

# La voie de la révélation immédiate !

Dragon magazine a présenté dans son numéro de l'été un dossier complet sur la méditation aujourd'hui. Nous n'avons pas pu rencontrer à l'époque Philippe Coupey, qui est sans contexte en Occident le dépositaire du message originel de maître Deshimaru. C'est chose faite : voici son interview.

**P**hilippe Coupey nous fait dans ce numéro le point sur le Zen aujourd'hui en Occident, et souhaite nous parler des moines guerriers.

**Dragon Magazine : Le Zen est-il une méditation ?**

**Philippe Coupey :** On entend aujourd'hui, et c'est nouveau, l'expression « méditation Zen ». Le zen que m'a enseigné Taisen Deshimaru, un maître zen japonais envoyé par son maître Kodo Sawaki pour « planter la graine du zen en Europe », n'a rien à voir avec la méditation telle qu'elle est diffusée et enseignée aujourd'hui en France. L'Europe était un magnifique terrain, à la fois neuf et chargé d'histoire, pour mettre en pratique le message de Maître Deshimaru : s'asseoir, tout simplement.

Aujourd'hui, ce message est contrecarré par deux courants divergents. Le premier, que j'appellerais l'américanisation de la pratique, se retrouve par exemple dans des expressions comme : « La méditation peut vous rendre plus performant » ou bien « Voir l'aspect positif des choses ». Pourquoi faudrait-il ne voir que l'aspect positif des choses et pas l'aspect négatif ? Ce courant est à l'opposé exact du bouddhisme qui enseigne la non-dualité. Prétendre qu'on peut obtenir quelque



**Taisen Deshimaru (1914-1982), maître bouddhiste zen japonais de l'École Soto, a profondément marqué le monde du zen occidental.**

chose par le zen est un non-sens. Le zen va tellement au-delà : c'est la voie de la révélation immédiate. Ce n'est pas une technique et il n'y a pas de but. C'est simplement l'assise. On regarde l'intérieur... pour oublier l'intérieur. On finit par s'oublier soi-même par pur ennui ! L'Ego se dissout. Transformer son petit ego dans un

ego universel, c'est transformer l'univers.

La force de l'enseignement de Maître Deshimaru m'avait convaincu de le suivre parce qu'il allait au-delà des concepts enfantins comme le zen/bien être ou la pleine conscience où l'on ne pratique que pour soigner son petit ego. Dans cette conception de la méditation santé, on se concentre sur soi. C'est la méditation à la carte. On ne peut être plus éloigné du zen qui est la concentration sur la chose suprême. De plus, il peut être dangereux pour certains de se concentrer sans cesse sur leurs propres émotions, leurs états d'esprit spéciaux, leur petit soi. On peut finir à l'hôpital.

Aussi, le zen se transmet de maître à disciple au sein d'une lignée qui remonte au Bouddha, et même bien avant. Comment peut-on pratiquer le zen, comme le budo, sans se situer dans une lignée ? C'est nier le respect aux ancêtres qui est l'une des bases essentielles des sociétés orientales et de la pratique. J'imagine les vieux arbres qui pleurent.

Le deuxième courant divergent, c'est le rapprochement qui s'opère depuis peu entre le zen occidental et les autorités du zen Sôtô au Japon : la Shumicho. Cela revient à tomber dans la religiosité et même, peut-être, dans l'idolâtrie. Ce qui compte avant toute chose, c'est la pratique de zazen. Notre organisation doit être au service de zazen et pas le contraire. On ne fait pas zazen pour

justifier une hiérarchie et une structure. C'est bien beau de faire des festivités avec des incantations à Maître Deshimaru, mais ce serait plus honnête de respecter son enseignement.

**La pratique de zazen permet-elle d'améliorer sa pratique des arts martiaux ?**

Nous savons que la pratique de zazen est sans but : mushotoku. Pourtant, celui qui pratique le zen pourra peut-être obtenir quelques bénéfices. Pour cela, vous devez vous asseoir dans la bonne position et respirer. Lorsque vous inspirez, c'est l'énergie cosmique qui entre en vous, mais tout se fait sur l'expiration avec le hara, ce qui est un point commun entre le zen et les arts martiaux.

Améliorer sa technique en arts martiaux n'est pas un but, du moins d'un moine zen. Cependant, Maître Deshimaru était aussi un expert en kendo. Il a pratiqué des méthodes de concentration avec l'esprit de vigilance : zanshin. Et vivre ainsi pleinement l'instant présent peut permettre de gagner rien de moins que le grand combat.

**Faut-il donner aux débutants un enseignement zen qui leur permette de maîtriser un art martial ?**

Il faut parler de l'efficacité aux débutants pour les inciter à pratiquer. Zazen peut en effet les aider à mieux maîtriser l'art martial qu'ils pratiquent. Cet aspect est important dans la vie d'un dōjō, d'une école, d'une discipline.

À l'évidence, nous avons nous aussi besoin des débutants, pour le business. Nous sommes en interdépendance avec eux. Il faut toujours les respecter. C'est grâce aux débutants que nous existons à travers les siècles. Un proverbe zen dit que la proportion de vrais pratiquants ne représente pas plus qu'un poil sur neuf vaches. Le débutant doit venir et se regarder lui-même, et même s'il ne se voit qu'une seule minute pendant l'heure de zazen, il est alors un poil sur neuf vaches. Pour cette raison, un débutant à ce moment doit être traité comme un ancien.

Tout le monde cherche la Voie et c'est toujours la même chose : comment résoudre le problème de l'ego, de l'orgueil personnel, comment trancher. Toute personne qui cherche sincèrement la Voie la trouvera

sans difficulté. Elle la trouvera dans l'un ou l'autre : le zen ou les arts martiaux, mais pas dans le boulot, dans la politique ou dans le sport. Autrement dit, nous faisons comme nous voulons quand nous pratiquons la voie de Bodhidharma. Il ne faut pas oublier que Bodhidharma est le premier patriarche non seulement du zen mais aussi des arts martiaux.

**Que nous apprennent les moines guerriers japonais ?**

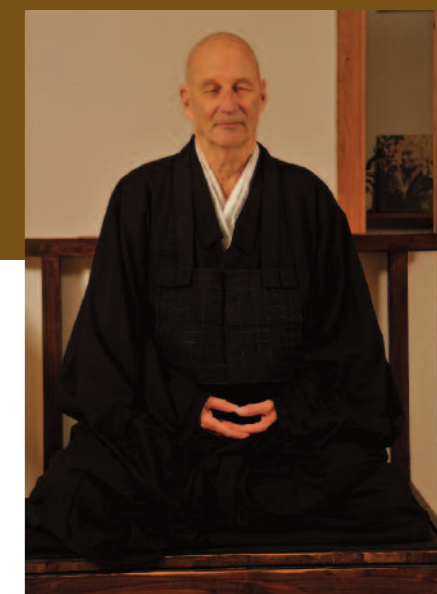
C'est une réalité, ils ont existé au Japon au Xe et au XIe siècle. Ce n'étaient pas des moines de la tradition zen mais tendai. Ces moines attaquaient les temples voisins de leur propre tradition tendai pour y prendre le pouvoir (et le butin pendant qu'ils y étaient). Ce n'était pas un conflit de doctrine mais simplement de prise de pouvoir. C'étaient de mauvais moines car ils ne combattaient pas contre leurs propres démons et pour la vie universelle, pour la voie du ciel.

Mais ces moines menaient aussi d'autres types de combat : contre le pouvoir central, celui du shogunat ou des empereurs. Les temples voulaient alors garder leur autonomie et non pas être dirigés par un abbé désigné par les autorités.

Ce combat a commencé au Xe siècle et s'est terminé deux ou trois siècles plus tard mais en fait, cela se poursuit toujours. Je parle des combats contre les autorités zen du Japon qui sont installées ici, en France, et nous influencent beaucoup. Ils cherchent à nous restructurer dans une hiérarchie japonaise, ce qui n'est pas possible. Surtout quand on sait ce qu'est devenu le bouddhisme au Japon : une transmission de père en fils de la charge des abbés à la tête des temples. Vous imaginez ? Et 90 % des abbés qui dirigent ces temples actuellement disent même qu'ils n'aiment pas zazen ! Et nous devrions suivre cette direction ? De même que les moines guerriers du Xe siècle, il nous faut combattre le pouvoir japonais de la Shumicho qui s'impose de plus en plus chez nous.

DM : Merci Philippe Coupey pour votre disponibilité et vos propos. ●

**Interview de Philippe Coupey par Christian Courtonne pour Dragon Magazine.**



**Philippe Coupey est moine zen, disciple de Maître Deshimaru. Il pratique et enseigne le zen au dojo zen de Paris.**



**Le marteau de bois.**



**L'autel avec le Bouddha au dojo zen de Paris.**

