



CENTRE DÜRCKHEIM

Journées de pratique animées par Jacques Castermane

Samedi 9 et dimanche 10 mars 2019 – P A R I S

Zazen ? Un exercice au cours duquel j'engage le corps que je suis (*Leib*) !

L'homme dit primitif (il y a 2,5 millions d'années), comme l'animal (aujourd'hui encore), était réduit à concevoir le monde extérieur à l'aide de ses propres sensations.

La sensation, processus du tout corps-vivant dans son unité (*Leib*, dans la langue allemande) est notre conscience fondamentale.

Dürckheim la désigne comme étant la **conscience sensitive**.

En même temps, ce rapport au réel qui nous semble ancestral et dépassé, est la manière d'être au monde de tout être humain au cours de la vie intra-utérine et au cours des premiers mois qui suivent la naissance physiologique : une approche du réel à travers les sens.

Le corps que je suis est un **champ d'action**, un **champ d'expérience sensorielle** et un **champ de conscience** non encore soumis à la loi de la représentation, de l'image, de la conceptualisation. Ce qui fait dire à Nietzsche que le tout corps-vivant dans son unité (*Leib*) est « **notre grande raison** » (1). Jusqu'au moment où notre petite raison, le mental, l'intellect, qui se développe avec l'apparition de la conscience qui objective – la conscience "de"- , nous enferme dans des représentations du réel.

Zazen ? Retour à l'origine, au commencement de notre existence, à **notre vraie nature** en prise directe avec le réel.

Zazen ? Une rupture momentanée avec le réel tel que nous le pensons. Mise hors jeu de l'idée que : « moi je crois, que je suis, ce que je pense que je suis » et que « moi je crois, que le réel est ce que je pense qu'il est ».

Zazen ? Plongée, sans détour, dans ce qui EST réellement en ce moment. Mise hors jeu des savoirs préalables, afin de plonger dans la connaissance immédiate.

Zazen ? Tout se passe comme si le tout corps-vivant dans son unité (*Leib*) permettait, sans la réflexion par le penser, de faire l'expérience que « Je suis là où je ne pense pas ! ». Expérience que, là où je ne pense pas, se révèle ma vraie nature.

Conscient que ce que vous venez de lire ne sert à rien, je vous invite à reprendre au cours de ces deux journées la méditation **zazen** et quelques exercices qui permettent et favorisent le passage de l'idée – illusoire – « J'ai un corps (*Körper*) » à l'expérience : « Je suis corps-vivant (*Leib*) ».

Comme l'écrit Dominique Durand : « *Zazen ! Le moi ressent l'appel du grand large, il largue les amarres et constate qu'il ne commande pas au vent et s'accorde de la manière la plus juste à ce qui ne dépend pas de lui (...)* Affiner la qualité du contact avec ce qui sous-tend notre vie, l'une des principales ressources dans lesquelles il nous faudra puiser au cœur de l'instabilité mondiale où nous nous trouvons » (2).

Jacques Castermane

(1) Nietzsche : Zarathoustra – Aux contempteurs du Corps.

(2) *Lettre D'Instant en instant* - janvier 2019

Ces journées sont ouvertes aux personnes qui débutent la pratique, tout comme à celles qui souhaitent l'approfondir et la renouveler. **Vous pouvez participer à une journée ou aux deux journées.** Faire part de votre décision à l'inscription.

Horaire de chaque journée 09h30 – 12h00 et 14h00 – 17h00

Frais de participation 95 € la journée, 180 € les deux jours.

INSCRIPTION

Afin de confirmer votre inscription, envoyez par courrier le montant de votre participation, - chèque à l'ordre de « **Centre Durckheim** » - avec votre adresse mail.

Adresse postale du Centre :

Centre Durckheim - 1015, rte des Reys de Saulce - 26270 Mirmande.

Règlement en deux chèques possible.

=> Les places étant limitées, les inscriptions se font par ordre de réception des courriers.

=> L'encaissement du chèque fait office de confirmation, nous n'envoyons donc **pas de confirmation. Pas de réservation par tél. ou mail.**

(Les premiers chèques seront encaissés autour du 30 janvier).

Date limite de réception des inscriptions : 28 février

Lieu *Le Dojo* situé 15, rue Auguste Gervais à **Issy-les-Moulineaux**.

Accès à 300 mètres de la station de métro *Mairie d'Issy* (terminus ligne 12).

Usage du Dojo mettre des chaussettes pour travailler sur la moquette du *Dojo*.