

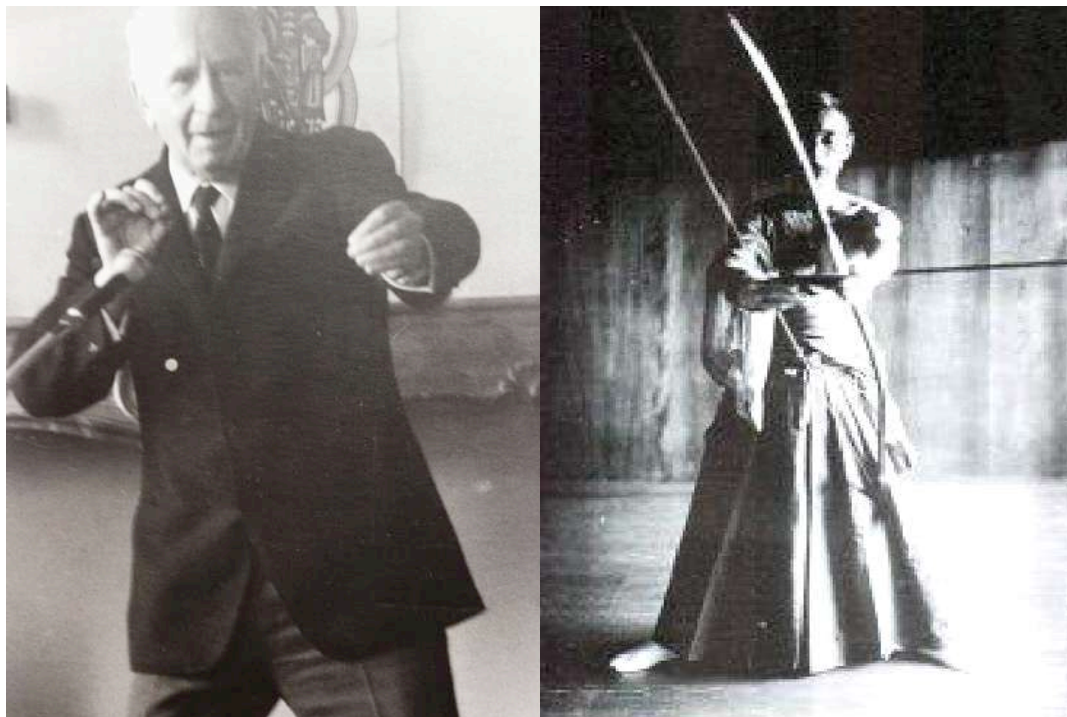
CENTRE DURCKHEIM

## *D'instant en instant*

*Lettre d'encouragement à la pratique de zazen*

Lettre N°122 — Juin 2024

**Ne tirez pas ... Laissez cela tirer !**



Graf Dürckheim évoquant son expérience du tir à l'arc pendant son séjour au Japon  
sous l'oeil vigilant du Maître Kenran Umeji

L'idée centrale à laquelle est confrontée la personne en chemin sur la Voie du tir à l'arc (Kyudo) est : "*Comment le coup peut-il partir si ce n'est pas moi qui tire ?*"

Graf Dürckheim l'indique très précisément : "*A force de renouveler sans cesse la séquence des gestes qui permettent d'encoche la flèche pour ensuite la décocher, l'archer cesse d'être conscient de lui-même en tant que - MOI - dont le but est d'atteindre le centre de la cible. Le tir est alors réalisé sans but et, ce faisant, sans le désir de réussir à tout prix toujours accompagné de la crainte d'échouer.*"

*Laissez cela tirer !* Libérez cette action en la confiant à *l'infaisable*. Libérez votre tir de toute intervention du moi-pensant. Une telle libération ne peut être qu'immédiate mais nous ne pouvons atteindre cette manière d'être complètement vide et débarrassée du - *MOI* - que d'une manière progressive.

Vous pratiquez l'exercice appelé zazen ? Alors vous êtes confronté à la même exigence que celle indiquée par le Maître de tir à l'arc : *Ne respirez pas ... Laissez cela respirer !*

L'exercice décrit par Siddhartha Gautama, comme étant "*āna-apāna-sati* (la pleine attention au va-et-vient qu'est le souffle) est sans doute la manifestation la plus proche et la plus intime de *l'infaisable* qui n'est autre que le processus vital qui fait que tout ce qui est ... est.

Dans les années 1970, au cours d'une sesshin Yuho Seki Rôshi<sup>1</sup> lors de l'entretien individuel quotidien (Dokusan) me demande " *Jack San quand vous respirez ... qui respirez*" ? La question me semble tellement stupide que, rapide comme l'éclair, je réponds : " *Quand je respire, mais c'est- MOI - qui respire*"!

Ma réponse déclenche un éclat de rire qui rapidement se transforme en un regard sévère accompagné de ces mots " *Si c'est votre - MOI - qui respire alors ne faites plus que INSPIRER!*"

Le soir notant ce dialogue qui m'a secoué j'écris, sans le faire exprès, - Je Inspire - en un mot : *JeInspire*. Cette erreur grammaticale m'apparaît curieusement comme décryptant la vérité vraie : - JeInspire - devrait s'écrire en un mot parce qu'il n'y a ni distance ni écart de temps entre le sujet et le verbe. Et reprenant la pratique de zazen, me voilà saisi par un expérience inattendue et évidente : "*JeInspire et - MOI - je n'y suis pour rien !*" Et voilà que cette action vitale infaisable m'inonde et génère un *calme* intérieur imprévu.

### **Laissez ... cela se réaliser !**

La condition ? Apprendre par le corps en évitant de prendre le chemin de l'érudition qui nous coupe du réel en nous enfermant dans des représentations du réel.

Faites-vous un cadeau ! Regardez le film « Dans un jardin qu'on dirait éternel »<sup>2</sup>. C'est le parcours d'une jeune femme qui pratique la Voie du thé (Chado).

Son Maître, dont l'enseignement dépasse le simple apprentissage d'un rituel japonais ancestral, observe, comme elle le fait depuis plusieurs années, la manière de pratiquer de son élève. Attentive à sa manière d'être, de se déplacer ainsi qu'aux aux différents gestes qui composent cette cérémonie sans cesse renouvelée.

Et voilà que sa jeune élève s'exclame « *Cette fois mes mains ont bougé toutes seules ... !* »

Imperturbable (mais touchée) son Maître lui dit : « *Oui. Cette fois tu as cessé de penser avec la tête à ce que tu dois faire* ».

La technique est le chemin. Les gestes viennent en premier. C'est seulement ensuite que se montre le sens des choses. Ne réfléchissez pas à ce que vous faites. Faites-vous confiance en pratiquant toujours de nouveau les mêmes gestes.

Dans la préface du livre « Le Zen dans l'art chevaleresque du tir à l'arc » le sage érudit qu'est Daisetz T. Suzuki écrit : "*L'homme est bien un roseau pensant, mais ses plus grandes oeuvres se font quand il ne pense ni calcule.*"

Proche du Centre Dürckheim, le village de Clionsclat abrite une poterie qui date du tout début du XX<sup>ème</sup> siècle : la Fabrique de poteries. Sur un mur, cette inscription du poète japonais Sôetsu Yanagi : « *Ce n'est pas l'artisan qui fait son pot, mais la Nature qui parle à travers les mains du potier* »

Zazen ? Laisser la Nature, notre vraie nature, l'*infaisable*, parler à travers le corps que nous sommes. Et, comme aimait le répéter Hirano Rôshi : "*Lorsque vous pratiquez zazen le corps (**Leib**) prend la forme du calme*".

Jacques Castermane

<sup>1</sup> Abbé du Monastère Rinzaï-Zen de Eigen-ji (Kobe) a animé des sesshin à Rütte (le Centre fondé par K. G. Dürckheim) entre 1973 et 1982.

<sup>2</sup> « Dans un jardin qu'on dirait éternel » film de Omori Tatsushi, 2018

#### **PROCHAINES RETRAITES AU CENTRE DURCKHEIM**

5-9 juin / 8-11 juillet / 15-19 juillet / 1<sup>er</sup>-5 août / 13-16 août / 19-23 août - sesshin : 26-30 août