

Vivre sans laisser passer la vie

Cycle de pleine conscience 2017-2018 (août-novembre-février-mai)

En présence d'Olivier Boutonnet

Première rencontre

vendredi 4 août 2017 à 18h

Préserver l'Un, une voie de quiétude et de préservation de soi

À l'agir *dans* le monde peuvent correspondre deux démarches : l'agir *sur* le monde (attitude prométhéenne) et l'agir *avec* le monde (attitude orphique¹). Il n'est point là de jugement, chacune connaît sa légitimité et son temps. Simplement, le choix de l'une ou de l'autre relève d'une justesse existentielle ; entendons ici un positionnement en harmonie avec soi-même et son environnement. Quelles sont, par exemple, mes inclinations et ma place dans la cité ? Sont-elles en cohérence ? Pour être fécondes, ces deux attitudes goûtent idéalement, à la même source, une eau cristalline et pourtant insondable : la quiétude. Celle-ci cache sous son onde l'indépendance intérieure, la force authentique. Et Guiseppe Rensi de décrire, dans l'une de ses *Letteres*, cette tranquillité profonde comme la « substance philosophique et religieuse² » à l'universalité éprouvée. La généalogie des idées lui donne raison : de l'*adiaphora* stoïcienne à la *pax cordis* chrétienne, de « l'inestimable bien » de Sénèque, une « âme calme ayant trouvé un abri sûr³ », aux béatitudes bouddhiques ; la paix de l'âme et du corps chez les Épicuriens ; le chemin vers l'action absolue selon le *Laozi* ; la liberté ontologique chez Zhuangzi ; et bien d'autres encore.

La quiétude se trouve au carrefour de trois chemins : l'écoute contemplative, l'éthique raisonnée et l'implication corporelle. Pour des raisons historiques, notamment depuis le triomphe de l'ascèse platonicienne et l'avènement des monothéismes, le troisième chemin a souvent été délaissé en Occident. L'Extrême-Orient, et notamment la Chine, n'a pas opéré, quant à lui, de dualité primordiale entre un matérialisme et un idéalisme philosophiques. Ces derniers s'y inscrivent le plus souvent l'un l'autre dans un rapport dichotomique et se comprennent à la lumière du procès cosmologique. De fait, la dualité corps-esprit ne se pose plus en tant que telle et le corps trouve toute sa place. C'est l'une des raisons pour lesquelles le chemin de la corporité a été plus emprunté sous les cieux du lointain Orient.

Voilà donc en quelques mots le fondement de ma proposition qui vise, selon l'adage, « à vivre sans laisser passer la vie ». La méthode devient alors évidente ; elle consiste à associer une démarche éthique et raisonnée avec des pratiques corporelles, héritées de traditions extrême-orientales. Il s'agit de « préserver l'Un », comme le disent les Chinois, en l'occurrence, de cultiver une cohérence de vie en harmonie avec soi et le monde. Par delà les dualités de surface et de langage, les enjeux sont profonds et souvent ressemblants. La liberté véritable est intérieure, elle se façonne. Ainsi apprend-t-on à incarner, au carrefour de ces trois chemins, l'image chère à René Char : « l'homme de la pluie et l'enfant du beau temps⁴ ».

¹ La mise en perspective des deux attitudes est empruntée à Pierre Hadot, dans son bel ouvrage, *Le Voile d'Isis. Essai sur l'histoire de l'idée de Nature*, Paris, Gallimard, 2004.

² Giuseppe Rensi, *Lettere spirituali*, traduit dans *Lettres spirituelles d'un philosophe sceptique*, Paris, Éditions Allia.

³ « *Tum illud orietur inæstimabile bonum, quies mentis in tulo collocatæ...* », Sénèque, *De la vie heureuse (De vita beata)*.

⁴ René Char, *Le Marteau sans maître*, LVII.

Olivier Boutonnet

Formé en Chine, il se consacre depuis plus de vingt ans à l'idéal d'une « complétude dans les lettres et le combat » (文武雙全), un long cheminement avec le corps pour compagnon de route.

Spécialiste en survie au combat rapproché – formateur d'unités d'élite (mains nues, armes blanches, situations extrêmes), solide expérience de terrain, diplômé d'État en arts martiaux.

Expert en développement personnel – pratiquant et chercheur sur les champs d'application des « exercices spirituels » hérités, notamment, du taoïsme et de la philosophie antique.

Sinologue – historien du taoïsme et des traditions érémitiques dans la Chine classique, membre associé d'un laboratoire du CNRS (GSRL), membre de l'European Network for the Study of Religions in China, auteur d'études universitaires portant sur des textes taoïstes de l'époque médiévale. ([Publications](#))

Professeur et traducteur de langue chinoise classique et moderne.

Maître de thé diplômé d'État en Chine.

Co-dépositaire de la lignée martiale chinoise Benyitang 本義堂 du Taizu shenquan 太祖神拳.

Chevalier de l'Ordre des Palmes Académiques.

Son site : <http://www.wudemen.com>

Modalités pratiques

participation libre à partir de 20€

Logistique

Prendre de quoi noter, coussin, produit anti moustique, eau, boissons chaudes...

Lieu

Complexe sportif de Peyriac de Mer (à côté de l'école primaire) dans l'Aude

A partir de Narbonne : direction Perpignan / sortir de la D6009 au panneau Peyriac / Après la zone artisanale sur la D105 (chemin neuf école) prendre la première rue à droite (rue des tamarins) / A l'intersection monter sur la gauche. Le complexe et l'école sont 100m plus loin sur la gauche

Contact organisation

Marielsa 06 29 58 16 33

Marie-Christine 06 74 81 44 67

Bulletin d'inscription

Nom, prénom.....

tel.....

email.....

Pré-inscription : pour faciliter l'organisation (réservation de la salle, trajet intervenant...)

envoyer un chèque de réservation de 10€ à MC Faure 12 rue du 10 août avant le 20 juillet 2017

RDV de coaching individuel : contacter directement Olivier Boutonnet 06 63 74 77 72

Prévoir 1h – tarifs 60 à 80€ selon revenus vendredi 4/08 apm ou lundi 7/08 matin