

Mars 2019

BULLETIN
TRIMESTRIEL
N°119

Google sites
lamaisondetobie

GESTATION ET GESTUATION



*Comme nous le disait
le frère Benoît lors de
l'assemblée générale, notre
association vit une période
cruciale de gestation :*

*D'une part, l'équipe
du Conseil d'Administration
a été renouvelée et va amener
une nouvelle dynamique.*

*D'autre part, une équipe
de réflexion, appelée
Nouveaux Horizons,
a fait appel au cabinet
Ethiconseil pour envisager
l'avenir de la Maison de
Tobie avec créativité.*

*Il est bien sûr encore trop
tôt pour vous parler de ce qui
est en train de germer, mais
nous ne manquerons pas
de le faire dans un
prochain numéro.*

Patrice Sauvage, notre conseiller spirituel, a donné lors de la Rencontre du Veilleur d'octobre 2018 un enseignement dont le thème était : Mutations. Il a analysé les différentes crises que traverse notre monde mais il nous a aussi donné des points de repère « qui doivent être autant de fondations ». Vous pourrez dans ce numéro retrouver ou découvrir cet enseignement.

La gestuation, c'est ce qu'Alfred de Lassence nous a fait vivre au Point d'orgue de janvier en nous faisant apprendre par cœur un passage de l'Evangile : Le Cantique de Siméon. En répétant ce beau texte, chacun de nous, tel Siméon, a pu recevoir l'enfant sur son bras. Alfred en a étonné certains en évoquant certaines traditions orientales qui évoquent des détails de la vie de Marie et de Jésus que l'Eglise occidentale n'a pas retenus.

Nous souhaitons également vous faire connaître un peu mieux les différentes voies de méditation pratiquées à La Maison de Tobie. Dans ce numéro, 3 animatrices de la voie du Zen ont répondu à un questionnaire élaboré par Constance de Lassence. Barbara Pawlak, Elisabeth Pautrel et Danièle Simon sont ici remerciées pour leur collaboration.

Que serait la vie sans la poésie ? Le poème de Zeno Bianu est le premier que nous vous offrons. Merci de nous en faire parvenir pour que nous puissions les partager dans les prochains numéros.

Bien d'autres choses encore que nous vous laissons découvrir.



Si la Maison de Tobie vit actuellement une mutation importante compte-tenu du retrait – au moins temporaire – de son fondateur, ce qui peut inquiéter légitimement les membres de l'association, que dire alors de notre monde, de notre société ? Comme le signalent de nombreux observateurs, nous sommes vraiment en train de changer de monde et il n'est pas facile de se situer face aux crises multiples qui en résultent. Notre cheminement spirituel reste-t-il pertinent ? Quelle forme doit-il prendre face à un contexte si mouvant ?

Voici quelques éléments d'analyse et d'orientation, certainement trop synthétiques, qui peuvent contribuer à un juste discernement, mais que chacun est appelé à enrichir selon ses charismes propres.

Mutations sociétales

Quelle forme doit prendre notre cheminement

Les 5 crises

Dans un premier temps, essayons de repérer toutes ces mutations en cours, qui s'enchaînent, qui « font système » : le monde tel que nous le connaissons depuis longtemps semble bien à bout de souffle, comme en témoignent les cinq crises suivantes :

1. La crise écologique : l'homme dénaturé

Nous en sommes arrivés à l'« anthropocène », époque où pour la première fois l'activité humaine est devenue capable de modifier considérablement le climat. L'homme, appelé à être jardinier de la terre, s'en est fait le prédateur. Chute de la biodiversité, réchauffement climatique avec ses conséquences dramatiques (montée des eaux, migrations...), baisse des rendements agricoles, épuisement des ressources : l'hypothèse d'un effondrement de notre humanité dans les prochaines décennies commence à être prise au sérieux par beaucoup (voir l'encadré ci-après sur la « collapsologie »).

2. La crise de notre mode de vie : l'homme aliéné

Fondé sur la croissance et la compétition, le « toujours plus », notre système économique et

social a certes produit une élévation remarquable de notre niveau de vie, mais il génère trop d'inégalités en favorisant la finance au détriment du travail. Plus généralement, on se sent pris dans une fuite en avant, dans une marchandisation croissante de la vie, dans un déséquilibre entre le temps technologique et le temps de l'homme. Celui-ci ne se sent plus « en résonance » avec un monde qu'il ne maîtrise plus (cf. les analyses de Paul Virilio et d'Hartmut Rosa)

3. La crise du « vivre ensemble » : l'homme sans les autres

Face au règne de l'argent, à la mondialisation, à la technocratie, la démocratie semble ne plus être une idée évidente pour beaucoup (cf. les travaux de Y. Mounk), d'où le développement du populisme, des démocraties « illibérales ». Dans notre pays, il y a certes une recherche de démocratie participative, mais qui se manifeste dans la colère, voire à travers la haine, car nous vivons dans une société de défiance.

4. La crise du religieux : l'homme sans Dieu

Après des millénaires marqués par la croyance au divin, nous vivons dans un monde « désenchanté » (M. Weber, M. Gauchet),

par **Patrice Sauvage**Conseiller spirituel
à la Maison de Tobie

et mutation personnelle

spirituel face à un contexte mondial et sociétal si mouvant ?

en perte de repères symboliques mais toujours en quête de sens. En particulier, la tradition chrétienne, qui était notre « langue maternelle du sens », se trouve de plus en plus « exculturée » (D. Hervieu-Léger) et la quête spirituelle risque alors de se confiner dans un repli identitaire ou se diluer dans un développement personnel individualiste.

5. La crise anthropologique : l'homme sans l'humain

Notre humanité est remise en cause dans ce qui paraissait jusqu'alors la caractériser. Soulignons d'abord la fragilisation de beaucoup de personnes face à toutes les mutations évoquées précédemment et aux exigences qui pèsent sur elles, à cause de leur manque de racines et de confiance en la vie. Ensuite, il y a ce que Bertrand Vergely considère comme l'événement majeur du XXI^e siècle : la disparition du couple homme/femme et père/mère comme point de repère structurant de notre humanité. Enfin, comment ne pas s'inquiéter face aux perspectives (certes encore lointaines) d'effacement de l'humain, avec l'émergence qui semble inéluctable de l'homme robot, du transhumanisme et même l'abolition de la mort !

Les 5 fondations

Face à toutes ces mutations qui semblent autant de menaces, il nous faut dégager, au plan spirituel, des points de repère solides, qui correspondent aux cinq crises repérées ci-dessus – mais en partant en sens inverse – et qui doivent être autant de fondations pour notre « château intérieur » :

D'abord affirmer qu'il y a de l'infini en l'homme.

L'être humain n'est pas réductible à son corps, à son cerveau, à ses émotions, il est aussi esprit. Il a aussi été créé homme et femme, ce qui implique de valoriser l'altérité qui ouvre et structure.

Même si la notion de Dieu ou son existence peut être à revoir, l'homme doit reconnaître une transcendance par rapport à lui-même – y compris dans une quête d'intériorité.

Faute de quoi, il ne pourra pas dépasser la tendance à la toute-puissance et au volontarisme qui caractérisent notre monde trop masculin.

Animal social, l'homme est relation.

Il n'est pas qu'un individu, il appartient à un peuple et sa spiritualité doit avoir aussi une dimension collective.

L'homme n'est pas un ange, un pur esprit, il est appelé à s'incarner.

Mais il ne peut jamais être considéré comme un moyen, un simple « facteur de production » : son engagement dans le monde doit lui permettre d'être pleinement acteur de sa vie, et non dépendant d'enchaînements fatalistes.

Enfin, l'homme est corps, âme, esprit, mais aussi cosmos (Panikkar).

Il appartient à la nature, qu'il doit entretenir dans la justesse, le respect, la communion, ainsi que le propose le pape François dans « Laudato si ». Il est ainsi appelé à une véritable conversion écologique.

Un chemin de communion au monde

En préparant cette intervention, je me suis rappelé la devise de Taizé dans les années 70 : « Lutte et Contemplation pour devenir hommes de communion ».

A mon avis, notre objectif doit rester le même : vivre la communion avec le monde dont nous faisons partie, aimer ce monde et nous mettre à son service, comme l'avait proposé le Concile Vatican II. Même si

nous souhaitons faire advenir d'autres valeurs que celles qui dominent actuellement notre société, nous n'avons pas à nous replier sur nous-mêmes dans une contre-culture sectaire et en surplomb, mais à apporter notre contribution modeste à partir de ce que nous sommes et de notre vie spirituelle.

Cependant, la gravité des problèmes auxquels l'être humain est confronté, fondamentalement la crise existentielle de notre humanité, me conduit aujourd'hui à inverser le début de ce mot d'ordre : c'est la contemplation qui doit être prioritaire, non qu'elle s'oppose à la lutte, mais parce que plus que jamais elle doit fonder notre engagement social. Si celui-ci est juste, il contribuera lui-même à notre chemin spirituel : comme le disait Saint Ignace de Loyola, il s'agit bien d'être des contemplatifs dans l'action.

Donc, malgré tous ces soucis ou plutôt à cause de ces soucis qui vont nous mettre à dure épreuve, qui exigent de nous une grande solidité, il nous faut approfondir notre vie intérieure, avec les passages inévitables – les nuits de Saint Jean de la Croix – que ce chemin va comporter. Creuser avec patience et persévérance, dans la volonté mais sans volontarisme, à l'écoute et dans l'attente d'une transcendance que chacun pourra nommer à sa manière : « devant Dieu et avec Dieu, nous vivons sans Dieu », écrivait Dietrich Bonhoeffer, nous invitant à purifier notre conception du divin pour ne plus en faire une idole (cf. « si tu vois le Bouddha, tue-le ! »).

Dans cette traversée vers notre être profond, la confiance est essentielle. Si nous avons discerné que ce chemin est juste, nous devons lui rester fidèles, en ayant la conviction qu'il sera bon, non seulement pour nous, mais aussi pour le monde ! Nous oublions trop souvent la force du spirituel : c'est pourtant par lui que le monde tient et qu'il peut subsister, mais c'est à nous d'aider le divin, comme disait Etty Hillesum.

Du côté de la lutte, de l'engagement social et politique, une mutation apparaît nécessaire : comme l'a manifesté le mouvement des « gilets jaunes », l'écoute de ce que disent et vivent les gens, en particulier les plus précaires, doit précéder toute action ou décision. A partir de cette attitude d'accueil de l'autre – dont Jésus nous a donné le plus bel exemple, lui qui n'était qu'hospitalité – notre engagement doit viser une cohérence de vie, ce que René Macaire appelait la « mutance ». Ce terme est à distinguer d'une certaine « militance », qui trop souvent conduit à se battre pour des idées sans les vivre soi-même ! Le souci du dialogue, de la non-violence, de réalisations modestes mais prophétiques doit nous habiter en tant que « mutants », désireux de faire advenir en eux une synergie entre l'acteur et le sujet, une fécondation mutuelle entre action et contemplation : ainsi, dans la paix du cœur, sommes-nous appelés à contribuer résolument, d'ores et déjà dans notre propre existence quotidienne, aux changements de mode de vie qui sont nécessaires, vers plus de frugalité, de solidarité, de fraternité...

Dans cette perspective de décloisonnement entre engagement et intériorité, la relecture de notre vie à travers un journal personnel, ou encore un accompagnement individuel, pourra être une démarche utile : peu à peu, elle va aiguïser notre attention au présent et nous permettre de repérer tous ces cadeaux qui nous sont faits par l'invisible dans le cadre d'actions et de rencontres apparemment modestes mais ô combien fondatrices, en particulier avec les plus pauvres – qui nous enseignent à leur manière un authentique chemin spirituel – et avec la nature irradiée de l'amour divin. Donc, à la suite de Madeleine Delbrêl, n'ayons pas crainte de préférer aux « missions en étendue » des « missions en épaisseur, au fond des masses humaines, en profondeur » ; ayons la conviction, avec Sainte Bernadette, que « ce qu'on fait avec amour peut transformer le monde » !

Patrice Sauvage

SERVIGNE (Pablo)

• **Comment tout peut s'effondrer**
Petit manuel de collapologie à l'usage des générations présentes
Editions Le Seuil - 2015

• **Une autre fin du monde est possible**
Editions Le Seuil 2018

• **L'entraide, l'autre loi de la jungle**
Editions Les liens qui libèrent 2017

La Voie du Zen

Questions aux animatrices

Barbara Pawlak (BP),
Elisabeth Pautrel (EP)
et Danièle Simon (DS)
répondent aux questions de
Constance de Lassence

CdL : *Le mot méditation, semble-t-il, recouvre un sens différent selon la pratique que l'on en a. En tant qu'animatrice de la « méditation dans l'esprit du Zen » à la Maison de Tobie, comment définirais-tu la méditation telle qu'elle y est pratiquée et transmise ?*

BP : Simplement s'asseoir en silence. Etre présent à l'instant, immobile, sans objet de réflexion. Ecouter le silence, comme l'a si bien dit Sylvia Östertag ⁽¹⁾, maître de l'école Sanbô Zen International ⁽²⁾.

EP : C'est à travers la lignée du Sanbô Zen que s'enracine la méditation dans la Maison de Tobie. Transmise à Benoit par Willigis Jäger ⁽³⁾, elle l'est maintenant par Pierre Philippon ⁽⁴⁾ qui est devenu notre référent.

DS : C'est une méditation très proche de celle que j'ai rencontrée là où le Sanbô Zen est pratiqué, notamment à Paimbleau chez Pierre Philippon, mais aussi au Centre Dürckheim ou au centre Assise. Zazen ⁽⁵⁾ est une Voie dans laquelle il y a beaucoup de rituels, basée sur la connaissance sensorielle et intuitive plus que sur une doctrine ou une théorie ; c'est une voie de l'expérience, une discipline qui implique attention, observation, patience et détermination.

CdL : *Peux-tu rappeler le contexte dans lequel la méditation dans l'esprit du Zen a été créée par frère Benoît à la Maison de Tobie et à quelle attente elle répondait ?*



« Travailler sur soi » - Calligraphie d'Hozumi Roshi

EP : Après avoir développé la voie de la contemplation, puis de la prière du cœur, Benoît, qui s'était formé au Japon, nous a proposé la voie du Zen, à laquelle j'ai souscrit immédiatement car elle me correspondait mieux.

CdL : *Depuis ses débuts à la Maison de Tobie, la voie du Zen a t'elle évolué, en quoi s'est-elle approfondie ?*

DS : Lorsque je suis arrivée à la Maison de Tobie, notre référent était Willigis Jäger, chez qui un voyage a été organisé lors d'une session. J'ai vu la Voie évoluer en fonction des référents qui ont suivi : Jeff Boëkmans d'abord, puis Pierre Philippon. J'ai l'impression que celui-ci nous a amené à une pratique plus exigeante, plus proche de la tradition du Zen, ce qui a permis un approfondissement.

EP : La voie du zen s'est affinée permettant d'être plus proche de la lignée. Elle n'est ni une religion, ni une philosophie. C'est une voie laïque ouverte à tous et à toutes. La spécificité de la méditation Zen de la Maison de Tobie est que nous avons introduit des temps d'éveil corporel.

DS : Des décisions ont été prises au fur et à mesure au sein de l'équipe Zen afin d'harmoniser nos pratiques. Notre roshi ⁽⁶⁾ référent, Pierre Philippon a demandé que la Maison de Tobie parle de méditation « dans l'esprit du Zen » car seuls les roshis sont habilités à animer des sessions zen

CdL : *Quelle place le corps a-t-il dans le zen ?*

Dürckheim aimait dire qu'il faut passer du *corps que l'on a* au *corps que l'on est*. Dans « Voyage spirituel dans le bouddhisme zen », frère Benoît écrit : « Le corps humain n'est pas un objet que l'on pourrait isoler de la personnalité. Il est l'homme lui-même. Il me faut donc l'habiter. L'être que je suis est totalement présent en toute manifestation de ma vie corporelle... Une sagesse du corps, transmise par des maîtres et dans un cadre favorable, entraîne une véritable purification du mental... Nos accompagnateurs japonais nous poussaient à faire attention à notre souffle, seconde après seconde, pour ne pas se laisser embarquer par les divagations de notre mental. Grâce au travail sur le souffle qui était proposé, j'avais la joie de découvrir la dimension spirituelle de ce mouvement qui nous anime de la naissance à la mort... Il y avait, dans les quelques secondes d'aller et retour, une sorte de condensé de vie spirituelle... Quelque chose se fraie un chemin en moi, c'est la prière. Elle donne une joie profonde, celle d'être là. »

DS : La posture joue un rôle important dans la Voie du Zen. Le méditant est assis sur un siège permettant une assise confortable (*zafu*, petit banc ou tabouret). Le dos est bien droit, la tête dans l'axe de la colonne vertébrale, les mains posées sur les cuisses, dos de la main gauche sur la paume de main droite, les pouces se rejoignant pour faire un ovale. Les yeux sont mi-clos. Quand l'axe est ainsi expérimenté, on peut sentir dans le corps quelque chose de juste et on accède à un sentiment de repos, de tranquillité et d'assurance intérieure. La posture

doit être stable, équilibrée, centrée, relaxée, légère pour que l'esprit soit équilibré...

Taisen Deshimaru ⁽⁷⁾ disait : « Si la posture est juste, votre esprit aussi devient juste. Si la posture est immobile, l'esprit aussi devient immobile. Si la posture est tranquille, l'esprit aussi est tranquille ». L'immobilité dans la posture joue aussi un rôle important car l'immobilité oblige ! Elle est à la racine de toutes les actions et permet de prendre les décisions d'actions en conscience, évitant ainsi tous les gestes parasites tels que remonter une mèche de cheveux, se gratter, tirer sur son pull, etc. Pour se défaire de ces micro-mouvements qui ne sont que des réactions (et non des actions réfléchies), il convient d'abord de les voir ; c'est ce que permet l'obligation d'immobilité car le corps s'immerge alors dans l'état de témoin. La posture est un reflet de l'état intérieur.

CdL : *Que peux-tu nous partager de la pratique personnelle que tu en as ?*

BP : Je pratique zazen ⁽⁸⁾ (l'assise) tous les matins dès que je me lève, pendant 25 minutes, depuis bientôt 20 ans. Il m'arrive aussi de pratiquer le soir avant de me coucher. Je participe à une ou deux sesshins (retraites intenses de 5 jours) par an, dirigés notamment par Pierre Philippon. Je suis également l'école des *koans* ⁽⁹⁾ depuis de nombreuses années. Cette pratique me conduit vers plus de lucidité, de bienveillance, d'ouverture à ce qui est.

DS : Méditation matinale et 2 sessions par an.

EP : Au delà des temps de méditation, la pratique éveille et colore la journée par l'attention à ce qui est, action, pensées, émotions. Elle m'a permis de « désencombrer le mental » au-delà des images, représentations religieuses et d'approfondir mon chemin de foi.

CdL : *Après des personnes que tu accompagnes dans la voie du Zen, quelle évolution ou transformation as-tu pu constater ?*

BP : Je les vois se libérer de fausses images d'elles-mêmes et de la réalité grâce à une prise de conscience sans jugement de valeur de qui elles sont vraiment. De ce fait elles entrent dans une

bienveillance lucide qui colore leurs relations et favorise le déploiement de leurs talents et de leur créativité. Autrement dit, ces personnes deviennent de plus en plus elles-mêmes.

DS : En zazen, l'évolution des personnes se voit dans la posture et je trouve que beaucoup des participants aux sessions sont de plus en plus justes dans leur posture. Je parlerai d'évolution plus que de transformation. En pratiquant zazen, on sent que tous les aspects de la personne sont touchés : le physique, l'émotionnel, le spirituel et cette évolution peut se faire aux 3 niveaux : changement corporel progressif, changement dans le relationnel, gestion des émotions et affinement de la recherche spirituelle.

EP : Je sens que les personnes ont plus « d'assise », de présence et de compréhension dans leur chemin de vie.

***CdL :** Que répondrais-tu à ce qu'on entend dire parfois, à savoir que dans la méditation Zen on resterait centré sur soi, qu'elle consisterait à se chercher soi-même ?*

BP : Dans la pratique de zazen, il s'agit de se rendre disponible à sa véritable nature (la Nature de l'Être) qui est présente en tout être vivant. Le fait de rester dans le silence intérieur, sans s'attacher à aucune pensée, ouvre le pratiquant à l'Ultime Réalité. Dans ce cas, se chercher et se trouver soi-même revient à chercher et trouver l'Être qui relie tout ce qui est.

DS : Je leur réponds volontiers, en citant Hozumi Roshi ⁽⁸⁾, que « c'est un moyen de se connaître soi-même, de s'ausculter, de voir où l'on en est, de vivre plus souriant et d'avoir une plus grande solidité d'esprit » et qu'il vaut sans doute mieux imposer son sourire et sa solidité aux autres que son mal-être !

EP : Se connaître soi-même, c'est connaître les autres. L'attention à ce qui est nous rend sensible aux événements du monde. La méditation ne se vit pas pour soi mais pour le bien de tous les êtres.

***CdL :** Le Père Bernard Senécal vient à l'abbaye de Bellefontaine cet été co-animer la session de méditation. Peux-tu nous le présenter ?*

BP : Le Père Bernard Senécal, jésuite, vit en Corée du Sud depuis plus de trente ans ; il a fait le choix d'apprendre longuement les langues nécessaires pour vivre dans le pays et comprendre ce que le Bouddhisme peut apporter au Christianisme sans mélange des genres.

Il a obtenu un doctorat en bouddhisme coréen en 2004 et, en 2007, un diplôme de maître Seon (le terme coréen désignant le Zen). Après avoir enseigné longtemps le bouddhisme à l'université jésuite de Séoul, il se trouve aujourd'hui – avec quelques laïcs coréens et étrangers – à la tête d'une toute petite communauté d'un genre unique au pays du Matin Calme : œcuménique, interreligieuse et internationale. Jumelée à une association bouddhiste coréenne dite « La Voie du Seon », elle est rattachée à la lignée du maître chinois Linji († 849) et elle se spécialise dans une rencontre multidimensionnelle avec la tradition fondée par le Buddha (563-483 av J-C environ). C'est la Communauté du Champ de Pierre au Bout du Chemin, Cette appellation inspirée du sol pierreux et du nom du village où elle se situe exprime le désir d'aller au bout du chemin de la rencontre avec les bouddhistes, l'autre, et le Tout Autre, quelle qu'en soit l'aridité. Le Père Senécal vient en France régulièrement pour diriger des retraites. Il interviendra le 4 mars au Forum 104 dans le cadre du Groupe Merton.

***CdL :** La méditation dans l'esprit du Zen et l'oraison silencieuse ne se rejoindraient-elles pas un peu ?*

BP : Le père Enomiya Lassalle s.j., dans son livre « Méditation zen et prière chrétienne » considère que zazen peut être utilisé comme méditation chrétienne. Il s'agit d'abord de s'efforcer à vider la conscience. Dans le zazen, une fois l'état de vide obtenu, aucun élément (idée ou image) ne doit venir le remplir. On s'efforce de garder un état de « pure conscience » et de l'approfondir. L'effort qu'on fait pour cela ne peut évidemment être qu'indirect ; car s'il était direct, il représenterait une saisie de la conscience et empêcherait le vide. Tout ce qui se présente à l'esprit est relâché sans

examen comme dans la « contemplation obscure » chez saint Jean de la Croix. Ici non plus, il n'y a pas de dualisme mais une obscurité totale et on ne doit pas se prêter aux perceptions et aux visions quelles qu'elles soient.

DS : Je fais une distinction entre les méditations non spirituelles (style méditations « à la mode ») et méditations spirituelles. En ce qui concerne les méditations spirituelles, elles visent toutes à s'entraîner à reconnaître la nature profonde de chacun. Pour rejoindre cette nature profonde, c'est un peu comme s'il y avait des panneaux indicateurs différents selon les traditions...

Il y a bien sûr des points communs entre oraison silencieuse et méditation dans l'esprit du zen. La recherche est la même, mais les formes sont différentes.

EP : Aller dans les profondeurs de son être, accepter d'être désencombré, les chemins sont différents. Mais dans le zen il n'est pas question de Dieu, *IL YA...* quelque chose qu'on ne peut nommer. Cela rejoint la spiritualité du mystique rhénan Jean Tauler quand il écrit : « la recherche du fond sera un désencombrement patient, progressif, avec l'aide de la grâce. C'est dans ce fond que chacun peut trouver stabilité, soutenu par l'amour créateur et rien ne peut lui enlever ce contact intime, existentiel ».

CdL : En guise de conclusion : si c'était une couleur, laquelle choisirais-tu pour représenter la méditation selon la voie du Zen.

BP : Aucune... ou alors toutes.

DS : Violet clair

EP : Bleu sans trop savoir pourquoi.

Propos recueillis par Constance de Lassence

GLOSSAIRE



1. Silvia Ostertag (1942-2011)

Musicienne Suisse et enseignante en thérapie par la respiration, elle a fondé le jeu de gestes initiatique et est devenue maître zen.

2. **Sanbô zen**, école de zen laïque, née au début du XX^e siècle par Hakuun Yasutani (1885-1973). Cette école est arrivée en Occident grâce à Karlfried Graf Dürckheim qui, après 10 ans au Japon, a fondé en 1947 le centre Rütte dans la forêt noire où frère Benoît a séjourné 6 mois.



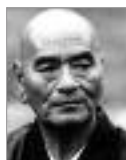
3. Willigis Jäger

Moine bénédictin allemand, mystique et maître zen. Il a suivi et enseigné la tradition de Sanbô Kyodan jusqu'en 2009 avant de poursuivre de manière indépendante.



4. Pierre Philippon

Après avoir été pendant 13 ans co-responsable du centre Dürckheim, il fonde en 2000, le centre Paimbleau dans la Drôme. Le travail qu'il y propose s'enracine principalement dans le zen, l'enseignement de Dürckheim et la psychologie des profondeurs de Jung. Il est l'élève de l'actuel responsable de l'école Sanbô zen.



5. Roshi : maître zen japonais

6. Taizen Deshimaru (1914-1982)

Maître bouddhiste zen, artisan important de l'introduction du bouddhisme en Occident.



7. Hozumi Roshi

Moine zen japonais que Benoît a connu au Japon et qui vient régulièrement en France dans le cadre du DIM (dialogue inter-monastique).

8. **Zazen** est composé de *za* : s'asseoir, c'est-à-dire une action engagée par le corps dans son entièreté, et de *zen* qui est l'action d'accueillir ce qui se présente à travers les sens, la sensation (et non par la pensée !).

9. **Koan** : outil d'enseignement dans certaines traditions bouddhistes. Sorte d'énigme qui ne doit pas être résolue par le mental

Credo

Je crois

A la vie à la mort
A la grande amour
donnée
Ou traversée

Je crois

A la vraie gravité
A la tendresse
impitoyable

Je crois

Au cœur de la nuit
Au cœur de la pluie

Je crois

Qu'il faut mourir
Puis vivre
Mourir avant de mourir
Pour ne plus aimer mourir

Je crois

à l'entrée en résonance
A l'entrée
En évidence
A la toute transparence

Je crois

ne rien pouvoir haïr
De ce que j'ai fait

Je crois

au regard renversé

Je crois

Que chacun peut sortir
vivant d'ici

Je crois

au rassemblé
A l'ouvert
Au levé
Au tremblé
Au centième de soupir

Je crois

Que tout mot juste
Vient de l'intérieur
du ciel
Et que ce ciel
Vrille au plus profond
de nous

Je crois

Qu'il faut avancer
Dans sa propre
obscurité
Pour y voir clair
Que le frémissement
Ne peut jamais surgir
Là ou sont la honte
La haine
La peur

Je crois

à l'opacité solitaire
Au pur instant
de la nuit noire
Pour rencontrer
sa vraie blessure
Pour écouter
sa vraie morsure

Je crois à ces chemins

Où le corps avance
dans l'esprit
Où l'on surprend
Le bruit de fond
des univers
Par ces yeux
Que la nuit
A pleurés en nous
Par ces yeux que la vie
A lavés en nous

Je crois

Qu'il faut habiter
la lumière
Par un long
questionnement
Sans réponse

Je crois

Qu'il faut prendre appui
Sur le vent
S'agenouiller en mer
Et se vouer
A l'infini

Je crois

Qu'il faut penser
Comme chute une
météorite
Comme pleure une
étoile-mère
Qu'il faut saisir
L'intime conscience
de son désastre
Pour commencer
A vraiment sourire
Pour s'aventurer
Au plus bleu du bleu

Zeno Bianu

DES NOUVELLES DE *La Maison*

Le Point d'orgue
du 27 janvier

L'oralité au cœur de l'Évangile



par Alfred
de Lassence

Le Point d'orgue du 27 janvier a vécu la proclamation gestuée, et non la lecture, de six perles évangéliques dont *Zachée*, *La Femme pécheresse* et *Le pharisien*, suivie de l'apprentissage par cœur du *Cantique de Siméon* par les soixante participants.

*Apprendre l'Évangile
par cœur, c'est l'apprendre
par le cœur*



Siméon et l'enfant Jésus dans le Temple
Rembrandt, 1669 Huile sur toile, - 98 x 79 cm.

C'est le ruminer comme le bœuf rumine (d'où le mot « Thora » dont la racine « Thor » signifie bœuf), l'enraciner dans son cœur et sa vie. C'est aussi s'effacer derrière la parole de Dieu pour évangéliser.

La civilisation mésopotamienne, la plus grande et la plus vieille du temps de Jésus, a inventé les villes (plus de 200), l'écriture, le droit, les mathématiques, la science des astres, l'irrigation (le bassin du Tibre et l'Euphrate), la comptabilité en partie double, la banque... Elle avait les bassins du Nil et de l'Indus comme « satellites ». Les invasions arabes et quelques siècles d'Islam ont fait disparaître cette civilisation, d'où son oubli par l'Europe.

Si l'écriture a été inventée et utilisée en Mésopotamie, l'oral y était prépondérant, que ce soit pour les textes sacrés, le commerce ou la justice.

A l'époque de Jésus, l'araméen était parlé par 20% de la population mondiale dont les *hébreux* (« nomades » en araméen) de Judée, Galilée et de la diaspora, de l'Espagne à la Chine et de l'Arménie à l'Éthiopie. La Bible a été composée majoritairement en araméen.

Les méthodes de l'oralité mésopotamienne sont solides : gestuelle, rythme des phrases, manducation de la parole, textes emboîtés les uns dans les autres et autres moyens mnémotechniques.

L'écrit sécurise la mémoire sans jamais remplacer l'oral. Ces règles d'oralité ont été redécouvertes par des scientifiques comme les pères Jousse ou Lagrange depuis le début du XX^e siècle.

Avec comme langue l'araméen, Jésus s'est appuyé sur les méthodes d'oralité et sa connaissance profonde de la Bible reçue de sa mère.

Marie, les femmes et les apôtres ont pu retenir ses enseignements puis composer les Évangiles en suivant les méthodes de l'oralité et enfin les transmettre. Les Évangiles ont pu ensuite être fidèlement transmis de génération en génération mot pour mot dans l'Église d'Orient.

Les moines des Églises de Mésopotamie ne recopiaient que les textes qu'ils savaient par cœur, contrairement à l'Occident. Or, recopier un texte appris par cœur réduit ou annule les risques d'erreur. C'est ainsi que l'Église d'Irak d'aujourd'hui utilise la même version, à 10 mots près, que le premier Évangile écrit connu en araméen du IV^e-V^e siècle, la *Pshytta*, quand les traductions en grec des Évangiles montrent plus de 1500 variantes de sens avec le plus ancien document en grec, le *Codex D05* du IV^e-V^e siècle.

Les Évangiles ont été composés pour être appris par cœur.

Alfred de Lassence
alfreddelassence@yahoo.fr

Sources :
PERRIER Pierre,
La transmission des Évangiles
(disponible sur Amazon)
www.levangileaucoeur.fr



La fête pour les 85 ans de Benoît

C'est un Benoît en bonne forme que nous avons retrouvé avec bonheur pour le premier Point d'orgue 2019. A l'issue du traditionnel déroulement de tout Point d'orgue, s'est ouvert un temps festif. La petite chapelle de Choisy s'est alors transformée en salon de musique à l'atmosphère familiale, tous réunis autour de Benoît pour fêter ses 85 ans.

Nicole Le Tong nous a fait voyager sur le continent de la voie du Zen avec sa cithare vietnamienne, puis nous sommes revenus en Europe avec Denis Pelsy dans une mélodie de Fauré revisitée pour la circonstance, Marianne Masson nous a chanté quelques unes de ses compositions. Dominica Marsaudon accompagnée de François Brigot à la guitare nous a transportés au pays du Brexit avec un air de Purcell et Marie-Odile Brigot a fait participer toute l'assemblée, l'entraînant à la suite de Brel, Brassens, Béart et Fugain. Après ce voyage musical, Francine Harinck a remis à Benoît une enveloppe de notre part à tous.

Benoît s'est alors adressé à nous, évoquant non sans son humour, ce temps si particulier

que fut pour lui son séjour d'un mois à l'hôpital et son retour au Prieuré, ce temps au cours duquel il nous a dit avoir pris goût aux mille et une attentions dont il a été l'objet.

Après un buffet dînatoire, Benoît a soufflé les bougies de son gâteau d'anniversaire suivi d'une salve enthousiaste de JOYEUX ANNIVERSAIRE lancée par Monique Durand Wood.

Il nous faudra maintenant attendre Septembre avant de retrouver Benoît au Point d'orgue, à l'issue de son année sabbatique. Comme nous lui avons chanté "*Ton sourire est déjà le lien avec les beaux jours qui viennent, reviennent*". En attendant, nous te souhaitons, cher Benoît, après ce « coup de Trafalgar », de « naviguer en père peinarde » près de la forêt de Sénart.





Soutien mutuel

Partageons nos moments de vie, heureux ou difficiles, avec les autres...

Chacune, chacun d'entre nous est relié à la Maison de Tobie par les activités, engagements, sessions, rencontres, etc... Mais dans nos vies personnelles, des événements, des situations heureuses ou plus difficiles nous traversent sur notre chemin.

Nous avons pensé au CA du mois de décembre 2018 qu'il pouvait être bon de partager ces expériences de vie. Nous pourrions ainsi nous soutenir mutuellement dans une solidarité fraternelle.

Je suis la personne référente pour coordonner les informations que vous aimeriez partager dans ce sens. Il suffit de me le signaler en quelques lignes soit par mail : elisabeth.maquin@yahoo.fr soit au téléphone 06 71 70 90 42

Je le transmettrai à l'équipe qui est responsable du bulletin, laquelle se chargera de l'écrire sur le prochain bulletin à venir.

Une belle occasion de renforcer nos liens, de créer une chaîne de solidarité et de nous soutenir par la prière, la méditation ou toute autre forme.

Bien fraternellement

Elisabeth Maquin

Les 2 nouveaux ouvrages



Danièle Simon

Corps aligné, corps vivant

Il s'agit d'après mon éditeur d'un formidable *feel good book* qui allie profondeur et simplicité...

À force de voir mes élèves prendre des notes et de les entendre exprimer leurs ressentis lors des ateliers que j'anime, j'ai eu envie de raconter ces moments privilégiés où j'ai souvent l'impression de vivre une réelle alchimie avec eux. Pour cet ouvrage, je me suis imaginée que l'une de mes élèves recopiait « la phrase du jour » et tenait un petit cahier de ses cours.

Les thèmes à travers les citations qui servent de point de départ à chaque chapitre sont : l'instant présent, les relations, la posture, la Voie, la respiration, le yoga, les émotions, la non dualité, le mental, le lâcher-prise et le cœur.

Ce livre est une façon d'entrer dans la philosophie orientale pour les néophytes, ou de la pénétrer un peu plus pour les plus aguerris, avec de nombreux exercices à l'appui, présentés de manière ludique et facile pour la compréhension...

D'après mes premiers lecteurs, il est parfait pour être ouvert « au hasard » en vue de la lecture de l'un des courts chapitres chaque jour...

Danièle Simon



de nos animatrices écrivaines



Monique Durand-Wood

Consolation, Avis de recherche

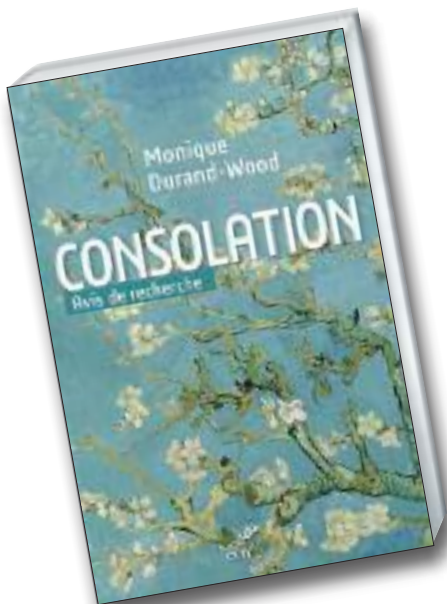
**Deux avis parus
dans la presse à propos
de ce roman :**

Adèle (personnage principal) se met en quête de comprendre ce qu'est la consolation à travers des ouvrages philosophiques, des découvertes artistiques, des rencontres amicales, des lectures spirituelles (...). Peu à peu, elle s'ouvre à la Consolation en Christ ; auprès de Lui, « Consolation, devenue silence, est présence solidaire ». Un livre attachant, servi par une plume délicate.

Par Claire Lesegretain, La Croix

Visiteuse auprès d'enfants malades, Adèle recueille les dernières paroles du petit Mario, 8 ans, qui lui souffle à l'oreille : « Tu sais... elle existe. – Qui donc, Mario ? – Consolation, elle existe ». Intriguée, elle se lance dans une enquête passionnante à travers la littérature, la spiritualité, la poésie, pour découvrir enfin, refermant tous les livres, des traces de consolation dans notre vie quotidienne : toutes ces petites consolations, à la portée de chacun, qui apaisent et rassurent. (...) L'enquête se termine par une découverte étonnante : un vrai moment de grâce ! Oui, « Consolation est souffle », et assurément ce roman n'en manque pas, il est brise légère, apaisante et rafraîchissante.

*Par Pascale Chaumont,
Coup de cœur des libraires,
La Croix*



Par la fenêtre ouverte...

Avec nos animateurs

Session d'expérience symbolique

L'Arbre

avec Florence Savy-Galopeau

Du lundi 29 juillet à 17h
au vendredi 2 août à 14h30
à l'abbaye d'Echourgnac
(Dordogne)

Renseignements
f.galopeau@gmail.com

Avec nos partenaires

Intelligence artificielle, Homme augmenté, Transhumanisme

*avec Thierry Magnin,
Physicien et théologien
et Jean-Michel Hirt,
Psychanalyste*

Du Samedi 16 mars à 14 h
au Dimanche 17 mars à 16h30

Salles ND de la Sagesse
13bis, rue Abel Gance - 75013 Paris

Renseignements
www.initial.asso.fr



Association créée par **Maurice Bellet**

Quelle spiritualité pour le XXI^e siècle ?

CONFÉRENCE
de William Clapier

le mercredi 20 mars à 19h30
au Forum 104

en collaboration avec la Maison de Tobie

Par la fenêtre
ouverte...

Avec nos partenaires

Vague d'amour et de paix

« Là où il y a la haine, que nous mettions l'Amour »

Nous sommes un petit groupe de personnes de différents courants spirituels ou religieux à porter l'intuition de créer un temps de prière ou méditation régulière chaque semaine, auquel chaque personne ou communauté pourrait participer où qu'il soit, avec la pratique qui est la sienne.

Nous sentons intimement la nécessité de nous unir par le cœur et créer ensemble une immense vague d'Amour et de Paix afin d'apporter au monde les forces spirituelles dont nous avons besoin pour répondre aux grands défis de notre temps.

La raison d'être de notre appel est de soutenir l'émergence d'un monde fraternel et respectueux du vivant en déployant une vague d'Amour et de Paix. Pour cela, nous proposons de :

- Réunir par le cœur un maximum de personnes de bonne volonté et de mouvements laïcs, spirituels ou religieux,
- Méditer et prier régulièrement ensemble, quels que soient sa tradition ou son chemin, lors d'un moment commun de la semaine. Chacun participe avec la pratique qui est la sienne, là où il est. Seuls le moment et l'intention - de Présence, d'Amour et de Paix - sont communs.

Jour et horaires

de la méditation/prière « Vague d'Amour et de Paix »

Nous vous proposons de méditer/prier chaque dimanche, un moment entre 18h30 et 20h30, avec un « pic d'intensité » de 19h à 19h05, pour relier un maximum de personnes à cette heure-ci. Nous rejoindre à un autre moment de la semaine a aussi du sens.

Faisons grandir ensemble cette vague d'Amour et de Paix en nous rejoignant chaque dimanche soir et en vous inscrivant sur notre site : www.vaguedamour.net

Une diffusion publique est prévue le 21 mars !
Merci de nous aider en relayant l'initiative autour de vous à partir de cette date.

Contact

vaguedamour@posteo.net

Jean-Baptiste Nédelcu

Les porteurs actuels du projet « le groupe-cœur » :

- **Jean-Baptiste Nédelcu**, de la communauté de l'Arche Non-Violence et Spiritualité, fondée par Lanza del Vasto, (par ailleurs « élève » de Charo et Patrice Sauvage et adhérent de la Maison de Tobie)
- **Fouzia Oukazi**, de la confrérie soufie Alawyyia,
- **Charo Sauvage**, de la Maison de Tobie,
- **Nicolas Novel**, de la communauté Rimay/Institut Karma Ling,
- **Florence Tibout**, hors tradition, étudiante de Thomas Hübl.

Les différents mouvements qui, à ce jour, s'unissent à la « Vague d'Amour et de Paix » sont : la confrérie soufie Alawiyya, la Maison de Tobie, la Communauté Rimay /Karma Ling (congrégation bouddhiste tibétaine), le centre orthodoxe Sainte-Croix, la Fédération Védique de France, regroupant 8 courants hindous importants présents en France.

Nous avons également le soutien spirituel de Taizé. La communauté prie en silence pour la paix chaque dimanche soir depuis de nombreuses années et nous nous sommes inspirés de cette initiative. Puis bientôt... bien bien d'autres !

CALENDRIER DES WEEK-ENDS ET SESSIONS 2018-2019

MARS**n° 15**Du vendredi 29 à 18h
au dimanche 31 à 16h**Week-end de méditation
dans l'esprit du Zen***avec E. Pautrel, B. Pawlak
et P. Sauvage*

à l'abbaye de Vauhallan (91)

n° 16

Dimanche 31 de 14h30 à 18h30

**Atelier de développement
personnel et spirituel
à travers les yogas***avec Danièle Simon*

à N.D. de Lourdes - Choisy

AVRIL**n° 17**Du samedi 27 à 18h
au mercredi 1er mai à 17h**Session d'expérience
symbolique : Chemins de
métamorphose***avec Patrice et Charo Sauvage
et Cathy Decré*à Notre-Dame de Branguier
à Peynier (13)**MAI**

Dimanche 12 de 10h à 19h

Point d'orgue n°2

au Forum 104 à Paris

n° 18

Samedi 11 de 10h à 17h

Stage de Prière du cœur*avec Anne Desmottes*

à N.D. de Lourdes - Choisy

n° 19

Samedi 18 de 10h à 17h

**Stage de méditation dans
l'esprit du Zen***avec Danièle Simon*

à N.D. de Lourdes - Choisy

n° 20

Dimanche 19 de 14h30 à 18h30

**Atelier de développement
personnel et spirituel
à travers les yogas***avec Danièle Simon*

à N.D. de Lourdes - Choisy

n° 21

Dimanche 19 de 10h à 17h

Stage Chemin du symbole*avec Monique Durand Wood
et William Shankland*

au Forum 104 - Paris

n° 22Du jeudi 23 à 18h au dimanche
26 à 15h**Chemin du Symbole
Bible et Terre***avec Françoise Chignon,
Monique Durand Wood
et William Shankland*au centre Sophie Barat
à Joigny (89)**JUIN****n° 23**

Du dimanche 2 au mercredi 12

**Pèlerinage méditatif sur les
traces de Thérèse d'Avila et
Jean de la Croix***avec Charo et Patrice Sauvage
et la participation de Benoît
Billot***n° 24**Du jeudi 20 juin à 17h
au mercredi 26 juin à 9h**Session de Taï Chi
et exercices énergétiques***avec Jean-Gabriel Boulanger
à Noirmoutier (85)***JUILLET - AOÛT****n° 25**Du dimanche 7
au mercredi 10 juillet**Chemin du symbole***avec Monique Durand Wood
et William Shankland*

à la Martinière (61)

n° 26Du lundi 15 à 18 h
au samedi 20 juillet à 16h**Session de méditation dans
l'esprit du Zen***avec Elisabeth Pautrel,
Barbara Pawlak et Bernard
Senécal s.j.*

à l'abbaye de Bellefontaine (49)

n° 27Du lundi 22 à 18h
au samedi 27 à 16h**Session Prière du cœur***avec Anne Desmottes
et Patrice Sauvage*

à l'abbaye de Bellefontaine (49)

n° 28Du lundi 29 juillet à 18h
au samedi 2 août à 16h**Session de contemplation***avec Monique Durand Wood,
Patrice Sauvage et Catherine
Roquette*

à l'abbaye de Bellefontaine (49)



Mars 2019

Au sommaire de ce numéro

- Page 2** Mutations sociétales et mutation personnelle *par Patrice Sauvage*
Page 5 La Voie du Zen : Questions aux animatrices *par Constance de Lassence*
Page 9 « Credo », un poème de *Zeno Bianu*
Page 10 L'oralité au cœur de l'Évangile *pa Alfred de Lassence*
Page 11 La fête pour les 85 ans de Benoît
Page 12 Nos animatrices écrivaines : Monique et Danièle
Page 13 et 14 Par la fenêtre ouverte
Page 15 Le calendrier complet des activités 2018-2019

Président de l'Association et Directeur de la publication
 HAN VU THIEN
 4 rue Ernest Hemingway
 94320 Thiais
 01 48 90 47 91

Conseiller spirituel
 PATRICE SAUVAGE
 chipat@orange.fr

Créateur de l'association
 FRÈRE BENOÎT BILLOT OSB.
 benoit.m.billot@wanadoo.fr

Trésorière
 MARIE SIMON 06 30 87 31 96

Secrétariat administratif
 ODILE LECHEVALIER
 3 rue du Lunain
 94230 Cachan
 01 45 46 57 19 (répondeur)
 maisondetobie@gmail.com

Coordination des stages et sessions
 ANNE DESMOTTES
 8 avenue Gambetta
 94600 Choisy-le-Roi
 01 48 53 50 81 (répondeur)
 anne.desmottes3@orange.fr

Bulletin
 MARIE SIMON
 ET NATHALIE LE SUEUR
 aidées d'une équipe
 marie-t.simon@wanadoo.fr

Site internet
 googlesites lamaisondetobie

Adresse mail
 maisondetobie@gmail.com

Cotisations*
 Membre actif : 27€
 Couple adhérent : 41€
 Sympathisant : 21€
 Membre bienfaiteur : 100€

Abonnement au Bulletin de l'association
 • La version papier est comprise dans le prix de la cotisation
 • Abonnement seul : 13€

* Si vous optez pour la version pdf envoyée par courriel, les prix sont les suivants :
 Membre actif : 18€
 Couple : 32€
 Sympathisant : 13€

Libeller les chèques à l'ordre de LA MAISON DE TOBIE chez Marie Simon
 2 impasse du versoir
 91430 IGNY

Activités hebdomadaires

(sauf pendant les vacances scolaires)

PRIÈRE DU CŒUR

Anne Desmottes LUNDI - 19 h CHOISY

TAI-CHI-CHUAN à partir du 15 septembre

Jean-Gabriel Boulanger MARDI - 17 h THIAIS
 Jean-Gabriel Boulanger VENDREDI - 19 h THIAIS
 Michel Foucher MERCREDI - 19 h CHOISY

EXERCICES ÉNERGÉTIQUES à partir du 15 septembre

Jean-Gabriel Boulanger JEUDI* - 10h CHOISY
 (salle le Royal)

ZAZEN

Jean-Gabriel Boulanger VENDREDI - 14h CHOISY

PRATIQUES MÉDITATIVES (DANS L'ESPRIT DU ZEN)

Une équipe autour de D. Simon ... JEUDI - 20h30 CHOISY

*Toutes ces réunions durent 1h30, sauf celle du jeudi matin qui dure 1 heure

Les adresses

THIAIS (94320)

Salle du Panorama
 Allée du Panorama
 (face au 27 rue Maurepas)

ETIOLLES (91450)

Prieuré Saint-Benoît
 1 allée Saint-Benoît

CHOISY-LE-ROI (94600)

- Salle Le Royal
 13 avenue Anatole France
- La Maison
 10 rue Rouget de Lisle
- Chapelle N-D de Lourdes
 1 rue Adolphe Sannier

Google sites lamaisondetobie