

REFLECTS

Une autre approche de l'actualité

A
C
T
U
A
L
I
T
É

DOSSIER

**DÉCRYPTEZ
VOUS-MÊMES
L'ACTUALITÉ**



**TAHAR
BEN JELLOUN**

Le conflit
Israélo-Palestinien...
c'est sans fin !

CHRISTIAN BOBIN

Une vie simple

PHILIPPE COUPEY

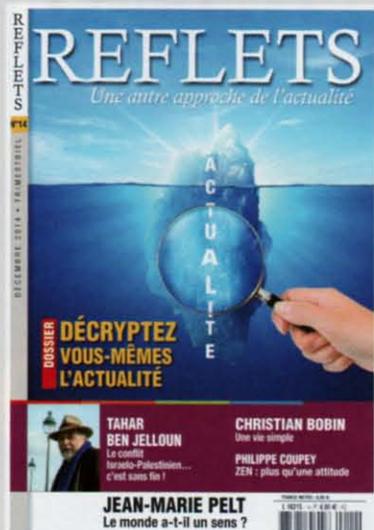
ZEN : plus qu'une attitude

JEAN-MARIE PELT

Le monde a-t-il un sens ?

L 16213 - 14 - F: 6,90 € - RD





Sommaire

■ N° 14 - Décembre 2014

actualité

- 7 Réduction des allocations familiales
Michel GUIDEZ
- 9 La foi, otage de la folie - *Bruno HAULOT*
- 13 Le climat et les hommes - *Christian RŒSCH*

objectif

DOSSIER DÉCRYPTEZ VOUS-MÊMES L'ACTUALITÉ



- 18 Décryptez vous-mêmes l'actualité - *Christian RŒSCH*
 - 23 **Pauvre victime !** *Bruno BERTE et Jean-Luc KOPP, psychologues et psychologues corporels*
 - 26 **Décryptage selon la méthode Reflets**
- LE CONFLIT ISRAËLO-PALESTINIEN selon :
- 21- Emmanuel DESJARDINS
 - 29- Tahar BEN JELLOUN
 - 31- François-Nicolas D'ALINCOURT
 - 32- Le Père COLOMBANI
 - 35- Arouna LIPSCHITZ
- 33 **Billet de « bonne » humeur** - *Christian RŒSCH*
 - 35 **Ecrire, pas si simple**
 - 36 **Fiche pratique** : *Si on jouait... à décrypter l'actualité*
 - 38 **Témoignage** : *L'école d'écriture : une aventure intérieure...*



L'actualité reflétée sur
www.revue-reflets.org

 www.facebook.com/revue.reflets

Abonnez-vous !
REFLETS chez vous tous
les trimestres. (page 82)

Vous pouvez nous contacter pour nous dire vos critiques, vos suggestions, vos expériences, nous faire connaître des personnes ou des lieux hors du commun...
contact@revue-reflets.org

Nous poser une question à propos des abonnements :
abonnement@revue-reflets.org

société

- 40** **Jean-Marie PELT**
La coopération, mieux que la division
- 46** **La forêt qui pousse...** *Thérèse RŒSCH*
- 47** **Aider la forêt qui pousse...** *Guibert DEL MARMOL*
- 48** **Star Trek** *Chronique de Stéphane REMUS-BOREL, spécialiste financier*
- 49** **L'automédication quel usage ?**
Docteur Jean-Patrick CHAUVIN
- 51** **Marc VELLA** *Eloge de l'imperfection*
- 53** **Une situation explosive au Liban** - *Jean SADAKA*



nous avons aimé...

- 56** **une exposition, des livres, une pièce de théâtre...**

tradition & spiritualité

- 62** **ZEN Plus qu'une attitude, une voie**
Entretien avec Philippe REI RYU COUPEY
- 70** **Gitta MALLASZ** *Scribe des Dialogues avec l'Ange, mais encore ? - Maryline HUBAUD*
- 71** **Le coin du maître et du disciple**
Le petit, si petit Jésus - Jean DHÈRE



confiance d'artiste

- 74** **Christian BOBIN** *Une vie simple*



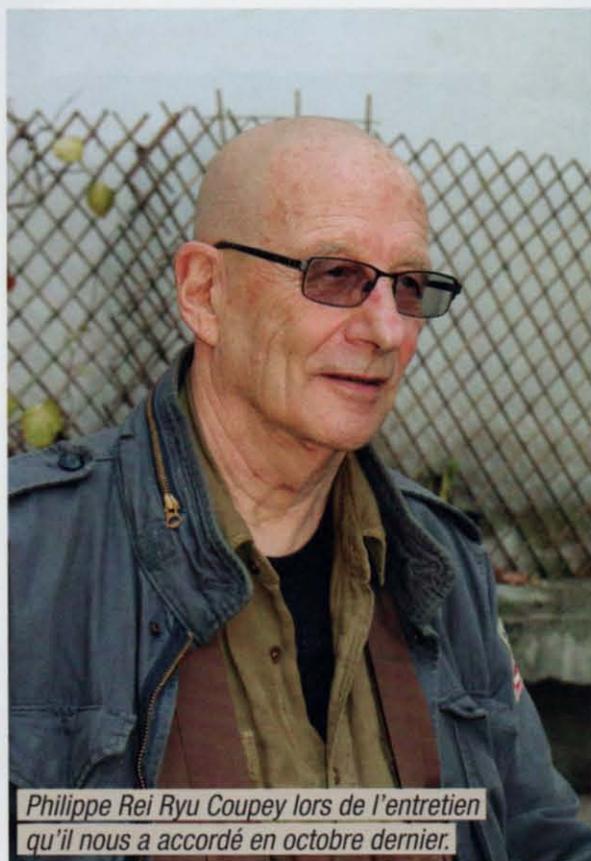
abonnement

- 82** **Pour le quatrième anniversaire de REFLETS, avec un abonnement de soutien nous offrons deux anciens numéros (à choisir)**

ZEN

Plus qu'une attitude, une voie

Entretien avec Philippe Rei Ryu Coupey



Philippe Rei Ryu Coupey lors de l'entretien qu'il nous a accordé en octobre dernier.

Philippe Rei Ryu Coupey fait partie de ceux qui ne suivent pas le courant dominant même quand celui-ci vient du Japon. Il respecte l'esprit que lui a inculqué son Maître Taisen Deshimaru : le Zen est avant tout une pratique intérieure. Fidèle à cet enseignement, le Zazen (être assis), qu'il enseigne en France et dans de nombreux pays, est épuré des rituels accessoires.

Nous avons eu le plaisir de rencontrer Philippe Coupey sur le lieu même où Maître Deshimaru – grâce à André Malraux – a enseigné à Paris, pendant des années jusqu'à la fin de ses jours.

Merci à Michel Raffoul pour sa collaboration à cette interview.

Qu'est-ce qui vous a amené au zen ?

Rien ne m'a amené au zen. J'ai eu des problèmes psychologiques assez graves mais ça ne m'a pas ouvert des portes en particulier. J'ai fait toutes les bonnes écoles en Suisse et en Nouvelle-Angleterre aux États-Unis. Et puis j'ai eu des chocs. Plus tard, à New York où j'ai vécu dans les années 1960, il y a eu la drogue, le LSD... Moi, j'aimais bien l'aventure de la drogue, mais ça ne m'a pas fait voir Dieu. Peut-être les maladies, les difficultés avec les gens et avec le monde. Les drogues m'ont donné une perception tout de même : on arrive à voir quelque chose d'autre que l'humain, ce n'est pas juste nous, nos petits problèmes qui sont en jeu. La première fois que j'entends parler de zen, c'est lors d'une rencontre avec un ami dans le métro à New York. Il me

présente à un type qui pratique ce qu'on appelle « zazen »¹. Je dis « Ah bon, c'est quoi ça ? ». Alors il m'explique qu'on s'assoit devant un mur et qu'on reçoit des coups de bâton dans le dos. Alors moi, je regarde ce type et je me dis : voilà encore un autre cinglé. Pourtant, je commence à lire des bouquins, les livres m'ont beaucoup aidé à trouver la Voie. Je suis surtout un lecteur de grande littérature. Mais pourquoi suis-je allé de la grande littérature – Rabelais, Dostoïevski, Gogol, Beckett – vers le bouddhisme ? Je ne sais pas mais voilà : d'abord, je lis des livres sur l'hindouisme, aussi un peu sur le christianisme mais finalement, je n'étais pas trop touché par cela. Et puis, certains bouquins m'ont fait comprendre que dans le passé, il y avait quelque chose que

1- Zazen est la posture de méditation assise de la pratique du bouddhisme zen : assis les jambes croisées en lotus ou en demi-lotus, ou en tailleur. La colonne vertébrale est bien droite, menton rentré et nuque étirée. La main gauche est posée sur la droite, les paumes vers le haut, les pouces forment une ligne droite.

l'on a perdu depuis et je me disais : « *Pourquoi est-ce que cela n'existe plus aujourd'hui ?* ».

Cela m'a beaucoup travaillé. Cela signifie-t-il que le monde et donc les hommes ne font qu'empirer ? Et moi aussi alors ? Il faut dire que je ne lisais pas de livres « légers ». Je lisais les grands penseurs, les maîtres et des livres écrits dans les années 80 comme les auteurs chinois Huang-Po, Hui-hai, Hui-neng. Je ne connaissais rien mais je lisais ça et j'étais complètement émerveillé. Mais – malheur des malheurs – ils disaient tous la même chose : qu'il fallait trouver un vrai maître sinon on perdait son temps.

Cela signifiait donc que même lire des livres sur le sujet était, à la longue, une perte de temps. Ça m'a fasciné. C'est facile de dire cela dans les années 80 mais de l'entendre dans les années 1960, c'était très fort ! Ça m'a secoué.

Puis j'arrive à Paris au début des années 1970, je pratique alors le karaté et on me parle d'un maître zen derrière Montparnasse. Pour y parvenir, il fallait juste traverser le cimetière – ça aussi c'était très fort – et je vais au dojo. Et c'était comme si je l'avais déjà vu. Sur la porte, il y avait écrit « Zen sôtô »². J'avais déjà lu le professeur Suzuki qui faisait comprendre que le Zen sôtô était inférieur au Zen Rinzaï. Alors, je me dis : « *Pas de chance.* » Ce sentiment de déjà-vu que j'avais à ce moment-là, c'était très curieux. Et figurez-vous que lorsque j'ai aperçu maître Deshimaru pour la toute première fois, j'étais déjà son disciple ! Cela m'interrogeait mais je savais qu'en étant comme ça, j'étais sincère avec moi-même.

Vous l'avez reconnu ?

Ce n'est pas tout à fait ça mais c'est ça. Je ne suis pas quelqu'un qui doute. Douter de quoi d'ailleurs ? Là, voilà devant nos yeux un bâtiment, là-haut un avion... Le maître ? Lui n'a rien de plus que maître, c'est-à-dire rien d'extraordinaire. Ce qui est extraordinaire pour moi qui connaissais déjà la pensée karmique en lisant tous ces bouquins – et beaucoup de bouquins tibétains – c'est que je me disais tout simplement : « *Quel bon karma, j'habite déjà à côté du dojo, comme c'est étrange !* ». Voilà la Grande Rencontre, mais la rencontre n'a rien de spécial. C'était plutôt amusant.

Il faut dire que j'avais un faible pour les grands hommes. Mon père m'a tourné le dos et m'a déshérité, et ça renforce

peut-être l'élan vers l'avant. Alors je vois Deshimaru pour la première fois dans le dojo avec sa tête de mongol rasé qui frappe le sol lors d'une cérémonie (sampaï)³. C'était spectaculaire. Il avait une tête comme une boule pour casser les murs, même couleur cuivre, même rondeur. Le lendemain, je l'ai recroisé dans la rue et il m'a dit : « *Tu es Américain ?* ». Ça l'intéressait beaucoup. Il parlait anglais, un anglais bâtarde mais il ne parlait pas français du tout. Il m'a alors demandé « *Qu'est-ce que tu fais ?* ». Je lui ai répondu que j'étais écrivain. Ça lui a plu un Américain écrivain, je

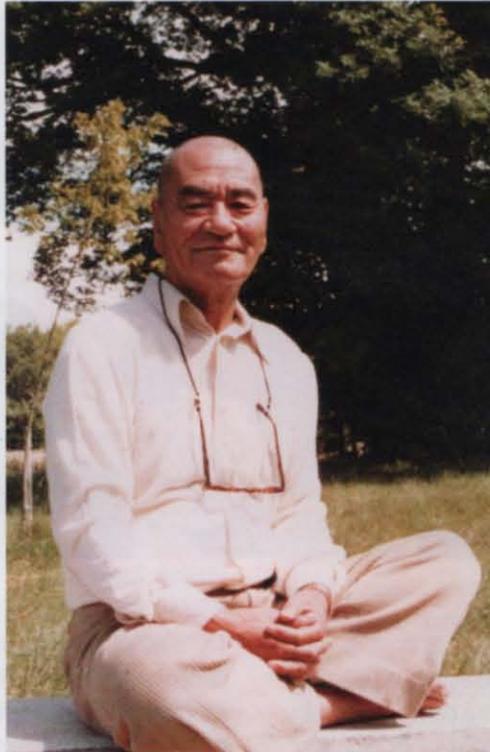
l'ai vu tout de suite. Il voulait tout simplement quelqu'un qui écrive pour lui. On a eu un échange très fort. J'avais un bouquin à la main. « *C'est quoi ?* » m'a-t-il demandé. Je lui ai répondu que c'était Huang-Po⁴ parce que je relisais ce livre sur la transmission du zen pour la 3^e fois. « *Huang-Po ?* » s'est-il exclamé. Il a frappé mon livre avec son bâton et le coup a vibré jusqu'à mes tripes. Il m'a dit : « *Moi, Huang-Po !* ».

Il était en effet Huang-Po et c'était là une reconnaissance. Ce n'est pas moi qui le reconnaissais mais moi qui apercevais la reconnaissance. Il était là, le vrai, l'authentique Huang-Po. J'avais peur qu'il me demande beaucoup et il m'a en effet demandé beaucoup pendant les 10 ans que nous avons passés ensemble. Il y avait toujours entre nous le jeu de la limite. « *Tu as fait combien de pages ?* » Il comptait alors les pages. Il ne lisait pas le français, il donnait l'enseignement

en anglais et je l'écrivais en anglais. Il était ravi parce qu'il pouvait le lire. En fin de compte, ce qui l'intéressait, plus que ce qu'il avait dit et le contenu du texte, c'était le nombre de pages !

Depuis cette rencontre, est-ce qu'il y a eu des moments déterminants dans votre parcours ?

Parfois, je me pose la question : est-ce exact de dire que ça, c'était le moment clé ? Ou est-ce que je ne me raconte pas des histoires ? C'est tellement facile de parler ainsi. Après, on cristallise autour et cela fait partie de notre répertoire ; on ne sait plus ce qui est vrai et ce qui n'est pas vrai. Qu'est-ce qui constitue un moment clé ? Est-ce qu'il y a un moment clé ou un moment déterminant ? Est-ce que nous le fabriquons ? Le moment clé serait par exemple le premier jour ? >>>



Taisen Deshimaru au temple de la Gendronnière au début des années 80.

3- Triple prosternation.

4- Huang Po - Obaku en japonais – grand moine zen, maître de Rinzaï.

2- Sôtô est la principale école du bouddhisme zen.



*Deshimaru pendant une ordination
au dojo Pernety au milieu des années 70.*

»» Il y a eu le « déjà-vu ». Mais aussi le premier jour, Deshimaru s'est levé et s'est posté derrière moi. Je ne l'avais jamais entendu parler. Il commence alors à parler et dit : « Ici, c'est le Zen sôtô. Et ici, il n'y a rien à obtenir ». Et ça, c'était très fort. J'en avais les larmes aux yeux. Il n'y a rien à obtenir. Vous imaginez ce que cela veut dire ? Bien sûr, on a déjà tous lu cela, le non-objet. Alors, qu'est-ce qui est fort ? Et moi qui suis déjà disciple et je ne le savais pas ? Est-ce que plus tard je me raconte des bobards ? Finalement, ce moment était extrêmement fort parce qu'on était tous en zazen, dans la pénombre, habillés de noir. Et tous là, et ce pour ne rien obtenir ! Il est 7 heures du matin, on est une trentaine, assis, totalement silencieux, sans mouvement. Quelle concentration ! Quel enseignant ! On sentait un grand feu et l'esprit à ce moment-là, si on pratique correctement, qui ne se pose sur rien... On ne suit pas ses pensées. On n'est plus pour le bon ni contre le mauvais. Je crois que l'esprit de tous à ce moment-là est l'esprit de l'hypothalamus, l'esprit instinctif qui s'ouvre. Le pratiquant entend quelque chose qu'il a déjà lu quelque part. Mais ce qu'il a lu, c'est du papier. Là, il le vit complètement ! Ce sont les circonstances, les conditions, le dojo, la pratique ensemble.

L'expérience, est-ce qu'on peut dire ça ?

Oui, on peut dire ça mais il s'agit d'une expérience continue parce que ce n'est pas juste une fois, un seul moment sans

rien d'autre, sinon cela ne veut rien dire. Deshimaru prenait l'avion pour diriger des sesshins à l'étranger, c'était très impressionnant de réaliser ce que cet homme était en train de faire. Il partait, il voyageait pour aller transmettre ce qu'il avait reçu.

J'ai eu aussi beaucoup de chance. Parlons de l'éveil ou du satori, pourquoi pas ? Je comprends qu'on dise qu'il faut être pratiquant pour être éveillé mais ce n'est pas forcément vrai. J'ai tout de suite compris des choses avant d'être pratiquant. Avant ça, j'étais déjà disciple... À la base, on peut dire que je suis un intellectuel, j'ai écrit des livres. Mais je ne me vois pas comme intellectuel. Je me vois comme celui qui a simplement des pensées qui tournent tout le temps dans la tête.

Quel rôle a joué maître Deshimaru dans votre parcours ?

Bien sûr, sans lui, je n'aurais pas été ici. À la mort de Deshimaru, on était tous choqués. Ce jour-là, je me suis rendu au dojo, c'était Étienne⁵, son premier disciple, qui m'a informé de sa mort. J'étais vraiment bouleversé. Mais la mort fait tellement partie de la vie que c'est inévitable et quelque part, on peut même dire que ça n'a aucune importance. Toute ma famille est morte. J'ai vu des morts assez violentes autour de moi.

5- Etienne Zeisler, décédé en 1990.



Philippe Rei Ryu Coupey (à gauche) avec Taisen Deshimaru à la sortie de l'ouvrage «La voix de la vallée». Roland Yuno Rech est à droite.

Dans le cas de la mort de Deshimaru, comme peut-être la mort de toute personne proche de soi, c'était comme si un énorme arbre s'était abattu dans une forêt sombre. Cela nous a obligés, comme dirait l'image, à pousser et à trouver un peu de soleil dans toute cette obscurité, parce que ce qui s'était passé, la mort du maître, n'était pas vraiment ensoleillé. Mais alors, quand l'arbre n'est plus là, les autres peuvent pousser. Après le choc, c'était à nous de travailler. J'étais l'un de ses défenseurs. C'était une bonne période pour nous. Les attaques et critiques nous tombent dessus, venant des Américains, des Japonais, et même de certains Français. Mais la mort de Deshimaru nous a rassemblés, nous, les disciples. On était déjà ensemble mais là, il fallait qu'on continue son enseignement, qu'on le protège et qu'on le pratique tout le temps. Il y avait quelque chose de positif à sa mort. Il n'existe pas de quantité dans la vérité des choses. C'est ainsi. Tout a changé avec sa mort. Avant c'était lui et après c'était nous.

La mort du maître a-t-elle fait apparaître différentes manières de comprendre son enseignement ?

C'est venu plus tard. Je suis en plein là-dedans aujourd'hui. Il est mort en 1982. Vers les années 2000, ça a commencé à mal tourner, c'est-à-dire que des visions différentes, des compréhensions différentes ont émergé parmi les disciples et parmi les disciples des disciples.

Vingt ans après ?

Je dirais à peu près quinze ans après la mort de Deshimaru, cela a vraiment commencé parce qu'on n'avait plus de chef. Étienne, celui qui avait tout pris en main, est mort 8 ans plus tard. Après sa disparition, cela a été chacun pour soi. Il y avait des tendances différentes qui sont apparues. Deshimaru avait dit « *Quand je ne suis plus là, vous continuez mon*

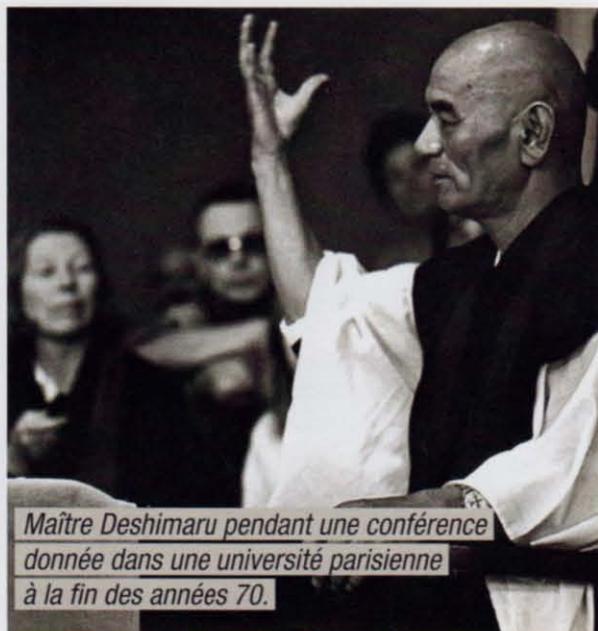
enseignement. » Je suis l'un de ceux qui suivent ce qu'il a dit. La tradition ne peut pas exister si elle n'est pas d'avant-garde. La musique avec Stravinsky, n'était pas la tradition, c'était l'avant-garde. Sa musique n'était pas quelque chose de l'époque qui va disparaître comme les choses à la mode. Lui, il reste parce qu'il est complètement dans la tradition.

Je ne suis pas du tout traditionaliste dans le sens étroit du terme comme on en voit beaucoup. Ma vie est simple dans ce sens-là. Je poursuis ce que Sensei a dit parce que j'y crois dans mes tripes. Ce n'est pas simplement de l'ordre de la croyance, je sais que c'est exactement ça. Mais ce n'est pas restreint à lui, à Deshimaru, c'est finalement ce qu'il a enseigné. Moi, je ne suis pas lui et je ne veux pas être lui. Je suis moi et je fais avec son enseignement comme les autres qui ont reçu son enseignement font à leur façon. Alors, nous avons eu des conflits. Je considère que ce que Deshimaru a laissé est tellement fort, que nous tous, sans qu'on le sache, devrions être des grands leaders spirituels. Ça me paraît normal puisqu'on a reçu cette transmission qui est quelque chose d'extraordinaire.

Ainsi, mon optique est très simple : nous sommes les chefs. Il n'y a personne au-dessus de nous pour nous dire ce qu'on doit faire. C'est à nous de décider tous ensemble. Il n'y a pas de hiérarchie. Nous n'en avons rien à faire des hiérarchies. On pense que ceux qui ont des temples qui datent de plusieurs milliers d'années, comme au Japon, peuvent nous aider lorsqu'ils viennent en Europe. Malheureusement, ils nous possèdent en imposant des grades, des rituels, des cérémonies, comme si c'était « la classe » ! Et tout ça n'est sollicité que par nous-mêmes. C'est triste, la faiblesse des êtres humains. Deshimaru a dit : « *Faites attention avec cela, ne tombez pas dans ce piège de temples et de grades cléricaux à la japonaise.* » Alors, je ne tombe pas dans ce piège. Mais les autres ne se trouvent pas assez forts peut-être et ils réclament un zen qui n'est plus lié à Deshimaru mais à la structure purement formaliste et de ce fait vide, vide...

Je considère que ce que je fais est l'enseignement de Deshimaru mais ce n'est pas du Deshimaru, ça ne peut pas l'être d'ailleurs. Sa vision, c'est ça qui m'intéresse. Pourtant, la vision qui est la mienne n'est pas la sienne. J'étais un des maîtres enseignant à la Gendronnière⁶ pendant des années mais à la fin, les divergences étaient trop grandes. Notre pratique est une pratique corps/esprit, c'est-à-dire, on s'assoit et on se débrouille devant le mur. Cela paraît facile. Après les douleurs, quelques années, 10, 15 ou 20 ans, pas de grade, rien. Et ça les gens n'aiment pas trop, même les anciens qui ont 15 ans de pratique, ils s'ennuient à la fin. Ils connaissent le zazen, face au mur. Quel ennui ! Alors qu'est-ce qu'ils font ? Ils vont glisser dans la pratique des cérémonies... Petit à petit, si on ne fait pas attention, on est phagocyté par le cérémonial. Partout dans le monde, pas seulement ici, je le vois partout et je comprends >>>

6- Temple zen créé en 1979 par Deshimaru près de Blois.



Maître Deshimaru pendant une conférence donnée dans une université parisienne à la fin des années 70.

»» comment il faut protéger notre pratique. Mais on ne la protège pas très bien. Il y en a comme moi, comme Luc Boussard⁷, comme Stéphane Kosen et comme d'autres. On essaie de se mettre ensemble pour perpétuer ce que je viens de dire du zazen, pas tous ces gestes et manières de frime. Pour moi, l'important, c'est de protéger la pratique.

Il n'y a rien de spécial, sauf être là. Tout se passe dans l'inconscient ou dans l'invisible. Toutefois, certains n'arrêtent pas de faire entrer des rituels. Même à la Gendronnière! On chante maintenant un petit sūtra pendant le zazen. Il faut protéger le zazen de toutes ces cérémonies. On s'ennuie parce qu'on évite la vie quotidienne, la répétition, l'enseignement du maître. Alors on veut être classe et on est reconnu par le Japon. À présent, à la Gendronnière, lorsqu'ils font la cérémonie après le zazen, ce sont des cérémonies haut de gamme. C'est aussi bien fait qu'au Japon.

Le bouddhisme zen est-il une religion ou une voie laïque ?

D'abord, ce n'est pas une religion. Le bouddhisme, bien qu'on puisse l'appeler religieux, n'est pas une religion. C'est nous-mêmes qui sommes religion. Et pour ce qui concerne la laïcité, c'est une invention de l'homme car fondamentalement, il n'y a pas de laïcité. L'église chrétienne est devenue très importante comme le bouddhisme. Laïcs, ce sont des grades et des positions créées par le clergé et ça, je n'aime pas du tout.

À la Gendronnière, on a vraiment l'impression d'avoir affaire à une religion...

Oui, c'est pour ça que je suis contre. J'aime bien la Gendronnière, dont je suis d'ailleurs l'un des fondateurs.

7- Luc Boussard, écrivain, éditeur (Deux Versants), moine zen et responsable du Dojo zen de Die.

C'est là qu'on a planté les fondations d'un dojo dans la terre et on a fait une grande cérémonie avec Deshimaru en 1979. J'ai une chambre là-bas mais j'ai de gros problèmes avec la direction que prend l'Association Zen Internationale. Ça, c'est laïc, ceci, c'est monial. Je suis contre cette séparation ; le fait de se rapprocher du pouvoir hiérarchique du Japon, les directives du pouvoir clérical à Tokyo, qui est totalement sclérosé. Or c'est nous, en Europe, qui devrions être l'avant-garde traditionnelle du bouddhisme, pas le Japon, pas les États-Unis, personne d'autre que nous. Au Japon, la transmission dite spirituelle passe de père en fils, vous imaginez ! Avec Deshimaru, ce n'était pas de père en fils. Il est venu en Europe parce qu'il n'était pas né au sein de l'Église zen et qu'il ne pouvait rien faire là-bas. Nos dirigeants à la Gendronnière vont dans cette direction, de père en fils si vous voulez, vous allez voir. Je suis confronté à cela tout le temps. En France, et en Allemagne, une vingtaine de dojos fonctionnent avec moi. Je suis ce que l'on appelle leur « référent » officiel. Dans les autres, peut-être 200, qui sont affiliés à la Gendronnière, il faut suivre toute une série de cérémonies. Ils n'osent pas imposer cela aux dojos qui me suivent parce que cela ne passerait pas du tout. En Suisse, on envoie quelqu'un – un godo, un instructeur – qui n'est pas aussi ancien que moi et l'AZI lui dit : « Tu vas faire les cérémonies, tu vas chanter plus de sūtras, le Sandokai, l'Hokyozanmai etc. » Dans les dojos relativement jeunes, on leur impose des coutumes purement japonaises. Pour moi, c'est mettre la charrue avant les bœufs. Nous sommes ceux qui doivent s'affirmer, nous sommes ceux qui devraient être responsables de leurs actes !

Votre livre s'adresse à quel public ?

Je n'écris pas nécessairement pour les gens qui pratiquent le zen. Les livres que j'ai écrits précédemment étaient souvent destinés aux pratiquants et je ne voulais pas rester là-dedans. Je voulais faire quelque chose qui touche un public un peu plus grand. Alors, j'ai fait ce livre, *Zen d'aujourd'hui*, avec les thèmes de chapitres que les gens aiment bien : la politique, l'amour, les désirs, la compassion, la mort... L'idée principale, c'est qu'il y aura une suite. C'est mieux de le lire de A à Z c'est-à-dire de la politique jusqu'à la mort.

Donc, votre public, c'est au-delà des pratiquants ?

Oui, c'est le grand public. J'essaie de pénétrer dans les maisons d'édition qui ont une plus vaste audience. Les livres que je fais sont pour les gens qui pratiquent avec moi et pour le grand public si possible. Pour moi, ce n'est qu'un jouet, je joue. J'écris un autre livre en ce moment. À la base, je suis écrivain de fiction. Mais pour ce qui concerne le zen, je sais écrire dessus et je m'y applique comme je l'ai fait avec Deshimaru. Mais ce n'est pas pour moi, c'est pour nous et aussi parce que je veux préserver sous la forme d'un livre cet enseignement qui commence à s'effriter gravement.

Quelle est votre pratique aujourd'hui ?



Maître Deshimaru coupe une mèche lors de la cérémonie d'ordination de moines au dojo Pernety au milieu des années 70.

J'ai commencé en 1972, il y a 42 ans de cela. Au début, j'y suis allé petit à petit, presque tous les jours, cela a duré quelques années. J'avais ma famille. Et puis, à un certain moment, j'ai eu une pratique quotidienne. Il y avait Deshimaru bien sûr. J'allais dans les sesshins⁸ et les camps d'été avec lui. Les camps d'été – qu'on appelle aujourd'hui Ango – s'étendaient sur une durée de deux mois avec une pratique assez vigoureuse. Aujourd'hui, je pratique un peu moins parce que j'écris et je pratique chez moi, mais je pratique assez régulièrement avec les autres : six à sept fois par semaine dans le dojo. Le dojo, c'est pour moi essentiel mais pas du tout extraordinaire. Pourquoi je fais ça ? Je ne sais pas. Cela dit, je me suis toujours considéré non pas comme un raté dans ce monde qu'on connaît tous mais comme quelqu'un situé en dehors de cette structure sociale.

Marginal ?

Oui, mais un homme de la Voie est mieux placé qu'un marginal. Je me disais : « *Qu'est-ce que je peux faire sur cette Terre ?* » Alors j'ai écrit une fiction où le personnage, chapitre après chapitre, comme dans un leitmotiv, développe toute une technique pour se lever : il s'est bourré la gueule, il est fin saoul, il est avec une nana, il est bien ou pas bien, et alors, comment faire ? C'est comme une voiture, tu ne démarres pas en troisième, tu démarres en première. Chaque fois que le personnage, il s'appelle Dalley, se réveille, c'est un

autre monde. C'est une autre façon de se réveiller. Ce n'est jamais pareil. Ça, je peux le faire, que je sois un marginal ou un homme de la Voie, l'un implique l'autre dans notre société malheureusement. Mais après ça, qu'est-ce que je sais ? Je continue ainsi et grâce à cette habitude bien simple, je me réveille en première vitesse, j'enseigne aujourd'hui. Je pratique avec les autres, je dirige des sessions et des camps d'été en France et en Allemagne. Voilà ce que je fais et ce n'est pas désagréable du tout.

Comment faites-vous pour être présent à vous-même quand vous n'enseignez pas ?

C'est ça qui est important en fin de compte. La pratique n'est pas limitée à des jambes croisées et à être assis devant un mur. La pratique continue partout. On est exactement comme tout le monde, je ne suis plus marginal. Un pratiquant, c'est un homme comme tout le monde mais aussi, et en premier, c'est un homme de la Voie. Il ne se distingue pas, mais il sait ce qu'il fait. Il est avec sa respiration inconsciemment, automatiquement. Il suit sa Voie aussi. Il fume, il boit quand il veut. Mais cela ne veut pas dire qu'il est soumis aux actes de boire, fumer, faire l'amour. Le maître qui fume, c'est le maître qui donne l'exemple sur « comment suivre la Voie ». Le maître doit être là. Je veux bien fumer si c'est perçu comme l'acte d'un maître zen. Mais en soi, le fait de fumer ou de ne pas fumer n'a aucune importance.

Bien sûr, je pratique chez moi et j'espère que je suis dans la Voie continuellement. On ne peut pas être en dehors >>>

8- Sesshin : période consacrée à un zazen intense lors d'une retraite communautaire de un ou plusieurs jours.

»»» de la Voie en fin de compte. On n'a pas le choix, on se trouve dedans et parfois, on souffre avec la Voie, on n'est pas épargné par la souffrance, on la regarde, on peut la voir plus profondément qu'objectivement. On entre dans le domaine de la souffrance universelle.

La pratique quotidienne c'est tout ce qu'on fait, comment on se couche, comment on se lève, comment on mange... Ah oui, on ne doit pas manger de la viande, interdit si on est disciple, si on est maître. En effet ces jours-ci, j'entends toujours que les vrais maîtres ne mangent pas de viande. Eh bien mon œil, il n'y a qu'eux qui parlent comme ça ! Aussi, c'est tellement facile de parler comme ça et tellement léger. Dans l'avant-dernier livre que j'ai écrit, *Zen & Budo*, j'ai mis une photo à la fin. C'était à la Gendronnière, lors d'un banquet, il y avait tous les cuisiniers qui préparaient le barbecue, la viande. Ça aussi c'est la pratique, manger de la viande. On aide l'humanité mais surtout pas consciemment, pas délibérément. Bien sûr, il ne faut pas manger trop de viande, il faut aussi songer aux animaux qu'on mange. On devient malade et pas seulement dans le corps si on en mange trop.

Il y a combien de pratiquants du zen en France et en Europe ?

Tout dépend où est la limite. Qu'est-ce qui relève de l'école de Sôtô, qu'est-ce qui ne l'est pas ? Il y a une dizaine d'années, on était 2 000 adhérents à la Gendronnière dans l'AZI. Autour de moi s'est constituée la Sangha Sans Demeure. Nous ne savons pas vraiment combien nous sommes, on édite un journal, La lettre de la Sangha, qui sort trois fois par an et on l'envoie à 300 personnes. D'autres groupes sont plus grands, d'autres sont plus petits. Difficile d'évaluer, ceux qui sont liés à la Gendronnière et qui ne viennent pas dans nos sesshins : 500 ? 600 ? Moi je suis au trois-quarts en dehors de la structure, ce qui me plaît bien. Deshimaru est devenu marginal... depuis sa mort. Son enseignement est devenu marginal. La « tradition » a bien pris le dessus en France. Par conséquent, je suis devenu marginal malgré moi.

Qu'est-ce qui manque à notre monde aujourd'hui ?

Le regard intérieur. Ça commence là. On guérit le monde comme on se guérit soi-même ! C'est pareil avec la maladie. On est malade avec tout le monde mais intérieurement. Tout fonctionne par étapes. Dans ma pratique, je me suis d'abord centré sur moi-même et j'ai oublié le monde entier. J'étais le malade de tout le monde. Après, il y a une autre étape, celle de redécouvrir qu'on est un, et ça avant la maladie, on est un avec les choses naturellement. Deshimaru proposait une image : « *La falaise s'effrite mais la lune continue à briller dans le ciel* ». C'est comme ça que je vois les choses : la maladie s'effrite comme s'effrite la falaise, mais pas la lune. C'est ainsi que je peux faire ce que je fais, continuer à pratiquer c'est-à-dire m'asseoir et ne pas bouger. J'ai beaucoup de chance.

Il y a eu cet éclatement du terme Zen. On voit maintenant dans les revues « *Pratiquez la méditation zen, vous allez être mieux* ». À l'époque, on disait qu'être zen, c'était être dans une secte. Aujourd'hui, c'est fini. Les enseignants zen sont tous gentils, arborant de grands « sourires Colgate ». Ils donnent la compassion assez facilement, alors on est bien acceptés. Le zen est beaucoup moins espionné par les autorités ni même mis en doute comme avant.

L'enseignement du zen authentique apporte à celui qui le pratique sincèrement une forme de détachement où on trouve tout, et aussi l'amour universel. On est moins influencé par les illusions... Le zen d'aujourd'hui, c'est comme le zen d'il y a 1 500 ans. C'est extraordinaire comme cela n'a pas changé. La même posture assise, le même inconscient naturel. À travers les siècles, rien n'a changé.

Mais il y en a qui mettent moins d'importance dans la posture de zazen, comme l'école américaine. Ou les Japonais qui font de longues sesshins de 12 à 15 heures de zazen par jour... C'est la Voie ça, quand on finit comme une patate ? Lorsque je suis allé au Japon, notre interprète, un Américain, était là depuis toujours. Dans le dojo, on se levait à 2 heures du matin et on continuait jusqu'à 9 heures du soir. Lui, il s'asseyait et en deux minutes, il était tout avachi. Alors, je lui ai dit : « *On ne t'a jamais dit qu'en zazen, on garde la colonne vertébrale droite ?* » Il hésite, réfléchit et me répond : « *Oui, en effet, j'ai entendu ça quelque part* ».

La posture est le cœur de tout et le fait de tourner autour est une bonne chose, parce qu'ainsi, on ne tourne pas autour de soi-même. La posture vient en récupération, inconsciemment, on n'est plus dans ses pensées puis on revient dans ses pensées mais si on reste ainsi dans ses pensées, c'est grave. Et si on ne reste que dans sa posture, c'est grave aussi. Il faut ne mettre aucune importance sur rien, juste être libre, libre de penser à sa posture, libre de ne plus penser à sa posture.

Qu'est-ce qu'une bonne posture ?

Il n'y a pas une posture. Il y a une posture mais il n'y a pas une posture. Ça veut dire que chacun étant différent, elle ne peut être unique. Même pour le handicapé, - il n'y a pas de handicap et il n'y a pas de handicapé. Ce qu'on fait, c'est la posture exacte... On a de l'énergie lorsque le zazen est fort. Ce qui se passe souvent, c'est qu'on n'est pas bien, on a mal, on veut que ça arrête. Si les autres souffrent, je souffre avec eux. Mais, parfois, je souffre tellement que je n'accorde plus aucune importance à la souffrance. Automatiquement, je prends une posture dynamique parce que seulement par là on peut supporter la souffrance. C'est peut-être l'éveil aussi chaque fois qu'on se redresse. On revient à son corps... Comment se tenir ? Comment tenir la tête ? Comment tenir les épaules, la colonne vertébrale et ça, que l'on soit en zazen ou pas... Tout cela est lié à l'esprit. Si on est avachi, la tête ne va plus bien du tout. On n'est pas tout à fait endormi, on est à moitié endormi. On n'est pas bien dans la tête. Quand on se tient bien, la tête s'éclaircit.

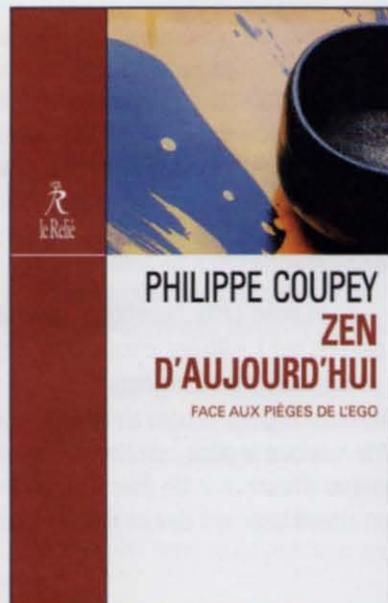


Maître Deshimaru et la sangha devant le restaurant «daruma» qu'il venait d'ouvrir rue Pernety.

Comment voyez-vous l'avenir du zen ?

La lune va toujours briller. Le zen va toujours être là. C'est vrai qu'en Chine, ça a passé, peut-être cela reviendra-t-il. Au Japon, peu pratiquent le zazen. Deshimaru est mort. Pour moi, le futur est ici. Aux États-Unis, je trouve leur façon de pratiquer vraiment « cucul ». Ils pratiquent beaucoup, ils font beaucoup de cérémonies. Les Américains sont contrôlés par le Japon. Je vois bien tout ça, ils sont gentils. C'est sucré, plein d'amour et de compassion. Ce n'est pas ça la pratique. Dans certains dojos aux États-Unis, les pratiquants se mettent en zazen avec une théière et sirotent leur tisane pendant la pratique. Tout ça influence le zen pour le futur mais il y aura toujours le vrai zen et ça, c'est mon travail. Il faut que je préserve autant que possible ce que j'ai reçu. Et ne pas me préoccuper de ce qui va arriver, que ce soit un échec ou pas. L'échec n'est pas mon affaire. Mon affaire c'est de faire ce que je peux faire. Nous, on doit faire attention à ne pas nous faire diriger par les Japonais, les cérémonies et les gens qui veulent fuir la pratique seule, sans décorations. Ne pas fuir et ne pas ajouter des choses et y glisser des cérémonies. Quand on lui a demandé comment il voyait l'avenir du zen, Deshimaru a répondu : « *Ne vous inquiétez pas de ça. Un disciple ça suffit.* » Et il a ajouté : « *Un demi-disciple ça suffit.* » Voilà l'avenir du zen. ■

Livre



PHILIPPE COUPEY
ZEN
D'AUJOUR'HUI
FACE AUX PIÈGES DE L'EGO