

CENTRE DURCKHEIM
D'instant en instant
Lettre d'encouragement à la pratique de zazen

Lettre N°125 — Décembre 2024

L'Homme est son corps !

La place du corps sur la Voie tracée par K.G. Dürckheim ?

*" La place que je donne au corps ? C'est la place qui est la sienne : **la première !**"*

Graf Dürckheim n'est pas le seul à promouvoir l'importance de l'identité corporelle de l'être humain et son investissement dans des pratiques et des techniques permettant à chacun de vivre de façon plus juste et mieux intégrée.

Arnaud Desjardins : *"Pour réaliser la conscience libre des limitations il faut accomplir d'abord tout un travail sur le corps".*

Eckhart Tolle : *"Ne fixez pas votre attention ailleurs que sur le corps lorsque vous cherchez la vérité car vous ne la trouverez nulle part ailleurs".*

André Comte-Sponville : *"Le corps! Un peu de matière organisée, et spécialement celle qui nous constitue : ce serait l'objet dont je suis le sujet. Mais— si l'âme et la corps sont une seule et même chose — comme dit Spinoza, le corps est à lui-même son propre sujet; le moi ne le dirige qu'autant qu'il en résulte".*

Spinoza : *"Si nous opposons ce qu'on appelle le corps à ce qu'on appelle l'esprit, c'est parce que nous n'avons pas une connaissance suffisante du corps".*

LE CORPS !

De quel corps s'agit-il ?

Habituellement nous pensons et disons : *j'ai un corps*. Comme si le corps était une – chose - possédée par un - moi -.

Est-ce le corps-*objectivé* dans le domaine des science médicales; est-ce le corps-*outil* engagé dans un travail ; est-ce le corps-*machine* auquel Descartes fait référence en le comparant aux horloges; est-ce le corps-*idéalisé* qui fait la une des magazines; est-ce le corps-*tatoué* qui préfère l'apparence à la réalité; est-ce le corps-*divisé* restreint aux mains de l'artisan, aux jambes du marathonien, au souffle du trompettiste, au poignet du chef d'orchestre ou à la musculature fabriquée de l'adepte du body-building ?

À peine étais-je arrivé à Rütte que Graf Dürckheim m'a fait une remarque qui m'a embarrassé. *"Il est clair que vous faites preuve d'un savoir discursif assez large sur ce que j'appelle — **le corps que l'homme A** —, mais je dois vous dire que vous ne savez encore rien concernant ce que j'appelle — **le corps que l'homme EST** —*



Après six années d'étude centrées sur le corps considéré comme étant la somme des éléments qui le composent, j'étais décontenancé. Au point d'avouer, immédiatement, que je ne comprenais pas cette différence. En souriant, Graf Dürckheim me dit " *Il est normal que vous ne compreniez pas, parce que ce n'est pas à comprendre. Il suffit de VOIR ce qui distingue ce que dans la langue allemande nous désignons par le mot -Körper- et ce que nous désignons par le mot -Leib-.* "

Graf Dürckheim tend un bras et m'invite à regarder sa main." *Voilà la main que j'ai ! Elle a plus de soixante-dix ans d'où, privilège de l'âge, de l'arthrose à chaque articulation. Vous savez mieux que moi que la main est composée de phalanges qui prolongent la paume et est constituée d'os, de muscles, de nerfs, d'artères, de veines... mais maintenant regardez !*

Ensuite, il tend les mains, comme on peut le voir sur la photo ci-dessus, et me dit : "*Ce que vous voyez est une action qui engage le corps vivant que je suis dans sa globalité et son unité. Pour le corps que nous sommes, la main n'est pas quelque chose qui prolonge le bras. La main ? C'est l'homme qui donne ! La main ? C'est l'homme qui reçoit ! La main ? C'est l'homme qui touche, qui caresse, qui empoigne, qui étreint.* "

Leib ! c'est aussi et fondamentalement le corps qui exprime et révèle les valeurs de l'être : le calme intérieur, le silence intérieur, la sérénité, la confiance, la simple joie d'être.

En pensant j'ai un corps (Körper), l'homme se coupe de sa vraie nature, de son être essentiel. Les premiers exercices que nous proposons au Centre permettent à chacun de passer de l'idée illusoire : j'ai un corps, à l'expérience immédiate que : corps je suis. Les séances individuelles de Leibthérapie, - cette *autre moitié* de la thérapie qui ouvre sur l'expérience d'une réalité trop souvent ignorée, notre propre essence - peuvent changer la manière de voir, de pratiquer et d'enseigner des techniques comme le Yoga, le Tai-Chi ou les arts martiaux issus de la tradition japonaise.

Jacques Castermane