

## **Voyage au JAPON** (mars 2020)

### **Poème court du 10 mars**

Le présent est rencontre  
La rencontre est présent.

### **Haïku du 11 mars 20 (monastère)**

La fleur en chemin  
S'est ouverte ce matin  
Le temps est serein

### **Poème du 12 mars (expérience capsule)**

*(Arbre de vie 7 vers en 5 6 7 7 6 6 5 syllabes)*

Ce qui te surprend  
Te révèle vraiment.  
En profondeur tu apprends  
Comme une pierre polie  
Dont l'angle s'arrondit  
L'harmonie embellit  
Celui qui la vit.

### **Tanka du 13 mars (Hikone)**

Face à la beauté  
De la nature et des hommes  
Joie intérieure  
Apaisement de l'être  
Ce qui est vrai me remplit.

### **Tanka du 14 mars (Nagoya)**

Des doigts de l'homme  
La nature s'embellit  
Douceur, silence...  
L'abandon à l'intense  
Amplifie l'existence.

### **Tanka du 15 mars (Riokan)**

Sur le tatami  
Mes pieds, mon corps tout entier  
Tout ce que je suis  
S'abandonnent à la douceur  
De mon bien-être intérieur.

### **Haïku du 16 mars (jardin japonais)**

Pierre de lune  
Tapis de mousses brunes  
Le pin s'incline.

### **Haïku du 17 mars (Tokyo)**

Verticalité,  
Propreté, modernité  
Tokyo fascine

### **Haïku du 18 mars (Tokyo)**

Sushis et Sake  
De bons moments partagés  
Douceur des mots à propos.

### **Haïku du 19 mars (Tokyo, repas à Ryogoku quartier des Sumos)**

Saveurs et chaleurs  
Coupelle d'empathie vraie  
Joie, fraternité.

### **Haïku du 20 mars**

Voyage inédit  
Ancrages dynamisants  
Douce harmonie.

*(Christian Defebvre / Japon, mars 2020)*