

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

Lettre N°19 - Mai 2026

## **Tout fait partie de ton chemin**

Mirmande, une entrevue avec Jacques Castermane :

« - Jacques, est-ce que tu me sens vraiment engagé sur la Voie ?

*Est-ce que je pratique suffisamment bien, suffisamment intensément, pour progresser et assurer une juste transmission de l'enseignement ?*

(Sous-entendu : est-ce que je suis prêt ? Est-ce que j'en fais assez ?)

- Joël, quitte l'idée que tu dois être prêt ; on n'est jamais prêt.

*A trop vouloir faire ou provoquer les choses, tu ne laisses pas la place à ce qui se fait. Tout fait partie de ton chemin ».*

Ces propos, qui me sont revenus suite à la dernière lettre d'avril (relation au maître), montrent que les réponses d'un maître sortent de l'entendement habituel et de tout esprit volontariste d'acquisition et de réussite.

A mes inquiétudes de ne pas être assez « performant », à mon besoin d'être rassuré - preuves que le mental est toujours à l'œuvre même après des années de pratique - cette réponse m'invite à me positionner à un autre niveau de présence et d'attention.

La véritable confiance n'a rien à voir avec un sentiment passager de perfection ou de réussite existentielle, mais se nourrit de ce lien à « *ce qui se fait* » ou « *l'infaisable* », substrat intemporel et universel de nos existences.

Par ce lien, l'être humain n'est plus seulement le jouet des hauts et des bas de son existence ou des caprices de son mental, mais redevient conscient d'être porté et animé par le souffle d'une Vie plus vaste.

Jacques rappelle que pratiquer sur la Voie n'est pas se construire un avenir maîtrisé et serein selon ses propres critères de réussite, mais remet en cause tout un monde de croyances et d'idéaux qui empêche de « *laisser la place à ce qui se fait* ».

La Voie n'est pas un chemin à suivre, mais un chemin à tracer dans l'acceptation pleine et entière de notre existence et de notre Personne, singulières et uniques.

S'ouvrir à « *ce qui se fait* » ou « *l'infaisable* », c'est admettre la dimension universelle de notre vie ; accepter que « *tout fasse partie de notre chemin* », c'est admettre et assumer ce que notre existence a d'unique.

Au sujet de cette voie de transformation qu'est le zen, Durckheim parle d'un « *processus de libération de l'individualité créatrice* ».

« *Tout fait partie de ton chemin* » est une invitation à quitter le syndrome du bon élève, du pratiquant efficace et performant rêvant d'atteindre, selon certains critères personnels, moraux ou sociétaux, un « bon » niveau de sagesse ou de calme.

Une invitation à ne plus faire de différence entre des moments que nous considérerions comme profanes et d'autres plus spirituels. La totalité de notre existence et de notre personne est incluse dans ce que l'on appelle la VOIE.

L'extraordinaire se niche au cœur de l'ordinaire, l'infaisable agit sans arrêt au cœur de nos activités quotidiennes, et nous le redécouvrons si nous apprenons à voir et sentir « *ce Tout Autre, ce plus profond que j'appelle notre être essentiel...*

*Retrouver une vie qui se réalise sur le plan terrestre sans perdre le fil d'or qui la relie à l'être essentiel, témoigner dans le monde de cet être et de son influence, c'est reconstituer l'Homme tel qu'il est dans sa plénitude. La Voie de la transformation est un chemin de devenir sans fin, chemin contraire à tous les principes du moi existentiel qui s'oppose à la transformation par l'attachement à tout ce qui est statique, ce qui veut demeurer, s'établir, ce qui est fixé ou ce qui semble solidement acquis. »*

K.G. Dürckheim – L'expérience de la transcendance

« *Ce qui se fait* » ou « *L'infaisable* » ?

En ce moment, quoique nous fassions, nous sommes engagés dans une activité existentielle plus ou moins importante, utile, urgente, avec des attentes de résultats et leurs cortèges de pensées et de projections : désirs, peurs et refus multiples et variés.

En général, ce sont ces aspects de l'activité qui retiennent toute notre attention.

Mais suis-je attentif à ce qui permet, ce qui soutient cette activité : ce qui ne vient pas d'un « devoir faire », le tout simple, ce qui est déjà là et qui nous attend ?

En ce moment, j'inspire, j'expire ... je suis dans une certaine forme et tenue corporelles ... Je suis assis, debout, en train de marcher, allongé ... Des actions auxquelles on ne prête que peu d'intérêt nommées « attitudes dignes » dans le zen. Considérées comme sacrées, ces actions ont le pouvoir de nous relier à ce qui se fait hors de notre volonté, de notre conscience ordinaire. Approches du réel par la sensation, ces actions nous invitent à prendre au sérieux une vie prémentale vaste et sensible : les intentions du corps vivant ou « *intentions de l'être* ».

La possibilité d'un rythme plus juste, d'une forme et d'une tenue plus justes, d'une respiration plus naturelle, d'un geste unifié, apaisé et vivant : telles sont les intentions et la proposition que nous fait la Vie à chaque instant.

Dans toutes nos activités existentielles, essayons de garder ce contact avec « l'infaisable », veillons à laisser transparaître un geste plus digne ; digne parce que plus respectueux de la Grande Vie qui nous anime, qui nous respire.

Loin de toute posture imposée, un geste vivant se crée, évolue, se transforme instant après instant. L'attention à ces actions vitales infaisables est le cœur du zen.

« *On ne pratique pas le zen pour maîtriser sa vie, mais pour s'unir à la Vie* »

K.G. Dürckheim

Joël PAUL