

Plusieurs infos pour la rentrée :

- 1) C'est notre 1^{ère} rentrée dans les nouveaux locaux de l'ECAP, et pour inaugurer [ce nouvel espace](#), nous organisons une porte ouverte qui se déroulera **le samedi 19 septembre de 9h à 17h**. Voici [le déroulement de cette journée](#) et nous vous remercions de [suivre les indications de stationnement](#). Les inscriptions pour les ateliers hebdomadaires et pour les formations se feront lors de cette journée.
- 2) Nous venons de terminer l'édition des nouveaux **programmes 2009-2010 en version papier**, donc pour celles et ceux qui souhaitent le recevoir par courrier, il vous suffit de nous l'indiquer par retour de ce mail avec vos coordonnées postales. Vous pouvez toujours retrouver [ce programme](#) ainsi que les calendriers ([par date](#) et [par stage](#)) en version téléchargeable sur notre site internet.
- 3) Nous sommes en cours de réalisation de plusieurs vidéos sur la plupart des techniques de Kinésiologie que nous enseignons à l'ECAP de Nantes (*Concepts 3 en 1, TFH, Éducation Kinesthésique*) : ces vidéos seront sur le format d'un DVD et seront accessibles aux stagiaires ayant suivi ces mêmes cours. Nous vous donnerons davantage de précisions quand à leur date de sortie.
- 4) Nous rappelons aux stagiaires intéressés par la validation de leur cursus de formation de 500 heures en Kinésiologie pour obtenir le titre de "**Kinésologue Praticien**" qu'une session aura lieu **le 14 décembre 2009** : [plus d'informations](#) sur le déroulement et les pré-requis demandés pour participer à cette journée
- 5) Nous mettons en place à partir de cette année un parcours de formation sur 3 années pour devenir "**Kinésologue Professionnel**" (1500 heures de cours). Nous avons choisi de mettre en place ce cursus afin d'élever le niveau de la formation en Kinésiologie en France, et également afin d'uniformiser notre niveau de formation sur un [plan international](#). L'objectif de la création de ce parcours est aussi d'obtenir d'ici les prochaines années, une reconnaissance par l'IKC (*Collège International de Kinésiologie reconnu par l'État en Australie*) en tant qu'École Professionnelle de Kinésiologie. Ce collège a organisé un Congrès International à Cork (Irlande) début septembre, réunissant tous les membres facultés des différents pays et a proposé de [très belles conférences](#) avec des intervenants de renommées internationales : Matthew Thie, Wayne Topping, Brendan O'Hara, etc. Avis aux amateurs pour l'an prochain, ça se passera au [Japon à Kyoto](#) et l'année d'après en 2011, en Hongrie.
- 6) Nous rappelons que nous organisons cette année un nouveau stage intitulé **TUPI (Techniques d'Identification sensorielle des Peurs Inconscientes)**, et qu'une conférence est organisée **le 11 janvier 2010** (*s'inscrire par mail*) pour présenter cette formation. Une journée de stage sera proposée durant l'année à 4 reprises (*12 janvier 2010, 13 janvier 2010, 08 juin 2010 et 09 juin 2010 : 6 participants maximum*) : [+ d'infos](#)
- 7) Nous vous rappelons que nous serons présents au "**Salon Zen et Bio**" à Nantes **du 09 au 11 octobre 2009** avec [3 conférences de préviews](#).
- 8) Enfin, l'ECAP participe à la promotion de la "**Conférence-Démonstration-Débat**" de l'E.C.H. à la rentrée 2009 à la Cité des Congrès de Nantes qui aura lieu **le 28 octobre 2009 de 20h à 22h30** à la Salle "Le Sémaphore" - Ile Beaulieu - 9bd Vincent Gâche - NANTES – Entrée 8 euros : [+ d'infos...](#)

Citation du mois : "*L'inspiration d'un moment vaut l'expérience d'une vie.*" Oliver Wendell Holmes

Articles et Vidéos du mois : Voici [une synthèse de plusieurs informations](#) qui circulent sur le net depuis quelques mois sur le phénomène de la grippe A et du virus H1N1 : à vous de vous faire votre propre avis !

La réflexion du mois de Christophe MEIGNEN :

"Au cours de ces p'tits mots de l'année, vous étiez invités à lâcher prise. En janvier : lâcher le contrôle de son égo pour donner plus d'espace à son être dans ses choix de réalisation ; puis de laisser sa pince du contrôle de côté afin d'apprendre à se relier à soi et à l'autre ; il est venu ensuite le temps des papillons pour lâcher prise à ses pensées et ressentir davantage la présence de son être. Que pouvons-nous contrôler de plus que l'autre, soi, son corps, ses émotions et ses pensées ? Nous bloquons aussi l'expression de notre être ; en fait, c'est peut-être le seul contrôle que nous exerçons et qui serait en amont de toutes les autres formes ; lâcher prise à ce contrôle donne un espace de plus en plus grand à notre être, avec toutes les surprises qui s'en suivent !

Nous connaissons toutes et tous cette sensation de [se sentir pousser dans une direction](#), ou d'avoir une lointaine mais persistante [impression de savoir ce qui est juste pour soi](#). Lorsque nous [laissons agir](#) cette présence en soi, que nous laissons s'exprimer notre essentiel, que nous laissons se manifester ce que je sens au plus profond de moi, je me rapproche à chaque fois davantage de la réponse : "Qui Suis-Je".

Nourrit des mois passés en étant plus présent, cette "rentrée" nous donne l'occasion de rentrer encore plus en contact avec cette force en soi qui nous inspire dans nos possibles. Notre corps est le garant de cette congruence, car une poussée de notre être non écoutée et bloquée, va s'exprimer en créant des tensions et des douleurs. Toute retenue bloque le flux de la vie.

L'adage "Tout ce qui ne s'exprime pas s'imprime" peut être repris sous cet aspect : tout ce qui émerge de notre être et qui reste coincé à l'intérieur tente sans cesse de s'exprimer. C'est comme un sein maternel rempli de lait, dont on ne le laisserait pas sortir. Ce lait est quelque chose créé qui ne demande qu'à circuler librement, sinon c'est douloureux. La même chose s'applique avec tous nos fluides comme avec les menstruations : quelle vie je bloque en moi qui rend son expression douloureuse. Et ceci avec tous nos émonctoires : se retenir d'uriner, créer des tensions etc. Il en est de même avec notre essence qui ne demande qu'à couler librement, de l'intérieur vers l'extérieur. Tout contrôle créera tensions, douleurs, nécroses, puis maladies. L'effort que je fais pour ne pas exprimer qui je suis, bloque ce flux.

C'est le sens des phrases comme : il n'y a rien à faire, juste à être ; ou encore qu'il n'y a pas d'effort à faire. Oui ! Notre être demande qu'on le [laisse agir](#). Tout contrôle exercé dans ce sens de bloquer serait un acte morbide envers soi-même. J'en viens même à retenir ma respiration, tellement je bloque en moi tout ce qui ne demande qu'à circuler librement et à s'exprimer. Si je bloque mon expirer, je limite mon prochain inspirer ; comment alors mon inspiration peut-elle venir ? Plus je laisse agir la fluidité en moi-même, plus elle s'exprimera simplement, librement et avec les autres, et plus je serai à nouveau inspiré et donc à nouveau poussé pour exprimer cette nouvelle inspiration à l'extérieur.

[Quand mon corps pousse des cris, se manifeste dans la douleur, ne serait-ce pas une inspiration bloquée depuis des semaines, des années](#) ? Si j'avais écouté cette inspiration et l'avais mis en action à l'époque, mon corps ne passerait plus son temps à me la rappeler, à me pousser vers son expression. Bloquer ce flux, c'est retenir l'inspiration de mon être et mon essentiel s'en trouve coincé à l'intérieur, et tout fluide même pur, finit par stagner et pourrir à l'intérieur. Garder pour soi cette inspiration est un acte égocentrique. Notre nature n'a de sens que dans la relation à l'autre, à l'environnement, alors comment ce serait pour moi d'exprimer qui je suis ?

Se laisser inspirer, laisser agir, pour se mettre ensuite en mouvement dans l'expirer, c'est se caler au rythme de la vie : s'inspirer, s'exprimer. L'inspiration est un temps de conscience, l'expiration un temps de manifestation. Écouter ce flux de la vie et des merveilles se manifesteront. Un corps bloqué est la résultante d'inspirations bloquées dans son expression. Les apprentissages que nous proposons à l'ECAP sont autant d'outils pour apprendre à donner libre cours à notre être. Ce qui me pousse, pousse à me réaliser ! Ceci constitue un apprentissage. Afin de devenir un accoucheur d'inspiration pour l'autre, bienvenue en cette rentrée !"

Nos pensées et nos mots créent notre réalité ; voici donc une invitation à voyager pour créer votre réalité :

*"Mon corps, tu es le rappel bienveillant de mes inspirations oubliées,
Je choisis à présent librement, d'exprimer tout ce qui s'est imprimé.*

*Je laisse les outils de mon égo au service de mon être,
Je recontacte tout ce qu'il y a de plus beau afin de mieux me connaître.*

*Ce transfert de pouvoir me redonne mon autorité,
Je laisse tout mes avoirs pour vivre ma souveraineté.*

*J'écoute mes inspirations, clés de ma réalisation,
Je suis mes intuitions et y accorde mes intentions.*

*Ma vraie liberté intérieure, s'exprime dans mes choix conscients,
Comment ne pas vivre à l'extérieur, ce que je ressens en dedans.*

*Je laisse ainsi agir ce qui me pousse vers ce que je ne connais pas encore,
Et mon courage comme ressource me transforme en chercheur d'or.*

*Je choisis de suivre le flux de la Vie :
J'Écoute, Je Ressens, J'Agis, et ma Vie en sera embellie !"*

Nous serons très heureux de vous retrouver lors de cette journée porte ouverte ou lors de nos prochaines formations.

Xavier MEIGNEN et toute l'équipe de l'ECAP de Nantes