

Jeu 2 juin 2022

La présence

La présence est d'abord perçue comme une qualité : « avoir de la présence ». Pour essayer de comprendre en quoi cela consiste, on peut opérer un déplacement : la présence est d'abord un constat sur soi-même : « ceci est présent pour moi », et « ceci » peut être ce rayon de soleil, cette pluie subite, ce coup de vent, cette coquille, ce chien ou chat, cet arbre, cette personne, cette montagne, et nous nous connectons à cet autre être, à cette autre manière d'être. Il ne semble pas y avoir de limite, d'obstacle à cette capacité de connexion, de rapport à autre que soi. (Il n'y a d'ailleurs aucune raison d'exclure la présence à soi-même de ces réflexions, et peut-être est-ce la même chose qui se passe lorsque nous nous connectons à nous-mêmes et lorsque nous nous connectons à autre chose.) Elle consiste à considérer l'autre dans son être même et dans son altérité et dans son rapport à soi-même, selon une finesse et une infinie variabilité ; elle appréhende la matérialité de l'existence de l'autre et c'est ainsi que la présence relève de la vie : être présent, c'est être vivant pour nous selon une forme que nous pouvons vivre nous-mêmes et avec laquelle nous pouvons nous accorder. Pour revenir au point de départ, avoir de la présence c'est faciliter cette connexion ; une ainsi, c'est bien une qualité et nous pouvons en faire notre affaire en nous exerçant.

La présence passe d'abord par le corps et on peut l'exercer en éprouvant la connexion par la danse : danser le rapport au monde d'une montagne, d'un chien, d'un vent. On peut aussi exercer son rapport au présent et voir comment on peut abaisser le tonus de notre vie intérieure qui nous rend distant aux autres. On peut surtout s'exercer à deux ou en groupe pour danser ensemble la présence d'un arbre à un autre, d'une fleur à une coquille. On peut conclure en constatant l'effet des exercices dans une inspiration libre.

Compte rendu de la séance du 2 juin.

L'expérience de présence face à la nature est d'abord celle d'un lien entre terre et ciel, ici entre le caillou de la terrasse qui marquent les multiples os des pieds et les nuages de l'atmosphère colorés par les rayons du soleil au crépuscule. La présence du Rosemont en face se manifeste d'abord comme une masse rocheuse, un corps géométrique hérissé d'aiguës qui s'élevaient verticalement en s'enroulant d'une fourrure feuillue ou d'épines. Cette figure statique se transforme progressivement en un organe respiratoire (le cycle de l'oxygène, du dioxyde de carbone) et percolateur (le cycle de l'eau) qui le révèle vivant.

L'expérience de présence devient aussi avec force celle de la présence à soi, d'abord dans sa structure squelettique et musculaire, et par suite de la présence à la gravité: en ce qui me concerne, la présence de la ceinture scapulaire dont les parties recuies ont imprimé au squelette durable.

L'expérience de présence a aussi une expérience du temps qui passe, d'un temps qu'on n'offre pour soi-même.