

CENTRE DURCKHEIM
Un Chemin pas à pas
Encouragement à une pratique quotidienne

Lettre N°8 - Juillet 2024

Essence et existence

Inévitablement « L'homme vit sa vie dans deux dimensions » nous dit K.G. Dürckheim, qui nous rappelle aussi que la complétude de l'être humain se réalise « avec un pied dans l'existence et un pied dans l'essence ».

L'existence, domaine du faire, de la conscience rationnelle, de la réussite dans le monde, et l'Essence, domaine du laisser-faire, de la conscience océanique, de notre vraie nature immuable et indépendante des circonstances, sont souvent opposées l'une à l'autre.

Il est très difficile de s'imaginer vivre une existence humaine autrement qu'à travers la seule approche d'un moi accaparé par la réussite dans le monde.

La possibilité même d'un autre épanouissement appelé « Percée de l'Être », « Ecllosion de notre vraie nature », « Plus haute possibilité humaine », n'est même souvent jamais envisagée. L'image de la vague et de l'Océan, paraissant deux entités séparées mais en réalité de même nature, est souvent employée pour décrire ces deux aspects de l'existence, sans lesquels l'être humain ne serait pas complet, unifié et apaisé.

La plupart du temps, mettant allègrement de côté notre profondeur, nous ne vivons pas, nous nous contentons de gérer notre existence. « Il faut que » et « je dois » sont sans doute les débuts de phrase les plus utilisés dans une journée.

« Il faut que » : je sois utile, rentable et performant dans toutes mes activités, et « je dois » organiser rationnellement mon temps, mon énergie afin de faire face à mes obligations, et caser la multitude de choses à faire.

Cette manière de mener son existence, vécue sous le signe du devoir faire et du contrôle, est une vie où l'être humain ne peut compter que sur lui-même, sa volonté et ses propres forces. Ainsi, « Moi », je suis vague isolée parcourant l'existence en luttant, coupée de la nature de l'Océan qui me porte, m'anime et me relie à tout ce qui vit.

Graf Dürckheim, il y a quelques décennies, parlait déjà de notre fascination pour l'homme d'action : « *On dit : c'est un homme d'action ! C'est une parole bien d'aujourd'hui, mais il y a un excès du faire qui élimine la chance du devenir...* »

Le besoin compulsif de faire par nous-mêmes, fonctionnement égocentré, nous empêche donc de nous relier à notre être véritable et de sentir les lois du devenir propres à l'être vivant que nous sommes. Lois qui nous maintiennent sur le chemin de transformation et de maturation permanent qu'est Vivre, lois qui nous relient à la profondeur de l'Océan.

Ce que K.G.Dürckheim nomme « chance du devenir », c'est remettre au centre de l'existence humaine le lien à « la Grande Vie ». Il ne s'agit pas d'opposer essence et existence, ces deux aspects de la vie humaine, mais de les réunir en redécouvrant, tout en vivant notre existence de vague, le lien à l'Océan que nous sommes. « *Quel mystère, je respire, et je n'y suis pour rien !* »

En tant qu'être humain, je peux redevenir conscient que mes forces profondes, ma vraie nature ne m'appartiennent pas, et reposent sur ce que je ne peux pas faire, « l'infaisable », ce qui est déjà là avant les « il faut que » et les « je dois ».

Cette autre manière d'être nous ouvre à la source de ce que nous sommes déjà, développement impersonnel de la vie en nous, indépendante de ce que nous gagnons par nos efforts, que nous aimons appeler développement personnel.

Nous passons de l'insatiable désir de possession égocentré, à la reconnaissance immédiate de notre complétude, un Être s'accomplissant sous une forme individuelle de vague, relié encore et toujours à l'Océan.

Ainsi, vivre n'est pas qu'une accumulation d'avoirs, de savoirs, de pouvoirs à notre service, mais un don originel toujours en action, en devenir, qui dépasse la seule identification à cet être de raison boulimique, l'ego, qui emprisonne et fige notre vraie nature.

Cette chance du devenir nous parle très concrètement d'une autre possibilité de vivre notre existence, en contact avec le point d'appui inébranlable, immuable qu'est le lien à l'Océan, notre nature essentielle, de laquelle naît et se nourrit notre individualité de vague. Dans le langage du corps vivant, ce point d'appui individuel s'appelle Hara, centre vital de l'être humain.

« En Za-zen, je n'ai pas à me transformer, mais à reconnaître, accepter, favoriser une transformation naturelle voulue par la vie ; ainsi je me donne à ce qui m'est donné ». J. Castermane

Toujours, lorsque nous pratiquons un exercice sur la voie du zen, il s'agit de reconnaître qu'une action plonge ses racines dans le non-faire, le non-égo, dont la source est le bassin, le bas-ventre, siège des forces vitales, du renouvellement, de « la transformation sans arrêt de la forme corporelle ».

Joël PAUL