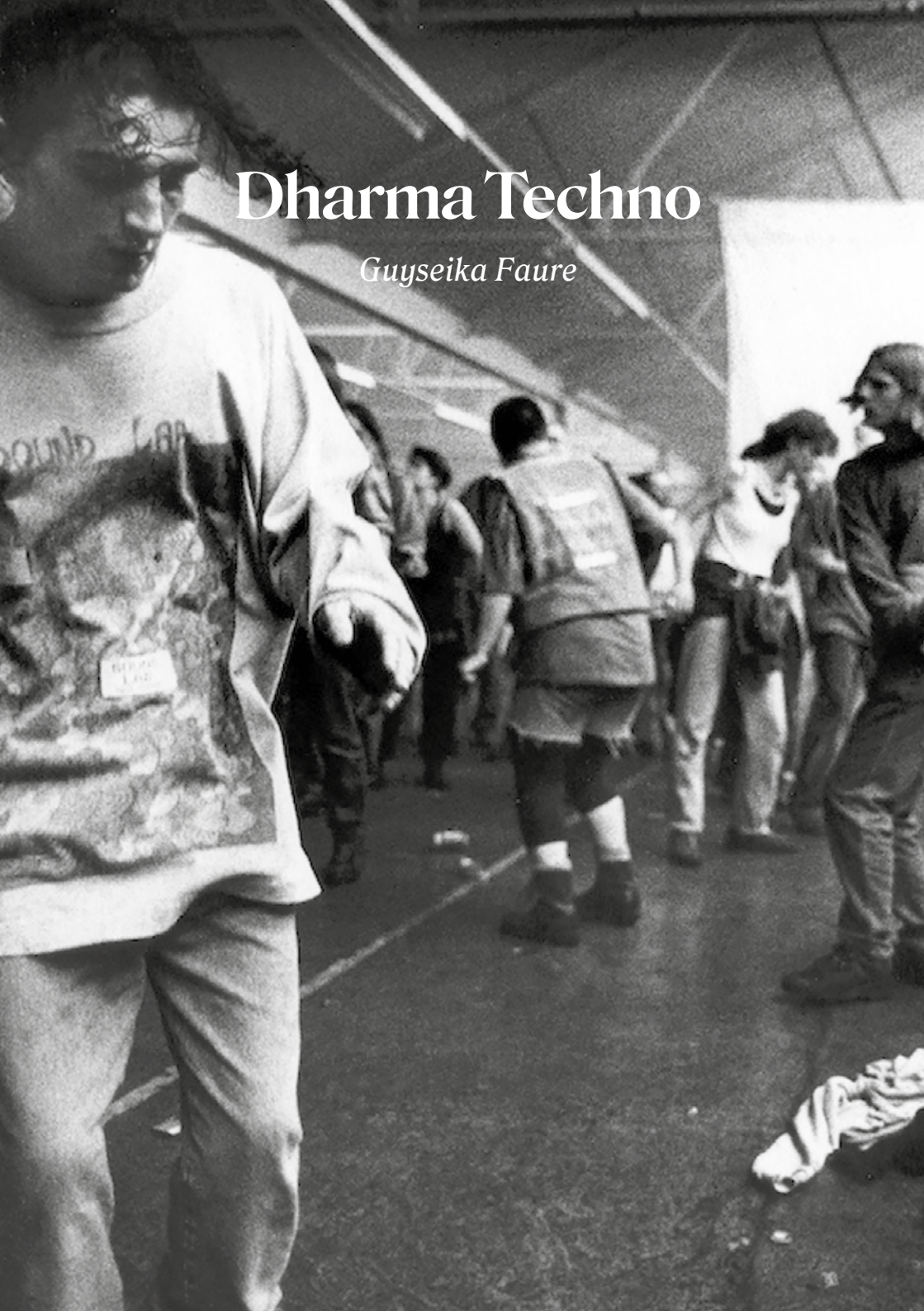
Je suis ému et reconnaissant d'avoir pu vivre ces expériences.

La Gendronnière est un lieu merveilleux pour la pratique ; il est important de la préserver, et cela dépend de l'énergie de toutes les sanghas. Je ne peux qu'encourager chacun à y passer une semaine pour participer à la pratique.

Pour ma part, c'est ce que j'ai l'intention de faire.

Traduction : Paul Pichaureau





Dharma Techno

Guyseika Faure

Lorsque nous organisons une sesshin nous investissons des lieux hétéroclites et les détournons de leur usage initialement prévu : lycée agricole, dojo d'arts martiaux, école de cirque, église désacralisée. Nous nous organisons et agissons de manière collective pour créer des sortes de zones d'autonomie temporaire (TAZ). Normalement chacun paye selon ses moyens. En créant les bases d'un dojo — un autel, quatre coins, une cloche, des zafus — nous créons n'importe où un « lieu de la Voie », un espace propice à l'exploration de nous-mêmes. Là nous nous asseyons en zazen et restons simplement présents...

Lorsqu'un collectif techno investit un lieu à la manière des pirates, il fait la même chose. Que ce soit dans une ancienne usine, un entrepôt vide, sur un terrain agricole, dans une forêt, un camp militaire abandonné, il délimite un espace et apporte un mur d'enceintes, du matos de musique, des lumières.

Il ne faut pas croire que ces gars et ces filles sont déconnectés. Au contraire, ils et elles sont présents au monde, bricoleurs, organisés, inventifs, créatifs. Ils et elles ont sacrément les pieds sur terre pour trouver des lieux adéquats, échapper à la surveillance policière, créer un mode de vie en partie autonome en marge de la société productiviste. Le prix est libre. Les sélecteurs de sons envoient leurs vibrations et les pratiquants partent à la rencontre d'eux-mêmes en dansant ensemble sur les musiques répétitives, souvent après avoir absorbé des substances psychotropes. Seb 69 db insiste lui-même sur la notion de « pratique » et fait l'analogie entre sa démarche de musicien et les arts martiaux. Quoiqu'on en pense, la *free party* offre souvent une expérience spirituelle intense : « ...ils sont allés nous chercher dans nos campagnes de bouseux, et ils nous ont mis direct dans le cyber-espace. Trop bien ! Nous les occidentaux, nous sommes peu habitués à entrer en transe, et ils nous l'ont amenée à la campagne gratos. » nous dit un certain Redge.

Josy : « J'aime vraiment la musique de dancefloor qui te fait entrer en transe ! Pour moi c'est une célébration, c'est un peu comme une grande messe, ou une grande réunion où chacun prierait son propre dieu. Tu peux trouver ce que tu veux dedans, l'interpréter comme tu veux, tu es libre. »

Seb (alias 69 db, ex Spiral Tribe) : « Si on prend le risque d'aller danser avec les psychédéliques, d'aller dans la nature faire un événement gratuit, et même d'aller dans le mur dans notre vie, je veux que ce soit pour de bonnes raisons, pas pour *no future*, mais pour cette petite possibilité de voir de l'autre côté du miroir, voyager ensemble. Dans le mouvement ces vingt dernières années, on a tous eu des soirées cosmiques, peut-être juste une en vingt ans, mais cette soirée là on ne l'a pas oubliée. J'étais là pour cette communication, un petit moment où, dans la liberté et l'anarchie de la situation, on a une petite porte qui s'ouvre pour nous. Si on est malin on s'accroche, si on est con on se perd dans les drogues dures et l'égoïsme. »

Pour les pratiquants du zen comme pour les pratiquants de la techno chacun repart chez soi avec un trésor vibrant à l'intérieur pour accompagner ses pas. En proposant cet espace d'exploration profonde, intérieure, en marge du social, nos démarches sont profondément subversives. Aussi ce n'est pas très surprenant si certains de ces organisateurs de *free parties* ont fini par s'intéresser aux chemins spirituels et à la méditation.

Debbie (ex-Spiral Tribe et Sound Conspiracy) : « Voyager m'a fait comprendre qu'on a une sacrée chance d'être européens ! Mais aussi que n'importe où tu es toujours toi-même, l'endroit ne va rien changer à ça. Maintenant je fais le plus grand voyage : c'est le voyage à l'intérieur. Je pratique la méditation *vipassana* et ça a changé ma vie. Et ça continue. Il faut poursuivre le changement, surtout nous-mêmes, comme une ouverture de porte : *doorway*.



Le mouvement a ouvert l'esprit des gens, il les a amenés à découvrir des nouvelles choses, à rencontrer plein d'autres personnes. Il a fait voir que tout est possible, que l'on est tous des personnes créatives et que l'on peut exprimer ça si on en a envie. Le monde s'est transformé énormément depuis la fin des années 80, et je suis sûr que le mouvement tekno a bien aidé. Tous les changements dans le monde viennent de changement de l'intérieur. »

Durant les 12 années suivantes, Debbie a participé à de nombreuses retraites de méditation et cela a ouvert son univers. Mais elle a aussi commencé à se sentir aliénée de sa famille Techno tout en ne ressentant pas cette connexion si particulière avec les participants aux retraites. Elle a rencontré Denis Robberechts, un « enseignant de méditation », et depuis plusieurs années elle a initié des retraites de plusieurs jours et un festival autour du concept Dharma Techno : méditation et soirée de danse. Denis dit :

« Beaucoup de gens sur la piste de dance ont eu des expériences d'une réalité au-delà des mots. Ces expériences — qu'elles soient induites ou non par la drogue — doivent être explorées et intégrées (...) Beaucoup d'entre nous qui ont ressenti, ne serait-ce qu'une fois, que la vie est plus large que nos perceptions conventionnelles, se retrouvent face à des questions existentielles. La plupart des gens qui vont aux raves aspirent à plus que juste s'amuser. Leur recherche intérieure est une quête de liberté, cette même liberté qui a, à l'origine, donné naissance aux raves. La spiritualité est une quête de liberté absolue. Tel est le lien entre ces deux mondes apparemment si différents. »

Voici comment Denis présente les retraites Dharma Techno : « Les enseignements de Dharma Techno sont éloignés de toute croyance religieuse. Durant cette retraite, nous allons nous immerger totalement dans le silence, afin de rentrer au mieux en contact avec nous-même, et éveiller notre sensibilité (...) lors de la troisième soirée, du fond du silence et de l'apaisement de nos esprits, émergera le son : un *set live* de musique électronique, offert par un musicien qui a partagé cette retraite avec nous. »

« La méditation et le silence sont au cœur de nos journées. Nous apprenons à ramener notre attention sur ce que nous percevons dans le moment. (...) Sans même nous en rendre compte, notre perspective change, nos pensées sont moins sollicitées, moins stimulées, et même si elles restent abondantes parfois, nous sommes moins “pris dedans”. Nous redevenons sensibles, plus en contact avec ce que l’on vit, ce qui nous entoure. »

Seb Vaughan (69 db) est celui qui doit amener la musique au sein de cette sérénité. « Il n’y a pas de drogues et on ne peut pas parler ; il y a juste la musique et la danse. Pour beaucoup d’entre nous, les “ravers”, c’est comme être nu face à la musique. » Ses *sets* commencent par des sons de la nature arrangés avec des effets, et progressent ensuite avec l’ajout de synthés, de basse et de percussions, selon le ressenti du moment. Les styles évoluent de la musique « ambient » et tribale, à la techno et house. Une fois que le pic est atteint, il inverse le processus, pour rejoindre progressivement le silence.

Au-delà de toutes les similitudes et différences avec ce que nous faisons (nous nous appuyons sur une tradition millénaire, notre pratique est également imbriquée dans notre quotidien au sein de la société, notre posture est plus exigeante, nos soirées Sans Demeure sont plus chaotiques), ce qui m’interroge est ce profond besoin de quête intérieure accompagnée d’un puissant rejet des formes religieuses habituelles. Qui répondra à cet appel ?

Il est si intéressant d’être témoin de l’émergence spontanée de nouvelles formes de pratique.

Dharma Techno

Guyseika Faure



Wenn wir ein Sesshin organisieren, übernehmen wir unterschiedlichste Orte und verändern ihren ursprünglich vorgesehenen Zweck: eine landwirtschaftliche Oberschule, ein Kampfsport-Dojo, eine Zirkusschule, eine säkularisierte Kirche. Wir organisieren und handeln gemeinsam, um eine Art temporäre Autonomiezonen (TAZ) zu schaffen. Normalerweise zahlt jeder nach seinen Verhältnissen. Indem wir die Fundamente eines Dojos schaffen – einen Altar, vier Ecken, eine Glocke, Zafus – schaffen wir ganz gleich wo einen „Ort des Weges“, einen Raum für Selbsterkundung. Dort sitzen wir im Zazen und bleiben einfach präsent...

Wenn ein Techno-Kollektiv einen Ort kapert wie Piraten, tut es dasselbe. Ob in einer alten Fabrik, einem leeren Lagerhaus, auf landwirtschaftlichem Terrain, in einem Wald, in einem verlassenen Militärlager. Man grenzt einen Raum ab mit einer mobilen Mauer aus Einfriedungen, Musikgeräten und Lichtern. Man sollte nicht glauben, dass diese Jungs und Mädels realitätsfern sind. Im Gegenteil: Sie sind mitten im Leben, handwerklich begabt, organisiert, einfallsreich und kreativ. Sie sind verdammt bodenständig, wenn es darum geht, geeignete Orte zu finden, der polizeilichen Überwachung zu entkommen und am Rande der produktivistischen Gesellschaft eine teilweise autonome Lebensweise zu schaffen. Der Preis ist frei. Die Lautsprechermembranen senden ihre Schwingungen aus. Die Praktizierenden begegnen sich selbst, indem sie gemeinsam zur sich wiederholenden Musik tanzen, oft nachdem sie psychotrope Substanzen eingenommen haben. Seb 69db betont selbst den Begriff der „Praxis“ und zieht eine Parallele zwischen seinem musikalischen Schaffen und den Kampfkünsten. Was auch immer du denkst, die *Free Party* bietet oft eine intensive spirituelle Erfahrung:

« ... Sie kamen zu uns aufs staubige und schmutzige Land, in die Natur, und schickten uns direkt in den Cyberspace. Sehr gut! Wir Westler sind es nicht gewohnt, in Trance zu verfallen, und sie haben es uns umsonst aufs Land gebracht », sagt ein gewisser Redge.

Josy: „Ich mag echt die Dancefloor-Musik, die einen in Trance versetzt! Für mich ist es eine Feier, ein bisschen wie eine große Messe oder eine große Versammlung, bei dem jeder zu seinem eigenen Gott betet. Du kannst darin finden, was du willst, es interpretieren, wie du willst, du bist frei. »

Seb (alias 69db, ehemals Spiral Tribe): „Wenn wir das Risiko eingehen, für ein kostenloses Event in die Natur zu gehen, unter Psychedelika zu tanzen, sogar an die Grenzen unseres Lebens zu gehen, dann möchte ich, dass das aus guten Gründen geschieht, nicht für *No Future*, sondern wegen dieser kleinen Möglichkeit, durch den Spiegel zu sehen, gemeinsam die Reise zu machen. In der Bewegung der letzten zwanzig Jahre haben wir alle kosmische Partys erlebt, vielleicht nur eine in zwanzig Jahren, aber wir haben diesen Abend nicht vergessen. Ich war bei dieser Kommunikation dabei, ein kleiner Moment, in dem sich in der Freiheit und Anarchie der Situation eine kleine Tür für uns öffnete. Wenn du schlau bist, hältst du durch, wenn du dumm bist, verlierst du dich in harten Drogen und Egoismus. »

Zen- und Techno-Praktizierende gehen mit einem quicklebendigen Schatz nach Hause, der sie auf ihrem Weg begleitet. Wir bieten Raum für tiefe, innere Erkundung am Rande des Sozialen, und unsere Ansätze sind zutiefst subversiv. Es ist also nicht sehr überraschend, dass einige Free-Party-Organisatoren sich auch für spirituelle Wege und Meditation interessierten.

Debbie (ehemals Spiral Tribe und Sound Conspiracy): „Das Reisen hat mir gezeigt, dass wir sehr viel Glück haben, Europäer zu sein! Aber auch, dass du, egal wo, immer du selbst bist. Der Ort wird das nicht ändern. Jetzt mache ich die größte Reise: Es ist die Reise nach innen. Ich praktiziere *Vipassana-Meditation*, und das hat mein Leben verändert. Und es geht weiter. Wir müssen uns weiter verändern, besonders wir selbst, wie eine sich öffnende Tür: *doorway*.

Die Bewegung hat den Geist der Menschen geöffnet, sie hat sie dazu gebracht, neue Dinge zu entdecken und viele andere Menschen kennenzulernen. Sie hat gezeigt, dass alles möglich ist, dass wir kreative Menschen sind und dass wir das ausdrücken können, wenn wir wollen. Die Welt hat sich seit den späten 80ern enorm verändert, und ich bin sicher, dass die Tekno-Bewegung sehr geholfen hat. Alle Veränderungen in der Welt entstehen durch Veränderungen von innen. »



In den folgenden zwölf Jahren nahm Debbie an vielen Meditationsretreats teil, und das öffnete ihren Kosmos. Aber sie begann sich auch von ihrer Techno-Familie entfremdet zu fühlen, ohne diese besondere Verbindung zu den Retreat-Teilnehmern zu verspüren. Sie lernte Denis Robberechts kennen, einen „Meditationslehrer“, und sie initiierte mehrere Jahre lang mehrtägige Retreats und ein Festival rund um das Konzept von Dharma Techno: Meditation und Tanzabend. Denis sagt: „Viele Menschen auf der Tanzfläche machen Erfahrungen mit einer Realität, die über Worte hinausgeht. Diese Erfahrungen – ob drogeninduziert oder nicht – müssen erforscht und integriert werden (...) Viele von uns, die auch nur einmal das Gefühl hatten, dass das Leben größer ist als unsere alltäglichen Wahrnehmungen, stehen vor existenziellen Fragen. Die meisten Leute, die zu Rave-Partys gehen, sehnen sich nach mehr als nur nach Spaß. Ihre

innere Suche ist eine Suche nach Freiheit, dieselbe Freiheit, die ursprünglich Raves hervorgebracht hat. Spiritualität ist die Suche nach absoluter Freiheit. So ist die Verbindung zwischen diesen beiden scheinbar sehr unterschiedlichen Welten. »

So präsentiert Denis die Techno-Dharma-Retreats: „Die Lehren des Techno Dharma sind weit entfernt von jedem religiösen Glauben. Während dieses Retreats werden wir uns völlig in die Stille vertiefen, um so gut wie möglich

mit uns selbst in Kontakt zu kommen und unsere Empfindsamkeit zu erwecken, (...) dann, am dritten Abend, steigt aus den Tiefen der Stille, aus unserem befriedeten Geist, der Klang empor: ein *Live-Set* elektronischer Musik, performed von einem Musiker, der dieses Retreat mit uns geteilt hat. »

„Meditation und Stille stehen im Mittelpunkt unserer Tage. Wir lernen, unsere Aufmerksamkeit wieder auf das zu lenken, was wir im Moment wahrnehmen. (...) Ohne es überhaupt zu merken, ändert sich unsere Perspektive, unsere Gedanken nehmen uns weniger in Beschlag, sie sind weniger aufgewühlt, und selbst wenn sie manchmal im Überfluss vorhanden sind, sind wir weniger „darin gefangen“. Wir werden wieder sensibel, mehr in Kontakt mit dem, was wir erleben, was uns umgibt. »

Seb Vaughan (69db) ist derjenige, der die Musik ins Herz dieser Gelassenheit bringen muss. „Es gibt keine Drogen und wir können nicht reden; Es gibt nur die Musik und den Tanz. Für viele von uns sind Raver ist es so, als seien wir nackt vor der Musik. Die *Sets* beginnen mit Naturgeräuschen, mit Effekten arrangiert, dann kommen Synthesizer, Bass und Percussion hinzu, es entwickelt sich je nachdem, wie sich der Moment anfühlt. Stile entstehen, von *Ambient* und *Tribal* zu *Techno* und *House* und darüber hinaus. Sobald der Höhepunkt erreicht ist, kehrt sich der Prozess um und findet allmählich in die Stille zurück.

Abgesehen von all den Gemeinsamkeiten und Unterschieden dessen, was wir tun (wir verlassen uns auf eine tausend Jahre alte Tradition, unsere Praxis ist auch mit unserem täglichen Leben in der Gesellschaft verflochten, unsere Haltung ist anspruchsvoller, unsere Abende Ohne Bleibe sind chaotischer), fasziniert mich dieses tiefe Bedürfnis einer inneren Suche, begleitet von einer kraftvollen Ablehnung üblicher religiösen Formen. Wer wird auf diesen Ruf reagieren? Es ist so interessant, das spontane Entstehen neuer Praxisformen zu beobachten.



Un poème du Moyen Âge

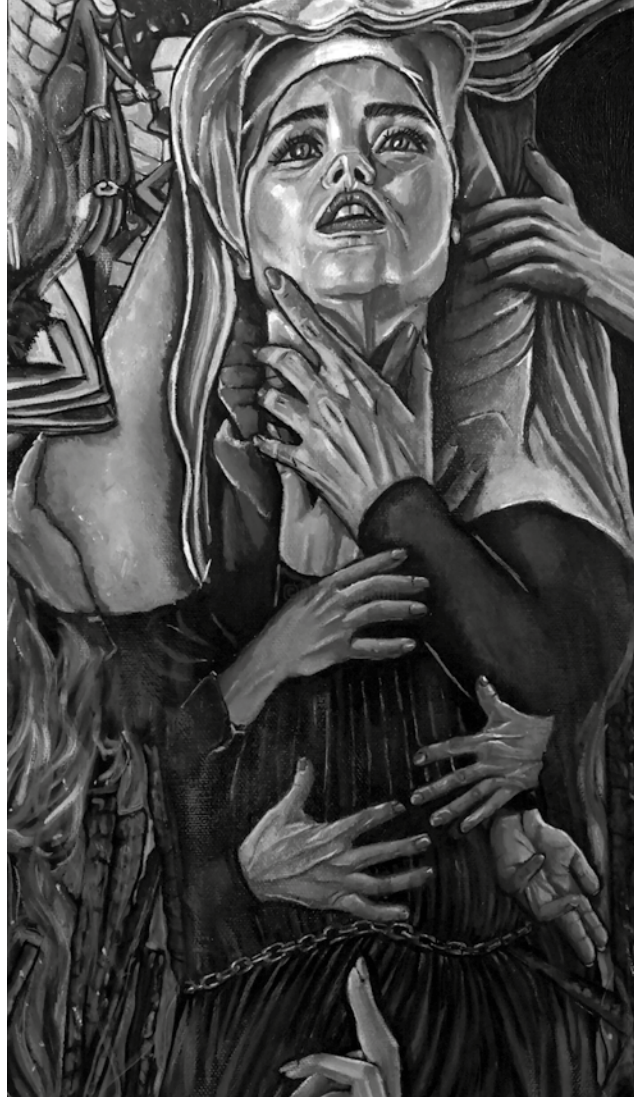
André Sachet

On ne peut qu'être saisi par ce poème d'un mystique allemand anonyme qui a vécu vers 1300. Ce poème est en exergue du livre de Marguerite Porete (1250-1310, auteur *Du Miroir des âmes simples et anéanties*, elle sera brûlée par la sinistre Inquisition).

Dōgen (1200-1253), il est peu vraisemblable qu'ils aient connu réciproquement leurs écrits. Pourtant, comment ne pas penser à des textes fondateurs du zen et ceux d'autres mystiques exprimés en écho ou en miroir dans le texte du poème.

« ... Si ceux qui en sont là savaient effectivement se mettre en repos, se dégager de toute œuvre intérieure ou extérieure et ne pas s'inquiéter de ne rien faire, ils se trouveraient, grâce à ce dégagement et à cette oisiveté, en état de goûter sans délai la réfection intérieure qui leur est présentée » Jean de la Croix (XVI^e).

Notre joie est profonde, silencieuse, parce que, « *minuit est la vraie lumière, l'aube n'est pas claire... Vous avez la chance d'être né sous une forme humaine, ne perdez pas votre temps. Qui prendrait un vain plaisir à l'étincelle jaillie du silex ?* » Le bien superessentiel, dernière phrase du poème, nous dit qu'il y a bien longtemps qu'on pratique zazen, la Voie, le silence et la solitude. Un jour notre chambre au trésor s'est ouverte ou s'ouvrira.



Ein Gedicht aus dem Mittelalter

André Sachet

Man kann nicht anders, als von diesem Gedicht eines anonymen deutschen Mystikers beeindruckt zu sein, der um 1300 lebte. Dieses Gedicht ist der Inbegriff des Buches «Der Spiegel der einfachen Seelen» von Margereta Porete (1250-1310), das von der finsternen Inquisition verbrannt werden sollte.

Dōgen (1200-1253) es ist unwahrscheinlich, dass sie die Schriften des jeweils anderen kannten. Wie können wir jedoch nicht an Gründungstexte des Zen und anderer Mystiker denken, die als Echo oder Spiegel im Text des Gedichts ausgedrückt werden?

„... Wenn diejenigen, die diesen Punkt erreicht haben, wirklich wüssten, wie sie sich zur Ruhe bringen, sich von allen inneren oder äußeren Arbeiten befreien und sich keine Sorgen machen müssen, nichts zu tun, würden sie sich dank dieser Befreiung und dieser Faulheit in der Lage wiederfinden, die ihnen angebotene innere Erneuerung ohne Verzögerung zu genießen“
Johannes vom Kreuz des 16. Jahrhunderts.

Unsere Freude ist tief, still, denn „Mitternacht ist das wahre Licht, die Morgendämmerung ist nicht hell...“ *Du hast das Glück, in menschlicher Gestalt geboren worden zu sein, verschwende deine Zeit nicht. Wer würde eitle Freude an dem Funken finden, der aus dem Feuerstein sprüht? Das übernatürliche Gute, der letzte Satz des Gedichts, sagt uns, dass Zazen, der Weg, Stille und Einsamkeit schon lange praktiziert werden. Eines Tages hat sich unsere Schatzkammer geöffnet oder wird sich öffnen.*

Dreifaltigkeitslied

Us is und weis doch nimant was
Us hi, us da,
us verre, us na,
us tif, us ho,
us is also.
das us is weder dis noch das.

Us licht, us clar,
us vinsten gar,
us umbenamt
us unbekant,
beginnes unde ouch endis vri,
us stille stat,
vlüst ane wat.
Wer weis sin hus?
Der ge her us
Unde sage uns welch sin forme si.

Wirt als ein kint,
wirt toup, wirt blint!
Din selbis icht
Mus werdin nicht;
Al icht, al nicht
trib obir hor,
la stat, la zit,
ouch bilde mit!
Genk ane wec
Den smalen stec:
So kumstu an der wüste spor.

O sele min
Genc us, got in,
sink al min icht
in gotis nicht,
sind in die grundelose vlut!
Vli ich von dir,
du kumst zu mir;
vorlise ich mich,
so vinde ich dich:
o ubirweseliches gut.

*Um 1300, Autor unbekannt, zitiert im
« Spiegel der einfachen Seelen » von
Margareta Porete (Mystikerin, ver-
brannt in Paris am 01.06.1310)*

C'est ici-mais personne ne sait quoi
C'est ici, c'est là,
C'est loin, c'est près,
C'est profond, c'est élevé,
c'est ainsi ;
ce n'est ni ceci ni cela.

C'est lumière, c'est clarté,
c'est tout obscurité,
c'est innommé,
c'est inconnu,
sans commencement ni fin ;
c'est un lieu silencieux
Qui s'écoule, indéfini.
Qui connaît sa maison ?
Qu'il en sorte celui-là,
et nous dise quelle est sa forme !

Deviens comme un enfant,
Deviens sourd, deviens aveugle !
Le quelque chose qui est tien
doit devenir rien ;
quelque chose ou rien :
Tout va au-delà.
Laisse le lieu, laisse le temps,
Laisse aussi l'image !
Va sans chemin
sur le sentier étroit :
ainsi viens-tu à la trace du désert.

Ô mon âme !
Sors ! Et entre en Dieu ;
enfonce le quelque chose qui est mien
dans le rien de Dieu !
Enfonce-le dans les flots sans fond !
Que je m'enfuie de toi,
et tu viens à moi !
Que je me perde,
et je te trouve
ô bien super essentiel !

*Anonyme, vers 1310, texte cité dans Le mi-
roir des âmes simples et anéanties de
Marguerite Porete (morte sur le bûcher
de l'Inquisition en 1310)*



Marguerite Poret, peinture de Ricou'
Marguerite Poret, Gemälde von Ricou'

Sans demeure, ça peut mener loin

Olivier Tollu

Depuis le jour de l'an, nous avons un nouveau dojo. Il n'est pas très éloigné de l'ancien, juste de l'autre côté de Tolbiac, toujours dans Paris. La ville de Paris, intra-muros, a la forme d'un escargot. On le voit nettement sur la carte des arrondissements qui s'égrènent au long d'une spirale qui aboutit rive droite, dans le 20^e.



Nouveau dojo de Seine Zen, situé au 21 rue des Malmaisons, Paris 13^e.

Notre nouveau dojo, lui, se trouve en bas à droite sur la carte, à l'emplacement où la coquille laisse paraître le corps et s'ouvre sur le reste de l'infini.

Nous sommes maintenant installés dans le quartier chinois, c'est de bon augure. Dans le dojo, on peut lire des *kanjis* inscrits au feutre velleda sur les tableaux blancs accrochés aux murs. Il y en a un qui dit « Ki ». C'est comme un retour à la source. D'ailleurs, le dojo se trouve juste en face de l'immeuble où Philippe a habité, il y a cinquante ans ou plus, tout au début, avant même de rencontrer maître Deshimaru. Un soir récent il a poussé la porte et constaté que tout était intact, magiquement conservé, pendant qu'alentour le quartier a été détruit et reconstruit.

Notre nouveau dojo est installé dans un sous-sol. Ça rappelle la grotte de Boddhidharma. Le plan de la salle est un carré parfait. Ça symbolise la terre, c'est plutôt bien pour y planter les genoux. Ici, notre colonne vertébrale peut faire un trait d'union avec le cosmos, qui est rond, comme chacun sait.

Au sol, le carrelage brun dessine la forme d'un rakusu géant. Au centre de la pièce, pour la première fois depuis que Seine Zen existe, nous avons un vrai autel. La boîte en plastique qui a reçu tant de fois l'onction des encens et le poids des objets sacrés a cédé sa place à une petite commode aux proportions du Parthénon. Cet autel est simple et parfait, scié dans le bois clair, roulant, et pourvu de rangements dérobés à la vue.

Au sujet du nouveau dojo, certains sont enthousiastes, trouvent que c'est un nouveau départ. D'autres ressentent déjà la nostalgie de l'ancien dojo.

Notre ancien dojo n'a jamais vraiment été chez nous. C'était seulement un point de passage. Le fait qu'on y soit resté presque 15 ans a troublé l'identité de *Sans Demeure*.

Mais notre dojo est de nulle part. Il se transfère de point en point. Ça fait penser aux pas en kinhin. Ça fait aussi penser à la vie, qui voyage peut-être partout dans l'univers, comme le suggère l'hypothèse de la panspermie : tous les 10 milliards d'années, quelques débris cosmiques atterrissent sur une planète propice, et au bout d'un moment il y a des dojos.

Le lendemain de l'ouverture du nouveau dojo, j'ai vu un documentaire sur les colons allemands en Argentine. Histoire mouvementée, avec multiples déracinements. En bref, des « Allemands de la Volga » invités par Catherine II à s'installer en Russie au XVIII^e siècle. Puis, leurs privilèges repris, ils furent poussés vers des ailleurs. C'était alors la fin du XIX^e siècle, le président argentin Avellaneda cherchait un peuple industrieux pour mettre en valeur la Pampa. Ils se transplantèrent. 150 ans plus tard, ces Allemands ont toujours le *Heimweh*, la nostalgie de leur Rhénanie, Pfalz, Franconie... Ils fêtent toujours Noël, avec bougies, sapins et chants de *Douce nuit*, désormais en plein été. Ils s'émeuvent de la terre merveilleuse du temps jadis, alors qu'ils vivent en terre merveilleuse.

Peut-être que nous en ferons autant quand nous aurons quitté la Terre et que nous serons sur Mars ou sur une planète lointaine, minérale... Nous regretterons peut-être nos sources et nos cascades, nos forêts et nos chants d'oiseaux. Est-ce qu'il sera facile de vivre sans attaches et d'apprécier simplement ce qui est là ?

Vouloir autre chose que ce qui se développe à chaque moment sous nos yeux est l'illusion la plus obtuse. Cependant nous nourrissons un attachement à la planète Terre. Un attachement tellement énorme qu'il n'est pas questionné. Et si « Zen sur Terre » n'était plus, un jour prochain, notre formule ?

Cette époque ressemble à un deuil en accéléré. On doit déjà apprendre à parler de *bio-conservateurs* pour désigner les gens qui désirent un mode de vie avec des arbres et des animaux, des couleurs et des saveurs, qui sont attachés à ce style un peu rural, antique. Ces gens pour qui manger des gélules de compléments alimentaires pour cosmonautes, quand bien même cela remplirait tous les besoins physiologiques, n'en resterait pas moins une perte d'expérience, relativement aux cinq saveurs du zen.

Tout cela n'est finalement que du domaine du sensible, et non l'essence indéfinissable du zen. A priori être dans une capsule spatiale n'est pas différent ou moins bien qu'être dans un ashram en Inde ou dans un dojo du 13^e arrondissement. Et le zen, a priori, n'est pas absent sur Alpha du Centaure. Est-ce que le zen est limité par la couche d'ozone, ou par les ceintures de Van Allen ? Est-ce qu'en apesanteur on peut avoir les genoux bien ancrés dans le sol ? Est-ce que seul l'ancien dojo était convenable, et que désormais, du vrai zen « y'en aura plus ? »

L'avantage avec notre sangha c'est que la règle était claire dès le début : nous n'avons jamais eu de dojo, c'est écrit dans notre nom : Sans Demeure, le Temple de l'Évanescence.

Ohne Bleibe, das kann weit führen

Olivier Tollu

Seit Neujahr haben wir ein neues Dojo. Es ist nicht weit vom alten entfernt, nur auf der anderen Seite von Tolbiac, immer noch in Paris.

Die Stadt Paris, innerhalb der Stadtmauern, hat die Form einer Schnecke. Dies ist deutlich auf der Karte der Arrondissements zu sehen, die entlang einer Spirale aufgereiht sind, welche am rechten Ufer im 20^e endet. Unser neues Dojo befindet sich unten rechts auf der Karte, wo das Schneckenhaus den Körper offenbart und sich öffnet zum Rest der Unendlichkeit.

Wir sind jetzt in Chinatown angesiedelt, was ein gutes Omen ist. Im Dojo kann man *Kanji* lesen, die mit Edding auf die Whiteboards an den Wänden geschrieben sind. Es gibt eins, das „Ki“ bedeutet. Es ist wie eine Rückkehr zur Quelle.

74



Vor dem neuen Dojo „Seine Zen“, 21 Rue de Malmaisons, Paris, 13.

Tatsächlich steht das Dojo direkt vor dem Gebäude, in dem Philippe lebte, vor fünfzig Jahren oder mehr, ganz am Anfang, noch bevor er Meister Deshimaru traf. Kürzlich stieß er eines Abends die Tür auf und stellte fest, dass wie durch ein Wunder dahinter alles noch intakt und erhalten war, während die Gebäude drumherum mittlerweile abgerissen und wieder aufgebaut worden waren.

Unser neues Dojo ist in einem Keller untergebracht. Es erinnert an die Höhle von Boddhidharma. Der Grundriss des Raumes ist ein perfektes Quadrat. Es symbolisiert die Erde, und es eignet sich ziemlich gut, um die Knie darin einzupflanzen. Hier kann unsere Wirbelsäule eine Verbindung zum Kosmos herstellen, der rund ist, wie jeder weiß.

Auf dem Boden zeichnen die braunen Fliesen die Form eines riesigen Rakusu. In der Mitte des Raumes haben wir zum ersten Mal in der Geschichte von *Seine Zen* einen richtigen Altar. Die Plastikkiste, die so oft vom Incense eingeräuchert wurde und die heiligen Gegenstände getragen hat, ist einer kleinen Kommode im Parthenon-Ausmaß gewichen. Dieser Altar ist einfach und perfekt, aus hellem Holz gefertigt, mit Rollen und einer verborgenen Lagerung ausgestattet.

Was das neue Dojo angeht, sind einige begeistert und empfinden es als einen Neuanfang. Andere trauern mit etwas Nostalgie dem alten Dojo nach.

Unser altes Dojo war nie wirklich bei uns. Es war nur ein Übergang. Die Tatsache, dass wir dort fast 15 Jahre verbrachten, störte die Identität von *Sans Demeure*.

Aber unser Dojo kommt aus dem Nichts. Es wird von Punkt zu Punkt übertragen. Es erinnert mich an die Schritte in Kinhin. Es erinnert uns auch an das Leben, das sich durch das ganze Universum bewegen kann, wie die Hypothese der Panspermie nahelegt: Alle 10 Milliarden Jahre landen kosmische Trümmer auf einem geeigneten Planeten, und nach einer Weile gibt es Dojos.

Am Tag nach der Eröffnung des neuen Dojos sah ich eine Dokumentation über die deutschen Siedler in Argentinien. Eine turbulente Geschichte mit mehreren Umsiedlungen. Kurz gesagt, „Wolga-Deutsche“, die von Katharina II. eingeladen wurden, sich im achtzehnten Jahrhundert in Russland niederzulassen. Als sie dann ihre Privilegien zurückerlangten, wurden sie anderswo hingedrängt. Am Ende des neunzehnten Jahrhunderts suchte der argentinische Präsident Avellaneda

75

nach einem fleißigen Volk, um die Pampas zu entwickeln. Sie haben sich selbst verpflanzt. 150 Jahre später haben diese Deutschen immer noch das *Heimweh*, die Nostalgie nach ihrem Rheinland, der Pfalz, Franken... Sie feiern immer noch Weihnachten, mit Kerzen, Bäumen und Liedern wie der *Stillen Nacht*, jetzt mitten im Sommer. Sie sind bewegt von dem wunderbaren Land der alten Zeiten, während sie in diesem wunderbaren Land leben.

Vielleicht machen wir dasselbe, wenn wir die Erde verlassen haben und auf dem Mars oder auf einem fernen, mineralreichen Planeten sind... Wir könnten unsere Quellen und Wasserfälle, unsere Wälder und unseren Vogelgesang vermissen. Wird es leicht sein, ohne Bindungen zu leben und einfach zu schätzen, was es da gibt?

Etwas anderes zu wollen als das, was sich in jedem Moment vor unseren Augen entwickelt, ist die schwer verständlichste Illusion. Allerdings haben wir eine Bindung zum Planeten Erde. Eine Bindung, die so enorm ist, dass sie nicht hinterfragt wird. Was wäre, wenn „Zen auf der Erde“ eines Tages nicht mehr unsere Devise wäre?

Diese Ära ähnelt einer beschleunigten Trauer. Wir müssen bereits lernen, von *Bio-Konservierungsstoffen* zu sprechen, um Menschen zu bezeichnen, die eine Lebensweise mit Bäumen und Tieren, mit Farben und Geschmäckern wünschen und mit diesem etwas ländlichen, antiken Stil verbunden sind. Für diejenigen, für die der Verzehr von Kapseln mit Nahrungsergänzungsmitteln für Kosmonauten im Vergleich zu den fünf Zen-Geschmacksrichtungen dennoch ein Erfahrungsverlust wären, selbst wenn sie alle physiologischen Bedürfnisse erfüllten.

Letztendlich bezieht sich all dies nur auf den Bereich des Sinnlichen und nicht auf das undefinierbare Wesen des Zen. Auf den ersten Blick ist es nicht anders, oder schlechter, in einer Raumkapsel zu sein, als in einem Ashram in Indien oder in einem Dojo im 13. Arrondissement. Und Zen ist a priori auf Alpha Centauri nicht abwesend. Ist Zen durch die Ozonschicht begrenzt oder durch die Van-Allen-Gürtel? Kann man die Knie fest im Boden halten, wenn man schwerelos ist? War nur das alte Dojo geeignet, wird es von nun an wahres Zen „nicht mehr geben?“

Der Vorteil unserer Sangha ist, dass die Regel von Anfang an klar war: Wir hatten nie ein Dojo, es steht in unserem Namen geschrieben: Ohne Bleibe, der Tempel der Vergänglichkeit.

Übersetzung: Christoph Martin

Sommes nous les nouveaux marranes ?

Gérard Shoka Lalleau

Les marranes sont ces personnes de confession juives qui après la Reconquista, reconquête de l'Espagne par les catholiques achevée en 1492, ont dû abjurer leur religion pour adopter le catholicisme. Ces personnes étaient catholiques en journée et retrouvaient leur véritable foi dans leur intimité.

Il y a quelques années dans mon activité professionnelle, j'ai été amené à dire que j'étais un moine zen. Mon interlocuteur m'a alors répondu que, s'il avait trouvé cette information sur les réseaux sociaux, il aurait cru à un homonyme.

Aujourd'hui je suis devenu aumônier. Lorsque j'arrive en prison avec mon samue et mon rakusu on me présente comme l'aumônier bouddhiste. Et je suis interpellé sur ce que je suis. Dans les réunions avec les aumôniers chrétiens, musulmans, je suis le seul, avec les dames musulmanes, à porter un signe religieux.

Lorsque j'ai reçu l'ordination de moine, j'ai progressivement compris que cela signifiait pour moi, mettre le Dharma au centre de ma vie. C'est-à-dire mobiliser toute mon énergie pour la Voie. La Voie du milieu n'est pas la voie tiède. Notre engagement est sans retenue. Nous faisons le maximum en fonction des causes et conditions.

Comment concilier notre engament dans le Dharma avec d'autres engagements sociétaux ? Lors d'une réunion d'aumôniers dans un grand centre tibétain, nous avons évoqué l'engagement dans le social. Un responsable nous a expliqué que des moines du centre se sont engagés dans le conseil municipal. Ils y siègent pleinement et visiblement identifiés comme moine du centre. Ils peuvent y être pleinement en cohérence avec le Dharma.

Au regard de ces expériences, je m'interroge sur les engagements dans la société que nous prenons, sans être identifié comme pratiquant de la Voie. Car nous sommes alors pareils aux autres personnes engagées dans les mêmes groupes sociaux et le Dharma ne peut que passer au second plan. Durablement, soit nous déclarons notre engagement sur la voie, soit cette attitude (social en premier, Dharma en second) nous imprègne. En agissant ainsi, au lieu d'amener le Dharma dans la société, nous amenons le social et ses débats dans nos lieux de pratique.

Le jour où nous serons présents dans la société, pleinement connus et reconnus comme pratiquant de la voie, nous pourrions amener le Dharma dans le social.

À défaut nous réduirons notre engagement pour le Dharma à nos seuls moments d'intimité.

Sind wir die neuen Marranen?

Gérard Shoka Lalleau

Die Marranen sind jene Menschen jüdischen Glaubens, die nach der Reconquista – der 1492 abgeschlossenen Rückeroberung Spaniens durch die Katholiken – ihrer Religion abschwören und zum Katholizismus übertreten mussten. Diese Menschen lebten tagsüber als Katholiken und kehrten im Privaten zu ihrem wahren Glauben zurück.

Vor einigen Jahren musste ich im Rahmen meiner beruflichen Tätigkeit einmal sagen, dass ich ein Zen-Mönch sei. Mein Gesprächspartner antwortete mir daraufhin, dass er, hätte er diese Information in den sozialen Netzwerken gefunden, an einen Namensvetter geglaubt hätte.

Heute bin ich Seelsorger geworden. Wenn ich mit meinem Samue und meinem Rakusu im Gefängnis ankomme, werde ich als buddhistischer Seelsorger vorgestellt. Und ich werde darauf angesprochen, wer ich bin. Bei Treffen mit christlichen und muslimischen Seelsorgern bin ich neben den muslimischen Frauen der Einzige, der ein religiöses Zeichen trägt.

Als ich die Mönchsordination erhielt, wurde mir nach und nach klar, dass dies für mich bedeutete, das Dharma in den Mittelpunkt meines Lebens zu stellen. Das heißt, meine ganze Energie für den Weg einzusetzen. Der Mittelweg ist kein halberherziger Weg. Unser Engagement ist uneingeschränkt. Wir tun unser Bestes entsprechend den Ursachen und Bedingungen.

Wie lassen sich unser Engagement für den Dharma und andere gesellschaftliche Verpflichtungen miteinander vereinbaren?

Bei einem Treffen von Seelsorgern in einem großen tibetischen Zentrum sprachen wir über das soziale Engagement. Ein Verantwortlicher erklärte uns, dass Mönche des Zentrums sich im Gemeinderat engagieren. Sie nehmen dort vollwertig und sichtbar als Mönche des Zentrums ihren Sitz ein. Sie können dort in voller Übereinstimmung mit dem Dharma handeln.

Angesichts dieser Erfahrungen stelle ich mir die Frage nach den gesellschaftlichen Verpflichtungen, die wir eingehen, ohne als Praktizierende des Weges erkennbar zu sein. Denn dann sind wir wie alle anderen Menschen, die sich in denselben sozialen Gruppen engagieren, und das Dharma kann nur in den Hintergrund treten. Auf Dauer gilt: Entweder bekennen wir uns zu unserem Engagement auf dem Weg, oder diese Haltung (das Soziale an erster, das Dharma an zweiter Stelle) prägt uns. Wenn wir so handeln, bringen wir das Soziale und seine Debatten in unsere Praxisorte, anstatt das Dharma in die Gesellschaft zu tragen.

An dem Tag, an dem wir in der Gesellschaft präsent sind, voll und ganz als Praktizierende des Weges bekannt und anerkannt, werden wir den Dharma in die Gesellschaft tragen können.

Andernfalls beschränken wir unser Engagement für den Dharma auf unsere privaten Momente.

Übersetzung: Christoph Martin

La Foi en l'Esprit

UN COMMENTAIRE DU SHIN JIN MEI DE MAÎTRE SOSAN

Comprendre la non-dualité pour vivre en accord avec le monde. Au terme d'un demi-siècle de pratique, le maître zen Philippe Rei Ryu Coupey a atteint cette grande liberté où l'expression authentique des émotions – colère, déception, frustration – coexiste harmonieusement avec la profondeur des enseignements contenus dans l'antique Shin Jin Mei.

Par son approche, il offre tant au lecteur contemporain qu'à ses disciples une présence bienveillante, accessible et éclairante.

Ses commentaires profonds, fruits de sa pratique ininterrompue, sont émaillés d'allusions subtiles, d'explications lumineuses, de digressions fécondes, de réflexions théoriques, de citations choisies, de récits zen et d'expériences vécues.

Le tout sans jamais céder à la facilité.

(texte de l'éditeur)

La Foi en l'Esprit
Un commentaire du Shin Jin Mei de maître Sosan
Philippe Rei Ryu Coupey
22 € TTC



Philippe dédicace ses livres au Dojo Zen de Paris, 8 mai 2026

Philippe signiert seine Bücher im Zen-Dojo in Paris, 8. Mai 2026

Poèmes de Maître Daichi

Après la traduction des *Poèmes de Daichi*, par Taisen Deshimaru, voici la traduction et les commentaires des poèmes de Daishi Sokei par le maître zen contemporain Philippe Reiryu Coupey.

Dans ses commentaires, Philippe Reiryu Coupey déchiffre les images d'une beauté inégalée qui évoquent à la fois les enseignements traditionnels du zen et la vie même de Daichi : ermite, voyageur, et réfugié durant la guerre civile japonaise de la fin de l'époque de Kamakura.

Il s'agit d'une œuvre qui s'inscrit parmi les grands classiques japonais traduits en français. Le lecteur y découvre les fondements de l'enseignement zen, transmis par Dōgen sous une forme philosophique, par les classiques chinois sous forme de kōan, et ici sous forme poétique. Le lecteur se plonge aussi dans un des sommets de la poésie extrême-orientale, à cheval entre la forme traditionnelle chinoise et la pureté de l'esthétique zen.

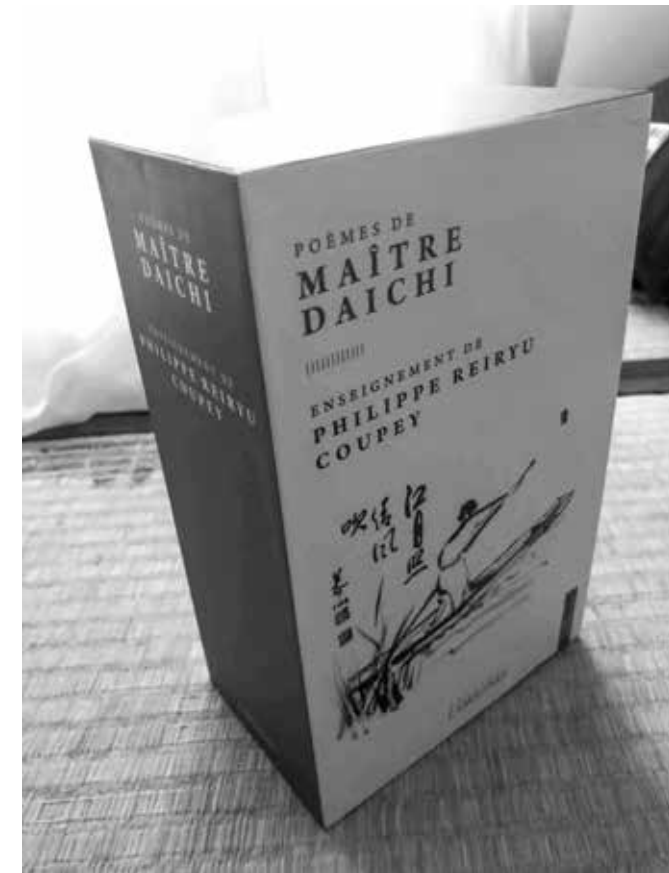
Daichi Sokei était un moine zen Sōtō japonais célèbre pour sa poésie bouddhiste. Il a vécu à la fin de la période Kamakura et au début de la période Muromachi, de 1290 à 1366. Initialement disciple de l'un des étudiants d'Eihei Dōgen, Kangan Giin, il a ensuite pratiqué sous la direction de Keizan Jōkin pendant sept ans. Il a voyagé en Chine de 1314 à 1324, mais son retour fut retardé par un naufrage en Corée. Sa poésie en chinois célèbre particulièrement les enseignements d'Eihei Dōgen.

(texte de l'éditeur)

Poèmes de Maître Daichi

Traduction et commentaires des poèmes de Daichi Sokei par le maître zen contemporain Philippe Reiryu Coupey.

Coffret, 232 poèmes, 3 volumes, 944 pages, 60 € TTC





Als Philippe 2006 nach Japan reiste, um die Hossenshiki-Zeremonie zu machen, wurde er von Elaine Konopka und Jörg Augsburger begleitet. Jörg hatte seine Kamera dabei, und abwechselnd filmten die beiden. So entstand ein dreistündiges Videomaterial. Dieses blieb jahrelang unberührt, bis Philippe es erwähnte und die Sangha fragte, was damit geschehen

könne. Meine Aufgabe war es, das Material auf ein verdauliches Maß zu kürzen. Es gab viele Szenen der Reise, aber größtenteils zeigte es die lange Zeremonie.

Nach der ersten Sichtung war ich erschlagen. Das Material ähnelte eher einem Heimvideo – ein persönliches Andenken, nichts für die Nachwelt. Also legte ich es ein Jahr lang zur Seite. Was mir fehlte, war der Kontext. Wer waren die anderen Menschen? Was genau geschah da? Ich führte viele Gespräche, konsultierte sogar Jörg selbst, aber ich spürte, dass mir etwas Wesentliches fehlte.



„Between the Lines“

Dann traf ich eine spontane Entscheidung: Ich wollte direkt mit Philippe sprechen, während wir uns das Material gemeinsam ansahen. So erhoffte ich mir nicht nur Klarheit über die Szenen, sondern auch über die

Bedeutung seiner Reise, seine Absicht – im Grunde alles.

Olivier Tollu begleitete mich. Wir nahmen das Gespräch auf. Plötzlich hatte ich alles, was ich für einen Film brauchte: den Kontext der Szenen und die Sicht des Hauptprotagonisten. Es lag nahe, die beiden Aufnahmen – die Originalbilder aus Japan und unser Interview – zusammenzubringen. So entstand dieser Film.

Und natürlich durfte der Soundtrack nicht fehlen. Michael Rupp hat ihn sofort geliefert! Herausgekommen ist ein Film, der subtil enthüllt, was damals wirklich geschah: eine Geschichte vom Geben und Bewahren, von Pflicht und Freiheit. Und eine Geschichte der Stille zwischen den Bildern. Genau dort entfaltet sich alles. „Zwischen den Zeilen.“ Ich wünsche euch eine gute Sichtung



Lorsque Philippe s'est rendu au Japon en 2006 pour célébrer la cérémonie du Hossenshiki, il était accompagné d'Elaine Konopka et de Jörg Augsburger. Jörg avait sa caméra avec lui, et ils ont filmé à tour de rôle. Il en a résulté trois heures de vidéo. Celle-ci est restée intacte pendant des années, jusqu'à ce que Philippe évoque l'existence de ces rushes et demande à la Sangha ce qu'on pourrait en faire. Ma tâche consistait à condenser les images pour obtenir un format plus accessible. On y voyait de nombreuses scènes du voyage, mais la majeure partie était consacrée à la longue cérémonie.

Après un premier visionnage, je me suis sentie dépassée par la complexité du matériel. Les images ressemblaient à une vidéo de famille, un souvenir personnel, et non à un document destiné à la postérité. Je les ai donc mises de côté pendant un an. Il me manquait le contexte. Qui étaient ces personnes ? Que se passait-il exactement ?



Eugenia Bakurin

Je suis resté longtemps songeuse devant ces images, j'ai même consulté Jörg lui-même, mais j'avais le sentiment de passer à côté de quelque chose d'essentiel. J'ai alors pris une décision rapide : je voulais en parler directement avec Philippe pendant que nous visionnions les images ensemble. J'espérais que cela éclairerait non seulement les scènes elles-mêmes, mais aussi le sens de son voyage, ses intentions – tout, en réalité.

Olivier Tollu m'a accompagné. Nous avons enregistré la conversation. Soudain, j'avais tout ce qu'il me fallait pour un film : le contexte des scènes et le point de vue du protagoniste. Il était naturel de rassembler les deux enregistrements – les images du Japon et notre entretien. C'est ainsi que ce film a vu le jour.

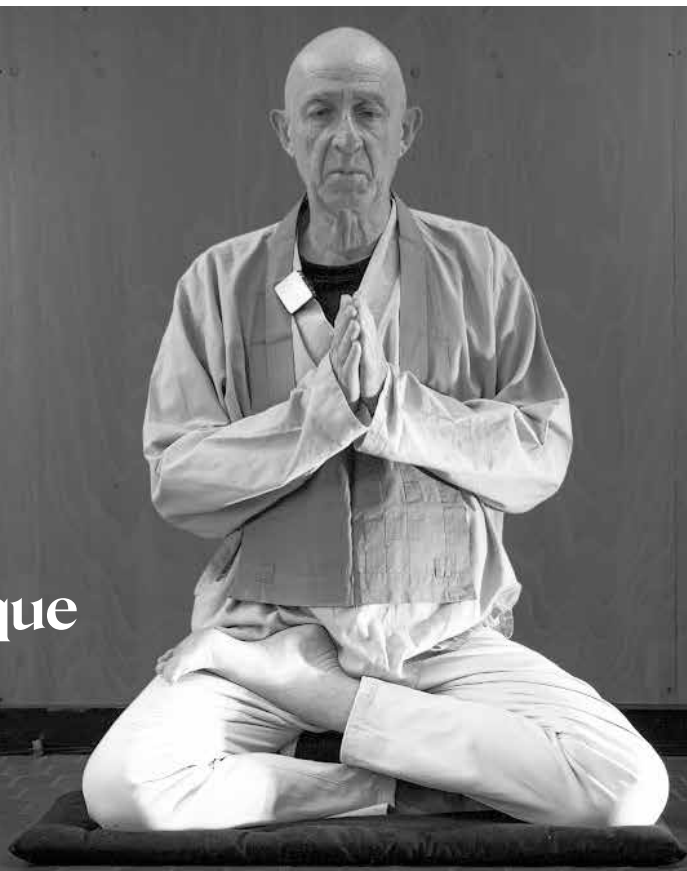
Et bien sûr, la bande originale était essentielle. Michael Rupp l'a composée immédiatement ! Le résultat est un film qui raconte, en filigrane, ce qui s'est réellement passé à l'époque : une histoire de don et de conservation, de devoir et de liberté. Et une histoire des silences entre les images. C'est précisément là que tout se joue. « Entre les lignes ». Vous trouverez le lien vers le film ci-dessous. J'espère que vous apprécierez le visionnage.



NEUES VIDEO AUF UNSEREM YOUTUBE-KANAL @ZENSANSDEMEURE !

(VERGESST NICHT, IHN ZU ABONNIEREN)

Les bases de la pratique de zazen



Die Grundlagen der Zazen-Praxis

NOUVELLE VIDÉO SUR NOTRE CANAL YOUTUBE @ZENSANSDEMEURE !

(N'OUBLIEZ PAS DE VOUS Y ABONNER)

Dans la vidéo «Les bases de la pratique de zazen (35 min)», à visionner en trois parties, le moine zen Bruno Peslerbe partage les bases de la pratique de zazen, méditation assise silencieuse.

1^{ère} partie : Introduction

2^e partie : Posture du corps

3^e partie : Respiration / Attitude de l'esprit /

Poème: *Le panier sans fonds*

Bruno Peslerbe pratique le zen depuis 40 ans dans la lignée de maître Deshimaru et de son disciple Philippe Rei Ryu Coupey ; il est responsable du centre zen de Saint Gaudens en France. Il dirige des sesshin en France et en Allemagne. Il a également reçu la formation de masseur kinésithérapeute et a exercé cette profession pendant une trentaine d'années auprès d'enfants ayant un handicap. Bruno Peslerbe est malvoyant.

In dem dreiteiligen Video „Die Grundlagen der Zazen-Praxis (35 Min.)“ vermittelt der Zen-Mönch Bruno Peslerbe die Grundlagen der Zazen-Praxis, der stillen Sitzmeditation.

1. Teil: Einführung

2. Teil: Körperhaltung

3. Teil: Atmung / Geisteshaltung / Gedicht:
Der Korb ohne Boden

Bruno Peslerbe praktiziert seit 40 Jahren Zen in der Linie von Meister Deshimaru und dessen Schüler

Philippe Rei Ryu Coupey und leitet das Zen-Zentrum in Saint-Gaudens in Frankreich. Er leitet Sesshins in Frankreich und Deutschland. Außerdem hat er eine Ausbildung zum Physiotherapeuten absolviert und diesen Beruf rund 30 Jahre lang bei Kindern mit Behinderung ausgeübt. Bruno Peslerbe ist sehbehindert.