

## Témoignage de traversées lors de séances de Leibthérapie

Il était une fois... puis deux, puis trois, et bien d'autres encore...

Il y a un peu plus de cinq ans, je faisais mes premiers pas vers le Centre Dürckheim pour participer à une première retraite zazen. (...) Je ne sentais pas qu'un chemin s'ouvrait à moi, mais j'y allais, sans savoir ni pourquoi, ni comment. (...) Mon état de santé général était plutôt fragile et, toujours intuitivement, j'avais pris le soin d'encadrer cette première expérience de retraite zazen par deux séances de Leibthérapie (chemin du corps que je suis) avec Line. Je n'avais aucune idée de ce qui m'attendait, simplement que ces séances individuelles incluaient toucher et contact.

### **L'aventure commençait.**

La première séance a eu lieu au début de la retraite. Je me souviens d'avoir demandé à Line si elle pouvait « travailler sur mes tensions au niveau du cou et du haut du dos ». Je n'ai pas oublié son regard surpris et sa réponse : « c'est la première fois que quelqu'un me fait une demande en Leibthérapie. » Cette phrase a cheminé pendant la retraite et lors de la deuxième séance en fin de séjour, je me suis laissé prendre en main par Line. Rien de passif dans cette attitude, plutôt une présence de chaque instant à ce que je ressentais et à comment je me sentais à la suite de ses gestes. Parfois, le mental faisait ses commentaires en voix off : « quelle force, quelle puissance dans ce toucher ! Pourquoi va-t-elle à cet endroit de mon corps, tellement en profondeur, précisément là où c'est sensible, douloureux ? » J'avais la sensation d'être pétrie comme une pâte à pain ou un bloc d'argile. Je pourrais même dire modelée, sans aucun modèle. Je sentais que chaque geste, toucher, contact de Line convoquait ma globalité et mon unité corporelles. (...)

À la fin de la séance, j'avais la sensation d'être passée dans uneessoreuse à linge à 1000 tours par minutes ! Et mon corps, à l'arrêt depuis un mois, semblait avoir repris un peu de vitalité.

### **L'aventure continue...**

Comme une évidence, j'ai repris le chemin du Centre Dürckheim, continuant à y faire mes premiers pas dans la pratique zazen, ou plutôt à les renouveler à chacun de mes passages. J'ai souvent demandé à Line une séance de Leibthérapie pendant les retraites ou sesshin auxquelles j'ai participé, elles sont une sorte de baromètre intime de l'état vital du corps que je suis. Par nos rencontres corporelles en silence, Line m'accompagne sur ce chemin d'expériences et d'exercices qu'est la pratique du zen. Chaque séance de Leibthérapie est imprévisible, infaisable, surprenante. J'en ressors chamboulée, bouleversée, transformée au plus intime de mes mémoires corporelles. Lors de l'une d'elle, Line m'a ouvert un espace dans lequel le bébé que je suis a pu se laisser porter et envelopper en pleine confiance par ses gestes sûrs, fermes et doux.

### **Que de présence, de soins et d'attention mis au service de la pratique !**

Line a aussi permis à la femme que je suis de traverser émotionnellement l'ablation chirurgicale subie il y a quelques années, d'un organe essentiel au don de la vie et symbole de la féminité. La médecine s'occupe du geste technique, c'est important, mais qu'en est-il de l'accompagnement de l'être essentiel qui fait l'expérience de ce geste médical ou chirurgical ? Les mains de Line se sont progressivement posées à cet endroit au cours de la séance, comme si c'était le juste moment pour reconvoquer cette trace de mon histoire corporelle restée entre parenthèses sans que je le sache. Je me suis laissé toucher, ébranler par les émotions restées en creux, en suspens, dans l'ombre. Dans une forme d'abandon aux mains de Line, je me suis sentie prête à accueillir l'inattendu, tout en restant actrice, au sens d'acter ce qui était en train de se jouer à cet instant-là de notre rencontre.

### **Quel cadeau de la vie !**

Une séance de Leibthérapie n'est pas un massage, c'est un message pour qui se met à l'écoute et accepte de se laisser glisser dans le sentir. Un message universel pour les humains que nous sommes, un message singulier pour le corps vivant que je suis. Comme toute rencontre, elle convoque ce que chacun(e) est prêt(e) à offrir, à recevoir. (...) Je ressens la séance de Leibthérapie comme une co-création sans vraiment de capitaine à bord, une forme de chorégraphie improvisée de l'entre-deux corps qui s'opère dans un cadre sécurisant, à la fois souple et contenant. Cela se fait... ou pas, selon la disponibilité de chacun des protagonistes à cette rencontre.

### **Quel voyage !**

Une séance de Leibthérapie est à mon goût bien plus précieuse qu'un tour du monde ! Elle me ramène *a casa* (à la maison), au plus profond de mon intime, tout en m'ouvrant d'autres possibles dans ma relation au corps que je suis et dans le contact avec ce et ceux/celles qui m'entourent.

*Eléonore K. B. - Mirmande, 5 mai 2025*