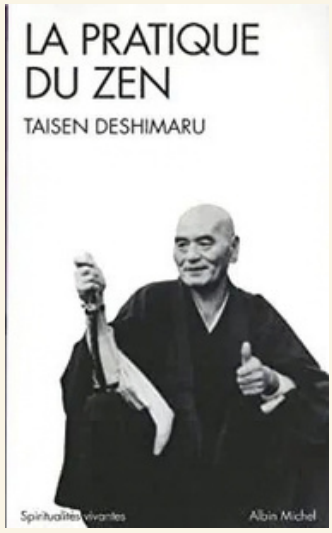
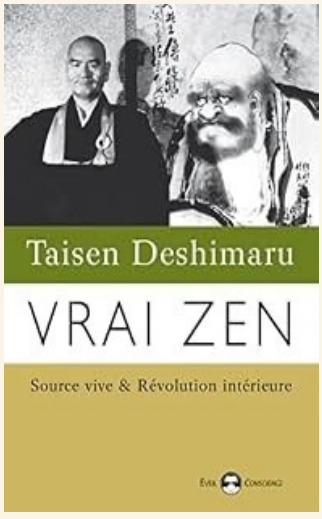
Bibliographie

Pour commencer...



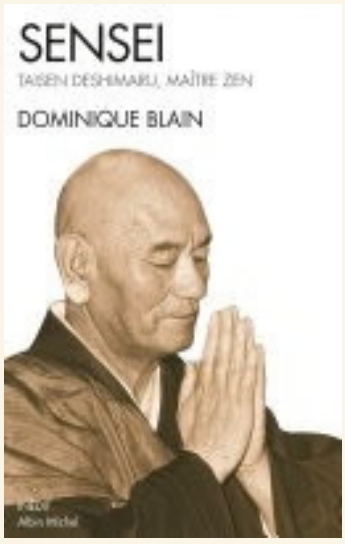
La pratique du Zen, **Taisen Deshimaru**, éditions Albin Michel, Spiritualités vivantes Poche.

Exposé clair et simple des aspects de la pratique du zen pour ceux qui débutent dans la pratique. Ce volume explique la posture de Za-zen, la pratique du Zen, l'enseignement authentique du maître zen Taisen Deshimaru, et deux textes sacrés du Zen : le *Hokyo Zan Mai* et le *San Do Kai* commentés.



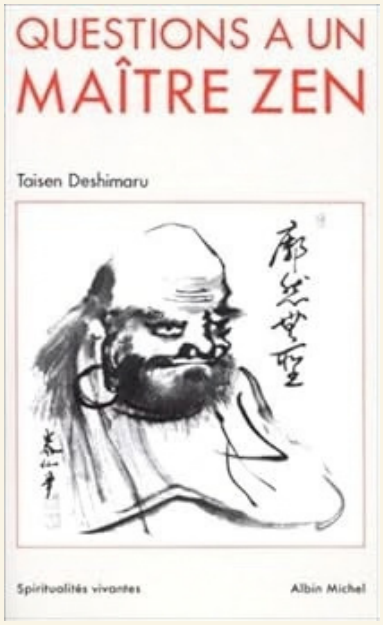
Vrai Zen, **Taisen Deshimaru**, éditions AZI.

Introduction à la pratique et à l'esprit du Zen, suivie d'une présentation du *Shobogenzo* de Maître Dôgen commentée par Maître Deshimaru. Ouvrage fondateur, véritable manuel de méditation zazen (zen assis), ce livre s'adresse à tous ceux qui le pratiquent ou souhaitent apprendre cette méthode d'élévation spirituelle extrême-orientale. Le texte explique les notions essentielles du Zen, comme "la philosophie du non-profit" et la façon de "laisser passer les pensées".



Sensei* : *Taisen Deshimaru maître zen, Dominique Blain , éditions Albin Michel.

En 1967, Taisen Deshimaru (1914-1982) a quitté le Japon pour faire renaître l'authentique Zen de maître Dôgen en Europe. Personnage plein d'humour et de sagesse, il attire à lui aussi bien les hommes d'affaires que les marginaux, les artistes comme Maurice Béjart que les intellectuels tels André Malraux ou Claude Lévi-Strauss. Ce livre, composé à partir des témoignages d'une centaine de ses disciples, restitue la figure vivante d'un maître qui, au-delà de l'image conventionnelle du maître pieux, fut le guide d'une formidable aventure spirituelle.

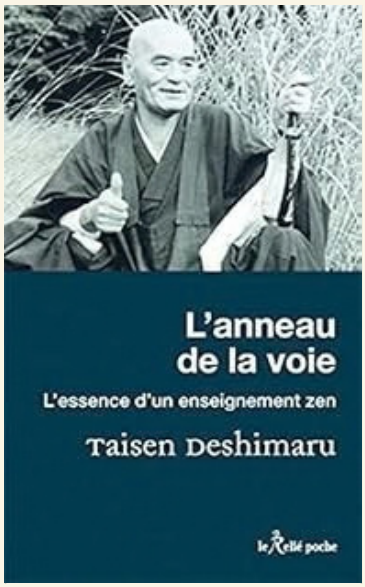


Questions à un maître zen, **Taisen Deshimaru**, éditions Albin Michel, Spiritualités vivantes Poche. Maître Deshimaru répond aux questions de ses disciples de façon vivante, imagée et actuelle.

« Qu'est-ce que le Zen ? La posture de zazen ? Le karma ? Le satori ? Quels sont l'importance et le rôle de la tradition dans la transmission du Zen, mais aussi dans notre vie de tous les jours ? Et beaucoup d'autres questions.

Ce livre réunit l'essentiel des réponses apportées par Maître Deshimaru durant les quinze années de sa présence en Europe, aux interrogations de ceux qui pratiquaient le Zen sous sa direction et qui poursuivent aujourd'hui sa mission.

Réponses, fortes et imagées, qui constituent à la fois une réelle introduction à la pratique et à la philosophie du Zen, et un appel à vivre réellement la totalité de notre être. »



***L'Anneau de la Voie*, Taisen Deshimaru**, éditions du Relié.
Aspects essentiels de l'enseignement du Zen. Textes rassemblés par Evelyn de Smedt et Dominique Dussaussoy.

Cet ouvrage reprend les dernières paroles du maître zen Deshimaru qui, sentant sa mort venir, lègue l'essence de son enseignement, issu de l'expérience spirituelle de toute une vie. *L'Anneau de la voie* nous parle d'une philosophie et d'une pratique radicale qui peut s'appliquer « ici et maintenant ». Fruit de paroles transmises par les patriarches Ch'an en Chine et les patriarches Zen au Japon, ce livre retranscrit un enseignement oral qui trouve sa source dans celui du Bouddha, tout en s'adaptant à notre temps.



Le bol et le bâton, **Taisen Deshimaru**, éditions Albin Michel, spiritualités vivantes Poche.

120 contes zen racontés et commentés par Maître Deshimaru. Chaque conte est un enseignement vivant à la portée de tous.

La tradition bouddhiste chinoise et japonaise reste réputée pour la beauté de ses contes ; en voici 120, racontés par Maître Taisen Deshimaru : ces textes légendaires sont surprenants de truculence, de poésie et d'humour. S'y trouve le pur esprit d'éveil du Zen, car chacune de ces histoires nous ouvre des portes qui débouchent sur une vérité essentielle, chacun de ces récits est riche de sens. Reflet de l'original.



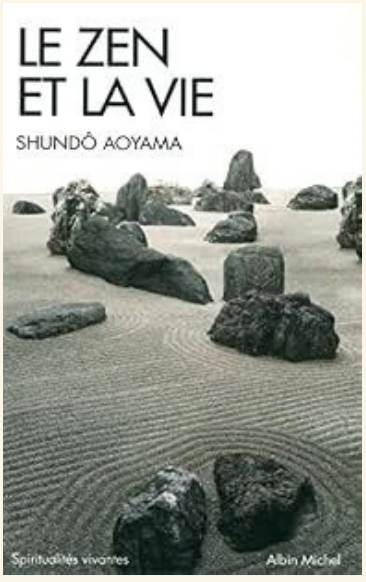
Esprit zen, esprit neuf, **Shunryu Suzuki**, éditions du Seuil, Points
Sagesses.
Recueil d'entretiens de Suzuki qui a enseigné la pratique du Zen Sôtô aux États-Unis dans les années 1960, et qui a transmis l'essence de l'enseignement du Zen Sôtô dans un langage accessible à tous.

Shunryu Suzuki, de la lignée du Zen Sôtô, et à cinquante-trois ans, maître zen déjà profondément respecté au Japon, est venu aux États-Unis et s'est installé à San Francisco. Ceux qui voulaient se joindre à sa pratique ont fait éclore sous sa direction le groupe de méditation dit *Zen Center* qui a essaimé en sept centres, y compris le *Zen Mountain Center*, premier monastère zen hors d'Asie. Il a été sans conteste l'un des plus influents maîtres zen de nos jours. Ce livre est né d'entretiens familiers, en Californie.



***Le bouddhisme zen Sôtô*, Koho Chisan**, éditions Sully.
L'auteur pénètre le sens fondamental de l'école Zen Sôtô au cours d'une réflexion historique et spirituelle sur l'apport universel de cette école au bouddhisme.

Kohô Chisan Zenji (1879-1967), supérieur du grand temple de Sôji-ji, apporte une contribution majeure à la compréhension de la pratique du bouddhisme zen Sôtô, issue des maîtres fondateurs japonais, Dôgen Zenji et Keizan Zenji. Il évoque de façon lumineuse l'évolution du bouddhisme, ses caractéristiques, en accord avec la pratique et la compréhension de la Voie.
Ouvrage incontournable pour les pratiquants ou simples curieux du Zen et du bouddhisme.



***Le zen et la vie*, Shundo Aoyama**, éditions Sully.
À travers des anecdotes et réflexions, une femme maître zen contemporaine nous livre un enseignement empreint de simplicité et de sagesse.

Femme de son temps et de grande culture, Shundô Aoyama porte dans cet ouvrage exceptionnel, un regard lucide et compassionné sur la condition humaine, ce qui touche toute personne en quête de vérité. Elle nous livre directement de coeur à coeur - pour reprendre une expression classique du zen – ce qui est essentiel : comment trouver le bonheur dans cette vie.

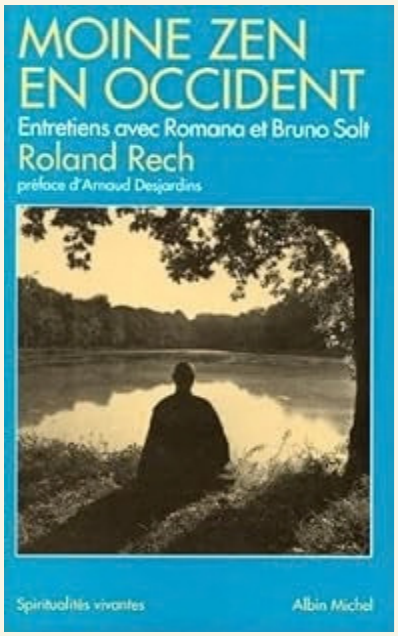
A travers des anecdotes du quotidien, des histoires de la tradition bouddhique et des souvenirs personnels, elle nous rend naturellement accessible la sagesse du Zen.



***Pratiquer le zen*, Pierre Dôkan Crépon**, éditions Pocket.
L'auteur expose de façon claire la pratique dans le dojo et retrace la vie de grands maîtres zen.

Le Zen est la forme la plus authentique et la plus épurée du Bouddhisme. Lorsque le Bouddha Shakyamumi s'est éveillé sous l'arbre de la Bodhi il y a 2 500 ans, il a pratiqué zazen : l'assise dans une posture correcte en abandonnant toute chose.

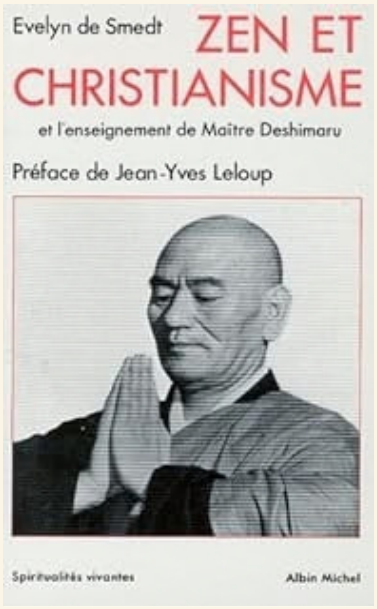
Moine zen depuis 1975, Pierre Dokan Crépon décrit avec clarté cette pratique, et transmet l'enseignement des anciens maîtres, signant par là un ouvrage de référence pour les débutants comme pour les initiés.



Moine zen en Occident, **Roland Yuno Rech**, éditions Albin Michel, Spiritualités vivantes Poche.
Entretien avec un enseignant occidental du zen : comment pratiquer un enseignement millénaire dans le monde contemporain.

Après la mort de maître Taisen Deshimaru - premier moine japonais à avoir enseigné la pratique du zen dans nos pays -, l'un de ses proches disciples, Roland Rech, a transmis en tant qu'Occidental à des Occidentaux, l'essence d'une philosophie et la pratique de la méditation venues d'Extrême-Orient et remontant au Bouddha.

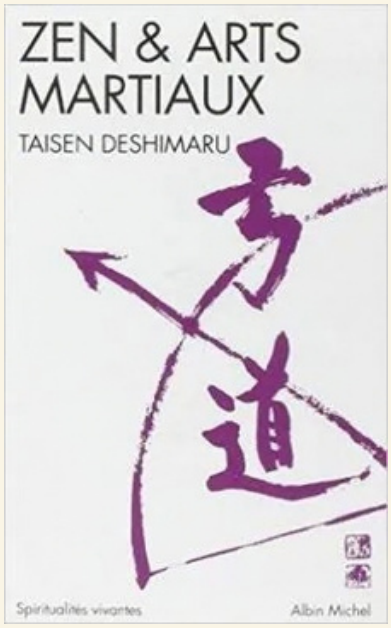
A travers ces entretiens, Roland Rech évoque plus de vingt ans d'expérience personnelle et de pratique quotidienne. Dans la préface, Arnaud Desjardins souligne l'expérience " d'un Zen particulièrement sobre, dépouillé et surtout fidèle à l'héritage des anciens maîtres ".



***Zen et Christianisme*, Evelyn de Smedt**, éditions Albin Michel,
Spiritualités vivantes Poche.

Rencontre entre les Évangiles et l'enseignement du Bouddha.

En 1973, Evelyn de Smedt rencontre Maître Taisen Deshimaru auprès duquel elle passe une dizaine d'années à travailler, aussi bien à travers la pratique de zazen que la rédaction et la publication de ce qu'il enseignait. Aujourd'hui, elle continue à transmettre son enseignement. Dans un monde en grandes mutations, on constate que les mouvements spirituels, tout en renvoyant en premier lieu à leurs fondateurs, ont tendance à s'ouvrir les uns aux autres. En particulier, la rencontre Orient-Occident fait que des Chrétiens pratiquent le bouddhisme zen et vice-versa. Maître Taisen Deshimaru a dirigé plusieurs sessions de méditation au sein de monastères chrétiens dont les rencontres furent l'occasion de passionnants échanges, ce qui en est fait écho dans cet ouvrage. Les paroles du Christ retranscrites dans les Évangiles, les expériences des mystiques chrétiens et les paroles du Bouddha n'expriment-elles pas dans leur essence la même vérité sur les problèmes fondamentaux de l'homme et de son devenir ?



***Zen et Arts martiaux*, Maître Taisen Deshimaru**, Éditions Albin Michel – Spiritualités vivantes.

Maître Deshimaru, expert en judo et 5ème dan de kendo au Japon, et pratiquant du Bushido, la Voie du guerrier, explique la vraie filiation du Zen et des arts martiaux, qui mènent tous deux à l'esprit de la Voie. L'esprit du Zen, introduit au Japon chez un peuple dont la guerre était l'occupation habituelle, transforma les techniques brutales de la guerre en arts. Il ne s'agissait plus seulement de l'efficacité guerrière mais de la recherche de soi-même. Le sabre, l'arc et la flèche, instruments de mort devinrent des supports de méditation.

Sous cette influence naquit le Bushido, code d'honneur, discipline chevaleresque qui recommande le désintéressement et le mépris de la mort. Tant et si bien que le Zen fut, cette voie d'éveil, appelé "la religion des samouraïs."

En termes vifs et imagés, parfois même en s'amusant, Maître Deshimaru répond aux questions de ses disciples, sans jamais leur faire oublier que Zen et arts martiaux sont l'apprentissage de la vie et de la mort.



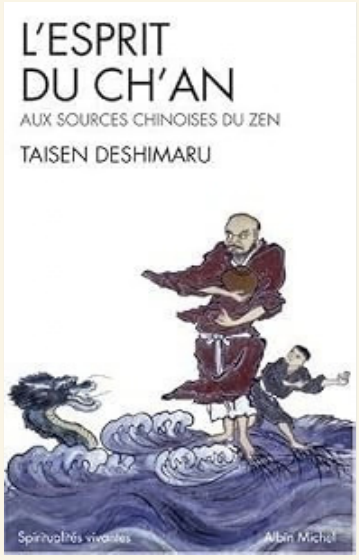
Les patriarches du zen, **Evelyn de Smedt, Catherine Mollet,**éditionsLe Relié.

Anthologie classant par thèmes les enseignements de maîtres zen chinois et japonais.

Anthologie inédite, classant par thèmes de grands textes des maîtres du Ch'an chinois et du Zen japonais, dont certains ont été ici traduits pour la première fois. Les auteurs restituent ainsi toute la puissance et la vivacité de cette philosophie à nulle autre pareille. Le karma, ou loi de cause à effet, les lois de l'impermanence, les rapports entre vacuité et phénomènes, visible et invisible, vie et mort, l'éveil et la sagesse, l'éternel présent à vivre et l'art d'embrasser les contradictions.....

Pour approfondir...

L'Intégrale, **Taisen Deshimaru**, éditions AZI.
Collection des kusens (enseignements oraux pendant zazen) de Maître Deshimaru qui commente les enseignements des grands maîtres de la transmission (14 tomes).

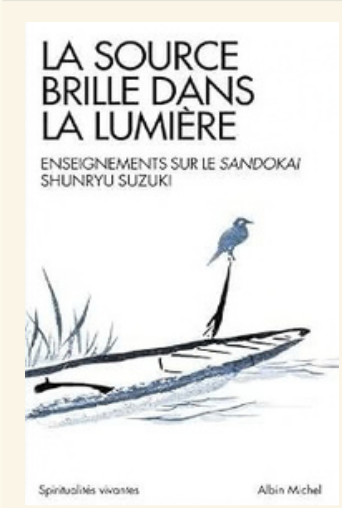


L'esprit du Ch'an, Taisen Deshimaru, éditions Albin Michel, Spiritualités vivantes Poche.

Le *Shin jin mei, Poème de la foi en l'esprit*, écrit par Maître Sosan au VIe siècle en Chine, traduit et commenté par Taisen Deshimaru. Texte majeur, d'une richesse essentielle.

Le ***Shin Jin Mei***, est un recueil de soixante-treize versets, écrits à la fin du VIe siècle par maître Sosan, troisième patriarche chinois après Bodhidharma et Huike, ou Eka en japonais. C'est le plus ancien texte du Ch'an chinois, courant du bouddhisme qui donnera naissance au Japon, six siècles plus tard, à la tradition zen.

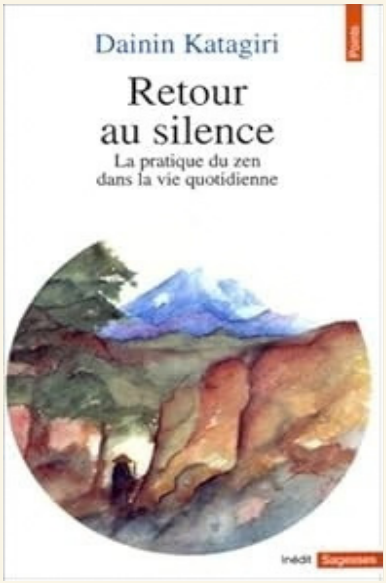
Ces poèmes, brefs et incisifs comme des diamants, ont inspiré ultérieurement plus de mille koans, phrases énigmatiques employées par les maîtres ch'an et zen pour éveiller leurs disciples : c'est dire la richesse essentielle de ce texte majeur du patrimoine littéraire de l'humanité, traduit et commenté ici par le maître zen Taisen Deshimaru.



***La source brille dans la lumière*, Shunryu Suzuki**, éditions Sully.
Shunryu Suzuki commente **le *San do kai* du Maître chinois Sekito Kisen.** Dans un langage simple et vivant, il exprime l'essence du Zen dans sa subtilité et sa profondeur.

Shunryu Suzuki Roshi (1904-1971), maître zen japonais de la lignée Sôtô, a introduit la pratique du bouddhisme zen aux Etats-Unis au début des années 60. Fondateur du *Centre zen* de San Francisco et du monastère de Tassajara en Californie, il est également l'auteur de *Esprit zen, esprit neuf* et de *La source brille dans la lumière*, ouvrage qui reprend une série d'enseignements délivrés à Tassajara en 1970, suivi de dialogues avec ses disciples.

Ses commentaires du *Sandokai*, poème du VIIIe siècle du maître chinois Sekito Kisen sont délivrés dans un langage toujours accessible qui exprime toute la profondeur et la subtilité du Zen et permet à chacun d'intensifier sa pratique. Ouvrage précieux et vivant qui révèle la sagesse, la perspicacité et l'humour de celui qui fut l'un des plus influents maîtres bouddhistes du XXe siècle.

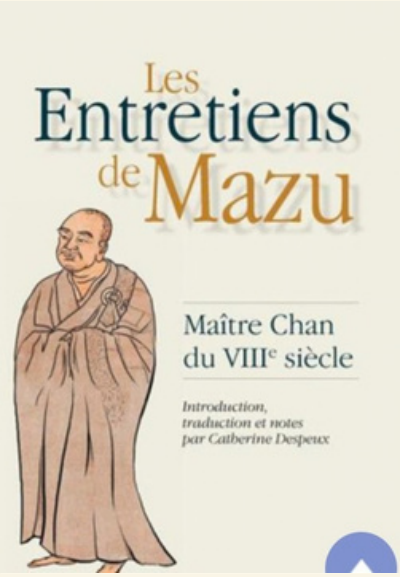


***Retour au silence*, Dainin Katagiri**, éditions du Seuil, Points Sagesses.
Par son humanité, sa sagesse et la profondeur de son enseignement, Dainin Katagiri parle au cœur avec la dimension de l'esprit.

L'Eveil se manifeste tout de suite, ici même, au cœur de la routine quotidienne. La pratique zen de la méditation assise, zazen, est l'activité de l'éveil en soi.

L'ouvrage reprend les éléments fondamentaux de l'enseignement du Bouddha, en insistant sur le sens de la foi et de la méditation. Il propose également un commentaire des « quatre méthodes d'éducation du bodhisattva », tirées du *Shôbôgenzo* de Dôgen, chapitre qui traite en profondeur des actions appropriées que doivent mener ceux qui conduisent les autres sur la Voie du Bouddha.

Né à Osaka au Japon en 1928, Dainin Katagiri a suivi une formation traditionnelle d'enseignant de Zen. Il est arrivé aux États-Unis en 1963 pour aider à la construction d'un temple zen Soto à Los Angeles. Il a rejoint ensuite Shunryu Suzuki Roshi au *Centre zen* de San Francisco où il a enseigné. Il a créé un nouveau centre zen à Minneapolis, et a supervisé un monastère dans la campagne du Minnesota. Il a laissé derrière lui un héritage d'enseignements enregistrés et douze héritiers du Dharma. »



Les Entretiens de Mazu, traduction de Catherine Despeux, éditions Les Deux Océans.
Les enseignements de Mazu représentatifs de l'âge d'or du Chan en Chine, à l'époque Tang.

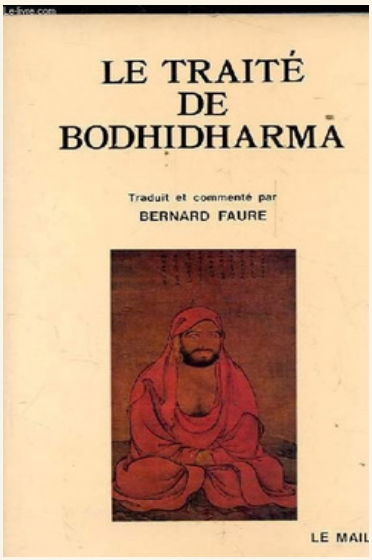
Mazu (709-788), un des plus grands maîtres de la dynastie des Tang, divulgue un enseignement simple et efficace qui fait percevoir qu'il n'y a rien à rechercher, ni au dehors, ni au dedans, mais seulement percevoir l'utilisation merveilleuse du cœur.

Le mot Ch'an traduit le sanskrit *dhyâna*, qui désigne, « un état de grande absorption de l'esprit » est aussi « l'une des six *pâramitâ*, c'est-à-dire des six attitudes d'esprit ou six moyens qui permettent de passer de notre rive du *samsâra* (transmigration) à celle du *nirvâna* (grande extinction). »

Les découvertes des dernières décennies et particulièrement les milliers de manuscrits des grottes de Dunhuang ont permis de clarifier l'histoire du Chan et de Bodhidarma, interrogeant ainsi les discours traditionnels comme de mieux cerner le Chan de Mazu.

Catherine Despeux se fonde sur les écrits de Zongmi (780 – 841), autre grande figure du Chan, qui en distingue trois courants. La traduction des *Entretiens de Mazu* proposée par Catherine Despeux est basée sur la version de Sijia yulu (Entretiens des quatre écoles).
L'enseignement non-dualiste, direct, de Mazu traverse les formes et cherche à faire jaillir l'évidence de l'éveil. Les représentations dissoutes, la place se libère, toute la place.

Les principaux textes fondateurs

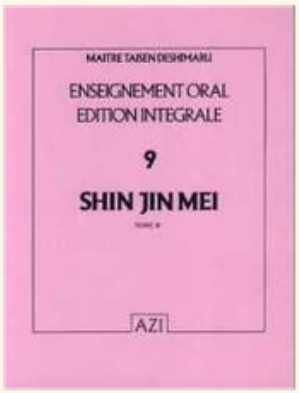


Traité de Bodhidharma, présentation et traduction de Bernard Faure, éditions du Mail.

Anthologie de la première école du Ch'an - apparue vers le milieu du sixième siècle en Chine, qui considérait le semi-légendaire moine indien Bodhidharma comme son fondateur, et allait devenir très vite un des courants dominant de la pensée chinoise, puis exercer une forte influence sur le bouddhisme coréen et japonais.

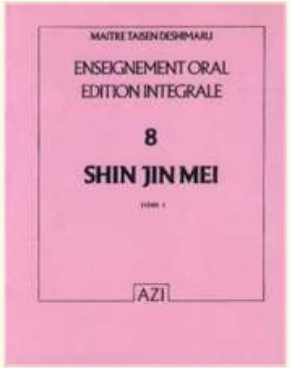
Ayant subi une éclipse d'une dizaine de siècles, *Le Traité de Bodhidharma* dut au plus grand des hasards d'avoir été redécouvert au début de ce siècle parmi les milliers de manuscrits que contenait une grotte de Dunhuang, oasis située aux confins de la Chine, sur l'ancienne Route de la Soie. Il se présente comme un ensemble de divers traités doctrinaux, alliant la scolastique bouddhique du Grand Véhicule à l'anti-intellectualisme le plus radical. Ses contradictions mêmes, ainsi que son style dialogique, attestent la vitalité et la variété de cette tradition naissante du Ch'an qui devait révolutionner le bouddhisme chinois.

Cette première traduction intégrale en français est due à Bernard Faure, qui a étudié et pratiqué le Zen pendant un séjour de sept ans au Japon. Docteur ès Lettres et Sciences Humaines de l'université de Paris pour ses recherches sur la tradition du Ch'an, il enseigne actuellement l'histoire des religions asiatiques à l'université Cornell, dans l'État de New York.



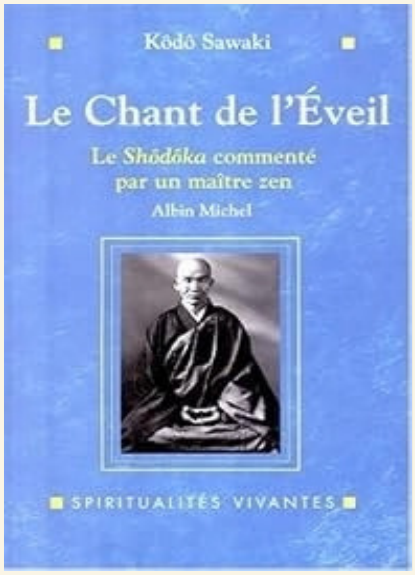
***Shin jin mei* de Maître Kanshi Sosan (?-606)**
Poème dela foienl'esprit
Voici en deux tomes et dans son intégralité, l'enseignement de Maître Deshimaru sur ce poème sur la foi en l'esprit.

***Le Shin Jin Mei* de Maître Sosan,** texte sacré ch'an le plus ancien qui témoigne de l'enseignement qui a été transmis à Sosan par Eka, lui-même héritier de Bodhidharma, premier patriarche chinois.



Le *Shin jin mei*, par Maître Sosan, texte fondamental de la non-dualité du Bouddhisme ch'an (Ve siècle)

Oeuvre du 3e patriarche chinois Sosan, mort en 606. Dans le Shin jin mei, Sosan étudie ***la nature profonde de l'esprit*** *et transmet la moelle de l'enseignement de Bodhidharma et d'Eka,* ***l'essence du zen : ni choix, ni rejet*** *;* ***pas de dualité ni de discrimination ; réaliser l'unité est la voie****.*



***Le Chant de l'Éveil*, Kodo Sawaki**, éditions Albin Michel, Spiritualités vivantes.

Le *Shôdôka* du maître Ch'an Yôka Daishi, disciple du sixième patriarche Hui-neng, est le deuxième grand poème zen rédigé en Chine après le ***Shin jin mei***. Ces soixante-dix-huit poèmes, les plus beaux fleurons de cette littérature entièrement vouée à la réalisation de l'être, sont ici commentés par l'un des plus grands maîtres du Japon du XXe siècle : Kôdô Sawaki (1880-1965). Avant d'introduire la pratique du Zen en Europe, Taisen Deshimaru (1917-1982) fut durant trente ans le disciple de ce maître incomparable qu'était Kôdô Sawaki. Ordonné moine par lui, il deviendra son successeur dans la transmission de l'enseignement de Bodhidharma.

La traduction du Shôdôka commentée par Kôdô Sawaki a cette saveur abrupte, incomparable, du Zen vécu et réalisé, transmis sans fioritures ni détours dans la plus pure tradition de cette voie d'éveil.



Sandôkai , Sekito Kisen

Poème zen - Harmonie entre la différence et l'identité
Digital culture 2024.

Poème écrit parSekito Kisen (700-790) et chanté durant la cérémonie du matin en alternance avec le *Hokyozanmai.* Il exprime « la rencontre entre l'identité et la différence », la réalisation de l'unité fondamentale au sein des contradictions et de la dualité créées par notre cerveau.

Son enseignement porte sur l' **interpénétration** de l'unité et des différences, de la lumière et de l'obscurité, **de l'Essence et dela substance** .

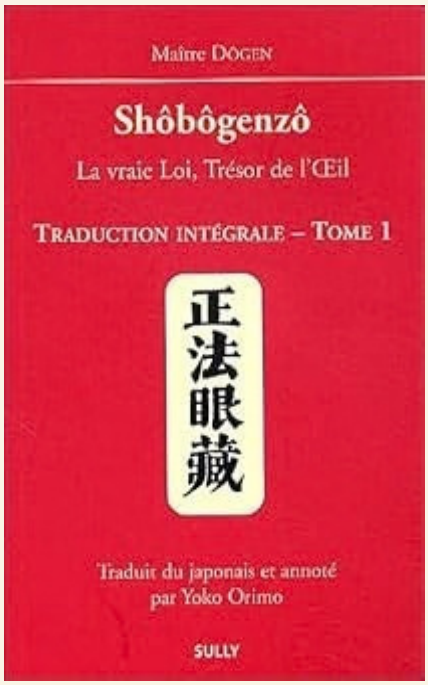
Chaque manifestation possède des conditions singulières, mais demeure traversée par une même source spirituelle.

A l'encontre des contradictions et de la dualité du monde, se place l'interconnection, l'unicité de la Réalité et de la vacuité.



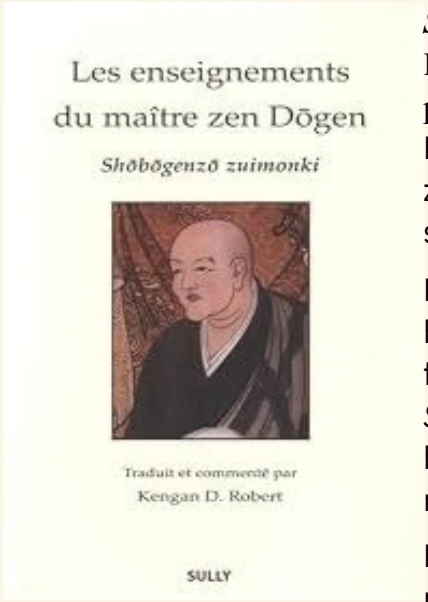
***Hôkyô Zanmai, Samadhi du miroir précieux*,Tozan Ryokaï**

Poème écrit **au IXe siècle par maître Tozan Ryokai (807-869)**.
l'*Hokyo Zanmai* traite de la conscience pure pendant zazen, commenté par Maître Taisen Deshimaru. Ed. AZI.
Comme dans le miroir précieux,
La forme et le reflet se regardent,
Vous n'êtes pas le reflet,
Mais le reflet est vous.



***Shôbôgenzo, La vraie Loi, trésor de l'œil*, Eihei Dôgen,**
Traduction intégrale annotée de Yoko Orimo, éditions Sully.
Le *Shôbôgenzo* nous livre la profondeur de l'enseignement de Dôgen.

Traduction annotée :
– Maximes de la méditation assise [*Zazenshin*]
– La voix des vallées, les formes-couleurs des montagnes [*Keisei sanshoku*]
– Discourir du rêve au milieu du rêve [*Muchû setsumu*]
– Montagnes et rivières comme sûtra [*Sansuikyô*]
– Ne pas faire de mauvaises actions [*Shoaku makusa*]
– Prédication de la Loi faite par l'inanimé [*Mujô seppô*]
– Déploiement de la pensée de l'Éveil [*Hotsu mujôshin*]
– La fleur d'Udumbara [*Udonge*]
– Seul un éveillé avec un autre éveillé [*Yuibutsu yobutsu*]



Shôbôgenzo Zuimonki, **de Maître Dôgen**, éditions Sully. Maître Dôgen fait appréhender la réalité de Bouddha et encourage à la pratique.
Le *Shôbôgenzo Zuimonki* est un recueil d'enseignements du maître zen Dôgen pris en note et consignés par son fidèle disciple et successeur, Koun Ejo.

Eihei Dôgen (1200 – 1253), l'un des grands maîtres de l'histoire du bouddhisme dont l'influence se perpétue jusqu'à nos jours, est fondateur du zen Sôtô au Japon. Dans son œuvre monumentale, le *Shobogenzo,* le sommet de la littérature et de la philosophie bouddhiques japonaises, il démontre la rigueur de sa pratique monastique et l'acuité de son esprit.

Dans le *Zuimonki,* qui signifie littéralement « Notes fidèles de paroles entendues », Koum Ejo a rassemblé des conseils, des réponses à des questions que Dôgen a délivrés au groupe de disciples qui l'entourait au Koshoji, près de Kyôtô, premier véritable temple zen Sôtô au Japon. Il s'adresse à des moines, des moniales et également des laïcs, dans un langage simple et direct. Il y est question de la pratique, de l'attitude correcte à développer dans la vie, des difficultés rencontrées sur le chemin, qui sont les mêmes aujourd'hui qu'hier. Dôgen parle dans un langage limpide et sans équivoque de l'Eveil et de la pratique juste.

Ce *Shôbôgenzo Zuimonki* est traduit et commenté à partir de la version la plus ancienne dite de « Chöenji » par Kengan D. Robert, lui-même maître zen formé au temple de Eiheiji.



Zen, simple assise par **Philippe Coupey**, moine zen.
Commentaires du ***Fukenzazengi*** **de Eihei Dôgen.**

Philippe Coupey nous offre l'un des commentaires les plus précis jamais faits du *Fukanzazengi*, guide universel sur la voie juste de zazen. Ce texte, écrit par le maître Eihei Dôgen en 1227, est l'un des textes fondateurs du Zen japonais ; il nous explique comment et pourquoi pratiquer la méditation assise.

Philippe Coupey, homme bien ancré dans le monde moderne, nous accompagne à la découverte de ce document vieux de 800 ans mais totalement actuel, car ce zazen et les raisons qui poussent les êtres humains à le pratiquer n'ont pas changé depuis le temps de Dôgen ou de Bouddha.