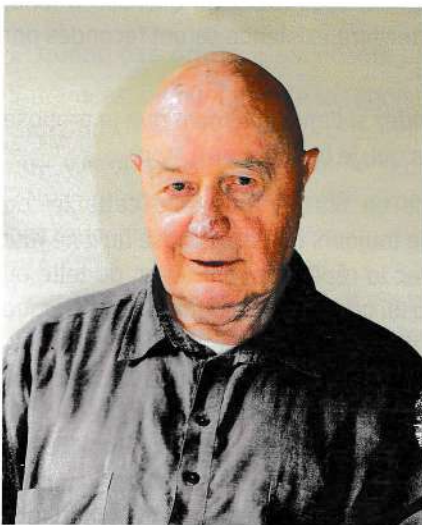


Jacques CASTERMANE

Être en chemin, c'est changer tout le temps

Le Centre Dürckheim à Marmande (Drôme) n'a pas changé depuis notre visite en 2019. Jacques Castermane, son fondateur, non plus. Malgré les effets de l'âge, il est animé par la même ligne directrice, inflexible, avec toujours autant d'humour, de rectitude, de perfectionnisme.

Rappelons qu'il est diplômé de kinésithérapie, qu'il a suivi pendant plus de vingt ans l'enseignement de Karl Graf Dürckheim, qu'il a fondé ce centre en 1981.



Nous vous avons rencontré ici même, il y a une dizaine d'années. Est-ce que votre enseignement évolue ?

Oui. À condition que le verbe évoluer corresponde à une transformation. Être en chemin, c'est changer ; Graf Dürckheim parle d'un chemin de maturation. Quand on accompagne des élèves qui ont pris la décision d'être vraiment en chemin on peut observer un changement de leur manière d'être.

L'enseignement évolue de lui-même ?

Contemplez un cerisier. La cerise est blanche, elle mûrit, elle est rouge. Elle mûrit encore, elle est noire. C'est un processus de maturation, sans arrêt. L'enseignement évolue en parallèle avec la pratique de celui, celle, qui enseigne, avec sa transformation. Aujourd'hui, à plus de quatre-vingts ans je commence à comprendre ce que disait le Maître Zen Hirano Roshî, qui est venu au Centre pendant une dizaine d'années : « Sur la Voie qu'est le Zen, vous n'enseignez pas un savoir ou un savoir-faire. Le maître Zen partage sa connaissance ». Partager sa connaissance c'est s'appuyer, non pas sur des théories mais s'appuyer sur son propre vécu, sur les expériences intimes qui jalonnent la pratique d'un exercice, sur ce qu'on a soi-même ressenti, éprouvé, en pratiquant cet exercice durant des années. Je reprendrai volontiers l'expression qu'utilisait Graf Dürckheim : « L'enseignement que je propose, ici, à Rütte, n'engage pas un tête-à-tête mais un corps-à-corps ». Le mot corps désigne ici le corps que nous sommes, *Leib* dans la langue allemande ; à ne pas confondre avec cet autre mot de la langue allemande, *Körper*, le corps que l'homme a (le corps que l'homme pense avoir). >>>

<https://centre-durckheim.fr>

La connaissance est expérience ?

Oui. Lorsque je me suis installé dans la Forêt Noire pour suivre son enseignement, Graf Dürckheim m'a fait une remarque troublante : « Jacques, j'ai l'impression que vous disposez d'un large savoir en ce qui concerne ce que j'appelle le corps que l'homme a ; mais je dois vous dire que vous ne connaissez encore rien sur ce que je désigne comme étant le corps que l'homme est ».

La distinction entre les savoirs et la connaissance est effective.

Pendant les cinq années passées à Rütte, Graf Dürckheim et sa collaboratrice Mme Pelzer m'ont accompagné sur un chemin qui met en évidence que le corps vivant, dans sa globalité et son unité, est un champ d'action, un champ de conscience et un champ d'expérience. À ce sujet j'aimerais préciser ce qu'on entend par le corps champ de conscience, c'est-à-dire un champ de connaissance.

La connaissance est celle qui est perçue par le corps vivant

Notre approche habituelle du réel se réalise à travers l'usage de la conscience de, la conscience qui objective ce qui est perçu par les sens en engageant ce processus mental qu'est la pensée. Le corps vivant peut être envisagé comme étant la conscience SANS de. Ce qui devrait intéresser tous les enseignants qui proposent des exercices ayant des racines dans les traditions de l'Orient et de l'Extrême-Orient. Un exemple vaut plus que les théories. Dans la pratique du yoga, du taï-chi comme dans le domaine du développement personnel, l'élève est invité à se concentrer sur quelque chose : la respiration. Une recommandation qui engage l'intervention de ce processus mental qu'est la conscience de, la conscience de quelque chose. Il y a Moi, sujet, qui me concentre sur un objet, la respiration. D'où un regard dualiste qui oppose Moi à ce qui n'est pas Moi. Dans cet exemple il est important de réaliser que ce qu'on appelle la respiration n'est pas quelque chose. Mille fois Graf Dürckheim, à qui je posais une question sur... la respiration, m'a rappelé que « la méditation, ça n'existe pas ; quelqu'un respire ». Lorsqu'il accompagnait la pratique de zazen, il nous invitait à exercer la pleine attention sur le fait que : en ce moment je inspire... je expire... ! Il s'agit ici de l'implication de la conscience SANS de, la conscience sensitive qui n'oppose pas le sujet et l'objet mais engendre l'expérience de l'unité.

Votre enseignement pratique évolue constamment ?

Oui. J'ai l'impression que tant ma pratique personnelle que l'enseignement sont soumis à la loi de l'impermanence. Un mot qui ne signifie pas que toute vie a une fin mais que tout ce qui vit est soumis à la loi du changement, du passage.

Alors qu'au début de ce cheminement, il y a cinquante ans, je pensais que j'allais devoir apprendre beaucoup de choses et faire beaucoup de choses différentes afin de progresser et ensuite d'aider d'autres personnes à progresser. L'idée que l'aïkido qui est composé de 84 000 techniques ne m'effrayait pas, au contraire je trouvais ce grand nombre stimulant. Jusqu'au jour où j'entends Graf Dürckheim raconter un épisode de son expérience japonaise : « La première année de mon séjour au Japon, je pratiquais zazen avec un vieux moine, toujours le même, à côté de moi ; il avait plus de 80 ans. Un jour je lui ai demandé ce qu'il faisait après plus d'un demi-siècle de pratique de zazen. Et ce vieux moine dit : « Mais toujours de nouveau la même chose. C'est difficile, j'essaie d'arriver à ce point où je sens que le souffle va et vient de lui-même. Et c'est mystérieux, lorsque j'y arrive, tout en moi se calme ».

Le maître de kyudo, Kenran Umeji Rôshi, qui dirigeait une école de kyudo (le tir à l'arc traditionnel) avait dit à Graf Dürckheim : « Si vous faites un exercice à fond, tous les secteurs de votre existence seront fécondés par cette profondeur ».

Si vous me demandez si l'enseignement que je propose évolue, je réponds oui, je le libère du... trop.

Je trouve de plus en plus intéressante cette loi du renouvellement de toujours la même chose qu'il ne faut pas confondre avec la répétition, par cœur, de telle ou telle technique. La loi du chemin, chaque artiste, chaque artisan, qu'il soit de tradition orientale ou occidentale, la connaît et l'accepte : apprendre une technique... faire bien ce qu'on a appris... maîtriser ce qu'on fait bien... maîtriser parfaitement ce qu'on maîtrise ; cette progression exige un engagement de l'ego. Il faut de la détermination, du courage. Jusqu'à cette expérience inattendue qui fait dire à un concertiste qui sort de scène : « Je ne sais pas ce qui s'est passé mais ce soir... ce n'est pas moi qui ai joué ! » ; une danseuse dira : « Je ne sais pas ce qui s'est passé mais ce soir... ce n'est pas moi qui ai dansé ! ».

On peut comprendre ce que le maître de tir à l'arc

*On ne peut pas arrêter
un enseignement, le fixer.*



n'arrête pas de dire à son disciple : « Ne tirez pas, laissez cela tirer... ! »

Sur ce chemin, qui n'est pas un chemin à suivre mais un chemin à tracer, il n'y a pas d'arrêt, si ce n'est lorsque tout va s'arrêter...

Et quand ça s'arrête, c'est encore un passage ?

Votre question me rappelle la réponse que m'a donnée Graf Dürckheim lorsque je lui ai demandé s'il envisageait une vie après la mort ? Calmement il m'a répondu : « N'ayant pas encore fait cette expérience je ne peux pas répondre à votre question ».

Dans la tradition chrétienne, il y a une vie après la mort qui est proposée et qui est espérée.

Je dois vous avouer qu'une telle affirmation – il y a une vie après la mort – me semble excessive. Il y a des personnes qui pensent qu'il y a une vie après la mort. Mais nous savons qu'il arrive que ce que nous pensons n'existe que pour notre pensée. Il est d'autres personnes qui croient qu'il y a une vie après la mort. Mais, comme le dit C.G. Jung, la croyance est un processus de notre psyché qui ne garantit pas que ce à quoi nous croyons est réel.

Confronté à votre affirmation ma réponse est : « Je ne sais pas » ! Et je peux ajouter qu'accepter un vrai « je ne sais

pas » est plus apaisant qu'une pensée ou une croyance. Il y a des « je ne sais pas » qu'il est possible de vérifier. Est-ce que Line, mon épouse, est dans la maison ? Je ne sais pas. Mais je peux faire le tour de la maison pour vérifier si elle est là ou pas. Y a-t-il une vie après la mort ? Je ne sais pas ! C'est un vrai je ne sais pas.

Pensée, croyance !

Il me semble important de distinguer ce que Jinen San Rôshi¹ désigne comme étant une vérité dans le concept et une vérité vraie. Énoncer que tous les êtres humains respirent est une vérité dans le concept. Sentir que, en ce moment, je respire est une vérité vraie. Penser que la personne qui pratique zazen arrive à être calme est une vérité dans le concept. Sentir, lorsque je pratique zazen, que j'ai mal aux jambes et que je me demande si cet exercice a un sens, c'est faire face à la vérité vraie.

Zazen ? J'ai froid... oui. J'ai chaud... oui. J'ai mal au dos... oui. Je suis joyeux... oui. Je suis triste... oui. Je suis inquiet... oui. Je me sens en ordre, tout simplement en ordre... oui. Expérience de plénitude, d'ordre, d'unité... oui.

La vérité vraie est un face-à-face avec tout ce à quoi je fais face. C'est le zen. >>>

1. Jinen San Rôshi enseigne zazen au Brésil et en Australie.

... Nous arrivons dans une clairière.
Durckheim s'arrête. Il brise le silence et me dit :
– Jacques, qu'est-ce que vous voyez là ?
(il est presque aveugle)
– Il y a un arbre magnifique.
– Tiens, c'est curieux, là où vous voyez un arbre,
je vois un geste de la vie.

*Là où vous voyez un arbre,
je vois un geste de la vie.*

Au cours des cinq années passées en Forêt Noire, il m'est souvent arrivé de regarder mes valises en me demandant si je retournais à Bruxelles (à ma vie d'avant) le jour même ou si j'attendais le lendemain.

Qu'est-ce qui vous a fait rester ?

Le désir de vivre dans la vérité vraie. En acceptant petit à petit que la vie n'était pas ce que j'imaginai que la vie devrait être comme je la pensais et l'espérais.

Graf Dürckheim était un maître du paradoxe, du contresens, de l'in vraisemblance. Au début de mon séjour à Rütte je projetais sur lui les qualités que j'imaginai être celles de tous les sages: la bienveillance, la mansuétude, l'indulgence, la compassion, l'indulgence, la tendresse. Au fond, il était tout cela mais, en même temps, il pouvait être sévère, abrupt, exigeant, cinglant. Un jour, il s'est mis en colère contre moi dans son bureau. Une colère froide. J'étais stupéfait. Je remonte dans ma chambre décontenancé. Le téléphone sonne. « Allo, c'est Dürckheim. Vous avez vu comme je peux encore me mettre en colère ? C'est intéressant, n'est-ce pas ? Allez, bonne soirée. »

Maître Noro m'avait raconté que maître Ueshiba, fondateur de l'aïkido, pouvait se mettre vraiment en colère. À quelqu'un qui s'étonnait de ce qui semblait

être une réaction de l'ego il avait répondu: « Si une colère juste doit durer deux minutes, une minute, c'est trop peu et trois minutes c'est trop. »

Vous n'êtes allé qu'une seule fois au Japon. Vous n'avez pas eu besoin d'y retourner ?

Non. Tout d'abord, je dois dire que si j'avais rencontré Graf Dürckheim vêtu d'une robe jaune, orange ou noire, je ne l'aurais pas suivi. C'est vêtu d'un veston et d'une cravate qu'il a dit: « Ce qui m'intéresse dans le zen, c'est ce que cette tradition révèle d'universellement humain. »

Au cours de mon séjour au Japon j'ai eu l'occasion grâce à notre maître de Chado (la cérémonie du thé) qui avait organisé ce voyage, d'être reçu dans différents monastères zen, de participer à l'entraînement d'acteurs du théâtre No, de pratiquer le tir à l'arc dans l'école du maître Sagino, etc. Et j'ai ainsi pu découvrir ce qu'il y a d'universellement humain dans le cadre culturel et traditionnel qui est propre au Japon. Ce séjour au pays du Soleil-Levant m'a permis de réaliser combien les enseignements proposés par Graf Dürckheim étaient enracinés dans la vraie nature de tout être humain, sa propre essence, qui n'est pas le privilège de l'homme né en Orient ou en Occident. Ce séjour m'a permis

de mieux percevoir combien sa proposition, la Voie de l'action, concernait l'homme occidental. Combien de fois, l'accompagnant en Belgique, en Allemagne, en Hollande, en France, je l'ai entendu affirmer sa singularité : « Le cheminement que je propose n'est pas chrétien... mais il n'est pas non-chrétien ; le cheminement que je propose n'est pas bouddhiste... mais il n'est pas non-bouddhiste. M'intéresse l'être humain dans la profondeur de son être, sa vraie nature, ce que j'appelle son être essentiel ».

Est-ce que ça a une importance pour vous qu'il y ait une filiation qui continue ?

J'en ai pris conscience le jour où, au cours d'un séjour à Rütte, Graf Dürckheim, souffrant d'une sérieuse grippe, m'a reçu dans le petit chalet où il vivait seul, avec une question immédiate et inattendue : « Et après ? ».

Au cours du long silence qui a suivi, je comprenais que sa question concernait la transmission de la voie qu'il a tracée. Il reprend la parole pour me dire : « Je ne veux pas d'une formation (*ausbildung*). Au Japon on ne forme pas un maître de kyudo, on ne forme pas un maître zen. Le maître, dans ces disciplines artistiques, artisanales ou martiales, a de nombreux élèves. Et parmi ceux-ci, voilà qu'un disciple semble prêt pour assumer la transmission. Réfléchissez ! »

Au cours des rencontres qui ont suivi² nous avons mis en place un enseignement destiné aux personnes qui désiraient s'investir plus avant sur ce chemin de transformation. La transmission d'un enseignement qui a pour seul but l'éveil de l'être humain à sa propre essence ne peut se faire par des mots.

Le maître zen, le maître de tir à l'arc, le maître dans l'art du thé n'est pas un maître de vie qui déciderait ce qui est bien et ce qui est mal, qui déciderait ce qu'il est permis de faire et ce qui est interdit de faire.

C'est un maître d'exercice !

Sa méthode ? Le chemin est la technique ; la technique est le chemin ».

Mais la connaissance qu'il a de l'exercice, auquel il a consacré son existence, lui permet de ne pas tomber

2. Après les cinq années passées à Rütte, j'avais fait le vœu, secret, de reprendre contact avec Graf Dürckheim chaque mois. Je n'ai jamais regretté ces 800 km aller/retour lorsque je vivais en Haute-Savoie et les 1600 km aller/retour lorsque le Centre a été transféré dans la Drôme.

dans l'illusion qu'un exercice pourrait donner accès au calme intérieur, à la sérénité, à la confiance qui manque cruellement à l'homme contemporain.

« L'accès à cette manière d'être au monde, qui fait d'un homme un être humain, n'est pas le fruit de ce qu'on appelle la technique mais l'expression et le témoignage d'un homme transformé par la technique ».

(K.G. Dürckheim)

Depuis quelques mois, il s'avère que la transmission de la Voie de l'action proposée au Centre Dürckheim est déjà assurée.

Quel conseil donneriez-vous à quelqu'un qui voudrait commencer le zazen ?

Celui que donne Hirano Roshi à toute personne qui a compris ou qui a l'intuition que « chercher à comprendre profondément le Zen n'est rien d'autre que pratiquer zazen ».

Et il ajoute : « Pour apprendre à pratiquer l'ascèse de zazen, il est important d'abord de rencontrer un maître authentique. Le maître est là pour nous dire qu'il ne faut pas séparer le corps de l'esprit, et nous instruire sur l'esprit calme et harmonieux, le comportement correct à adopter dans tous les moments de notre vie quotidienne, ce qui est désigné par l'expression des Quatre attitudes dignes (*Shiigi*) en marchant (*gyô*), debout (*jû*) assis (*za*), couché (*ga*).

Si l'on n'apprend pas avec un maître authentique, non seulement on ne peut arriver à une réelle stabilité, mais on risque de faire des erreurs de compréhension de l'enseignement proposé par le Bouddha. (Je me permets d'aviser que le Bouddha n'était pas... bouddhiste.)

On croira peut-être avoir atteint l'Éveil, alors qu'on a seulement changé sa façon de penser, du coup on perd de plus en plus le chemin en allant dans un sens opposé. »³ ■

3. Ces quelques indications résument ce que K.G. Dürckheim a développé dans la plupart de ses ouvrages parmi lesquels : *Merveilleux Chat et autres récits Zen - éd. Le courrier du livre. *Pratique de la Voie intérieure – le quotidien comme exercice *Le centre de l'être – éd. Albin Michel.