



crédit photo: D.R.

Un nouveau *chez soi*

Vers un « corps-conscience »

par Wim Ellul

Une nouvelle image de notre corps pour une nouvelle vision du monde.

En cette époque quasi-glaciaire où les flocons s'invitent sans prévenir tandis que j'écris avec un bol de thé chaud à côté de moi, je me dis qu'il est bon d'avoir une clé qui ouvre sur un « chez soi ».

En quelques décennies, le mode de vie majoritaire réglé sur les saisons et sur le temps des récoltes a évolué vers un mode de vie urbain, calqué, lui, sur les découvertes scientifiques et sur leurs applications techniques. A tel point qu'en 2010, l'essentiel de la population mondiale se concentre dans les villes modernes. Ce que j'entends par « ville moderne » recouvre un mode de vie issu de l'après-guerre en Europe, où conjointement à la désertification rurale et à l'essor économique, de nombreuses technologies sont venues bouleverser l'organisation sociale et politique. C'est bien cette réalité-là qui se développe à travers le monde. On voit mal en effet un parti politique prôner un retour vers un mode de vie rural ou un programme de repeuplement prioritaire des villages et des zones forestières. De fait, la notion de développement durable résonne comme un appel à un autre mode de vie, mais l'idée, aussi noble soit-elle (notion de « ville verte » ou durable), occulte le quotidien de la plupart des gens: nous vivons immergés dans une complexité cumulative, symbolisée par la ville moderne, source de tensions à long terme pour le corps humain. Notre organisme, fruit d'une évolution de plus de 3 millions d'années, se voit contraint d'utiliser de nouvelles stratégies face à un adversaire aux contours nouveaux: notre environnement

technique et urbain. Pollution sonore, permanence de l'écran, alimentation industrielle, ondes électro-magnétiques, médicaments, gestion du stress, stations prolongées, pénibilité du travail, sont autant de contraintes inédites et cumulées pour l'organisme. De plus en plus coupés de l'environnement qui a façonné le corps de nos ancêtres, l'être humain est sommé de s'adapter à son nouvel environnement naturel — la ville moderne — sous peine d'exclusion.

Le phénomène le plus étonnant? C'est l'individu qui doit s'adapter à cette « modernité » de la vie en ville et non l'inverse! On aurait pu croire que la ville et son progrès technique étaient construits pour mieux nous servir. La multiplication d'allergies alimentaires, les difficultés respiratoires, les dépressions, les maladies cardio-vasculaires, le stress, l'obésité, l'acidification des tissus, les dépendances, les maladies auto-immunes, les douleurs dorsales chroniques, etc. sont pourtant autant d'illustrations de la nouveauté de ces contraintes et de l'inadaptation de l'homme à son habitat moderne. Même si nous sommes nombreux à être satisfaits de notre vie citadine (la perspective de l'hiver dans un village de la Creuse... bof!), on ne nous a pas vraiment expliqué ce que ce mode de vie impliquait (nous y sommes nés). Je note aussi les nombreuses conséquences positives de la modernité: rallongement de l'espérance de vie, sécurité dans les approvisionnements, multiplication des échanges, promotion de l'innovation... Il ne s'agit pas de regarder nostalgiquement en arrière, mais de nous préparer à ce qui nous attend. Tous les stimuli inhérents à notre nouveau milieu « naturel » sont si nombreux désormais qu'ils demandent au corps d'immenses efforts d'adaptation. Il faut pourtant revendiquer ce premier « habitat » fondamental qu'est le corps humain.

Notre organisme s'est conformé.

Les différents usages de notre corps dépendent en effet beaucoup des conceptions collectives et sociales d'une époque: corps-outil, corps-force de travail, corps-objet, corps-apparence, corps-performance, corps-séduction, corps-combattant et bientôt corps-technicisé, terrain d'expérimentations (génétique, robotique...), notre organisme s'est plié, s'est conformé à nos quatre volontés et continue de le faire. Il stocke, encaisse, absorbe, retraite et tente d'éliminer, mais le mouvement s'accélère, trop d'informations viennent de tous les côtés. J'aimerais que l'on prône davantage le concept d'un corps-habitat, d'un corps-conscience, d'une nouvelle terre à « cultiver ». De trouver la clé qui ouvre sur un « chez soi », un espace qui n'est pas forcément idéal, mais vivant. Cette dimension-là, je vous en parlerai la prochaine fois... ■

Pour + d'infos, consultez le carnet d'adresses p. 60.



PORTRAIT

Wim Ellul est formé au massage thaïlandais à la Wat Po School de Bangkok et à la TMC School of Chiang Mai, il poursuit sa recherche auprès de Mantak Chia et Andrew Fretwell, instructeur taoïste (Qi gong de l'Eveil, Chi Nei Tsang), il devient praticien en massage de l'abdomen et exerce entre Bordeaux et Paris. Il enseigne au Centre d'Arts et d'Écologie Corporelle Génération Tao où il co-anime un atelier hebdomadaire sur les massages du monde.