Le Souffle du Tao

Découvrez les secrets de la longévité, de la vitalité et de la sagesse

SYNTHESE

Webinaire Saison 1 - Episode 15

« Le Souffle du TAO » : Episode 15

PROGRAMME

- Retour sur le voyage en Chine
- Révision et approfondissement des 9 mudras
- Pratique de la petite circulation organique Mao – You
- Questions – Réponses

INTRODUCTION

Nous allons présenter le voyage en Chine sous l'angle des Maîtres, pour que vous puissiez comprendre ce qu'on fait quand on va dans un voyage spirituel.

Ensuite, nous reviendrons sur la fonctionnalité des 9 mudras, qui est de casser les barrières existentielles.

Rappelons la définition de barrière comme on l'entend ici : ce sont des choses qui se mettent en travers de nos objectifs. Donc pour qu'il y ait une barrière, il faut un objectif, être clair sur ce qu'on veut faire, et faire les efforts nécessaires pour l'atteindre. C'est seulement dans ce cas que l'on parle de barrière, surtout si elles sont répétitives et dans un domaine spécifique de nos vies. Quand les barrières sont plus profondes, elles deviennent trans sectorielles.

La pratique des 9 mudras, comme on le verra ce soir, est capable de casser ces barrières sur un plan subtil. Mais il est important d'avoir identifier avant sur quel type de barrière on veut travailler.

Nous avions parlé aussi de faire une cartographie, ou de pouvoir tester si ce qui arrive est de l'ordre des barrières existentielles ou si c'est de l'ordre physique ou psychologique par exemple.

La très grande majorité des barrières existentielles sont de l'ordre psychologique, souvent en lien avec des croyances limitantes. Cela ne veut pas dire qu'on ne peut pas agir là-dessus avec des procédés de l'ordre du subtil, mais c'est pas forcément là qu'ils sont le mieux castés.

Par contre, si en effet il y a des barrières qui sont de l'ordre du subtil – entre la 5ème et la 6ème dimension – dans ce cas, il est important de pouvoir en faire le diagnostic. C'est ce qu'on verra lors des prochains webinaires.

Finalement, nous verrons le petit circuit Mao-You, qui est une pratique qui va favoriser la vie. Ça va pas dans le sens de l'immortalité au sens spirituel du terme, parce que l'immortalité est quelque chose d'alchimique qui vise à « faire retour ». Là il s'agit déjà d'améliorer sa santé, dans le sens de la vitalité.

RETOUR SUR LE VOYAGE EN CHINE

Nous faisons des voyages en Chine depuis 2007, une à deux fois par année. D'habitude, nous faisions de nombreux tours en Chine, pour créer et maintenir les relations. C'était la première que nous avons pu nous poser à un seul endroit, à Kunming.

Fabrice a eu un rdv avec un Maître malaisien pour des enseignements en xuan xue. Pendant ce temps, le groupe a pu visiter la ville.

Ce Maître malaisien est très particulier, cas il a son troisième œil, l'œil du Ciel, ouvert depuis très jeune, ce qui lui a posé pas mal de difficultés enfant, car il avait beaucoup « d'amis imaginaire » selon

le regard adulte. Ce qui fait qu'il s'est un peu désociabilisé à cause de ça, car il ne faisait pas la différence entre ce qu'il voyait et ce que les autres pouvaient percevoir.

Il a donc longtemps cherché des Maître pour l'aider à fermer son œil du Ciel et ses perceptions. Cela fonctionnait un certain temps, mais les perceptions revenaient systématiquement au bout de quelques semaines, jusqu'à ce qu'il rencontre un Maître qui lui explique qu'il avait en fait un don et qu'il devait apprendre à l'utiliser, à faire avec, et à en faire quelque chose de positif pour lui.

Lors d'un après-midi, il a rencontré le groupe et a pu le scanner et procéder aux soins nécessaires (Chu Sha – faire sortir les fantômes). Cela ne ressemble pas du tout au film de l'exorcisme. Les images qu'on a en Occident ne sont pas représentatives de cette pratique, qui a été beaucoup plus douce et pas du tout surjouée comme on pourrait se l'imaginer. Il a tellement canalisé en faisant cela que le lendemain, il ne se rappelait plus d'un seul mot de ce qu'il avait dit pendant les 3 heures de soins qu'il a pratiquées. C'est son assistant qui a dû lui rappeler ce qu'il avait dit. Ça a bouleversé plusieurs personnes du groupe, car on ne sort pas indemne d'un voyage comme ça, chacun.e pour des raisons différentes.

Les deux jours qui ont suivis, nous sommes allés à la source de notre école Wujimen, dans le temple du Grand-Maître de Fabrice Jordan. Il y a également reçu des enseignements spécifiques, de manière très traditionnelle, pendant que le groupe a pu travailler avec sa fille la forme de la Grande Ourse. Le plus important fut ce retour aux sources, dans le lieu même qui nourrit encore aujourd'hui la lignée. C'est toujours très émouvant de se trouver là et de passer du temps avec le Maître. Il y a beaucoup de choses qui sont non linéaires quand on est en présence du Maître, et la plupart des vrais enseignements ne se passent pas de manière formelle. Le simple fait de rentrer dans le temple fait bouger nos mécanismes de défenses, qui commencent déjà à se fissurer.

Le lieu, ce contenant, et la simple présence du Maître qui a fait tout le travail avant, génèrent cette sorte de « lessive » et le travail commence même sans avoir aucun mot, c'est très particulier. En Inde, ils parleraient peut-être de « Darshan », c'est-à-dire ce qui est émis par le Maître en silence.

Témoignage de Véronique, qui suit les enseignements de Fabrice depuis longtemps, mais qui a vécu ce voyage pour la première fois :

« Ce temple est très discret, on ne le voit pas loin. Plus on s'approche, plus on ressent la vibration qui va avec le temple. Quand on arrive dans le temple, qui est dans une forêt, il y a une ambiance qui change complètement, et on se branche sur quelque chose qui est naturel, mais qui n'est pas « normal », dans le sens où on ne sent pas ça ailleurs.

Quand j'y suis arrivée, je n'ai pas tout compris, car c'est un temple taoïste, dans son jus, et il y a des codes qu'on ne connaît pas, on ne sait pas trop ce qui se passe, comment ça se passe, ce qui est assez déroutant, même si tout est assez simple quand même car on se laisse embarquer par l'énergie du lieu.

Le lieu est « hors temps », comme une bulle immatérielle. C'est une sensation où on est à fond dans notre corps, car on a des ressentis très puissants, et en même temps, il y a quelque chose qui flotte autour de nous.

Il y a aussi tout un parcours à faire dans le temple avec des encens en arrivant. Et une fois ce parcours fait, c'est comme si on s'était mis au niveau du temple. Donc on arrive devant le Maître en étant déjà dans une bonne vibration, ce qui nous permet de nous détendre et de vivre pleinement l'instant.

Quand on arrive dans le temple, on sent qu'il y a quelque chose à bouger, une vibration à changer, qui vient nous chercher assez profondément aussi. Et donc quand on repart de là, tout est pareil, mais tout est différent quand même, et c'est quelque chose de très fort.

Nous avons aussi eu la chance de manger dans le temple, et une personne a pu apprendre à jouer de la flûte. On s'est retrouvé d'humain à humain, même avec la barrière de la langue, et malgré un côté

très traditionnel dans le temple, tout était très simple. C'était très émouvant de se retrouver ensemble.

Et la méditation ! C'était incroyable, parce qu'on a souvent cette idée de devoir être dans un endroit tranquille et calme pour la pratiquer. Mais là-bas, on médite « dans la vie ». Donc on s'est mis en méditation, mais la vie dans le temple continuait normalement, avec des personnes qui discutent, boivent le thé, fument à côté… Méditer dans cette ambiance m'a permis de comprendre que la méditation n'est pas quelque chose « hors du temps », mais qu'elle se fait « dans la vie ». ça a été une vraie révélation, et maintenant, j'adore la méditation ! »

Vous voyez les impressions de quelqu'un qui débarque dans un lieu comme ça. Alors évidemment qu'elle est sensibilisée et que c'est certainement plus émouvant que si vous arrivez sans aucune préparation.

Les encens le matin, c'est 27 encens. Il y a plusieurs halls dans le temple, dont un plus loin en hauteur, il fallait presque escalader un petit sentier pour s'y rendre, et nous devions déposer 3 encens à chaque endroit. Ça pend quand même 20 minutes pour faire le parcours et les salutations pour rendre hommage à chaque divinité. C'est presque comme une forme de qi gong en fait, où on travaille les mouvements des salutations. Quand on redescend, c'est presque comme si on avait délimité une sorte de « cercle de pouvoir ». C'est comme si vous posez les encens tout autour avant d'entrer dans l'espace sacré. A ce moment-là, ce qui se passe n'est plus linéaire, c'est comme si on change de plan. Et cela ne nécessite pas d'enseignement, c'est le simple fait d'être sur place qui le permet.

Typiquement dans ce genre de voyage, et c'est la même chose dans les Retraites du Tao que l'on propose à Ming Shan, comme ce sont des lieux spirituels qui tiennent l'énergie et qu'il a des Maîtres, il se passe toujours des choses dans ces lieux. Il y aura forcément des réactions émotionnelles, des choses qui se passent entre les gens du groupe, ou certains liens familiaux peuvent éventuellement être rejoués, mais dans un cadre systémique qui n'est pas le même que celui de la famille nucléaire, ce qui permet de les métaboliser complètement différemment dans un cadre spirituel. Ces voyages font ressortir beaucoup de choses, sans forcément passer par un enseignement formel.

Ce que décrit Véronique sur la manière complètement naturelle avec laquelle se passent les choses, comme cette méditation qui a lieu alors même que la vie du temple continue complètement autour de nous… On était vaguement séparés des gens qui vaquaient à leurs occupations par deux espèces de tentures en bambou, mais transparentes, ce qui fait qu'on les voyait bien au travers.

C'est sûr qu'il y a d'autres traditions spirituelles qui sont beaucoup plus strictes par rapport à ça, comme le zen par exemple, mais le taoïsme est très fluide par rapport à ça.

Il n'y a pas une manière de faire qui est mieux qu'une autre. Par exemple si vous êtes quelqu'un qui manquez un peu de structure ou en recherchez, il faut passer par des méthodologies qui sont structurantes. Et dans ce cas-là, ce n'est pas terrible de suivre le taoïsme si vous manquez de structure, car cela va au contraire vous rendre encore plus souple et donc vous déstructurer. Par contre si vous avez intégré une structure, dans certains types de spiritualités, vous allez étouffer, car il ne faut pas ajouter du Métal dans un Métal qui est déjà intégré.

Il n'y a donc pas une méthodologie ou une spiritualité qui est meilleure qu'une autre, mais ce qui est important, c'est que vous compreniez bien où vous en êtes à l'heure actuelle et quels sont vos besoins en fonction des choses que vous voulez apprendre ou des qualités que vous souhaitez développer dans les années à venir.

Et donc après ces deux jours, nous avons rencontré quelqu'un qui vient d'une école cousine de notre école Wujimen. Il a dû y avoir 2 ou 3 générations avant qui ont travaillé avec le même Maître, et ensuite les écoles se sont séparées. Mais ce qu'on a vu, c'est que sa pratique est très proche de ce

qu'on fait, mais de manière beaucoup plus tonique, externe, avec beaucoup plus de force aussi. C'est très intéressant pour nous d'apprendre ça, car ça vient amener une sorte de forme externe, de puissance, sur la forme qu'on pratique déjà, et ça peut être intéressant pour des débutants, ou pour faire un éducatif complémentaire à ce qu'on enseigne.

Il faut comprendre que Fabrice Jordan, en tant que responsable de la lignée Wujimen en Europe, avance sur un fil, avec personne pour lui montrer la voie en Occident, puisque de fait, c'est à lui de tracer la voie. Il doit donc traduire les enseignements Wujimen pour les Occidentaux. Il doit donc être très fidèle à la tradition, à ce qu'il a reçu, raison pour laquelle il retourne régulièrement au temple de la lignée en Chine, mais il ne peut pas non plus reproduire ça en répliquant bêtement ce qu'il a reçu là-bas.

Si on veut qu'une voie spirituelle reste vivifiée au fil du temps, qu'elle soit en même temps profondément enracinée, mais en même temps créative – l'un n'étant pas antinomique de l'autre – on doit faire de la recherche et développement dans sa propre voie. Ce que Fabrice fait actuellement, comme l'école est très tournée vers la Grande Ourse, l'Etoile Polaire, vers ce type de méthodes très naturalistes, il essaie de fait, d'abord de restaurer les branches cousines de l'école Wujimen, donc de ramener ce savoir pour qu'il ne se perde pas, et aussi d'amener des nouveautés qui sont synergiques et complémentaires à ce qu'on pratique déjà, mais sans que cela ne parte dans tous les sens et en maintenant la cohérence interne de la méthode.

Dans ces moments de recherche, il va chercher des Maîtres, et cela se fait souvent de fil en aiguille, comme par exemple la rencontre avec ce Maître de l'école cousine qui a été incroyable. C'était dans le voyage précédent au temple de Maître Zhang, et au moment où Fabrice y était, ce Maître est arrivé on ne sait pas d'où, il n'était plus revenu dans le temple depuis plusieurs mois, et en nous voyant pratiquer, il a commencé à faire la forme devant nous et devant Maître Zhang en disant « voilà ce que je connais ». On a tout de suite reconnu les mouvements, puis on a compris qu'ils se connaissaient de loin et qu'ils avaient eu des Maîtres en commun.

Il a été d'accord de travailler avec nous lors de ce récent voyage, et nous sommes en train d'établir une relation avec lui. En parlant avec lui, nous avons appris qu'il connaissait quelqu'un qui vient du même village que le Maître de notre Grand-Maître, et qui est aussi spécialiste du xuan xue. Voilà comment les choses se font. On ne peut pas prévoir ce genre de rencontres, mais on peut les provoquer. Et souvent cela prend du temps, car ils n'acceptent jamais d'enseigner à la première rencontre. Il faut bien connaître la sociologie chinoise aussi pour que ces choses puissent se produire et ne pas faire d'erreurs culturelles.

Il faut généralement entre 3 et 5 rencontres (donc entre 3 et 5 ans en y allant une fois par année) pour qu'un Maître considère que vous pouvez entrer dans le cercle plus intime et accepte réellement de vous enseigner. Avant ça, ils vont bien sûr être gentils, mais leurs enseignements seront plus succincts. Ils doivent pouvoir sentir la sincérité et le bénéfice pour eux d'enseigner à des Occidentaux, à savoir faire perdurer leur lignée, avant de transmettre des enseignements plus profonds et complets (secrets).

C'était intéressant pour le groupe aussi de pouvoir observer ça. Car il faut du temps pour comprendre les codes des Chinois. Souvent, les gens demandent « comment faire pour rencontrer un Maître ? ». Mais il n'y a pas de recette, il faut avoir envie, il faut être gentil, il faut se comporter de manière correcte, avoir une impérieuse nécessité de rencontrer un Maître. Ça ne peut pas être une simple curiosité, juste superficiel, pour voir ou pour tester. Il faut ressentir qu'à ce stade de notre vie, on en a vraiment besoin. Après les choses arrivent. On ne sait jamais comment, mais ça arrive. Mais c'est votre envie sincère qui faire que ça va marcher.

Mais pas l'envie dévorante de vouloir obtenir des « trucs », car en général, si un Maître vous voit arriver comme ça, il va le sentir et ne vous donnera pas ce que vous voulez. Mais si vous allez vers un

Maître de manière sincère, la question devient « pourquoi il ne vous donnerait pas ? » ça retourne la situation. Car les Maîtres sont des personnes passionnées, qui aiment leur art. Et vous ne verrez jamais d'artiste qui n'a pas envie de partager. Mais vous aurez de partager avec des gens qui sont prêts à écouter, qui sont sincères dans les démarches.

Voilà, on ne peut pas tout raconter d'un tel voyage, car il y a des choses très sensitives, indicibles, et aussi intimes. Mais ce que nous pouvons vous recommander, c'est d'essayer de vous mettre vous-mêmes en immersion dans des contextes qui permettent ce genre de choses. Et quand on veut passer certains caps qualitatifs, qui permettent la transformation, de faire sauter une barrière existentielle, il faut parfois « sauter dans les flammes là où elles sont le plus hautes » comme le dit l'Evangile. Car à un moment donné, notre ego ne peut pas sortir indemne d'un processus de transformation. C'est pourquoi nous devons nous exposer et nous soumettre à un niveau d'énergie suffisant pour que la cuisine puisse se faire.

Parmi ceux d'entre vous qui sont touchés par ce qui est dit là, à un moment donné, vous n'aurez pas d'autre chois que de vous exposez. Comme disait Swami Prajnanpad, le Maître d'Arnaud Desjardins : « Vous ne l'aurez pas au rabais ». Vous pouvez donc soit le faire soit en partant en voyage, soit en venant aux Retraites du Tao que nous proposons à Ming Shan, qui sont faites justement pour provoquer ce changement, cette transformation, à peu de frais comparé à un voyage en Chine.

RÉVISION ET APPROFONDISSEMENT DES 9 MUDRAS

Les 9 Mudras 九字印

qian	zai	lie	zhen	jie	zhe	dou	bing	lin
前	在	裂	陳	皆	者	鬥	兵	臨

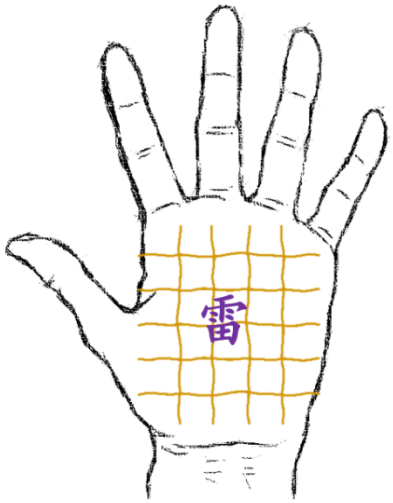
C'est une pratique assez guerrière comme on l'a vu la dernière fois. Il est important de connaître le mantra et les mudras par cœur.

On va maintenant rajouter un processus. A la fin de la pratique, on rajouter un phonème, « pò 魄 ! », qui signifie « casser, faire sauter ». L'idéogramme est composée de deux parties, l'une phonétique, et l'autre qui représente une pierre qu'on concasse. Imaginez donc votre barrière existentielle que vous voulez faire sauter en l'écrasant.

Mais avant ça, on va introduire autre chose. Quand on arrive à la fin avec Qian, on va tracer 9 lignes avec le mudra de l'épée dans la main gauche (horizontal, vertical, horizontal, vertical…).

En traçant les lignes, on répète les mêmes phonèmes : lin, bing, dou zhe, jie, zhen, lie, zai, qian. Une ligne, un phonème. C'est une forme de protection.

Au milieu, on va inscrire un caractère qui signifie le « tonnerre » 雷. On l'utilise fréquemment dans les talismans.



Donc on utilise toute l'énergie qui a été produite dans la première série, ensuite on mobilise cette énergie pour dessiner dans la paume de la main gauche en répétant les phonèmes, et une fois que la grille est mise, on trace le caractère du tonnerre.

Ce caractère est très souvent utilisé dans les arts du Tao ésotériques, parce qu'il représente une ressource qui vient du haut vers le bas. Et ensuite, quand on parle du tonnerre, on entend le son du tonnerre, mais on pense aussi à la soudaineté de l'éclair. Comme un éclair qui brise un arbre en deux.

On ne se rend pas compte à quel point le pont électrique est large, d'une densité et d'une puissance incroyable. Les taoïstes ont très bien compris cela. Il faut savoir que pour les Chinois, quand on écrit un caractère, on fait appel à la force archétypale elle-même, qui est convoquée par le caractère. Et cela a été répété tellement de fois qu'aujourd'hui, quand vous l'écrivez, c'est comme si vous vous tunez sur une fréquence particulière de l'éclair ou du tonnerre qui fait que vous allez acquérir une forme de lumière condensée, subtile, dans cette main, qui s'apparente à quelque chose d'explosif.

L'idée générale est de faire la série des 9 mudras avec les phonèmes, et avant de faire le « pò », de dessiner la grille (en répétant les phomènes) et le tonnerre sur la main gauche. Ce qui va permettre d'émerttre cette énergie. Et donc là comme on veut faire sauter les barrières existentielles, on va utiliser cette force explosive sur elles.

Marche à suivre complète :

1. Allumer 3 encens (pour amener le message dans d'autres dimensions)
2. Préparer devant vous une feuille sur laquelle vous écrivez la barrière sur laquelle vous voulez travailler et de laquelle vous voulez vous débarasser, et la passer 9 fois (3x 3 tours) sur l'encens pour purifier la demande.
3. Pratiquer la série des 9 mudras avec les phonèmes
4. Dessiner la grille en récitant les phonème et le tonnerre sur la main gauche
5. Fermer le poing
6. Envoyer toute la force du tonnerre, qui a été condensée, sur la barrière en frappant le papier avec la main gauche et terminer en prononçant « pò ! » de manière assertive avec le mudra de l'épée sur la feuille et en frappant du pied droit
7. Imaginez, en faisant cela, votre barrière qui explose, qui s'en va, qui change de dimension.
8. A la fin, vous allez dehors et vous brûlez le papier pour laisser partir la barrière.
9. Dans les jours qui suivent, posez une action qui va dans le sens de ce que vous voulez.

QUESTIONS – RÉPONSES

- ***Y a-t-il manière particulière de nommer la barrière ?***

  Non, mais par contre il faut que ce que vous nommiez résonne avec vous. S'il s'agit d'une personne par exemple, on va généralement noter son nom, prénom, date de naissance et adresse, pour être sûr que l'information-énergie qu'on déploie sur les plans subtils arrive au bon endroit.

  Ou cela peut être, par exemples : « Je ne veux plus avoir peur de parler en public », « Je ne veux plus qu'on abandonne systématiquement », « Je ne veux plus provoquer d'abandon systématique »…

  Il faut inscrire sur la feuille une petite phrase courte, impactante, qui soit efficace.

- ***Peut-on arrêter des comportements d'autosabotage ?***

  Oui, mais il faut être très précis par contre, pour que votre psychisme sache de quoi il s'agit. Ecrire « Je ne veux plus de comportements d'autosabotage » est trop vaste, et cela signifie que vous ne les avez pas encore bien identifiés.

  Par exemples : « Arrêter de perdre de l'argent systématiquement », « Arrêter d'avoir des comportements de colère/de jalousie qui font que systématiquement, on me laisse tomber », « Arrêter de fouiller dans le téléphone de mon conjoint »…

  Quitte à le faire sur plusieurs types de comportements, mais de manière sériée, il ne faut pas tout faire en même temps. Vérifiez qu'un comportement ait changé avant de vouloir en changer un autre.

  Ne vous mentez pas à vous-mêmes, soyez précis, ayez du courage et soyez authentiques envers vous-mêmes.

- ***Combien de fois devons-nous le faire ?***

  Une fois suffit. Parce que si vous pensez avoir besoin de le faire plusieurs fois et que ce n'était pas efficace, c'est que vous n'étiez pas entièrement là. Donc vous le faites une fois, mais vous le faites bien. Quitte à vous entraîner un peu avant pour que vous n'ayez pas trop à réfléchir au moment où vous allez le faire.

  Dans cette pratique, et dans le « pò ! », il y a quelque chose d'entier, de non négociable. Il s'agit de développer cette entièreté du « non ».

PRATIQUE DE LA PETITE CIRCULATION MAO – YOU

Nous n'avons plus le temps ce soir, nous la verrons la prochaine fois.

FIN DU WEBINAIRE