

SÉMINAIRE

15 | 16 | 17 nov. 2019

avec

Jean-Marie DELACROIX
et Richard JIMENEZ

Gestalt & Spiritualité

**Commune conscience
et méditation intersubjective
dans le processus thérapeutique
(suite)**

**SÉMINAIRES
de post-formation
Années 2019/2020**

Jean-Marie Delacroix
et Richard Jimenez

se rencontrent de nouveau afin de poursuivre
les post-formations concernant la Posture Méditative.

Si tu peux t'asseoir tranquille en face de l'autre...

**Si tu peux oublier ta vie, ou tout du moins la laisser passer,
elle avec la personne qui porte ton nom...**

**Si tu peux juste être là, ou plutôt ici, content et satisfait d'y être,
n'attendant rien de particulier...**

**Si tu peux éprouver du plaisir à sentir, voir, entendre,
dire, et percevoir que tout cela se fait...**

**Si le silence te comble, s'il advient,
si tu perçois qu'il est le lien de toute chose...**

**Alors tu peux sentir le temps s'effacer, s'évanouir,
laissant l'instant devenir roi...**

**Alors tu peux alternativement, et quelque fois simultanément,
sentir que l'autre et toi êtes deux et UN également...**

**Alors tu peux le rencontrer, le toucher sans t'approcher,
l'entendre pour la première fois...**

**Et finalement tu te fondras dans l'instant présent,
au point de le devenir...**

**Et finalement tu pourrais un jour voir ton propre visage,
ton propre être, la base de tout,
ce qui préexiste à la conscience que tu as de toi-même...**

**Assurément tu auras rencontré l'amour,
ou plus simplement tu le seras devenu...**

**Après cela, tu rentreras chez toi, tranquille,
et il se peut que tu disparaisses de tout...**

Richard Jimenez M.

LA FRONTIÈRE (très fluctuante) MOI/SOI Le Sentiment Océanique

« LE TOUCHER COMMENCE DONC AU NIVEAU FŒTAL PAR ÊTRE LE MOYEN DE PERCEPTION DE SOI COMME TOTALITÉ »
 « Le toucher fœtal serait, à travers les sensations éprouvées, le vécu d'une absence de frontières, d'une illimitation de SOI »
 (J.-M. Delassus)

CHEMINER ET VÉRIFIER LE PROCESSUS de DIFFÉRENCIATION puis D'EFFACEMENT dans LA RELATION



« L'artiste apprécie les qualités sensuelles de l'objet (l'autre) au point d'en devenir selon les moments « tout nez, toute oreille, tout yeux » (Meltzer et al.)
 (Isca Wittenberg) décrivant un enfant qui saute en l'air et rebondit sans fin comme une balle de caoutchouc, fait l'hypothèse qu'il « cherche à se mettre en extase »...
 « Une telle fusion à un objet implique que l'on devienne partie de sa substance plutôt que de l'inclure »
 (Donna Williams) trouve un nom pour l'activité de se perdre dans les perceptions...

L'ART DE L'ÉVANESCENCE

LA NON-DUALITÉ

La conscience est un retard dans le processus du Self. Elle émerge si nécessaire... Elle permet une intensification qui induit une mobilisation plus complète à la frontière-contact pour résoudre la tension du champ...



La conscience reflexive qui me permet de dire « JE » émane donc du Self. Cependant le Self n'est que présent pur, passage, actualité, ne s'étendant pas dans la durée, puisque surgissement permanent de la nouveauté, provisoire donc... Le Self ne peut ainsi fonder une identité, et ne peut non plus être une propriété de l'organisme puisque fonction du champ tout entier... « JE » ne m'appartient pas.
 (V. Beja)

UNITÉ Simple et Humaine

Se sentir vide de ce moi-même, c'est se sentir être, point de conjonction incluant le corps et l'esprit, le relatif (l'incarné) et l'absolu (SOI-ATMAN-BRAHMAN).
 « En conséquence, le MOI est véritablement sans bord, sans consistance autre qu'une masse de pensées, les plus identifiantes étant celles qui prétendent me qualifier en tant que personne et en tant qu'histoire. »

Le MOI est une façade du SOI. « Il est donc normal que d'autres perceptions du MOI, lors des états de conscience modifiés, inclue une dimension plus large ».

Cette « première expérience », celle qui permet toutes les autres, est possible pour un MOI suffisamment indépendant et différencié.
 (Freud / Romain Rolland)

D'abord un « MOI FORT », bien différencié, bien nourri...

Seul ce « MOI FORT » peut renoncer au sentiment de séparation « MOI et l'AUTRE ».

Au préalable, les enseignements disent qu'il faut avoir traversé l'expérience :
 • d'avoir fait ce que j'avais à faire,
 • d'avoir donné ce que j'avais à donner
 • d'avoir reçu ce que j'avais à recevoir

UNITÉ Simple et Humaine

UNITÉ Simple et Humaine

Se sentir vide de moi-même et alternativement plein de moi-même. Différencié et non-différencié, non-duel et duel, alternativement, les 2, en lien unifié.

Le MOI, comme « utilité relationnelle », le JE-TU, et son effacement, l'effacement du JE-TU, au profit de SOI, ce SOI qui se sent aimé, aimant, vide, plein, discret, lumineux, HUMAIN.

Le champ est traversé de mouvements qui changent en permanence... La frontière-contact est le lieu et le temps où se produit l'ajustement créateur de l'organisme et de l'environnement.

LE CHAMP, EN TANT QUE TOUT, TEND À ATTEINDRE L'ÉQUILIBRE, POINT D'ÉMERGENCE DE LA RENCONTRE DUELLE ET NON DUELLE. AU COEUR DE CETTE ÉMERGENCE, SE LOVE LE CYCLE DU SELF, LE CYCLE DU CONTACT.

Le Self, au plein contact, produit une figure brillante, qui est la solution au problème posé par/dans le champ, et la mise en mouvement appropriée de l'organisme...

UNITÉ Simple et Humaine

LA GESTALT

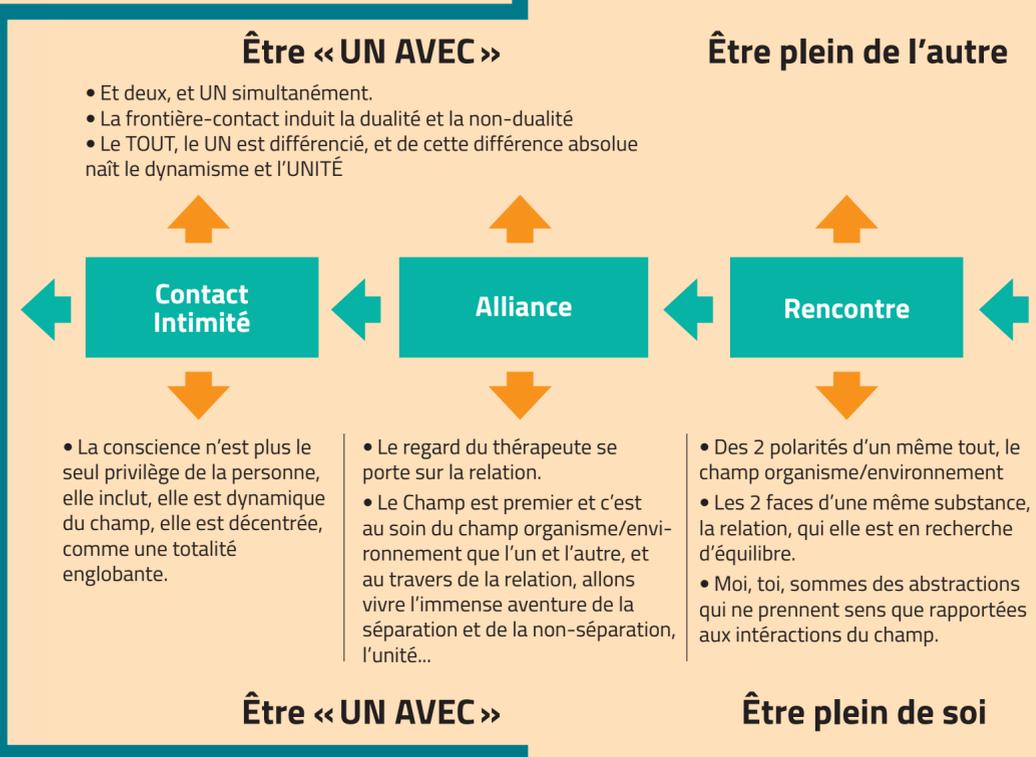
Le présent, c'est l'expérience de situations particulières pouvant se dissoudre en de multiples possibilités qui se reforment en une nouvelle et unique situation concrète...



Le Self est ainsi indissolublement lié au présent, il est toujours actuel et « agir », il est processus, il est spontané, nourrit par le champ, il est intelligence de la vie... Et si le MOI peut éviter de s'y identifier, alors il s'évanouit comme un simple reflet de la vie, du SOI (PHD).

ÉCOUTER L'AUTRE, CE QUE JE VOIS, ENTEND, COMPREND.

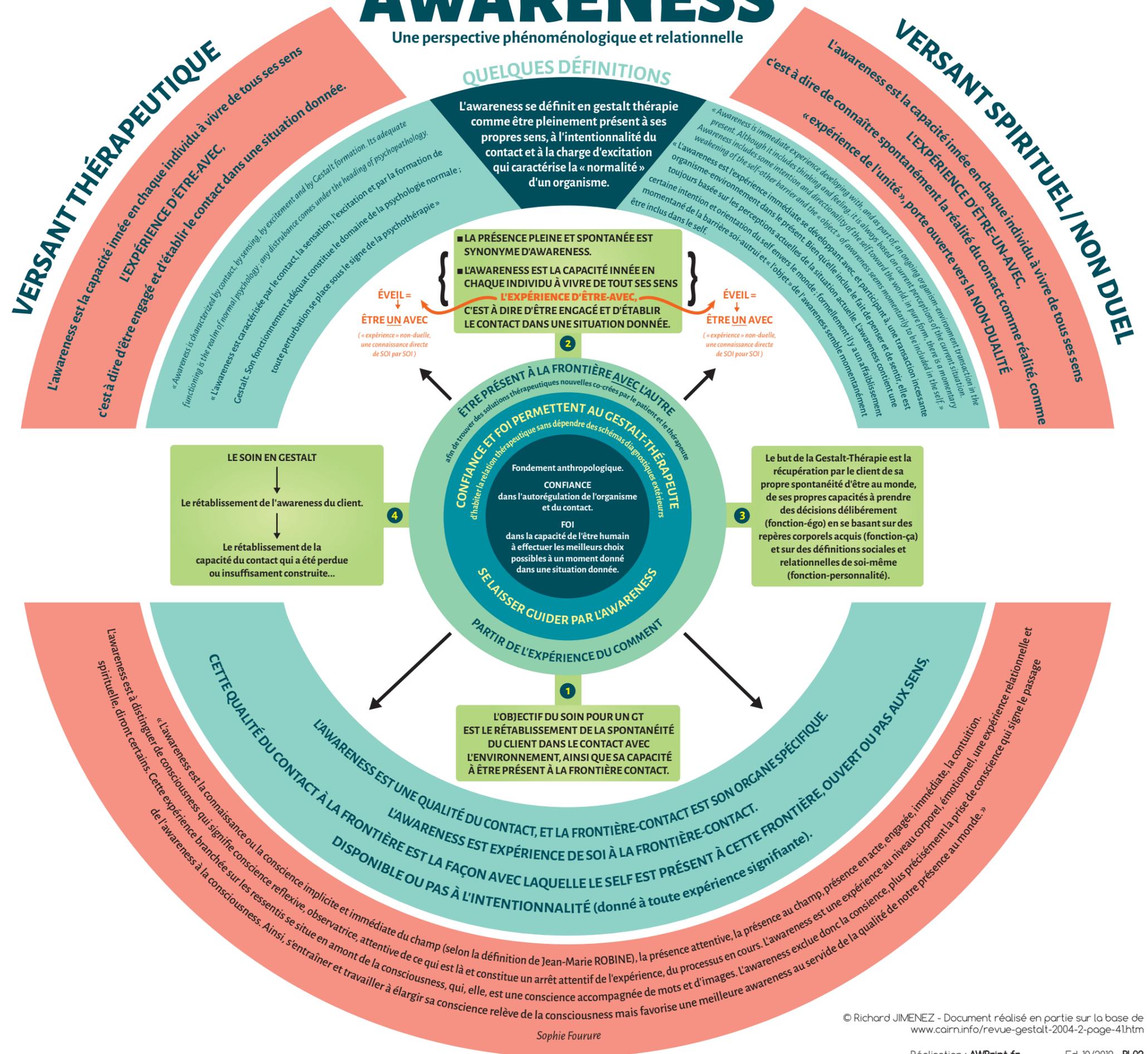
ÉCOUTER CE QUE JE VIS, CE QUI ME TRAVERSE, CE QUI SE DIT AU TRAVERS DE MA FORME. ÉCOUTER LE TOUT INDIVISIBLE ET IMPERSONNEL, ÉCOUTER LES MOTS, LES MOUVEMENTS QUI DEVIENNENT TOUS INTERNES, ÉCOUTER LA RELATION, COMME DYNAMIQUE DU CHAMP ORGANISME/ENVIRONNEMENT



ÉCOUTER AVEC SON CŒUR, LAISSER SON CŒUR ÉCOUTER, RENONCER AU SAVOIR, S'HABITUER AU VIDE, AIMER LE VIDE, LE SILENCE, S'ÉTONNER DE L'AUTRE COMME ÉTANT UNE PART ET UN COMPLÈMENT DE SOI, L'ENSEMBLE TRÈS PROCHE DE L'ÊTRE

AWARENESS

Une perspective phénoménologique et relationnelle



L'awareness pointe ce que la conscience organise de ce qui émerge en elle, si je ne m'en occupe pas, si je ne décide pas, rien...

L'awareness témoigne de l'effacement du moi, au profit du vivant qui s'organise et se perçoit...

Et principalement l'awareness, libre et spontanée, peut, si le miracle advient, se tourner vers l'origine de la conscience, cela d'où elle émerge, pour appréhender ce qui préexiste à tout, et en particulier à la conscience de soi-même...

Ce «pré-existant», cette base, le SOI, vide aux potentiels infinis, avant la conscience de soi-même, connaissance directe et intuitive, certitude d'Être, ce «pré-existant» peut porter bien des noms, de l'éveil... à la réalisation... ou tout simplement l'amour...

RJM

« Définition RJM :

- L'awareness c'est se savoir être, être ici, connaissance directe et intuitive que tout ce qui est perçu, autrefois intérieur ou extérieur, c'est que la substance unifiée de ce « être-ici ».
- L'awareness c'est lorsque la présence/conscience n'est plus qu'un « oeil-vivant », incluant toute expérience et toute inexpérience.
- L'awareness peut être fluctuante, ou se stabiliser dans la vie de tous les jours...
- L'awareness, c'est la connaissance directe et intuitive que tout ce qui est perçu répond d'une même substance, d'une même âme, d'un tout unifié et vivant...
- L'awareness, c'est aussi et peut-être finalement une forme la plus fine de l'amour... »