

Newsletter #35 Mars 2022

Von: info@abzen.eu

Freitag, 25. März, 18:39

An: ayg@diaspekt.ch



Association
Bouddhiste **Zen**
d'Europe

#35 ABZENews

Mars 2022

Langue :



Les prochains camps – sesshin – journées de zazen; journées de couture

- 18 – 27 mars: Temple Zen de La Gendronnière – semaine de pratique – Emanuela Losi
- 31 mars – 03 avril: Verreries-de-Moussans (Narbonne – France) – sesshin – Pascal-Olivier Reynaud
- 15 – 18 avril: Lluçà (Espagne) – sesshin – Lluís Salas
- 16 – 17 avril: Bondy (France) week-end de pratique – Antoine Charlot
- 13 – 15 mai: Ghigo di Prali (Italie) – sesshin - ordinations – Roland Rech
- 14 – 15 mai: Barcelone (Espagne) – journées de pratique – Lluís Salas
- 21 – 22 mai: dojo d'Andouze (France) – week-end de pratique – Antoine Charlot
- 21 – 29 mai: Grube Louise (Allemagne) – camp de printemps - ordinations – Roland Rech

Le message de Me Roland Yuno Rech

Chères amies et chers amis.

En 1982, peu avant sa mort, Maître Deshimaru avait souhaité que l'AZI lance un mouvement pour la paix. Ce vœu que la pratique de zazen contribue à guérir les êtres humains de leur intoxication par les trois poisons que sont l'avidité, la haine et l'ignorance est plus que jamais d'actualité en ce moment de guerre en Ukraine. Comme vous l'avez sans doute déjà fait je vous invite à dédier votre pratique à un retour à la paix partout où des conflits éclatent et répandent la souffrance dans les populations qui en sont les victimes. Nous devons avoir foi en l'influence de zazen dans le monde invisible mais bien réel pour guérir les esprits et les ramener à la juste raison qu'ont enseigné les maîtres de la transmission du Dharma depuis Bouddha.

I shin den shin :

Roland Rech.

L'édito du Président

Chers toutes et tous,

Le printemps arrive et, avec lui, le sentiment d'un nouveau cycle de vie qui redémarre. Cette douce sensation pleine de nouveauté et d'espérance est entachée cette année par l'actualité cruelle en Ukraine qui nous bouleverse et nous renvoie également à tous les

- 27 – 29 mai: Bondy (France)
– journées de pratique intensive – Antoine Charlot
- 03 – 05 juin: Pégomas (France) – sesshin - ordinations – Roland Rech
- 04 – 06 juin: Barcelone (Espagne) – journées de pratique – Lluís Salas
- 05 – 10 juin: Toulon (France)
– semaine de pratique – sesshin en ville – Pascal-Olivier Reynaud
- 10 – 12 juin: Watou (Belgique)
– sesshin - ordinations – Patrick Pargnien
- 18 juin: dojo de Tolbiac (Paris-France) – conférence « Le cuisinier zen » – Antoine Charlot

Pour toutes les autres dates des prochains camps – sesshin – journées de zazen – conférences et autres activités des différents Maîtres et enseignants de la sangha : veuillez consulter le calendrier sur notre site
<https://www.abzen.eu/fr/calendrier>

conflits du passé et du présent qui nous ont parfois semblé lointains.

Plus que jamais, le monde a besoin de femmes et d'hommes de bien. Notre vœu commun est d'aider à sauver tous les êtres et la pratique de zazen, l'étude des enseignements du Bouddha et des patriarches, sont des piliers fondamentaux pour éclairer les consciences et pour agir, et faire agir, de façon juste et compatissante pour le bien de tous les êtres.

En complément de la pratique dans vos dojos et des sesshins organisées dans vos régions et pays, je vous donne rendez-vous pour retrouver la grande sangha de l'ABZE autour de Roland lors des camps d'été de Godinne en Belgique du 16 au 24 juillet et de la Gendronnière près de Blois du 8 au 16 août. Enfin, cette année, l'ABZE organisera une session complémentaire en automne à la Gendronnière du 9 au 13 novembre.

D'ici là prenez soin de vous et des autres,

A très bientôt

Marc Esteban

Vie de l'ABZE

Réunion du CA

En 2021 pour cause de pandémie le CA de l'association a pu réaliser sa rencontre annuelle de début d'année via Zoom.

Cette année la réunion a eu lieu en présentiel au temple Gyobutsu Ji de Nice le 12 et 13 mars où ont été débattu les sujets suivants :

- Organisation du secrétariat,
- La situation financière,
- La planification du camp d'été à Godinne et celui du camp d'été à La Gendronnière,
- La vie de l'ABZE (membres, enseignements, communication,
- La participation aux collègues de l'AZI (des dojo, des temples et sangha)

Vie de la Sangha

Quelle attitude face à la guerre et la peur ?

La réponse de Maître Marc Estéban, responsable du dojo de Chalon (France) à une question posée au monde pendant la sesshin « Perce neige » à Godinne (Belgique) en mars 2022.

« Question : Je voulais votre avis, en tant que maître zen, sur la situation actuelle, qui est très inquiétante (ndlr : la personne fait référence à la guerre en Ukraine), et comment est-ce qu'on peut comprendre cela, comment faire avec la peur qu'on peut ressentir par rapport à la dégradation de la situation en Europe ?

Marc Chigen Estéban : En tant que maître zen et en tant qu'individu, je suis inquiet moi-aussi ; je ne suis pas inquiet à cause des pratiquants du zen bien sûr, mais à cause des personnes qui se comportent mal dans le monde ! Je pense qu'on ressent tous une forme de peur ou d'angoisse devant la situation actuelle, cette peur se manifeste plus ou moins clairement, mais elle est réelle et justifiée. Et je pense que le meilleur remède contre la peur et l'angoisse, c'est l'action. Parce que si on se laisse complètement déborder par l'angoisse, elle nous fige, et c'est pire que tout... »

>> [Lire ...](#)

Poèmes

Voici trois poèmes de Maître Patrick Pargnien, responsable du dojo de Bordeaux.

Imperturbable

Sous les épais nuages

La montagne

Ne cesse d'observer l'aube du monde

>> [Lire la suite et voir...](#)

Quelques règles pour le chant des sutra

Un texte de Maître Antoine Charlot nous aidant à la meilleure manière de chanter les sutra.

« En tant qu'occidentaux, chanter les sutra en japonais n'est pas évident dans la mesure où cela ne correspond pas à notre culture et où nous ne connaissons pas la langue. Voici quelques règles pour nous aider à chanter les sutra.

Pour progresser dans le chant des sutra, il existe deux approches :

La répétition des sutra : nous pouvons écouter des fichiers audio ou CD de sutra chantés dans les temples au Japon et nous efforcer de reproduire au mieux le chant.

Nous pouvons par ailleurs étudier la manière juste de chanter. A partir de quelques bases rudimentaires sur le fonctionnement de la langue japonaise, nous pouvons comprendre plus clairement comment réciter les sutra, que ce soit en termes de rythme ou de prononciation. C'est cette deuxième approche qui est ici abordée.... »

>> [Lire ...](#)

A propos du sumi-e

Un reportage avec Beppe Signoritti maître zen et de sumi-e, responsable du dojo d'Alba (Italie).

« Le terme japonais « sumi » signifie encre noire, « e » signifie peinture. Les sujets sont peints à l'encre noire, en dégradés variant du noir pur à toutes les nuances que l'on peut obtenir en la diluant avec de l'eau. Cette méthode de peinture a été introduite au Japon par des moines zen, il y a plus de cinq siècles, et il s'agit en réalité bien plus que d'une simple technique de peinture. Dans le sumi-e, la réalité est rendue à la pure simplicité. Qu'il s'agisse d'un bambou, d'une orchidée ou d'une branche de prunier en fleur, le spectateur est touché par la spontanéité et la vivacité qui se dégagent de l'œuvre. »

>> [Lire et voir...](#)

Sagesse pérenne pour des temps liquides

Eduardo García du dojo de Pampelune (Espagne) nous fait partager ses réflexions sur l'impermanence.

« L'impermanence est une vérité immuable. Paradoxalement est une loi immuable et universelle. Tout est en perpétuel changement. Comme le Bouddha a dit tout ce qui surgit est sujet au changement, et la cause de la mort, est la naissance. L'impermanence, mujo, se réalise dans tout temps et partout. Pour tout être sensible et non-sensible. Bien que le temps chronologique semble être toujours le même, une heure sera toujours de 60 minutes o 3600 secondes, parfois ces temps semblent passer plus lentement ou plus rapidement. Transposé à l'histoire, certaines époques semblent aller plus rapidement que d'autres. Ainsi, quand Dōgen écrivit : « Quelle est légère l'existence...A quoi comparer ce monde? Au reflet de la lune dans la goutte qui tombe sur le bec d'un oiseau aquatique. »

>> [Lire ...](#)

Haïku

Envoyés par Clive Loertscher du dojo de Clarens (Suisse) : Haïku de fin d'automne et Nuit d'octobre.

>> [Lire et voir](#)

Des enseignements de Maître Roland Yuno Rech

• Une pratique de libération – sesshin de l'Arche, 2019

« Dans cette posture, dans ce dojo, dans cette sangha, vous revenez constamment à votre vie réelle ici et maintenant dans votre corps, ainsi vous lâchez prise d'avec toutes les pensées perturbatrices. Cela ne veut pas dire que vous serez sans pensées, mais sans attachement à ces pensées. À ce moment-là elles ne sont plus perturbatrices, elles s'écoulent comme le courant de l'eau. Alors l'esprit libéré de cet écoulement des pensées peut réaliser sa véritable nature, insaisissable car extrêmement vaste. Le véritable esprit, qui n'est identifiable à aucun objet, englobe toute chose, devient vaste, tout en ne demeurant sur rien »

>> [Lire ...](#)

• Les trois sceaux du Dharma, de la souffrance à l'éveil – Teisho du 27 décembre 2015

« L'origine de la pratique du zen est l'éveil du Bouddha à l'universalité de la souffrance. Naissance, maladie, vieillesse et mort sont souffrance, ne pas obtenir ce qu'on désire, perdre ce à quoi on est attaché est souffrance. En bref : les cinq agrégats d'attachement sont souffrance.

Les deux grandes caractéristiques de l'existence : l'impermanence et la vacuité sont souffrance pour qui ne les comprend pas et ne les accepte pas, c'est-à-dire ceux qui restent identifiés à leur ego.

La cause en est l'ignorance, le non éveil qui produit désirs et haines : ce sont les trois poisons dont la pratique juste de zazen c'est-à-dire avec sagesse(e) et compassion (kai) peut nous libérer. Aussi les trois sceaux du Dharma : dukkha, anicca et anatta font place au quatrième : le nirvana. Le bouddhisme n'est donc pas un pessimisme mais une voie de libération et de bonheur authentique à condition de ne pas y être attaché. Sa pratique fut énoncée dès l'origine comme étant la Voie octuple que l'on exprime dans le Zen par kai, jo, e »

>> [Lire ...](#)

Et comme toujours...

Retrouvez-nous sur Facebook !

La page a été créée début février 2015. Nous comptons sur vous pour que cet espace soit dynamique, ouvert à des échanges entre les dojos affiliés, nos membres et aussi des membres d'autres sanghas.

<https://www.facebook.com/associationbouddhistezeneurope>

Rappel

Adresse du Temple Gyobutsuji

27, avenue Jean Médecin

06000 Nice

téléphone : +33 (0)493 80 81 49

email: dojozennice-office@wanadoo.fr

site web: <https://zen-nice.org>



Association
Bouddhiste **Zen**
d'Europe

#35 ABZENews

March 2022

Langue :



Camps – sesshin – zazen days - sewing days

- March 18 – 27: La Gendronnière Zen Temple – practice week – Emanuela Losi

Master Roland Yuno Rech's message

Dear friends,

In 1982, shortly before his death, Master Deshimaru wanted the AZI to launch a movement for peace. This wish that the practice of zazen helps to cure human beings of their intoxication by the three

- March 31 – April 3: Verreries-de-Moussans (Narbonne – France) – sesshin – Pascal-Olivier Reynaud
- 15 – 18 April: Lluçà (Spain) – sesshin – Lluís Salas
- 16 – 17 April: Bondy (France) practice weekend – Antoine Charlot
- May 13 – 15: Ghigo di Prali (Italy) – sesshin - ordinations – Roland Rech
- 14 – 15 May: Barcelona (Spain) – practice days – Lluís Salas
- May 21 – 22: Andouze dojo (France) – practice weekend – Antoine Charlot
- May 21 – 29: Grube Louise (Germany) – spring camp - ordinations – Roland Rech
- 27 – 29 May: Bondy (France) – intensive practice days – Antoine Charlot
- 03 – 05 June: Pégomas (France) – sesshin - ordinations – Roland Rech
- 04 – 06 June: Barcelona (Spain) – practice days – Lluís Salas
- 05 – 10 June: Toulon (France) – week of practice – sesshin in town – Pascal-Olivier Reynaud
- June 10 – 12: Watou (Belgium) – sesshin - ordinations – Patrick Pargnien
- June 18: Tolbiac dojo (Paris-France) – conference “The Zen cook” – Antoine Charlot

For the schedule of all activities (camps – sesshin – zazen days – sewing days - conferences, etc.) of the different Masters and teachers of our sangha : see the calendar on our Web site :

www.abzen.eu/fr/calender

poisons of greed, hatred and ignorance is more topical than ever in this time of war in Ukraine. As you have no doubt already done, I invite you to dedicate your practice to a return to peace wherever conflicts break out and spread suffering among the populations who are the victims. We must have faith in the influence of zazen in the invisible but very real world to heal minds and bring them back to the right mind taught by the masters of Dharma transmission since Buddha.

I shin den shin :

Roland Rech.

The Chairman’s editorial

Dear all,

Spring is coming and with it, the feeling of a new cycle of life starting again. This sweet feeling of newness and hope is marred this year by the cruel news coming from Ukraine, which upset us and also bring to our mind all the past and present conflicts, conflicts that have sometimes seemed so remote.

More than ever, the world needs men and women on the Way. Our common wish is to help save all beings and to do this, the practice of zazen, the study of the Buddha’s teachings and the patriarchs’ teachings are fundamental pillars to enlighten our minds, to act ourselves and making others act, in a just and compassionate way and for the good of all beings.

In addition to the practice in your dojos and the sesshins organized in your regions and countries, I invite you to meet the great ABZE sangha around Roland during the Summer camps in Godinne in Belgium from 16 to 24 July 2022 and in La Gendronnière (near Blois) from 8 to 16 August 2022. And this year, ABZE will organize another session as well, in the Autumn at La Gendronnière, from 9 to 13 November 2022.

Until then, take care of yourself and of others,

Marc Esteban

ABZE News

Board meeting

In 2021, due to the pandemic, the association's board was able to hold its annual meeting at the start of the year via Zoom.

This year, this meeting took place face-to-face at the Gyobutsu Ji temple in Nice on March 12 and 13, where the following subjects were discussed:

- Organization of the secretariat,
- The financial situation,
- Planning the summer camp in Godinne and the summer camp in La Gendronnière,
- The life of the ABZE (members, lessons, communication,
- Participation in AZI colleges (dojo, temples and sangha)

Sangha life

Which attitude to adopt when facing war and fear?

The answer of Master Marc Estéban, head of the dojo of Chalon (France) to a question raised during a mondo held during the sesshin "Perce neige" in Godinne (Belgium) in March 2022.

« Question: I wanted your opinion, as a Zen master, on the current situation, which is very worrying (editor's note: the person refers to the war in Ukraine). How can we understand it, how can we deal with the fear we may feel about the deterioration of the situation in Europe?

Marc Chigen Estéban : As a Zen master and as an individual, I'm worried too; I'm not worried about Zen practitioners of course, but about people who behave badly in the world! I think we all feel some kind of fear or anxiety about the current situation, and this fear manifests itself more or less clearly, but it is real and justified. And I think that the best remedy against fear and anxiety is action. Because if you let yourself be completely overwhelmed by anxiety, it freezes you, and that's worse than anything.

>> [Read More ...](#)

Poems

Here are three poems by Master Patrick Pargnien, head of the Bordeaux dojo.

Unflappable Under the thick clouds

The mountain

Never ceases to observe the dawn of the world

>>[Read more ...](#)

Some rules for chanting the sutras

A text by Master Antoine Charlot helping us in the best way to sing the sutras.

"For us Westerners, chanting the sutras in Japanese is not easy, because it does not correspond to our culture and we don't know the language. Here are some rules to help us chant the sutras.

To progress in chanting the sutras, there are two methods:

Repeating the sutras: we can listen to audio files or CDs of sutras chanted in Japanese temples and try to reproduce their way of chanting as well as possible. Or we can study the correct way to chant. If we take as starting point some basic understanding of how the Japanese language works, we can understand more clearly how to recite the sutras, both in terms of rhythm and pronunciation. It is this second approach that is discussed here."

>> [Read more ...](#)

About sumi-e

A report with Beppe Signoritti master zen and sumi-e, responsible for the dojo of Alba (Italy).

"The Japanese term 'sumi' signifies black ink, 'e' signifies painting. In traditional sumi-e one paints with black ink and all its possible nuances, ranging from pure black to the lightest possible shade when diluted with water. This method of painting was introduced in Japan by zen-monks and comprises much more than a painting technique. In sumi-e, reality is rendered to pure simplicity. Whether the subject is bamboo, orchid or flowering branch, the spectator is touched by the spontaneity and vividness it radiates."

>> [Read more ...](#)

Lasting wisdom for liquid times

Eduardo García from the dojo in Pamplona (Spain) shares his thoughts on impermanence.

"Impermanence is an immutable truth. Paradoxically, it is an immutable and universal law. Everything is in perpetual change. As the Buddha said everything that arises is subject to change, and the cause of death is birth. Impermanence, mujo, is realized in all times and places. For all sentient and non-sentient beings. Although chronological time seems always to be always the same, an hour will always be 60 minutes or 3600 seconds, sometimes these times seem to pass more slowly or more quickly.

Transposed to history, some times seem to go faster than others. Thus, when Dōgen wrote: "How light is existence... To what can this world be compared? To the reflection of the moon in the drop that falls off of the beak of a water bird."

>> [Read more ...](#)

Haïku

Sent by Clive Loertscher from the Clarens dojo (Switzerland): Late Autumn Haiku and October Night.

>> [Read and see](#)

Teachings of Master Roland Yunō Rech

A practice of liberation; Arche, 2019

"In this posture, in this dojo, in this sangha, you constantly come back to your real life here and now, in your body, and you let go of all disturbing thoughts. This does not mean that you will be without thoughts, but you will be without attachment to them. At that stage, they are no longer disturbing, they flow like the water current. Then the mind, freed from the flow of thoughts, can realize its true nature, which is elusive because it is extremely vast. The true mind, which is not identifiable with any object, embraces all things and becomes vast while remaining on nothing."

>> [Read more ...](#)

The three seals of the Dharma; Teisho from 27 december 2015

"The origin of zen practice is the Buddha's awakening to the universality of suffering. Birth, illness, old age and death are suffering, not getting what you want or losing what you are attached to is suffering. In short, the five aggregates of attachment are suffering.

The two great characteristics of existence, impermanence and emptiness, are suffering for those who do not understand and accept them, i.e., those who remain identified with their ego.

The cause of this is ignorance, the non-awakening which produces desires and hatreds: these are the three poisons from which the correct practice of zazen, i.e., with wisdom (e) and compassion (kai), can free us. The three seals of the Dharma: dukkha, anicca and anatta give way to the fourth: nirvana. Buddhism is therefore not a pessimistic approach, but a path to liberation and authentic happiness, provided one is not attached to it. From the origin, its practice was stated to be the Eightfold Path, expressed in zen as kai, jo, e."

>> [Read more ...](#)

Reminder

Address of the Gyobutsuji Temple: 27, avenue Jean Médecin 06000 Nice

Phone : +33 (0)493 80 81 49

Email: dojozennice-office@wanadoo.fr

Web address: <https://zen-nice.org>

OURS

Rédaction-coordination-maquette : Eric Tchéou, Sergio Gurevich

Redaction-coordination-lay out:

Direction technique : Eric Tchéou

Technical direction

Traductions : Marie-Laure Grégoire – Helen Cheal – Paul Vereycken – Eric Tchéou

Translations

Association Bouddhiste Zen d'Europe (ABZE), 27, avenue Jean Médecin - 06000 Nice, FRANCE

Tel: +33 (0)4 93 80 81 49

Email: info@abzen.eu Web site: www.abzen.eu

[Anti-spam policy](#) | [Privacy policy](#)

If you wish to no longer receive the Newsletter, please click here, to unsubscribe: [Se désinscrire](#)

