

## LE CENTRE TCHAN A TOUS

### SALUT ET VERITE.

Avant toute chose, il importe que vous vous pénétriez de certains principes. Nous vous demanderons donc de lire attentivement les lignes suivantes.

1° Un être humain "éveillé" est, au plein sens du terme, lucide et conscient. Dès le départ, vous devez donc vous orienter vers ces deux qualités, lucidité et conscience. Pour cela, il vous faudra faire preuve, vis-à-vis de l'enseignement lui-même, d'un constant esprit critique. Lorsque il y a vingt ans, un postulant se présentait au "monastère ouvert" de Kliang-Si, demandant à recevoir l'initiation Tchan, le Grand Maître Wou lui posait la question suivante : "Etes-vous prêt à accepter pour vrai, sans examen, ce que vous diront vos instructeurs ?" Si le candidat répondait : "Oui!", le Maître, avec douceur mais fermeté, l'invitait à se retirer car "un aveugle volontaire ne peut espérer voir un jour la lumière".

Ceci ne signifie pas, évidemment, qu'un esprit de dénégation systématique est souhaitable dans l'enseignement. L'adepte qui nierait, à priori, tout ce qui lui est dit, prouverait par son attitude qu'il estime en savoir plus que ses instructeurs dans la matière enseignée et il serait absurde, bien entendu, de prétendre mener à l'éveil un tel esprit, buté, sclérosé. Mais certaines thèses émises par le Centre peuvent paraître étranges, voire démentielles à des personnes non informées. Nous ne vous demanderons donc pas de croire sur parole ce que nous avançons, par exemple en ce qui concerne les rapports existant entre l'homme et le Temps. Faites jouer, à la lecture de ces thèses, votre esprit critique. Parfois, assez souvent même, l'éveil proprement dit, c'est à dire la prise de conscience cosmique, se manifeste à la suite du heurt se produisant entre les concepts anciens et l'apport nouveau.

2° Nous vous demanderons par contre de suivre à la lettre nos instructions, surtout en ce qui concerne les attitudes à prendre. Ces attitudes sont les mêmes pour tous puisque le but à atteindre est le même pour tous. Mais elles doivent être nuancées, "interprétées" en fonction du psychisme et parfois du métabolisme de chaque adepte. C'est pour cela que nous vous prions instamment de répondre au questionnaire que vous trouverez dans chaque envoi et de le retourner aussi vite que possible à J. Calmar. Le présent envoi est, comme vous le voyez, entièrement ronéotypé car chacun de ses éléments s'adresse à tous. Il en sera autrement la prochaine fois. A la lecture de vos réponses, J. Calmar apportera les retouches nécessitées par votre personnalité. Ces retouches se présenteront sous forme de lettres manuscrites jointes aux envois ronéotypés. L'astrologie du Tao nous a fourni sur votre être véritable des renseignements précieux. Nous savons que vous êtes potentiellement capable d'intégrer à votre conscient les vérités profondes qui gîtent dans l'Inconscient collectif humain.

Mais la vie a apporté dans votre psychisme certaines modifications. La nature de ces modifications n'apparaîtra qu'à la lecture des réponses que vous ferez aux questions qui vous sont posées.

3° L'enseignement Tchan vous semblera peut-être "sec" et dénué d'Amour. C'est là un reproche qui nous a été souvent adressé. Aux yeux de certains de nos détracteurs, un tchaniste est un individu monolithique, puissamment maître de lui, ne craignant rien, altruiste par raison, mais dénué de toute "sensibilité". Pareil grief fut fait, jadis à des personnalités aussi éminentes que Lao-Tseu et Sidartha Gautama, le Buddha historique. En réponse, nous disons ceci : l'homme pleinement éveillé est seul capable d'aimer vraiment car il est conscient, totalement, des liens fraternels qui unissent les êtres. L'homme ordinaire aime ou n'aime pas au gré des illusions qui le bercent. Il accorde sa sympathie et la retire selon l'impulsion du moment sans même se rendre compte du fait que ses sentiments lui sont imposés par les influences extérieures ou par l'état de ses organes.

4° Nous vous demandons de ne pas vous laisser impressionner par l'apparente difficulté de certains exercices et surtout de certaines attitudes à prendre. La tradition du Tao, d'accord sur ce point comme sur bien d'autres avec l'ésotérisme occidental, affirme que ces attitudes furent celles de l'homme avant la chute, de l'homme primordial, de l'homme éveillé. En les retrouvant, vous ne faites que reprendre, pas à pas, le chemin de l'Humanité véritable - celui qui n'aurait jamais dû être quitté pour une autre voie, car cette dernière ne pouvait mener qu'à la souffrance et à la mort. Si vous rencontrez des difficultés et vous en rencontrerez - faites-le savoir à J. Calmar. Décrivez ces difficultés. Souvent, elles ne sont qu'apparentes. Mais, dans certains cas, elles ont une existence réelle et il convient alors de les contourner et non de les affronter.

Si nous vous demandons de ne pas croire aveuglément tout ce qui vous est dit, nous insistons par contre sur le fait que vous avez tout avantage à faire confiance au dévouement de votre instructeur. Nous ne sommes pas des commerçants, des "industriels en psychologie". S'il en était autrement, nous accepterions n'importe quels élèves et nous n'en faisons rien. Ce que nous voulons est simple : nous cherchons des femmes et des hommes susceptibles de former une élite d'un genre particulier. Car, à la longue, l'action d'une minorité bien "équipée" s'exerce comme un levain sur la masse et tous les êtres profitent de cette action.

Appartenir à une élite ne signifie pas nécessairement posséder une forte culture. Il y a certes, parmi vous, une majorité d'intellectuels. Mais notre enseignement est dépourvu de toute expression technique ou sophistiquée. Les intelligences étant de natures diverses - portées, par exemple, vers l'analyse ou vers la synthèse - il arrivera que vous comprendrez mal certains exposés ou qu'ils ne vous paraîtront pas convaincants. Cela n'est pas grave car tout est prévu pour que chaque forme d'intellect reçoive, à un moment donné, lumière et

compréhension. Du reste, la seule compréhension intellectuelle serait insuffisante. Lorsque viendra l'Eveil, votre être entier "comprendra". C'est ce but ultime que visent les Attitudes et certains exercices.

Encore quelques mots avant de terminer ce préambule : à aucun moment l'enseignement ne traitera d'un sujet religieux. Nous dispensons une philosophie pratique et nous conduisons nos adeptes vers un état de conscience supérieur sans nous soucier de l'appartenance confessionnelle de ces adeptes. Nous comptons dans nos rangs des chrétiens, des bouddhistes, des taoïstes, etc... et des gens qui estiment que la Connaissance du Tao équivaut à une option religieuse. Il se peut, cependant, que parmi nos nouveaux adhérents, se trouvent des personnes qui souhaiteraient trouver dans notre enseignement une certaine orientation vers le Divin. Si tel est votre cas, faites connaître la nature exacte de vos aspirations à J. Calmar, lequel, neutre en la matière, vous mettra en relation avec des personnes compétentes.

Et maintenant, voici notre premier exposé théorique.

- : - : - : - : - : - : - : - : - : -

Vous est-il arrivé de rencontrer un homme totalement, parfaitement heureux ? De tels êtres existent, ce sont les Sages, mais, pour le moment, nous ne tiendrons pas compte de ces hommes supérieurs. Avez-vous un jour rencontré un être humain ordinaire qui à tout moment et en toute sincérité, pouvait dire : " je suis pleinement, totalement heureux". Nous ne pensons pas qu'une telle rencontre ait pu se produire ...

L'homme ordinaire souffre des mille maux, des mille petites choses qui encombrant sa vie. Mais, supposons, pour l'exemple, un humain très équilibré, dont le système nerveux - par miracle - résisterait aux chocs incessants de l'existence. Dotons cet homme hypothétique d'une santé de fer, d'une vie affective harmonieuse au plus haut degré, d'une fortune considérable et à l'abri de tout aléa, d'une occupation professionnelle qui le passionne et de loisirs nombreux et bien remplis. Un tel homme, peut-on penser, doit être pleinement heureux : IL A TOUT POUR CELA ! Est-ce bien sûr ?

Ne pensez-vous pas que son heureux présent puisse être rongé, corrodé, par cette pensée, exprimée ou non : un jour ou l'autre, mon bonheur doit finir ? S'il en était autrement, comment expliquerait-on les débauches et les folies, souvent criminelles, de tant d'individus manifestement chéris par la Chance et la Fortune? Comment expliquer le besoin de "s'étourdir" manifesté par tant d'hommes et de femmes auxquels tout souriait ? Pourquoi les suicidés, véritables Gribouilles, sont-ils plus nombreux dans les pays où l'existence est facile et le niveau de vie particulièrement élevé ? La vérité est que l'homme ordinaire ne peut être pleinement, heureux parce qu'il sait que le bonheur présent ne peut être éternel. La mort le fera, un jour ou l'autre, disparaître. Que l'on nous comprenne bien. Nous ne prétendons pas que, tous les humains sont obsédés par la perspective de la

mort physiologique. Les individus braves et maîtres d'eux-mêmes ne manquent pas même au sein de l'humanité "non éveillée". Mais tous les hommes, consciemment ou pas, sont marqués par la crainte de l'échéance inéluctable - du néant qui suivra la vie.

Votre thèse, direz-vous peut-être, ne vaut que pour les athées, les matérialistes. Les croyants, à quelque religion qu'ils appartiennent, savent que l'au-delà leur réserve une autre existence, différente, certes, de la vie actuelle, mais d'une qualité supérieure. La réfutation de cet argument est simple. Elle tient à ce terme même : croyant. L'homme CROIT, il ne détient pas de preuves et certaines idéologies lui font un mérite de cette foi sans preuves. Il est, certes, en toute religion, des croyants qui possèdent des preuves, des certitudes : ce sont les mystiques. Mais nous étions convaincus, bien avant Bergson, du fait que leur expérience est, par définition, incommunicable.

Nous affirmons ceci : croire est une bonne chose, mais posséder des certitudes est beaucoup plus efficace en ce qui concerne la conquête du bonheur. Ces certitudes nous allons vous aider à les obtenir. La technique du Tao est basée sur le postulat suivant : contrairement à une opinion trop répandue, l'Univers n'est ni absurde ni inconnaissable à l'esprit humain. Il convient toutefois de noter que, dans cette perspective, le mot "esprit" perd son sens habituel, car une compréhension totale engage tout l'être, corps compris et non pas seulement les facultés psychiques.

Voici un bon exemple de ce que nous avançons Lisez les phrases qui vont suivre. Lisez-les au moins une fois chaque jour durant la quinzaine qui vient..... Vous serez ou non d'accord avec ce que vous lirez, n'importe. Mais il est certain que votre intellect en comprendra le sens. Cependant, votre ETRE total ne le comprendra pas. S'il en était autrement, vous connaîtriez déjà l'Eveil et nous n'aurions plus rien à vous apprendre. Voici ces phrases :

" Le temps est UN et éternel. Passé, présent et avenir COEXISTENT. C'est la conscience seule qui se déplace..."

Vous avez lu ? Sans doute avez vous pensé : comprendre ces phrases ne présente aucune difficulté; cependant, les affirmations qu'elles contiennent sont tout à fait gratuites. De plus, même en admettant qu'elles expriment une vérité, cette vérité, purement métaphysique, ne saurait exercer d'influence sur ma destinée et, à plus forte raison, sur mon comportement quotidien ...

Vous pouvez croire cela. Pour le moment nous n'essayerons pas de vous détromper. Nous vous invitons simplement à relire ces phrases tous les jours au moins une fois. Soulignez-les d'un trait de crayon afin de pouvoir les retrouver aisément dans le texte. Actuellement, certes, vous ne pouvez les comprendre qu'avec votre seul intellect et leur effet est nul. Mais, dans peu de mois, elles seront intégrées à votre être entier. Et vous serez alors LIBRE, totalement. Encore une fois, nous ne vous demandons pas de croire à la réalité de cette

promesse mais simplement d'agir, en adoptant, dès maintenant, l'attitude TSYNG-CHEN dans sa première phase.

- : - : - : - : - : - : - : - : - : -

La première phase de l'attitude Tsyng-Chen est bien connue de la psychologie occidentale qui l'utilise dans le traitement de certaines névroses. Elle est, dans les cas de timidité pathologique notamment, d'une efficacité incontestable.

Le bouddhisme orthodoxe fait, en ces termes, l'éloge du Satipatthana, procédé apparenté au Tsyng-Chen :

" Celui, Ô moines, qui, durant non pas sept années, ni sept mois, mais sept jours, pratiquera le Satipatthana-Sutta – celui la atteindra le Nibbana (Nirvana).."

Dans le détail, Satipatthana-Sutta et Tsyng-Chen diffèrent assez notablement. Cependant l'idée de base est la même. Il s'agit dans les deux cas d'acquérir plus de conscience. Mais cette acquisition n'est pas dirigée vers le même but. Cela tient au fait que les fondateurs du bouddhisme et de la technique du Tao étaient des hommes supérieurs certes, mais de psychismes différents, presque opposés même. Sakia Muni, être admirable, était introverti. Il marqua sa doctrine du sceau d'un pessimisme grandiose et qu'il entendait dépasser. Le bonheur qu'il promet aux hommes est statique. Les Pères de la Technique étaient, au contraire, des extravertis. Chinois pour la plupart, ils devaient à leur appartenance ethnique une nette tendance au dynamisme qui les rapprochent des penseurs occidentaux. Leur vision du monde était très proche de celle du Sage de l'Inde, mais ils l'interprétaient en termes optimistes. Que l'on nous permette cette image grossière : mis en présence d'un récipient d'un litre contenant cinquante centilitres de liquide, le Bouddha l'eût trouvée à moitié vide et les Pères du Tao à moitié pleine. (Retenez les phrases qui précèdent : elles vous permettront plus tard de comprendre à quel point l'homme ordinaire est influencé par les pressions extérieures et par son propre tempérament. Et quelle pauvre chose est son "libre arbitre"...) )

Pour en terminer avec les ressemblances et dissemblances existant entre le Satipatthana-Sutta et le Tsyng-Chen, nous dirons encore ceci : le but du procédé bouddhiste est d'amener l'homme à constater l'impermanence de toute chose. Nous ne contestons pas la réalité de cette impermanence : nous prétendons rendre permanent ce qui ne l'est pas. Permanence et impermanence n'existent que relativement à la pensée en ce qui concerne le devenir humain. C'est pour cela que le but du Tsyng-Chen est, avant tout, d'obtenir la maîtrise de la pensée. Mais on peut dire aussi que la pratique de cette première phase du Tsyng-Chen provoque déjà un éveil partiel. Ainsi que nous l'avons dit plusieurs fois, ce que nous appelons "Eveil" est le plus haut degré de conscience que l'homme puisse atteindre. Il faut prêter attention à cette notion d'état(s) de conscience. Ordinairement, on admet qu'il n'existe que deux états de conscience non pathologiques chez l'homme : le sommeil et l'état de veille. La réflexion la plus élémentaire

nous permet de comprendre que cette façon de voir est erronée. Il existe un sommeil profond et sans rêves durant lequel l'être humain est aussi près de la brute qu'il est possible - un sommeil profond encore mais soumis à une activité onirique au sein de laquelle les parties conscientes et inconscientes du psychisme s'affrontent ou s'unissent - un sommeil léger qui permet au dormeur d'avoir conscience de tout ou partie des bruits venant de son entourage. Dans ce dernier cas et selon la profondeur du sommeil, ces apports extérieurs déterminent le réveil ou, au contraire, s'intègrent aux rêves sous une forme ou une autre. Il y a enfin cette frontière indélimitable entre sommeil et veille, que l'on appelle demi-sommeil. (Pourquoi "demi" et non pas, par exemple, quart ou trois-quart de sommeil ?).

Lorsque l'homme est enfin "éveillé" - nous voulons dire lorsqu'il est parvenu à l'état de veille ordinaire - il nous faut bien constater que cet "éveil" n'est pas toujours de même qualité. Toute une catégorie d'individus continue à somnoler longtemps après avoir quitté sa couche. Les gestes de ces gens demeurent gauches, maladroits, jusqu'à ce que leur métabolisme, retrouvant sa routine, leur permette de se conduire de façon plus naturelle, moins mécanique. Au saut du lit, ils évoquaient par leurs mouvements autant de robots. Plus tard, dans la journée, leur allure est devenue normale. Regardez-les : ils sont conscients d'eux-mêmes, de leurs gestes, de leurs attitudes. Ils sont conscients... Nous le sommes...

HALTE ! En êtes-vous sûr ? Au moment où vous lisiez ces lignes, aviez-vous, VOUS, simplement conscience de l'attitude qui était la vôtre ? Sentiez-vous la position de vos bras, de vos jambes, de tout votre corps ? Votre buste était-il droit ou au contraire incliné vers votre lecture ? Si vous répondez franchement à cette question - et il est de votre intérêt d'agir ainsi - vous verrez que cette conscience éveillée que l'homme croit posséder par droit de naissance n'est peut-être pas si "éveillée" que cela. Et, notons le bien, il ne s'agit là que de conscience corporelle. Faites le premier pas vers l'Eveil réel et, immédiatement, adopter l'attitude Tsyng-Chen dans sa première phase.

Il est aisé de prendre l'attitude Tsyng-Chen. En revanche - ceci doit être su de vous - il vous sera difficile de la maintenir longtemps, sauf si vous possédez déjà un certain entraînement en la matière.

Immédiatement - c'est-dire, dans la pratique, dès demain matin, au réveil - faites ceci : prenez conscience des mouvements et des positions de votre corps. Cela est d'une grande simplicité. Rien ne vous sera plus facile que de sentir pleinement, par exemple, le geste que fera votre bras lorsque vous ouvrirez la porte. Sentez ce mouvement et, simultanément, ayez au maximum conscience de l'attitude générale de votre personne physique. Voici comment vous devez procéder :

Vous vous éveillez. Après un flottement de l'esprit plus ou moins long, vous vous souvenez qu'il vous faut adopter, dès le réveil, l'attitude Tsyng-Chen. Vous

prenez tout d'abord conscience de la position de votre corps, lequel est, pour le moment, allongé. Vous vous levez, en fixant votre attention sur chacun de vos mouvements et, dans la mesure du possible, sur l'attitude générale de votre corps, respiration comprise. Durant votre toilette, maintenez cette attention : vous vous rendrez compte du fait qu'un nombre important de vos actions habituelles est le fruit pur et simple de l'automatisme. Surtout, ne tentez pas de MAITRISER cet automatisme. Contentez-vous de le surveiller comme vous surveillez vos gestes volontaires. La première phase du Tsyng-Chen n'est rien d'autre que cela : prendre conscience de ses propres gestes et attitudes physiques. C'est d'une exécution très simple. Par contre, maintenir longtemps cette surveillance est difficile, très difficile pour un débutant. Si vous n'avez déjà pratiqué le Tsyng-Chen sous une appellation ou une autre, vous ne devez pas vous illusionner : après quelques minutes, votre attention sera littéralement éparpillée aux quatre vents des phénomènes extérieurs. Votre esprit se retrouvera entièrement pris par l'interprétation des rapports de la vue, de l'ouïe, ou encore il ressassera le souvenir des événements de la veille, ou bien il établira des plans pour le lendemain. Nous savons que les choses se passeront ainsi. Cela est normal et ne doit, en aucun cas, vous décourager. L'être de l'homme se rend obscurément compte du fait que son grand adversaire est le Temps. Il essaye de le vaincre en employant cette arme dérisoire : la rêverie, laquelle, l'entraînant illusoirement vers le passé ou l'avenir, lui donne l'impression d'échapper aux limitations de ce qu'il nomme le présent. Notons bien ceci : pour l'adversaire - le Temps - la rêverie est une arme de pacotille dont les "coups" ne sauraient être craints, mais pour son utilisateur - l'Homme- elle se comporte en engin redoutable. C'est une sorte de boomerang qui rate toujours son but mais revient blesser celui qui l'a lancé.

Si nous voulons maîtriser le Temps - et tel est notre but - il nous faut tout d'abord établir notre emprise sur sa fraction la plus proche de notre conscience, celle que nous appelons le Présent et, pour cela, être présents dans ce Présent. Avoir conscience de soi-même, c'est tout d'abord avoir conscience de ses gestes et attitudes physiques dans l'immédiat. Nous ne saurions trop insister sur ce point. Tout le reste en découle. Il faut, dans ce début de formation, que vous soyez DANS ce que vous faites et nulle part ailleurs. Certes, il est nécessaire, pour les besoins de la vie courante, que vous établissiez des prévisions pour les actes que vous devez accomplir et que vous vous remémoriez certaines choses du passé. Les deux vont de pair, du reste, puisque ce que vous ferez dans le futur est conditionné par le passé. Lorsque, vous étant levé puis habillé en gardant, dans la mesure du possible, pleine conscience de vos gestes corporels, cette pensée vous viendra : "il faut qu'aujourd'hui je voie Untel qui, avant-hier, m'avait donné rendez-vous", passé et futur interviendront nécessairement et perturberont votre sens du présent. Mais que cette perturbation demeure momentanée. Ne vous complaisez pas dans les évocations d'un passé révolu ou d'un futur possible. Reportez, aussitôt que vous le pourrez, votre attention sur le comportement de votre être physique.





#####



*CENTRE TCHAN DE LIMOGES – ANCIEN ENSEIGNEMENT TCHAN - année 1968 -*

*Additif au texte 1 - 1968 - :*

*Vous avez trouvé avec ce premier texte, une courte lettre manuscrite que vous adressait personnellement notre Instructeur et par laquelle il vous souhaitait la bienvenue parmi nous. L'Ordre Tchan tout entier se joint à J. Calmar pour vous dire : " Bienvenue ! "*

*Nous souhaitons qu'au cours des mois qui viennent, se produise en vous cette " mutation " qui, d'un être humain en proie aux divers malaises engendrés par la vie, formera de vous un être humain libéré. Nous le souhaitons et nous savons que la chose est possible et même certaine pour peu que vous vous intéressiez suffisamment à l'Enseignement TCHAN.*

*Le texte que vous avez trouvé dans cette enveloppe est, comme vous le verrez, fort bref et voué aux seules généralités. Il en sera de même pour les trois textes qui le suivront immédiatement : ces textes constituent une sorte de préambule à l'Enseignement TCHAN proprement dit, " une mises en ambiance ". Ne comportant qu'un petit nombre d'exercices ayant surtout valeur de tests, ils sont destinés à " préparer le terrain " et grâce aux questionnaires qui leurs sont joints à déterminer quelle Voie est la Vôtre. (C'est pour cela que nous vous demandons de bien vouloir répondre, après mûre réflexion, à ces questionnaires sans vous étonner de leur puérilité qui n'est qu'apparente, nous vous l'assurons).*

*Il y a dans l'Enseignement TCHAN deux voies d'accès au Réel différentes car pour l'ésotérisme extrême-oriental, il y a deux types d'humains différents sur le plan des aspirations, spirituelle et matérielle. Toutefois, quelle que soit la Voie*

*que vous choisirez ultérieurement, VOTRE Voie ne saurait être exactement semblable à celle de n'importe qui d'autre : votre personnalité propre lui imprimera sa marque. Vos réactions ne seront pas - ne pourront pas être - celles d'un autre adepte quel qu'il soit. Vous éprouverez le besoin de poser des questions qui seront l'expression même de votre " être ". Ces questions, nous insistons vivement pour que vous les posiez. Ne craignez pas d'importuner notre Instructeur. Il est là pour y répondre : c'est sa Voie à lui, sa vocation. Cependant, nous vous demandons de bien comprendre ceci : nous n'avons pour l'instant que peu d'instructeurs en Occident. Le nôtre est particulièrement surchargé de besogne. En conséquence, nous vous demandons de tout sacrifier à l'efficacité : posez vos questions, mais faites en sorte que :*

*1. Chacune d'elle se rapporte vraiment à l'Enseignement TCHAN. Notre Instructeur n'a pas le temps de satisfaire une vaine curiosité : sa mission est de vous conduire à l'éveil au Tao. Elle est trop importante pour que du temps soit perdu.*

*2. Posez vos questions brièvement, clairement. Cette façon de poser les questions est en soi un élément de progrès. Abrégez au maximum les formules de politesse (la politesse est dans l'esprit, non dans les formules) et, en contrepartie, excusez à l'avance l'Instructeur si, de son côté, il répond avec une brièveté et une précision sans fioritures. Excusez-le aussi s'il lui arrive de ne pas répondre à l'une de vos questions. Ce ne sera pas négligence de sa part. Simplement, il agira ainsi parce qu'il saura que vous répondre sur certains points risquerait d'entraver vos progrès.*

*Que les Puissances Bénéfiques soient avec vous : LE CENTRE TCHAN*

#####