

Bonjour à toutes et à tous,

Voici la dernière info ECAP avant la parution du programme 2010-2011 et surtout avant l'été !

**Formations du Mois de Juin :** [www.ecapnantes.fr/parcours/Toutes\\_les\\_formations.html](http://www.ecapnantes.fr/parcours/Toutes_les_formations.html)

\* **Juin 2010 :**

- Auto-TIPI (08, 09 juin) : animé par Aleth NAQUET
- Écoute Tissulaire 3 (10-11 juin) : animé par Julien GUERRY
- Réflexologie Mains et Visage (12-13 juin) : animé par Sylvie JUGE
- PAI (Présence d'Accompagnement Intuitive) : 14-15 juin 2010 animé par Christophe MEIGNEN
- Dynamisme Crânio-Sacré et S-F 1-2 (16-20 juin) : animé par Rolf KAMMERER
- Dynamisme Crânio-Sacré et S-F 3-4 (21-24 juin) : animé par Rolf KAMMERER (Noirmoutier)
- Réflexologie Plantaire 5 (18 juin) : animé par Sylvie JUGE
- Réflexologie Plantaire 8 (19 juin) : animé par Sylvie JUGE (examen)
- Pratique de base Brain Gym (24-25 juin) : animé par Christophe MEIGNEN
- AMC 4 - Maux, Deuil, Relations Professionnelles (28-30 juin) : animé par Christophe MEIGNEN
- Atelier AMC (24 juin) : animé par Christophe MEIGNEN
- Atelier Généalogie (17 juin) : animé par Olivier MAURIES

*Pas de formation au mois de juillet et août 2010.*

**DVD du Mois :** "[Être femme aujourd'hui...](#)" de Jacques Salomé + Petit poème à télécharger sur la "[Rencontre avec la maladie](#)" dans la rubrique "Actualité - Info Santé Publique"

**Citations du mois :** "Celui qui déplace la montagne, c'est celui qui commence à enlever les petites pierres"  
Confucius.

**Réflexion du mois :** "Je ressens, donc je crée le lien avec l'autre."

L'Observateur, le cercle n°1 de *Cercles de Vision*, met en avant un des premiers principes de la vie, qui sera la base de notre apprentissage et de notre réalisation en tant qu'adultes : celui d'absorber son environnement - le cerveau ne pouvant émettre que ce qu'il a lui-même déjà reçu. Tomatis applique cette réalité à sa méthode auditive et souligne : « Nous chantons grâce à nos oreilles ». Ce procédé et la réflexion qui s'ensuit sont parfois nommés « imitation ». Ils se traduisent dans le monde animal : la couleur que l'œil de la seiche perçoit s'imprime sur sa peau.

Ce cercle de l'Observateur met aussi en avant le fait qu'avoir un regard neuf sur la réalité, comme celui du bébé découvrant le monde, constitue une étape déterminante pour accueillir toute nouvelle impression liée à notre environnement.

L'invololution de l'être humain s'explique en grande partie par son extrême faculté à étiqueter tout ce qui l'entoure. Cela a eu un avantage : celui de nous individualiser ; mais aussi un inconvénient : celui de nous éloigner les uns des autres. Ainsi, comme chaque objet, être vivant, idée etc. trouve son issue dans une boîte soigneusement rangée, nous nous coupons de notre ressenti. Quand j'appréhende un arbre, si mon premier mouvement (qui me met déjà dans le cercle n°2 de l'Animateur) est de le nommer (voire le cercle 3 du Résonateur) : « c'est un peuplier », je fais l'économie de le voir d'un regard neuf : il est déjà rangé et, rassuré, je poursuis mon chemin. Mon ressenti n'a pas eu de place en moi lors de ma mise en relation avec cet arbre. Il n'y a d'ailleurs même pas eu de relation, je ne l'ai pas nourrie, j'ai pris quelque chose pour moi ; cela n'agrandit pas la vie, mais perfectionne mes boîtes. En aucun cas je n'ai été en communion avec l'arbre. Juger, étiqueter, identifier, c'est se couper de soi, de son ressenti. Être en juste relation avec un arbre comme avec tout autre être ou objet, en plus de nous révéler à nous-mêmes, nous met en contact avec l'unité de tout ce qui est, vers l'interrelationnel.

Quand je revois une personne, est-ce que j'arrive avec mon arsenal en me disant « je connais bien cette personne, je sais à quoi m'attendre ! », ce qui satisfait mon ego dans une réassurance, et tue d'entrée la relation ? Ou est-ce que je me laisse surprendre par la relation, ouvrant en moi-même toute impression nouvelle que je pourrais accueillir ? Je peux alors avoir l'impression d'être vulnérable, car je ne sais que faire de ce nouveau ressenti ; mais y a-t-il quelque chose à faire ? La relation est ce troisième être vivant, que Jacques Salomé, dans la méthode ESPERE/AMC, représente par une écharpe. Une relation vivante n'existe qu'à trois. Si je mets deux personnes en situation et que chacun se définit dans son moi, parlant de son désir, la relation n'existe

pas. La relation est dynamique, elle est mouvement, elle ne vit que dans une constante création, un renouvellement jamais figés.

En *Concepts 3 en 1* nous apprenons que l'enfant qui voit l'autre faire, crée une image dans sa pensée. Il va s'identifier et ne faire qu'un avec cette image. C'est ainsi qu'un jour le bébé se lève et marche. Après avoir absorbé son environnement, il tend à ne faire qu'un en lui-même avec l'objet de son absorption. Le cercle 2 de l'Animateur correspond à cette mise en mouvement pour créer le lien avec l'extérieur, et un jour se tenir debout. Cela amène une question : à qui, à quoi je m'identifie dans la vie ? Ou encore : de quoi je me nourris (cercle 4, le Nourricier) ?

Le 5<sup>ème</sup> principe de l'Éducation Kinesthésique de Paul Dennison n'est-il pas : « Nous sommes tous interconnectés » ? Ce principe émerge principalement lors de nouveaux apprentissages, de nouvelles rencontres, ou lors de stages en groupe comme dans *Dynamique du Mouvement* ou *Cercles de Vision* avec le cercle 7, le Communicant : si l'on se décentre de soi, et si l'on se laisse emmener par la musique ou surprendre dans la relation à l'autre, la relation prend forme, vit, se meut, et à cet instant quelque chose se crée, ... de sacré ? : le trois. Le risque existe de vouloir recréer cet instant magique une 2<sup>ème</sup> fois ; mais si je ne suis pas dans mon Cercle de l'Observateur, j'arrive avec mes attentes, mes demandes ; la relation ne se créera pas, et laissera place à la déception. Afin d'exister, la relation demande un perpétuel renouvellement.

C'est en cela que la relation de couple est un défi, car la tendance à se dire que je connais l'autre par cœur annonce l'enfermement des deux êtres dans une dualité ; ainsi la relation devient vite inexistante. Quand ce trois n'existe plus, la tendance est de le créer ailleurs ; en parlant des autres, de la politique, de l'environnement, donnant ainsi l'illusion que le trois, la relation, existe. Cela ne crée pas la relation. Il arrive aussi parfois que l'on mette un enfant au monde dans le but plus ou moins avoué de redynamiser une relation en perte de vitesse ; ainsi ce 3<sup>ème</sup> élément redonnera apparemment vie à la relation et sera sujet de conversation. Mais la relation de couple risque d'en être davantage oubliée.

Ce principe de relation se retrouve également dans celui du Remodelage Tridimensionnel de Brain Gym 2. Une fois que les trois dimensions sont équilibrées, ce remodelage permet leur mise en relation, par le mouvement. Sans cette relation, ces 3 dimensions, isolées, ne peuvent communiquer entre elles, ni se réaliser pleinement dans un objectif, aussi performantes soient-elles individuellement !

On retrouve également ce principe au sein des 5 éléments : pris de manière isolée, ils n'existent pas. C'est parce qu'ils sont reliés entre eux, par le 6<sup>ème</sup> élément qui est vous-même (représenté par le cycle Chen), que l'interaction existe, puis que chaque élément est. Cela est abordé en *Concepts 3 en 1* ; en structure/fonction, ce constituant relationnel est la résultante de ce que l'on a fait avec soi-même au cours de sa vie, et qui se traduit dans l'Aire de l'Aspect Actuel. De même, notre corps physique n'existe que dans sa relation aux autres corps. Aucun constituant n'existe de lui-même. Ainsi un atome n'existe que parce qu'il y a relation entre un proton et un électron. Si la relation n'existe pas, le proton, l'électron disparaissent, et l'atome n'existe plus. Il en est ainsi de toute entité : l'être humain n'existe que dans sa relation aux autres, à son environnement. Si nous voulons être un électron isolé, nous disparaissions instantanément. Il en va de même pour notre ego : il n'existe que dans la relation à notre Soi. Ainsi que pour toute structure qui se construit dans l'affirmation d'une toute puissante égocentrique : elle disparaîtra rapidement etc.

Créer une relation à notre environnement, aux autres se fera dans le lien créatif à cette relation, et non à travers le désir de créer la relation (deuxième piège). Je ne peux pas dire : « je souhaite être amoureux de cette personne » ; c'est donc bien la relation amoureuse qui crée les deux amoureux, et non l'inverse !

Cette relation ne peut se sentir, s'envisager qu'en lien avec notre ressenti, notre intuition. Ainsi C.G. Jung propose quatre fonctions de l'homme pour aborder la vie, le monde, les choses : la pensée, le sentiment, l'intuition, la sensation. Se relier à ses perceptions dans la relation à soi-même, et dans la relation à l'autre, c'est ce que nous proposons dans tout travail d'accompagnement ; cela suppose d'avoir défini son espace. Une partie du stage PAI (Présence d'Accompagnement Intuitif) aborde cela. Accompagner l'autre sans vivre la relation va mettre en exergue notre moi-je avec ses attentes, ses peurs, ainsi que ses propres désirs : porter l'autre, être parfait, etc.

Ressentir, s'ouvrir à ses sentiments et son intuition, à ses pensées lumineuses nous permet d'aborder la relation à soi et à l'autre de manière vivante, créatrice et joyeuse ! La nature ou les animaux sont de très bons éducateurs relationnels, alors bon bol d'air à chacun(e) !

Christophe MEIGNEN

Au plaisir de vous voir ou de vous lire,

Xavier MEIGNEN