La Sangha Spirituelle

Soi

Aubes Eternelles

- Rencontres à Valence (26)
- Séminaires
- Séjours à l'étranger

GESTALT & VEDÂNTA

www.autresrivagesdeletre.fr

L'acceptation profonde
Une vie sans effort
La guérison de la souffrance et de la frustration
La fin de toute quête
L'abandon jusqu'à l'esclavage à Ce Qui Est
C'est la liberté, la guérison...

S'il n'existe pas une autre dimension de l'existence, s'il n'existe pas de réponse à la souffrance et à la mort, s'il n'existe aucun autre regard sur le monde tel qu'il se donne à voir au premier abord, alors nous pouvons dire que la vie humaine est tragique. Néanmoins, il existe une réponse, et elle n'est pas extérieure à chacun de nous (tant qu'il existe un extérieur).

Oui, il existe une réponse, et elle est intime. Elle est très simple à comprendre intellectuellement, bien plus difficile à saisir en profondeur, et particulièrement complexe à mettre en œuvre.

Cette réponse est un simple geste intime, un simple et total abandon au mouvement de « Cela Qui Est », mais les résistances à ce geste sont fréquemment de la taille des montagnes, et alors un travail préparatoire est nécessaire.

Oui, la réponse est d'une simplicité déconcertante. Le mental et l'égo passent leur temps à « discuter Ce Qui Est », refusant la vie telle qu'elle se déroule la plupart du temps. L'égo et le mental cherchent la satisfaction, tentent d'éviter la souffrance et la frustration, refont le monde à chaque instant. Cette lutte contre Ce Qui Est, est souffrance, est La Soufrance. La vie est alors une lutte, et la plupart de nos vies ne sont qu'une lutte effreinée vers un là-bas, un ailleurs, un demain, qui serait plus heureux, plus satisfaisant.

Oui, la réponse est simple et déconcertante. Elle consiste simplement en « l'Acceptation Profonde et Totale de Ce Qui Est ». Et Ce Qui Est, pour une part importante, est Qui Je Suis. Il n'y a pas de spiritualité sans amour de Soi préalable. Quand nous avons dit cela, nous avons tout dit et nous n'avons rien dit. Pour quelques exceptions d'entre nous, cette compréhention se fera chair en un instant, pour d'autres, ce sera l'affaire d'une vie. Ainsi certains plaident pour la Voie Directe, d'autres pour la Voie Progressive.

L'Adhyatma Yoga (Yoga vers Soi), issu de l'Advaita Vedânta, est l'une des voies permettant de cheminer au cœur de ces questions. Ce Yoga Intégral est particulièrement pragmatique au premier abord, sans pour autant faire l'impasse sur le mysticisme, la poésie et la philosophie qui sont tenus discrets bien qu'existants.

Ce Yoga vers Soi est l'Art de VOIR et de connaître, sachant que Connaître c'est Être. Ce Yoga vers Soi est simultanément une voie progressive et directe, selon l'aptitude des personnes qui en tombent amoureuses…

LES RENCONTRES

Janvier 2017 verra naître un groupe d'hommes et de femmes tournés vers une autre dimension existentielle, un autre paradigme de vie. Ce groupe sera amené à se développer en taille, et les personnes susceptibles de rejoindre cette aventure se caractériseront par une demande exigente et une volonté d'explorer leur humanité.

L'exploration de ce groupe de personnes engagées s'appuiera principalement sur l'univers spirituel généralement dénommé LE VEDÂNTA, et plus précisément, l'ADVAITA VEDÂNTA (non dualité).

Ce qui revient à dire que la démarche n'est ni ésotérique ni religieuse. Il n'est en rien question ici de croire ou de suivre, mais de vérifier par soi-même si ce qui est énoncé est vrai et pertinent.

La Gestalt-thérapie sera également un point d'appui de tout premier ordre, sachant que spiritualité et thérapie sont une seule et même démarche de transformation humaine.

L'homme est confronté sans cesse à la finitude, à la frustration et à la souffrance. L'homme cherche sans cesse un « là-bas » susceptible de lui apporter le bonheur et la paix.

Là-bas, il n'y a rien, tous ceux qui ont beaucoup cherché le savent, et vérifier cela est finalement simple. Il suffit de se retourner jusqu'à ce que l'évidence émerge spontanément de façon aveuglante et ordinaire. Ici et maintenant n'est ni un lieu, ni un temps, mais une Vision hors du temps et de l'espace.

La vision se caractérise par la disparition du sentiment de séparation et la disparition/dissolution du penseur. L'Unité et la paix émergent naturellement lorsque ces deux disparitions deviennent réalité vivante.

Car mourir aux mondes anciens
est la promesse de l'aube…

Le groupe fonctionnera autour des témoignages et questionnements des participants, à partir desquels le thérapeute introduira les éléments de la VOIE.

La méditation, un profond travail sur l'émotion et les représentations, l'explicitation très précise des gestes essentiels de la pratique, trouveront également une place centrale de ces rencontres qui se veulent précises et exigeantes.

Le groupe, appelé Sangha en Indes, est d'une importance capitale.

C'est au cœur de cette Sangha que l'élan et la sécurité émergent au profit de chacun.

Cette communauté est une histoire d'amitié et d'amour. Elle est aussi l'occasion de pratiques intenses.

Enfin la Sangha décuple les opportunités de progression et de partage.

LES ESSENTIELS

- *La question essentielle « Que voulez-vous? »*
- *Voie directe versus voie progressive*
- *Les étapes du cheminement (pour la voie progressive)*
- *Voie dans le monde, voie hors du monde*
- *C'est quoi une voie dans le monde ?*
- *La notion d'ici et maintenant*
- *Les nuances et différences autour de thèmes : libération, réalisation, éveil, guérison*
- *La recherche et la fin de la recherche*
- *Les 4 pilliers du Yoga vers Soi*
- *Les revêtements du Soi*
- *La grande question des émotions*
- *Psychothérapie versus voie spirituelle*
- *Psychologie personnelle versus psychologie impersonnelle*
- *La naissance et la mort*
- *L'incarnation*
- *La grande question de l'identification*
- *L'acceptation profonde*
- *La pratique*
- *L'engagement dans une seule direction*
- *Le prix de la connaissance, le prix de l'évasion*
- *La fin de la souffrance*
- *...*

Le groupe débutera son activité dans l'intimité d'un cercle restreint (10 à 15 personnes). Les premiers objectifs sont de créer une alliance et une confiance permettant le dévoilement de chacun, d'exprimer les attentes, et de créer une synergie suffisante pour ensemble, tenter une exploration sérieuse de toutes ces questions spirituelles et existentielles.

Ce groupe entend aller bien au-delà du simple partage d'expérience. Il se donne comme objectif de permettre à chacun, une rencontre avec soi-même dans un premier temps, et si la vie le permet, une rencontre en Soi, moment de mutation et de la Vision Soi, événement dont il est si délicat de dire quelque chose sans tomber dans un savoir incompatible avec cette radicalité que le silence exprime le mieux.

Ce groupe se réunira une fois par mois au Cabinet du Grand Pavois, 3h le jeudi soir, de 18h à 21h.

Puis des journées prendront corps, avec également des séjours plus longs à l'étranger, à Grenade et à Cordoue (Andalousie) en particulier.

L'ensemble de ces activités hors du Cabinet représentera la partie optionnelle du projet, l'essentiel dans un premier temps se concentrera autour de ces rencontres mensuelles du jeudi soir.

PREMIÈRES DATES :

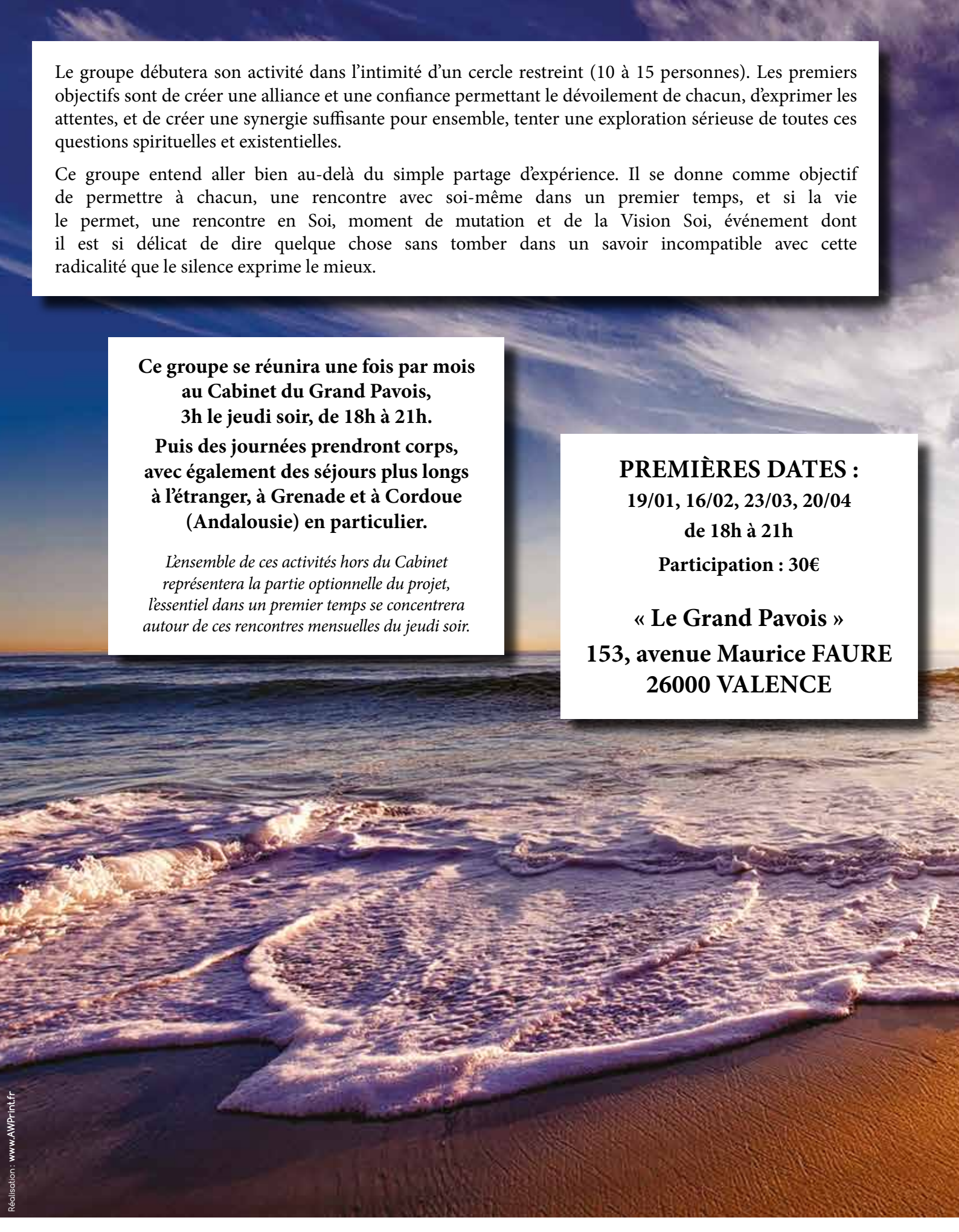
19/01, 16/02, 23/03, 20/04

de 18h à 21h

Participation : 30€

« Le Grand Pavois »

153, avenue Maurice FAURE
26000 VALENCE



Réalisation : www.AWPrint.fr

Richard JIMENEZ MORÉNO : 06 88 85 19 70

jimenez.richard@orange.fr