



**NOTE À PROPOS
DU « ZEN BIEN-ÊTRE » ET
DU « ZEN BUSINESS »**

Seine Zen – Sangha Sans Demeure

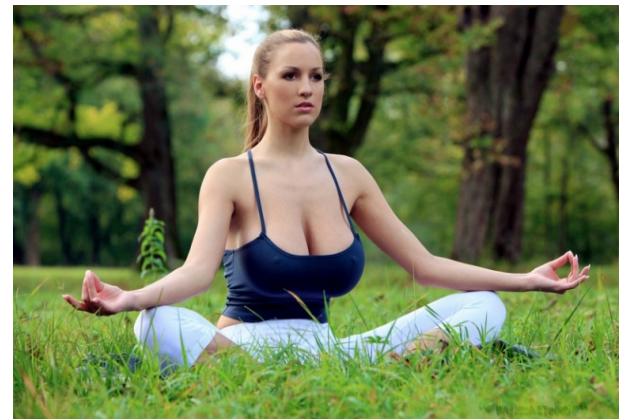
La vogue du mot « zen » et de la méditation

Ces mots sont aujourd’hui utilisés pour toutes sortes d’activités médicales et thérapeutiques, de confort et de bien-être, de plans marketing, de stratégies financières. Au point que le mot « Zen » est devenu un « label de bonheur garanti » à la portée de tous et la méditation le moyen d’y parvenir.



De quoi « zen » est-il le nom ?

On promet tout dans ce zen : intelligence émotionnelle, rentabilité, leadership, performance, paix intérieure et paix mondiale, succès et profit, pleine conscience, développement personnel, merchandising de méditation, opération « Maigrir dans son salon », détox mentale ou lutte contre la maladie d’Alzheimer.



À quoi le zen ne sert pas

- Le zen ne permet pas de maximiser son potentiel en détournant des « techniques » bouddhistes pour atteindre l'Éveil.
- Le zen n'est pas une pratique de décompression, de soulagement du stress, de détente et de bien-être.
- Le zen ne rend pas plus efficace ni plus rentable.
- Le zen n'est pas un produit de grande consommation ni un moyen de faire marcher le petit commerce.
- Le zen ne libère pas d'une vie insatisfaisante.
- Le zen n'est pas une thérapie relationnelle, physique ou psychique.
- Le zen n'apporte pas de prise de conscience politique.



Le zen bon à tout faire ?

Le zen est présenté comme la panacée pour résoudre l'intégralité des problèmes que rencontrent les hommes du XXI^e siècle.

Cependant, les objectifs du « Zen business » ne sont pas des buts valables, et la méditation n'est pas le moyen de les atteindre.

La méditation s'enracine dans des pratiques exigeantes et sincères en vue de se libérer de ses conditionnements, et non pour rendre ces conditionnements plus vivables.

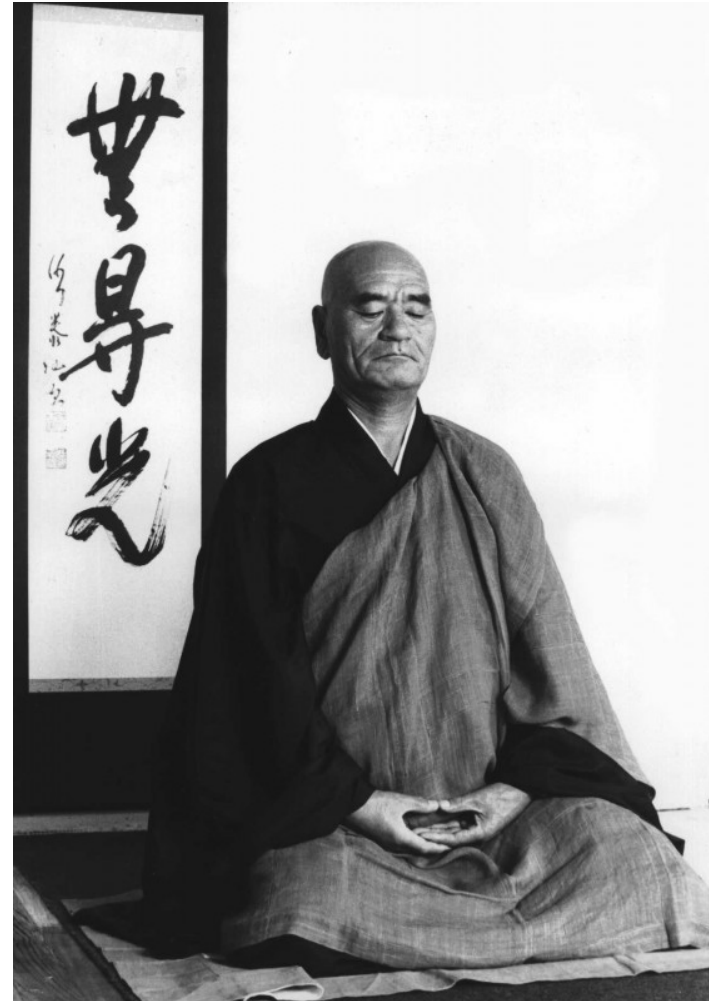
Ainsi, une pratique censée libérer devient un instrument d'aliénation qui conditionne encore plus !



Ce qu'est vraiment le zen

Dans le zen, l'homme suit son propre corps et sa nature originelle, c'est-à-dire l'ordre cosmique. Cette pratique se réalise dans un cadre bien défini, établi selon l'enseignement du Bouddha et transmis oralement de maître à disciple depuis 2 500 ans.

Le zen, c'est zazen : s'asseoir immobile, droit et concentré, le plus régulièrement possible, dans un dojo zen.



Maître Deshimaru, voici en posture de zazen, a introduit la pratique du zen en Europe dans les années 60.

Ce que disent les pratiquants à propos du Zen Business

Accoler le mot zen à toutes sortes d'initiatives improbables pour en tirer un profit ou un bénéfice commercial est à la fois une erreur et un danger.

Une erreur car cela n'a rien à voir avec la pratique zen.

Un danger car s'il promet confort, bien-être, santé ou réussite, il ne peut à terme que décevoir, mais plus gravement, amplifier le désarroi ou la détresse de personnes en difficulté.

Ce que préconisent les pratiquants du zen face à la mode actuelle

La meilleure réaction face à ces stratégies marketing massives et grossières, c'est de développer les occasions de pratiquer.

Il existe de nombreuses associations, des dojos, des maîtres, des pratiquants avec lesquels il est possible de pratiquer le zen et ainsi, de marquer les différences entre zen et business du zen.

