

## LA VOIE DU ZEN ET LE 21<sup>e</sup> SIECLE.

### Quelques mots sur les origines et l'histoire jusqu'à nos jours, en Occident.

Vingt cinq siècles sont passés, nous sommes alors au Népal. Siddhârta Gautama cherche des solutions pour que les peurs et les souffrances humaines soient « éclairées » et cessent. A force d'études, de rencontres et d'expériences qui le mèneront au seuil de la mort, il conclut à un échec par ce cheminement.

Que l'Homme ne cherche pas de solution ou bien qu'il aille aux extrêmes conduit à l'impasse et à la production d'autres souffrances. Alors, l'ascète qu'il était s'alimente de nouveau correctement, reprend une hygiène de vie équilibrée et décide de s'asseoir tranquillement dans la position appelée DHYANA.

Faisant une unité de conscience avec son corps et son souffle, l'ensemble observe, ne rejetant rien, ne suivant aucune production mentale, ne cherchant rien, seulement assis. Aucune perception, sensation ou pensée ne trouble son être ainsi unifié. L'expérience suprême apparaît alors par l'expérimentation. Il applique ensuite ses réalisations dans son existence : le Bouddha historique est né. La Voie de l'Eveil se met en mouvement : le Bouddhisme.



*A la source de l'Univers,  
Nul n'existe  
Mais tout y est contenu.  
Aucun Chemin, Sentier ou Voie n'y apparaît.  
Personne n'est attaché, tout est libre.  
Les moyens ne sont pas le but.  
Celui-ci n'est qu'illusion, support.  
Car Cela est.  
Sans condition, en toutes choses et non-chose,  
Dehors, dedans, en haut, en bas, à gauche, à droite,  
LIBRE.*

*Monto de Patso*

Il enseigne, guide jusqu'à la fin de sa vie les êtres sincères et sensibles, en précisant bien que chacun expérimente par lui-même, qu'il n'y a rien où transmettre de particulier. La réponse est là, à chaque instant, où l'on se trouve.

Depuis 2500 ans, les Maîtres témoignent des réponses trouvées. Ils enseignent comment y accéder car même si la réponse est là, pour tous, un cheminement est nécessaire pour que « les aveugles voient ».

Ce que l'on nomme « transmission » est en fait une confirmation des réalisations de « l'Ancien au Nouveau » .

Le Bouddhisme s'est répandu en Orient. Différentes écoles sont nées, s'adaptant à l'époque et à la culture des gens du lieu. Très, trop souvent, la lecture et l'étude des textes étaient la base de l'enseignement.

Au 6<sup>e</sup> siècle, le patriarche Boddhidharma partit de Sri Lanka vers la Chine

transmettre les outils de la Voie. Son Enseignement se basait sur la pratique de la posture du Bouddha et tout découlait de l'expérimentation. Ainsi, des outils qu'il utilisait naquirent le CH 'AN, devenu ZEN au Japon. Il enseigna les moines de Shaolin dont les Budô japonais sont les enfants.

Au Japon du 13<sup>e</sup> siècle, Dogen retrouve cette authenticité, cette simplicité et cette force du Zen. Aujourd'hui quelques transmetteurs continuent la dynamique des Anciens à travers le monde, suite au Roshi Harada et aux Maîtres Taïsen et Suzuki.

Cette posture de référence existait chez les druides et les Celtes comme en témoigne une statue, serait-ce donc un outil pluri-millénaire qui se transmet au fil du temps sur Terre ?



### **Quelques outils pour aider.**

Au seuil des temples Zen, on peut lire ces deux phrases : pensez avec vos pieds, marchez avec votre ventre.

### **L'identité de l'Homme et la Voie du Zen.**

Le formidable moteur de l'individualisme actuel a engendré, entre autres phénomènes, une perte de repères et un égocentrisme exacerbé. L'intellect et le matérialisme écartent souvent l'aspiration des femmes et des hommes de la dimension spirituelle concrétisée au quotidien.

Par sa démarche pragmatique et ses résultats vérifiables, le pratique de la Voie du Zen s'appuie sur l'action : assis, debout, mobile ou immobile. L'attention de l'instant, la réceptivité et la conscience en action s'incarnent dans le corps. Le cheminement et les expériences sont donc quotidiens, où que l'on se trouve.

Les Maîtres recommandent de mettre en œuvre les actions suivantes : l'attitude, le comportement, le geste, la posture, l'esprit et la parole justes. Cette notion de « justesse » se comprend par l'expérience de la dynamique de la posture de l'Eveil et par tous les exercices codifiés que le chercheur va étudier. Cette étude vivante de la Voie du Zen construit une nouvelle identité que le scientifique Paul Chauchard (neuro-biologiste et neuro-pédagogue) nommait la *bio-conscience*. Elle apporte une nouvelle dimension à la personne dépassant celle de son ego. Les expériences scientifiques franco-japonaises, ont démontré l'action de cet entraînement à propos du rééquilibrage des deux hémisphères cérébraux et du développement d'autres parties du cerveau (corps calleux, ...).

Cette *bio-conscience* est la première identité des chercheurs « ZEN ».

Les pratiquants de la Voie du Zen sont alors bien loin de se déterminer comme étant : pauvre ou riche, blanc, noir ou autre, de posséder ceci ou cela, d'être intelligent dans tel ou tel domaine....., de bien montrer sa, ses différence(s) avec l'autre et les autres ; bref, tout ce que l'on nomme ego et qui engendre tant de souffrances.

Et pourtant, l'eau de nos cellules est bien la même que celle qui ira de l'océan à la rivière, après avoir nourrit les végétaux comme les animaux, ce que l'on aime et ce que l'on déteste...

Comment ne pas voir que l'humain est en totale interdépendance avec le reste de la nature ?

Comment l'humain peut-il considérer sa peau comme une frontière imperméable ? Alors qu'elle respire, reçoit et transpire. Alors que son nez est vide, sans barrière ? C'est l'Ignorance de la bio conscience et celle de la véritable inconsistance de l'ego qui lui déclenchent ses peurs et ses souffrances, comme celles qu'il crée aux autres.

*La maturité de la Voie de l'être  
Est-ce fruit nécessaire  
Cultivé par le jardinier  
Céleste et terrestre,  
Patiemment, mais sincèrement mûri  
Sur l'arbre universel.  
Offert délicatement aux êtres sensibles,  
Il brille sous le soleil,  
Sans ombre, au zénith.*

*Monto de Patso*



**Placer ses pieds sur les traces des pieds des anciens.**

S'arrêter à cette identité bio-consciente est aussi un véritable danger pouvant aboutir à la construction d'un « sur-moi », au développement d'un ego qui devient dangereux pour soi-même et pour les autres.

De nos jours de consommation de produits et de services, la plupart des personnes se comportent dans un Temple (ou Dôjô, en japonais), comme si elles étaient dans un magasin ou un cours de gymnastique « commerciale ». C'est ainsi que la Voie du Zen est devenu seulement une activité à profit ou à objectif personnel. Un très grand nombre de lieux du zen sont des lieux d'activité dirigés par des personnes, certainement sincères, mais Ignorante de la Voie du Zen. Il est dommage que certains anciens aient autorisé certains pratiquants à faire « les perroquets », en ouvrant des salles de pratique, en répétant ou lisant les Réalisations d'autres personnes, sans les avoir eux-mêmes réalisées ; en guidant des êtres sans repère véritable. C'est un

véritable problème aujourd'hui pour les chercheurs qui aspirent à s'éveiller, ils risquent de ne plus apporter de crédit au « zen » car c'est devenu un « zen consommateur ». La Voie du Zen est brouillée dans leur esprit. Ils pratiqueront des heures dans le brouillard en croyant que le ciel est dégagé...

L'éducation de l'Ancien ou de l'Ancienne montrent le chemin. Dogen disait déjà au 13<sup>e</sup> siècle que sans Maître authentique, mieux valait ne pas pratiquer la Voie du Zen. Que toute personne sincère se mette en quête du Maître, qu'elle ne se satisfasse pas d'un animateur d'activité aussi brillant soit-il.

Le temps de la vie est trop court pour être gaspillé. Que le chercheur trouve l'énergie nécessaire pour cheminer véritablement, qu'il ne s'attende pas à la facilité, la Voie dérange profondément. Mieux vaut ne rien faire si nous sommes « tièdes », la Voie n'est pas compatible avec un état d'être « tiède ». Il faut être prêt à se « déformer », à tout oublier de ses passés. Maître Deshimaru disait de la Voie du Zen qu'elle était comme « entrer dans son cercueil ». Et à la fin, le zen est même oublié... seulement un outil.



La Voie du Zen conduit donc à une nouvelle dimension de la conscience humaine et une qualité de vie incomparable. Les anciens disaient : condition normale du corps et de l'esprit, véritable identité de l'Homme.

### **XXI<sup>e</sup> siècle, technologie, mutations et la Voie du Zen :**

Epoque extraordinaire en regard de la vitesse de transformation de la matière et de celle du transport des informations. Ce siècle est aussi un instant de l'humanité au cours duquel vont se poser quelques questions essentielles :

Jusqu'où travailler la matière ?

Quel est le sens de cette course à l'infiniment petit et à l'immensément loin ?

Que devient l'homo sapiens sapiens alors qu'il va probablement recevoir du matériel nanométrique dans son être ? Etc...

Mais y-a-t-il beaucoup de femmes et d'hommes qui se posent ce type de questions ?

Les Maîtres Zen n'ont pas vertu à donner des réponses sur l'avenir de l'Humain ou sur celui d'un autre genre mi-Humain, mi-machine. Par contre sur le présent et l'amélioration des conditions spirituelles de l'homo sapiens sapiens, les outils qu'ils proposent permettraient :

d'élargir leur conscience au sein du Vivant et ne pas considérer que leur « propre » vie ,

D'ajuster leurs réflexions et leurs actes sans se couper des autres créatures et fruits de la nature,

Participer à l'évolution en indiquant que l'homo sapiens sapiens n'a pas terminé son évolution hors manipulation génétique et/ou implant nanométrique afin d'assurer une éthique et un respect mutuel entre les êtres.

Enseigner le comportement qui conduit à l'harmonie entre les êtres et le reste de la Nature,

Etc, ...

Y-a-t-il beaucoup de femmes et d'hommes qui seraient prêts à se mettre personnellement en Chemin d'Evolution, de respect et d'intégrité ?

Car, même si tout n'est que vacuité ; chaque pensée, parole, acte ou comportement engendre des conséquences sans fin. Vont-elles apporter du bonheur ou du malheur ? La conscience de l'humain va-t-elle se laisser étouffer par les vues égoïstes de son égo ?

Vous seul(e) avez la réponse...

Monto dé Patso,  
Dirigeant du Templo de la Senfina Patso, Pyrénées Atlantiques, France.  
[www.centrezen.com](http://www.centrezen.com)