

La Non Dualité en Gestalt-thérapie

*Au-delà du moi,
accompagnement didactique
pour thérapeutes et chercheurs spirituels*

Une proposition de 4 séminaires fondamentaux annuels
suivies de séminaires de supervision et séminaires thématiques

31 janvier > 2 février | 27 > 29 mars | 5 > 7 juin | 2 > 4 octobre

*Les séminaires sont interdépendants, cependant il est possible de les suivre
sur deux années, donc 2020 et 2021, en cas d'impossibilité.*

*Quand un être humain a cherché toute sa vie à l'extérieur,
Un jour lui vient l'audace, la nécessité, l'élan vital, de se retourner sur lui-même.*

*Ce jour est un grand jour...
Il est le moment où un monde nouveau s'invite spontanément, enthousiasmé de son audace.*

Se retourner sur soi-même pointe bien au-delà du corps et de l'intériorité.

*C'est plutôt quand la Conscience se retourne sur elle-même,
Sans plus chercher d'objets extérieurs, assoiffée d'en connaître la source, sa source,
Celle qui fait qu'un humain dit un jour... « JE SUIS », puis « JE », puis plus RIEN...*

*Cet humain, vous pouvez le rencontrer, il cultive son jardin, arrose ses fleurs, choisit ses légumes.
Cet humain, vous pouvez lui parler, sa parole est offerte, pour le simple fait qu'elle ne lui appartient plus.
Cet humain, c'est vous-même qui lisez ces lignes, révélé à votre nature de pure conscience,
À l'instant même.*

*Mais alors... Quelles sont les incidences de cet éprouvé de l'Êtreté sur notre vision du monde ?
Quelle anthropologie peut venir alors sous tendre le déroulé de notre existence ?
Qu'en est-il de notre vie matérielle quotidienne en ce monde ?
Qu'en est-il de nos relations et de leurs enjeux ?*

*Mais alors...
Si ce que Je suis, n'est pas limité à ce « moi » auquel je suis identifié, qu'est-ce que la souffrance ?
Qu'est-ce que la pathologie dans un tel paradigme ?
Où prend place la thérapie ? Quel est son processus opératoire ?*

Introduction - Orientation

Cette série de 4 séminaires s'adresse à notre Soif d'Unité.

Elle est conçue aussi bien pour les Gestalt-thérapeutes et tous autres Thérapeutes Humanistes, que pour les chercheurs qui ont soif de dépasser les mots concernant la spiritualité, le chemin, la non-dualité, l'Éveil, la connaissance de Soi, **le Soi**.

Elle est destinée à ceux qui souhaitent approfondir leur intégration de cette Connaissance dans leur vie, ceux qui comme nous, ressentent la nécessité d'une **vie et posture** professionnelle **en cohérence avec notre expérience de la réalité**.

Pour certains, ces séminaires prendront ainsi le visage d'une **Post-formation** s'inscrivant dans un cheminement aussi personnel que professionnel. Pour d'autres, ces séminaires seront l'occasion de rencontrer un « espace-temps d'expérimentation », de s'inscrire dans un **parcours d'intégration** et de conscientisation, mobilisant tous les aspects et revêtements de l'Être, permettant une profonde transformation.

Cette série de 4 séminaires ouvre ainsi un espace et un temps dédiés à l'**expérience**, à la **rencontre**, et à l'**observation de soi**, mises en perspective par le prisme de la Gestalt thérapie et des enseignements des sciences philosophiques de la non dualité.

Nous nous adresserons pour cela à **l'Esprit**, au **Cœur** et au **Corps**, siège de l'expérience consciente, respectivement dans la philosophie de l'Advaita Vedânta ou non dualité : Jnana Yoga, Bakti Yoga, Karma Yoga.

Développant l'Observation de Soi, **dans l'accueil inconditionnel de Ce Qui Est**, piliers de notre posture, nous nous engagerons dans l'exploration relationnelle consciente, dans l'interaction physique, énergétique, émotionnelle, mentale et spirituelle.

Au fond de soi siège l'Être (nous devrions dire siège Être), ce que l'Advaita Vedânta appelle le Soi, et c'est dans la **relation ouverte à sa dimension holistique** que celui-ci s'enracine et qu'émerge la Conscience d'une autre réalité, Absolue, Unifiée.

Ce sentiment d'Unité correspond en partie à la joie sans objet que nous pouvons vivre dans la prairie, quand l'herbe mouillée nous enivre de ses parfums, quand la lumière décline et que le temps ne s'écoule plus, dans cet arrêt vertigineux qui dévoile l'Unité de tout ce qui existe comme **une seule et même « vivance »**, délicieuse, discrète et sobre.

Ce sentiment d'Unité, c'est quand enfin nous sommes **libérés de notre histoire**, de nos représentations, de notre monde, de tout ce qui fait charge, de tout ce qui empêche, qui qualifie sans cesse, qui discute sans fin le mouvement des circonstances et de la vie...

Ce sentiment d'Unité, c'est quand la vie est devenue suffisamment simple pour se suffire à elle-même sans que nous ayons à courir et encore moins à chercher **ce qui est déjà là et l'a toujours été...**



Gestalt-thérapie de l'Ouvert

Un ajustement postural pour thérapeutes en réponse à la mutation des consciences dans le monde

De plus en plus de personnes franchissent le seuil de nos Cabinets professionnels afin de rencontrer un accompagnement plus existentiel, moins défini précisément autour d'un symptôme.

Elles sont sur un chemin de transformation qui regroupe une demande d'aller mieux, une **quête de sens** à leur vie, un sens étrangement mêlé à une **intuition spirituelle** plus ou moins confuse, parfois à des **expériences paroxystiques** telles que les nomme A. Maslow, **perceptions extraordinaires**, le tout souvent immergé dans des difficultés relationnelles.

La **question de l'Être** est souvent présente dans ces demandes d'accompagnement, et ces personnes peuvent trouver bien des difficultés dans notre monde qu'elles ne comprennent plus et duquel elles se sentent « en décalage ».

Elles souhaitent se connaître mieux, faire un **voyage intérieur**, avec l'intuition d'un grand voyage. Ces personnes ne se définissent pas comme malades, refusent toute qualification thérapeutique, et cherchent à s'échapper des modèles ambiants, sociaux, familiaux, transgénérationnels.

Ainsi de plus en plus de personnes franchissent le seuil de nos Cabinets avec une quête personnelle, de sens, de bonheur, de rencontre avec elles-mêmes en profondeur, avec les autres, de manière plus libre, plus différenciée...

Nous observons en effet que cette aspiration diffuse et accès au sentiment d'unité, (à ne pas confondre avec une tendance régressive fusionnelle) découle comme un point d'évidence lorsque la personne se vit **en capacité de pleine différenciation**.

Nous sommes donc devant une mutation culturelle, dans laquelle le « patient » devient quasiment un **chercheur de Soi**, sinon **de Vérité**. Il ne veut plus être étiqueté, il veut être éclairé, accompagné, soutenu, encouragé dans sa quête...

La dimension thérapeutique est toujours présente, mais elle ne suffit plus. Une autre aspiration émerge, plus vaste, répondant autant du thérapeutique que du spirituel.

Le projet « Gestalt-thérapie de l'Ouvert » tente de répondre ensemble à cette demande.

Afin de pouvoir répondre à cette recherche vaste et orientée vers le sens et la profondeur, il est nécessaire que **le clinicien(ne) soit lui-même en chemin vers Soi**, déjà rompu à la Pratique, disposant d'une clarté quant aux fondements de la Gestalt, ainsi qu'aux fondements d'une démarche spirituelle.

Nous inviterons les stagiaires à faire le point ensemble et pourrons les accompagner dans leur intégration de ces paradigmes dans leur vie, leur quotidien, leur relation à soi, à l'autre, au monde.

Fondements de notre approche

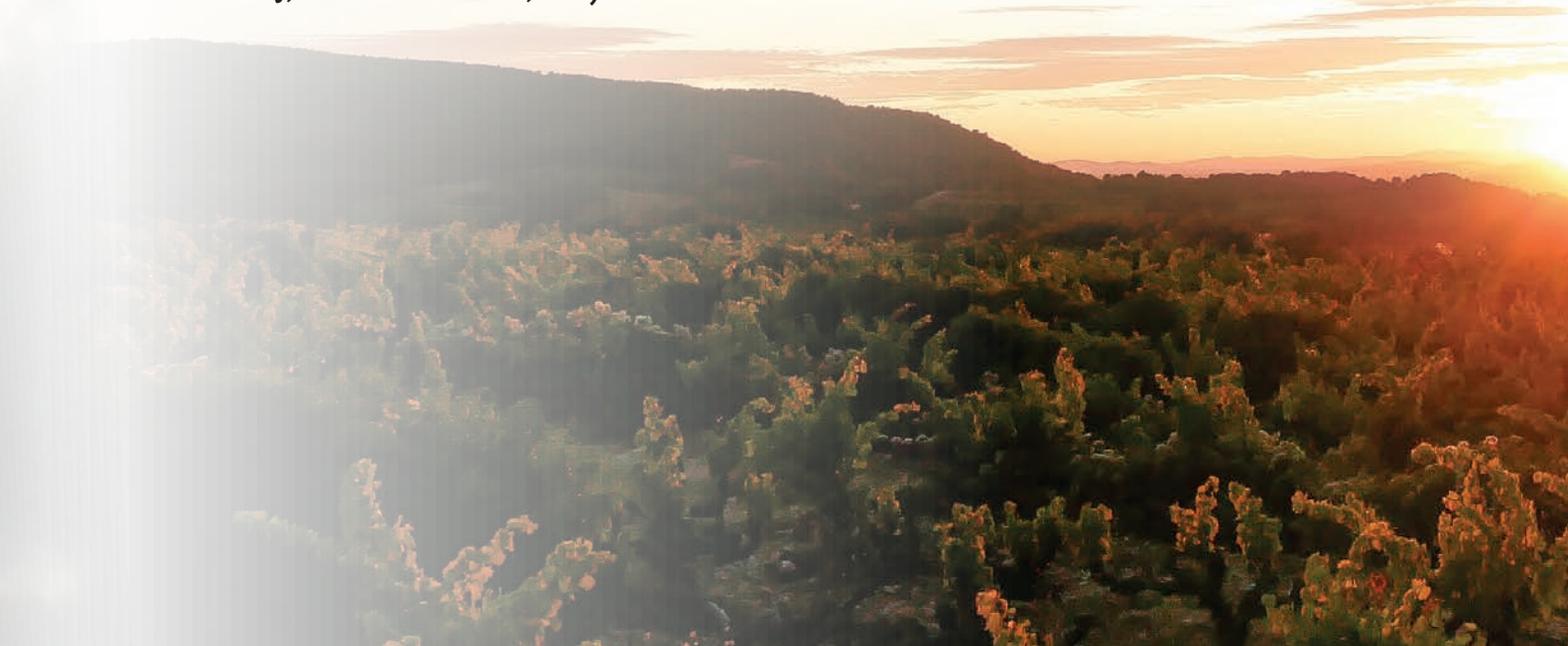
La Gestalt est déjà pensée, dès l'origine, avec sa vision du développement ou de la croissance de la personne, au-delà du soin psychopathologique. Ses outils, ses techniques, son éthique répondent déjà, dès 1951 avec les premiers textes construits des Pères Fondateur (PHG), d'une vision psycho-spirituelle du développement humain.

Il nous a semblé très pertinent, et cela depuis de nombreuses années, en lien avec nos propres cheminements personnels, de tenter un éclairage des dimensions spirituelles de la Gestalt en s'appuyant sur l'univers non-duel de l'Advaita Vedânta, philosophie élaborée sur plusieurs millénaires, pointe aigüe de l'Hindouisme, approche non religieuse, ni ésotérique, encore moins dogmatique, approche tellement méthodique qu'elle pourrait presque répondre de l'appellation « scientifique ».

L'association de la Gestalt-thérapie et de l'Advaita Vedânta est d'autant plus pertinente que les points de rencontre entre une démarche thérapeutique humaniste, et une philosophie soutenant une pratique précise de cheminement vers Soi, sont nombreux et précis.

La Gestalt apporte des éléments élaborés avec génie, tels l'awareness, le cycle du contact, la théorie du Self, la perspective de champ, le continuum de l'expérience dans l'ici et maintenant, le « ça » de la situation, l'observation des mécanismes de résistance à la frontière contact...

L'Advaita Vedânta offre quant à elle une perspective du développement et de l'évolution humaine et de la conscience s'appuyant sur des textes célèbres (*Les Upanishads, la Bhagavad Gîtâ, la Sâmkhya, le Yoga Vashistha, etc.*), et les témoignages de nombreux Maîtres, particulièrement ceux du 20^e siècle, que nous aurons plaisir à partager (**S. Ramdas, R. Maharshi, Mâ Ananda Moyi, S. Prajnanpad, Sri Nisargadatta Maharaj, Sri Aurobindo, etc.**).



Les 4 séminaires apporteront, et une pratique précise s'appuyant sur les deux sources, et une compréhension de l'humain et de sa possible évolution, avec comme fond sur lequel orienter la conscience, la dynamique interne à chaque être humain, la soif d'évolution et de se connaître que certains et certaines d'entre nous porte comme une nécessité devenant absolue au fur et à mesure que leur vie avance.

Ainsi là où la non-dualité soutiendra la Gestalt dans son versant thérapeutique, par son ouverture à cette vision plus vaste de l'Être et son entendement de l'origine de la souffrance, la Gestalt soutiendra la démarche spirituelle en termes de quête de Soi en offrant des outils d'exploration de notre vie relative et de conscientisation quant aux semblants obstacles à notre évolution et paix intérieure.

Le tout dans un profond sentiment de respect, d'unité, d'harmonie.

Au cours de nos échanges, nous porterons à l'approfondissement de notre discernement, des réflexions, témoignages issues de la littérature contemporaine occidentale portée sur l'expérience de la non dualité (**K.G. Durckheim, J. Welwood, R. Spira et tant d'autres**), en psychologie et **psychothérapie transpersonnelle**, quatrième vague dans l'histoire de la psychothérapie, dans laquelle s'inscrit clairement notre posture, de **C. Jung à Ken Wilber**.

Tout en ne nous éloignant jamais du **primat de notre expérience**, intime, **rivée à notre corps-conscience**, que nous revisiterons sans cesse au cours des séminaires, nous pourrons laisser résonner les représentations que les auteurs offrent de ce que nous sommes, de la réalité, de nos perceptions de cet au-delà du moi (ou en-deçà), et inviter les vôtres.

Au-delà, en-deçà de la singularité des formes et des langages, nous affinerons ainsi nos capacités d'entendement de l'**expérience universelle et singulière de la Présence**, plongeant dans le cœur épuré de l'expérience humaine, ouvrant la voie de la Compassion, dans l'Ouvert.



La rencontre de deux formateurs...

Cette proposition est le fruit d'une rencontre entre
entre Maryse LE BOUILL et Richard JIMENEZ M.
et sera complétée par des séminaires de Supervision
et des séminaires à thèmes spécifiques

Aussi bien la Gestalt que l'approche spirituelle non-dualiste
sont leur pain quotidien depuis de nombreuses années :

« Nous partageons une première particularité, celle de permettre au cheminement thérapeutique et au cheminement spirituel de dévoiler profondément leurs liens, et l'extrême utilité de s'immerger dans l'un sans jamais oublier l'autre. Le premier pas thérapeutique est déjà spirituel, et le dernier pas spirituel est encore thérapeutique...

Amoureux de la Connaissance de Soi de tous temps, aux parcours bien différents en surface, nous sommes également tous deux fondamentalement éprouvés à la primauté de l'expérience profonde et intime du **Corps Conscient comme chemin de Connaissance**, porte d'accès au monde des Vérités et des Lois Universelles qui régissent toute création, tout phénomène.

Notre propre chemin d'unification nous a conduit à ce **point de Croix précis**, entre nos dimensions verticale et horizontale, absolue et relative, transcendante et immanente, où le **Soi révèle sa lumière à notre humanité**, infusant la matière, traversant le chaos, ouvrant nos cœurs à la compassion universelle.

Ancré dans ce monde en tant que personne, notre cheminement nous a tous deux menés à investiguer **l'entre deux de la relation**, terre privilégiée d'un premier dépassement de soi, à déployer sa dentelle dans l'accueil inconditionnel, et laisser s'y révéler par magie, au-delà de toutes constructions égotiques, les qualités de la Présence, la Conscience.

Nous partageons également l'Expérience de Présence Éveillée et les enseignements de Grands Sages, hommes et femmes. Ainsi nous sommes bien entourés, bien soutenus dans notre cheminement.

Nous sommes ainsi donnés chacun dans nos vies personnelles et professionnelles au mouvement de la Conscience à travers notre humanité, et à faciliter l'accueil de la transformation qu'elle opère en chacun, et entre chacun, dans son mouvement.

C'est avec Joie, enthousiasme et profondeur que nous vous invitons ensemble dans cet espace d'accompagnement et de partage, ouverts et bien enracinés. »

À qui s'adressent ces séminaires ?

Nous serons heureux d'accompagner celles et ceux, professionnels ou chercheurs de vérité, qui ont le désir profond de **s'adresser à Soi, intimement**, authentiquement, véritablement, d'oser disparaître en Soi, de se sentir être, tellement être, sans bord, sans âge, sans histoire...

Et souhaitent **inviter cette Présence dans la Relation à l'Autre**, ensemble, et dans leurs cabinets

Seront bienvenus celles et ceux qui s'interrogent sur la souffrance, la peur, **la mort**, sur le bonheur, la paix, **l'amour** et l'attachement, la fraternité, sur le silence, l'agir et le non agir, la sérénité, le désir, la volonté, **la liberté**, la responsabilité, sur l'énergie, **l'intuition**, la dimension transpersonnelle de notre existence, les synchronicités, **états de conscience « modifiés »**, la science quantique, les lois universelles qui régissent notre monde...

Simplement... sur la Présence dans le processus thérapeutique.

À celles et ceux qui, dans un monde troublé, souhaitent à leur mesure, **participer à poser les racines d'une façon d'être au monde lumineuse**, bienveillante, libre... dans tous les domaines de notre vie et activité humaine.

Ces séminaires sont ainsi ouverts aux professionnels de l'accompagnement qui veulent enrichir et nourrir leur posture clinique, aux chercheurs qui souhaitent aller plus loin, **de façon méthodique et pleinement incarnée**, sans illusion.

Dans les deux cas, les personnes devront avoir déjà cheminé plusieurs années sur une voie thérapeutique classique.

Structure de l'enseignement

- 4 séminaires d'un week-end de 2,5 jours dans l'année
- Du vendredi 14 h au dimanche 16 h

Les séminaires sont interdépendants et constituent un chemin expérientiel de conscience. Il est préférable ainsi de les vivre dans l'ordre (Sadhana). Votre engagement annuel permettra de suivre cette expérience avec un même groupe (Sangha), ouvrant la possibilité d'une plus grande profondeur, authenticité, confiance dans les relations.

Cependant il est possible de les suivre sur 2 années, donc 2020 et 2021, en cas d'impossibilité.



Formateurs



Richard JIMENEZ M.

Je suis Gestalt-thérapeute - Superviseur. J'explore la relation humaine au travers d'un fort engagement clinique avec de nombreux couples et familles. J'ai parcouru un long chemin sur la voie non-duelle de l'Advaita Vedânta. Cette voie spirituelle non dogmatique, ni ésotérique, ni religieuse, vient fréquemment à mon secours dans mon travail de thérapeute.

Je consacre tout mon temps à faire les ponts entre la Gestalt et la non-dualité.

J'envisage de pratiquer cet art qu'est la Gestalt en espagnol et en anglais, afin de partager cet engagement dans un espace interculturel.



Maryse LE BOUILL

Je suis Gestalt thérapeute transpersonnelle, formatrice, superviseuse. De tout temps exploratrice du mouvement, relaxologue, méditante engagée dans la voie non duelle, j'accompagne les Êtres en recherche depuis plus de vingt ans.

J'ai à cœur de faciliter la reliance de chacun à la source de ses potentiels, à la Joie et à la Paix profonde, à ce Tout que nous sommes, par l'éprouvé d'un corps et d'un cœur conscient, la traversée de nos illusions.

Convaincue que le changement collectif dont nous avons besoin vers un nouveau paradigme passe par l'incarnation de notre essence spirituelle révélée, j'invite et accompagne les acteurs du changement à faire l'expérience de cette révolution intérieure et en parcourir humblement ensemble le chemin d'intégration.

Modalités

Dates des séminaires 2020 :

31 janvier > 2 février

27 > 29 mars

5 > 7 juin

2 > 4 octobre

Lieu :

Centre d'accueil des séminaires de formation : **La Croisée - Le Payoursel - 26120 OURCHES**
lacroisee26@aol.com - 04 75 59 79 68

Tarifs :

- Enseignement : 250 € par séminaire (versement de 100 € d'arrhes à verser avec le bulletin d'inscription ci joint)
- Hébergement en pension complète : de 178 € à 218 € (+0,95€ de taxe de séjour) selon la formule en chambre seul(e) ou partagée (le paiement se fait directement à La Croisée)

Renseignements et inscriptions :

RICHARD JIMENEZ M.

06 88 85 19 70

jimenez.richard@orange.fr

www.autresrivagesdeletre.fr

Maryse LE BOUILL

06 62 89 57 64

maryselebouill@gmail.com

www.maryselebouill.fr

La Non Dualité en Gestalt-thérapie

Une proposition de 4 séminaires fondamentaux annuels
du 31 janvier au 2 février, du 27 au 29 mars, du 5 au 7 juin, du 2 au 4 octobre
suivies de séminaires de supervision et séminaires thématiques

PROGRAMME DES SÉMINAIRES

INTENTION

Épurer, simplifier, plonger dans la Présence, atemporelle, dharmique, par un geste, une intention, une parole et propositions minimalistes et pleinement habitées...

Nous souhaitons inviter les stagiaires à traverser les couches de désidentification vers l'expérience du Soi, tout en intégrant les conséquences de cette expérience sur leurs repères anthropologiques, théoriques et cliniques.

Nous proposons, au service de l'éveil de la conscience, de la révélation de chaque être à sa nature fondamentale et unifiée, de s'approcher ensemble au plus près de cet indicible universel qui sous-tend notre existence, régit nos vies, dans une horlogerie parfaite.

Nous invitons à la rencontre, au partage, à l'expérimentation hors des zones de confort, tant d'un point de vue personnel que professionnel. Nous tenterons ensemble d'éclairer les voies de chacun, les pièges sur le chemin d'intégration, à l'occasion d'un parcours structuré, expérientiel, didactique et non dogmatique, dans l'humilité et l'engagement de nos présences.

PÉDAGOGIE

Partages, témoignages, expérimentations corporelles, énergétiques, relationnelles, pratiques méditatives, enseignements, practicum, accompagnement

1^{er} SÉMINAIRE : les fondations de la posture

Du particulier à l'universel... des repères éprouvés comme fondement d'une anthropologie spirituelle, socle de notre posture de vie et d'accompagnant.

a / « What do you want » ?

Ouvrons tout d'abord la parole, dans un partage profond de notre expérience, de notre chemin dans le cœur, le corps et l'esprit. Nous nous inviterons à parler spiritualité, de la perception de l'au delà du moi, simplement, profondément, sans complaisance, sans fioritures.

Nous prendrons le temps, ici, maintenant, de faire le point sur nos représentations, nos attachements, notre expérience de la présence, dans nos vies, dans nos cabinets.

Ces quelques questions pourrions nous y préparer :

- Où en es-tu de ton histoire de vie?
 - Où en es-tu de ce que tu devais recevoir, donner et faire?
 - Où en es-tu de ta quête? du sens de ta vie? du sens de la vie?
 - Au fond, que veux-tu vraiment à présent? Qu'attends-tu vraiment de cette vie, vraiment, vraiment...
 - Qu'attends-tu de ton travail de thérapeute?
- Prends ton temps avant de répondre...
- Connais-tu les chemins qui mènent à ce que tu attends vraiment? En connais-tu les obstacles?
 - Qu'as-tu compris de ceux traversés?
 - Peur, souffrance et libération, comment cela résonne-t-il aujourd'hui pour toi? Où en es-tu de tout cela?
 - La résistance à « Ce Qui Est », comment se manifeste-t-elle en toi?
 - Si tout est mouvement (tout ce qui m'est donné me sera repris, tout ce qui m'est enlevé laisse la place à ce qui peut venir), si tout est différence (rien n'est jamais identique, le refus de « Ce Qui Est », est ainsi vaine folie), alors que reste-t-il de réel, de stable?
 - L'Amour de Soi, l'Amour des autres, L'AMOUR? Quelle expérience en as-tu?

b / Qui suis je ? Connaissance de soi, bases « théoriques » vers une anthropologie spirituelle

Depuis cet ancrage dans nos propres ressentis, nous proposerons à notre discernement les grilles de lecture de l'expérience humaine d'Être que nous inspirent notamment la Gestalt thérapie et les témoignages issus du Vedanta, relayés par les données et découvertes transversales des recherches en sciences contemporaines.

En réponse à cette fameuse question *Qui-suis je?*, nous expérimenterons ce que les Vedas nomment les Koshas, les revêtements de l'Être, enveloppes du Soi. Ces différents corps de l'Être rendent compte de différents plans de l'existence, sous tendant notre condition humaine.

Par notre identification à l'une ou l'autre de ces enveloppes, par ignorance de la totalité à laquelle ils participent, et de leur interconnexion, nous nous tenons agissant et réagissant dans le monde, à distance de notre nature véritable, paix profonde, conscience pure.

La connaissance de ces différents niveaux vibratoires, bandes passantes perceptibles de la conscience, nous permet de nous en détacher peu à peu, et d'ouvrir un autre espace d'entendement de notre réalité, unifiée.

De là nous pouvons observer, éprouver, les liens entre microcosme et macrocosme, l'organicité de la création, de toute création, du vivant, et l'équilibre des forces qui régit l'ordre de la matière, de toute manifestation. Tout est lié, tout est représentation du tout, imprégné de tout, tout est là, tout est juste ce qui est là, nous-même inclus. Nous ouvrons ainsi à une autre façon de considérer l'expérience, dans sa dimension transpersonnelle.

Par ailleurs, les fondements de la Gestalt-thérapie nourrissent notre expérience d'Être de précieuses observations et grilles de lecture sans jamais l'enfermer ; notamment la théorie du Self, le cycle du contact, la notion d'ajustement créateur, la perspective de champ, l'existence de deux plans d'entendement : le fond et la forme, l'importance de l'awareness, et du « here and now »...

Nous soulignerons les liens de parenté des approches, observant les incidences profondes de telles représentations conjuguées sur le plan personnel et professionnel.

c / Posture du chercheur, posture du thérapeute : premiers regards sur les engagements réciproques

Le chemin, la recherche, nécessitent un certain nombre de qualités, ne serait-ce que celle de vouloir les cultiver : patience, innocence, persévérance, non-complaisance, tolérance, humilité, vigilance, compassion, discernement, présence holistique...

Pour le thérapeute, l'exigence se doit d'être sincèrement portée également à l'attention d'autrui. Une posture de thérapeute incluant un véritable versant spirituel dans sa pratique se construit patiemment, au fil des années, au fur et à mesure de sa propre maturation et du développement de ses compétences cliniques.

Nous pouvons citer : l'écoute (qui va bien au-delà d'écouter), l'accueil, l'engagement, l'intentionnalité, la non finalité, etc.

Il est à notre sens essentiel d'intégrer un certain nombre de repères sur l'humain et sa structure, sur son évolution possible.

Nous observerons comment une posture offrant une capacité à réunir les versants spirituel et thérapeutique, sans les mélanger, sans les confondre, se structure dans le fond du thérapeute, participant de sa sécurité ontologique, de sa capacité réflexive, de son aptitude à aider l'autre dans sa démarche de conscientisation / sémantisation de l'expérience en cours.

2^e SEMINAIRE : la Conscience réflexive, le Témoin (Vijnana Maya Kosha)

Tôt ou tard, vient le moment où l'Être entre en capacité de descendre de la scène de théâtre qu'il occupe, d'observer la scène et ses personnages, le metteur en scène, les spectateurs, le théâtre même...

Que se passe-t-il alors ?

Ce premier recul dans un espace d'Être fait de conscience, ou « JE » suis toujours, invite en premier lieu à la **désidentification des phénomènes**, actions, objets, pensées, émotions... développant la présence à « Ce Qui Est », sans jugement, tout en invitant peu à peu, inévitablement, à **sa responsabilité d'Être** ici, vecteur, observateur, percevant, traversé, agissant, créateur.

Pas majeur dans le chemin d'évolution et de croissance, cet avènement signe la réapparition de **la dimension spirituelle** de notre Être dans notre expérience... d'Être Ouverture... « Je » commence à VOIR...

La sortie de la souffrance

Ce premier détachement -qui n'est pas coupure-, décollement des phénomènes, ouvre ainsi la voie royale de la sortie de la souffrance.

Une nouvelle Terre apparaît sous nos pieds, « Je » est nouvellement perçu comme espace de Conscience réflexive, véritable témoin de l'expérience.

Depuis cette plage de sécurité offerte, lieu de paix au delà des vicissitudes ou plaisirs éphémères, nouveau socle fondamental de l'Être, nous pouvons alors observer et déceler nos mécanismes favorisés de résistance à « Ce Qui Est », source de toute souffrance, nos attitudes réactives, systèmes de défense, qui se lèvent à tout instant à la « frontière contact », dans la rencontre avec cet « Autre », qu'il soit « intérieur » ou « extérieur », se joue en effet tout ce à quoi je suis identifiée.

Dans une conscience séparée du Tout, identifiée au Moi, et dans cet entre deux, « Je » risque en effet la mort à tout instant, à chaque manifestation de la différence... la dissolution à chaque occasion de fusion, la crispation égotique devant chaque absence, etc...

Les scénarios sous jacents à notre expérience deviennent clairs, et une fine observation de soi permet à ce stade d'enrayer la chaîne de réactivité qui nous maintient la plupart du temps dans nos croyances limitatives, identitaires.

Les outils du discernement, la croissance au delà du moi

Les conditions de ce premier Éveil

Nous observerons ce qui nous a permis, ou nous permet à l'instant, chacun(e), dans nos vies, et dans l'instant, de passer ce cap d'identification pour oser nous en remettre à cet autre univers perceptif, autre ordre de la manifestation, sortis du corps grossier (physique, énergétique, émotionnel, mental) pour entrer dans une expérience d'être plus subtile (corps spirituel).

Les conditions de l'observation de Soi

Nous définirons ensemble, pour nous mêmes, pour nos patients, les conditions vertueuses de l'observation de soi nécessaires à toute velléité de désidentification du MOI en conscience, avertis des pièges et des écueils de cette entreprise dans l'aventure évolutive de l'Être.

Quelles qualités s'invitent lors d'une « juste » observation ?

Qu'est ce que j'observe ? Comment ? Quelles résistances pouvons-nous connaître à l'observation de la réalité... telle qu'elle EST ?

Nous entrerons pleinement et expérimentalement ici dans le royaume phénoménologique de la **Perception**, de l'Awareness chère à la Gestalt-thérapie, et du **Discernement** (Viveka).

Nous y écouterons ce qui répond du Corps, du Cœur, de l'Esprit.

Nous éveillerons notre conscience des objets, et nous nous éveillerons à la conscience de notre nature complexe et holistique.

L'illusion du réel, l'interconnexion de toutes choses, éveil de la conscience

Cette **mise en abyme** de notre expérience, théâtre dans le théâtre, nous invite à la perception de l'interconnexion de tous phénomènes. La conscience des transferts d'énergies animant les formes en présence et les processus d'opposition manifeste, répondent aux lois de la dualité dans laquelle s'inscrit toute création.

Rien n'est plus anodin, Tout est dans Tout, Tout est là, interconnecté, relié...

S'il n'y a plus d'extérieur séparé de soi, il n'y a plus de bourreau, ni de victime, ni de sauveur...

Alors, il nous faut remettre tout à plat...

Si l'Être s'y prête, si le moment est venu, si la Grâce se manifeste, se révèle alors à un moment donné à notre conscience une autre vérité. Tout ce scénario déployé sous nos yeux est la part projetée de ce que l'individu appelle encore « lui-même », écho de sa présence, de ce qui le traverse là, ce qui l'anime, l'agit, dans le fond, dans la forme... conscience.

La vision de la « Réalité » se trouble, la croyance en une réalité « extérieure » s'effrite...

Le MOI, tremble...

Mais alors, si l'autre, l'extérieur, n'est plus fondamentalement autre ... Qui suis je « moi-même » ?

Quid de notre irréductible différence manifeste devant cette Unité d'Être, Conscience ?

Nous observerons ensemble les questionnements et résistances qui peuvent se lever à ce stade de conscience, qui invite l'individu, nous-mêmes, à **passer d'une représentation personnelle de notre existence, avec les attachements et la souffrance qui lui sont afférents, à une représentation non seulement interpersonnelle mais transpersonnelle** de notre incarnation, de notre présence dans l'ici maintenant de toute situation.

La conscience de ce point d'orgue sur le chemin, nous mènera à redoubler de vigilance dans notre posture, dans notre écoute, notre accueil inconditionnel, et discriminer, en nous, en nos patients, entre **le besoin de réalisation du MOI (thérapie) et le besoin de réalisation de SOI (Voie Spirituelle)**, entre le besoin de différenciation et le besoin d'Unité.

3^e SEMINAIRE : l'épreuve du vivant, pour une spiritualité incarnée

Ayant précisé notre socle anthropologique, portant attention à éveiller les qualités du chercheur en nous, dotés d'un outil précieux qu'est l'observation de soi, à pratiquer chaque instant, sans jugement, et dont nous avons étudié les rouages, il ne nous reste plus qu'à plonger au plus près dans l'expérience du vivant...

Ecouter, observer, accueillir, les va-et-vient de cette abréaction de la conscience dans notre quotidien, au fil de notre vie, celle de nos patients, en chemin vers la Paix, la réalisation de notre Être, en chemin vers la fin de la souffrance, la Joie profonde.

Va et vient dans la conscience

En effet, une fois cette prise de Conscience réflexive effectuée, puis peut être, ce furtif glissement dans la Conscience Une et sans objet expérimenté, **nous retombons majoritairement dans la réalité ordinaire**, nous « prenant les pieds dans le tapis ».

La perception d'un plus grand que « moi », d'un ordre de réalité qui dépasse ma perception habituelle, qui remet en question toutes mes représentations, identifications, certitudes et valeurs, celles de mon environnement, de ma culture, perception d'un plus grand que moi qui ne s'avère autre que « JE », espace de Conscience unifiée, est un véritable tsunami dans l'évolution de l'Être.

En amont et en aval, ce passage de crête étroit, où le Moi se croit, se voit, mourir, est un arrachement... il élève de fortes résistances, plus ou moins subtiles, semblant parfois venir du fond des âges.

Par ailleurs **un des écueils majeurs d'une ouverture totale au Soi, peut être à ce stade... l'identification aux enveloppes subtiles**, clive notre perception en s'identifiant aux parties les plus « nobles » ou plus éthérées, rejetant notre ancrage dans la matière, nos difficultés, voire nos plaisirs et désirs... nous sombrons alors dans ce que nous appelons l'égo spirituel, source d'une profonde maltraitance sous jacente, donnant naissance à l'éruption tempétueuse d'un moi blessé, d'un égo renié alors que l'Être y est inconsciemment encore identifié.

Que faire en effet de ce petit moi, si imparfait, si irréel, souffrant devant l'absolue vérité que je touche là dans l'instant, la béatitude qui m'envahit dans cette expérience transcendante...

Le souffle de l'esprit n'est-il cependant pas manifeste jusque dans les moindres replis de notre humanité, au cœur de notre quotidien, ici, maintenant? Ne sommes nous pas, êtres humains, à la croisée de ces plans d'existence?

Les étapes de l'accomplissement de Soi

Que cet Éveil soit fulgurant (spontané, suite à un traumatisme, une NDE, prise de psychotropes, transe...), en voie directe ou progressive, **le chemin d'intégration qui mènera l'individu à vivre de façon stable en cette qualité, à quitter toutes les enveloppes du Soi et donc toutes ses identifications, suit, selon les rishis, sages de l'Inde ancienne, et à ce qu'il nous semble de notre propre expérience, des étapes incompressibles.**

C'est le cycle de la vie, du microcosme au macrocosme, au delà de la naissance et de la mort, nommé Purusharthas dans les Vedas (textes sacrés) : de la perception de nos besoins et désirs (Kama), à leur satisfaction (Artha), à l'intégration de la Loi, l'intégration du chaos, des conditions de la dualité dans nos vies, de l'altérité (Dharma), vers la réalisation du Soi, l'Unité, la libération (Moksa).

La connaissance intime et clairvoyante de ces diverses étapes vers l'accomplissement de soi nous permet une lecture informée, éprouvée de l'Être, **quant à l'acquisition ou non, des compétences et qualités fondamentales relatives à chaque étape de son évolution organismique**, et dont l'intégration est sine qua non d'un passage à l'étape suivante, sans retour « en arrière ».

Nous observons que ce n'est en effet que lorsque notre capacité d'être en ce monde est bien acquise, et a pu se développer, s'inscrire dans la matière, que notre égo peut alors être réellement transcendé dans la **conscience détachée**, et se tourner au service du Soi, conscience au service d'elle même, réinvestissant sa manifestation, là où elle est, œuvre, vit, à l'aune et la lumière de sa vastitude.

Aligner sa posture, les fondamentaux du mouvement... de la vie

Dans une démarche expérientielle, et à titre d'exemple formateur pour nos clients, nous pourrions revisiter ces étapes de notre chemin de vie, dans l'instant, et soumettre à notre discernement, l'observation de nos impasses, mécanismes de répétition, coupures et sauts dans notre évolution.

Nous observerons les phénomènes au niveau de notre corps, de nos centres émotionnel, mental et spirituel, à l'écoute des perceptions, résonnances, crispations physiques, énergétiques et psychiques que les mises en situations pourront révéler, témoins de notre condition.

Relativement à chaque étape du cycle de la vie, dans ce complexe immanent organisme-environnement, et dans sa perspective transcendante, nous pourrions mettre en lumière et expérimenter les aptitudes fondatrices d'une saine et pleine présence, les mouvements fondamentaux inhérents au bon déroulé du cycle du contact (tel que la Gestalt le nomme).

Combien de temps ce va-et-vient va t il se produire...? y a t il une fin?

Nous semblons convoqués à soutenir l'insupportable, tant que c'est insupportable...

Il s'agit de jouer le jeu de la vie, sans être dupe, poussée par elle même, lorsque remontant sur la scène de la dualité, nous nous laissons traverser par son mouvement créateur, émerger dans la forme chaque instant, et retourner à la source, vide fertile, plénitude de la conscience unifiée.

Nous observons ainsi, aussi, comment la vie, la conscience, nous agit, invitant sur notre route les nécessaires situations nous poussant à... nous identifier, créer, nous manifester, puis, devant la porte, le mur, le manque de sens, déconstruire cette nouvelle couche d'illusions, d'identifications. Autant d'occasions d'ouverture de conscience, servant sa propre dynamique évolutive, sa propre dynamique de croissance.

L'intégration de la conscience dans ce processus du vivant, nous invite à ce stade, en tant qu'humain à traverser l'expérience, pleinement, sans organiser d'attachement.

Nous observerons comment, dans l'accueil inconditionnel de « Ce Qui EST », n'obstruant pas le cours de la vie, dans l'ouverture à cette intelligence cosmique, le cours de notre existence trouve là son flot, la paix, ici maintenant, dans un « Tout Est JUSTE », quoiqu'il en soit.

4^e SEMINAIRE : du personnel à l'impersonnel de la possibilité de l'effacement radical

Ce 4^e séminaire questionne de nouveau l'intention première, son intensité, sa détermination, ainsi que le cheminement parcouru, aussi bien au niveau de l'expérience que de la compréhension du processus.

Plonger dans son cœur, prendre ce risque, n'être plus qu'un avec sa vérité, son vrai visage...

Se contenter de soi au point qu'illusions et identifications ne trouvent plus le support nécessaire à la perpétuation du personnage qui se vit séparé, voir coupé, isolé...

Sentir que dans le NON, la dualité en moi se rigidifie, alors que dans le OUI, elle s'effrite, se dissout, s'efface...

Vérifier la consistance du MOI, questionner ses contours, s'ils existent, questionner sa réalité ou son irréalité...

Mener ce face à face avec soi-même, absolu, une épreuve voulue, une histoire d'amour...

Puis se donner, se livrer, tout du moins en cultiver l'intention dans son cœur, espérer le lever du jour...

Dans l'ordinaire du quotidien, quand l'acceptation inonde la campagne et la ville, le printemps peut se révéler... il prendra le visage du contentement, de la discrétion, de l'humilité, de la tendresse...

Et alors peut-être...

La Non Dualité en Gestalt-thérapie

Une proposition de 4 séminaires fondamentaux annuels
du 31 janvier au 2 février, du 27 au 29 mars, du 5 au 7 juin, du 2 au 4 octobre
suivies de séminaires de supervision et séminaires thématiques

**BULLETIN D'INSCRIPTION AU 1^{er} SÉMINAIRE
qui aura lieu du 31 janvier au 2 février**

Les séminaires sont interdépendants et constituent un chemin expérientiel de conscience. Il est préférable ainsi de les vivre dans l'ordre (Sadhana). Votre engagement annuel permettra de suivre cette expérience avec un même groupe (Sangha), ouvrant la possibilité d'une plus grande profondeur, authenticité, confiance dans les relations. Cependant il est possible de les suivre sur 2 années, donc 2020 et 2021, en cas d'impossibilité.

Centre d'accueil des séminaires de formation : **La Croisée, Le Payoursel, 26120 OURCHES**
lacroisee26@aol.com - 04 75 59 79 68

Accès Gare de Valence Ville ou Valence TGV, puis co-voiturage ou taxi collectif.
Plan d'accès routier : www.lacroisee.fr/planacces.html

Contacts & Renseignements : **Richard JIMENEZ M. 06 88 85 19 70 - Maryse Le Bouill 06 62 89 57 64**

Nom : Prénom :

Adresse :

Tél. : / / / / Tél. pro : / / / / E-mail :

Profession :

• Avec mon bulletin d'inscription je verse 100 euros d'arrhes (Chèque à l'ordre de Richard Jimenez).
Ces arrhes ne seront pas encaissés et vous seront rendus au cours du séminaire. Ils ne seront pas remboursés en cas d'annulation faite après le 4 janvier 2020.

Le tout est à envoyer à : Richard Jimenez, Résidence Le Grand Pavois, 153 avenue Maurice Faure, 26000 Valence.

• Coût d'un séminaire : 250 € par séminaire (hébergement en sus).

• Tous les séminaires auront lieu à La Croisée, 26120 Ourches. Le centre propose un hébergement de qualité à prix raisonnables (tarifs sur demande : de 178 € à 218 € selon la formule).

Fait à : Signature :

Le :/...../.....