



L'esprit de Cercle



Les plumes d'AIMERGENCE

AOÛT 2019

SOMMAIRE

L'authenticité : un chemin à retrouver /Evelyne

Suis-je authentique ? /Yves

Authenticité / Céline

Authentique, vous avez dit « authentique ».../ Eliane

Pratiquer la sagesse toltèque

***Les accompagnements**

***Les cafés d'AIMERGENCE**

*** Rejoindre AIMERGENCE**

*** Dernière minute !**

Il est un moment dans la vie où nous semblons être authentiquement qui nous sommes.

Quand nous regardons les enfants, nous avons cette impression. Parfois, le photographe capte des moments authentiques à l'insu de son sujet...

Puis vient le temps où nous éprouvons le besoin de nous développer personnellement avec l'idée que nous ne sommes pas vraiment qui nous sommes.

Ainsi, pour le devenir, nous partons en quête de miroirs vivants d'authenticité avec l'espoir plus ou moins conscient, que par leur entremise, nous allons pouvoir retrouver notre authenticité perdue et/ou égarée.

Et si le mot authenticité nous engageait dans des chemins où nous tournons en rond en cherchant des réponses à des endroits inappropriés ?

Gardons à l'esprit que le mot n'est pas la chose.

L'équipe des coaches.

L'authenticité : un chemin à retrouver

Dans un premier temps, définir ce mot demande un temps de réflexion.

Il ne s'adresse qu'à l'humain semble-t-il, car les animaux ne sont pas autrement que authentiques.

Est-ce à dire que nous avons à retrouver une chose naturelle perdue ?

A lui seul, il traduit tout un ressenti, intérieur et extérieur à la fois.

Au-delà de la parole, il emmène avec lui un vaste domaine intime.

Nous naissons avec lui, puis le perdons dans notre enfance au fur et à mesure de notre domestication.

Pourtant, voyez combien l'authenticité et la liberté vont de pair avec la spontanéité du petit enfant !

Il me semble que l'authenticité procède d'une énergie émanant du plus profond de notre être, et qui fait que l'autre nous perçoit comme vrai, la manifestation étant en parfaite adéquation avec la couleur de l'âme.

Être authentique ne signifie pas être parfait, paré de toutes les qualités, et donc objet d'admiration ou d'envie.

Ainsi, la manifestation d'une âme en souffrance, lorsqu'elle est authentique, pourra induire le respect et la compassion.

Celle d'une âme en guerre sera faite de fureur, mais pourra rencontrer le pardon.

Celle d'une âme en paix sera simplement la présence.

Le simple fait de ne pas tricher rend la personne authentique.

Le tricheur cherche à manipuler l'autre, à obtenir quelque chose, le plus souvent l'admiration dont son enfant intérieur a tant besoin.

A l'intérieur de soi, l'alignement manifeste l'authenticité, et c'est lui qui demande toute notre attention afin de retrouver en conscience notre vérité et notre liberté d'être.

J'aime cette citation de Jacques Rivière (Bordeaux 1886-Paris 1925)

« La sincérité est un perpétuel effort pour créer son âme telle qu'elle est. »

Evelyne, 11 août 2019 / eg@aimergence.fr



Suis-je authentique ?

Cette question me plonge dans l'embarras mêlé de craintes - au pluriel car elles arrivent en masse. Vous les partager n'a que peu d'intérêt. Je me détourne de toutes ces pensées et tous ces souvenirs d'échecs cuisants ou de réussites tristes pour révéler mon « être authentique » bien différent de l'idéal attendu.

Je suis ici, dans l'instant, à mon bureau, pour t'écrire ces mots pour toi, bel(le) inconnu(e). Je porte mon attention sur mes sensations corporelles, sur les points d'appui, sur la pulpe des doigts qui frappent les touches du clavier. Je perçois le salon, les rayons du soleil sur la table,

le silence de la maison, le calme du jardin. Je m'émerveille d'être vivant, d'être tout simplement vivant, en cette époque, ici. Quel mystère que la vie ! Quelle énigme que la mort !

Authentique ? Etre présent et acceptant ce qui est ici, *tout* ce qui est ici, maintenant.



Cadeau de la technologie : fragilité fugace de l'instant présent immobilisé pour nous permettre d'explorer le temps vertical <http://www.bertrand-lamy.com>

Inauthentique ? Le sujet de traque par excellence. Qu'est ce qui m'empêche d'être acceptant de ce qui est, maintenant, à mon bureau ? Un désir d'autre chose ? Une frustration ? Une récrimination ? Un refus ? Le désir de plaire ? Les rejets ou les attentes des autres ? Traquer, lever le voile, voir le feu follet de ce qui n'est pas, le laisser disparaître, récupérer l'énergie libérée et faire le premier pas dans la direction choisie délibérément.

Etre présent, c'est tellement simple ... et pourtant ... Hier au soir, dans le parc communal, j'écoutai un orchestre jouer une symphonie inconnue de mon répertoire. Assis confortablement, le dos droit, détendu et ferme, les yeux fermés, je portais mon attention sur les notes en laissant filer au loin les pensées aguicheuses. J'entrais dans un univers de sons, de vibrations, d'émotions et de sensations corporelles. Je chevauchais les archets des violons, me glissais dans le souffle de la flûte, dansais sur les cordes de la harpe.

Etais-je un authentique auditeur ?

Yves, 12 août 2019 / yc@aimergence.fr

Authenticité

"Au centre de votre être, vous avez la réponse;
Vous savez qui vous êtes, vous savez ce que vous voulez."

Lao TSEU

Voilà à cet instant comment je définirais l'authenticité. Cette parole de Lao TSEU matérialise pour moi ce qu'est cette notion d'authenticité. Au coeur de moi-même je sais intuitivement ce qui est authentique et ce qui ne l'est pas. Comment ressentir si je suis authentique avec moi-même avec les autres?!....

Je le ressens comme un alignement, une impression de justesse.

Il y a aussi une question de fidélité vis à vis de moi-même.

Me suis-je fidèle lorsque je ne suis pas authentique, lorsque je ne suis pas tout à fait moi-même, lorsque je porte un masque, que je cherche à être quelqu'un d'autre?

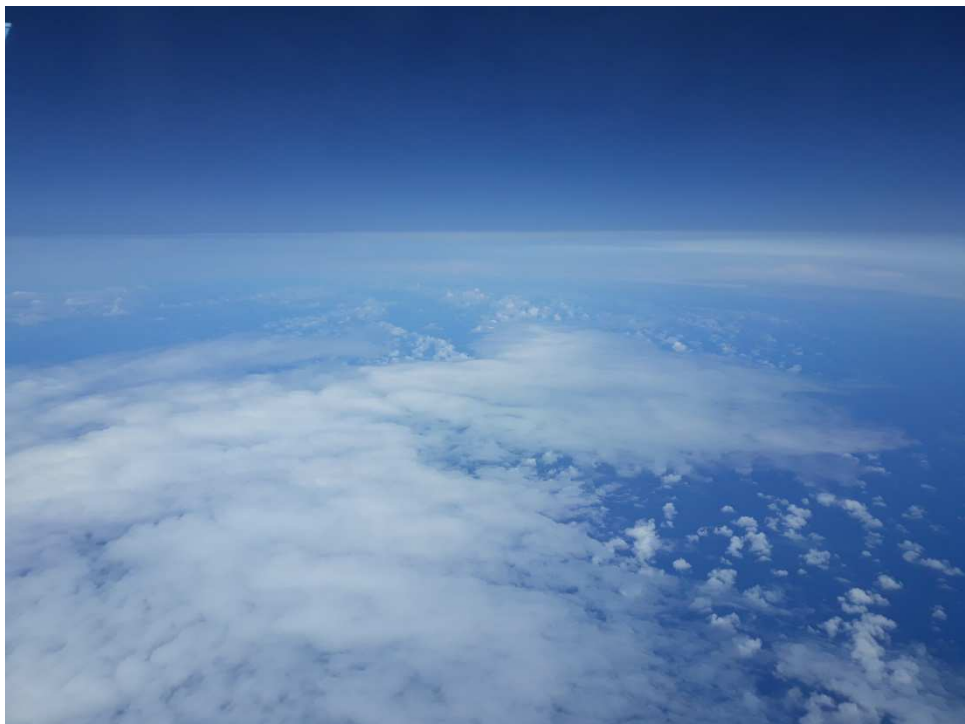
Une autre interrogation m'assaille...

N'ai-je point besoin d'états et d'instant de non-authenticité pour savoir reconnaître les instants où je le suis?

Et pour vous, quel est votre curseur interne qui vous permet de distinguer si vous êtes en authenticité ou non?

Céline

cs@aimergence.fr



Authentique, vous avez dit « authentique »...

Ce mot « authentique » m'est familier. A l'oreille, j'en reconnais les sons et je repère le territoire associé.

Spontanément, je l'associe au domaine de l'Art.

Ainsi, ce tableau « *Deux femmes courant sur la plage* »...



Il s'agit de la représentation d'un authentique tableau de PABLO PICASSO peint en 1922, alors que l'artiste est en vacances familiales à Dinard.

Aujourd'hui, on peut voir le tableau original et authentique à Paris, au musée dédié à cet artiste.

Si j'observe ce qui vient ensuite, c'est le domaine du droit. Il y a des documents authentiques...

Ainsi apparaît, en creux, la notion de faux, de falsifié, de contrefait, inauthentique voire d'affecté...

C'est comme une polarité langagière installée au cœur de la voix de la connaissance, presque en douce : authenticité/falsification. Elle se décline de manière transverse et parfois automatiquement.

Si je tire ce fil, je peux me demander : « Où est mon authenticité ? Et, comment la repérer pour la manifester en dépit de mon système de filtrage ? Est-ce la bonne piste ?

Pour les Toltèques, le moi authentique est toujours là. La question peut devenir : « Comment le voir chez moi, et chez l'autre ? »

S'agit-il de dépasser l'idée (générée de manière automatique par le système de filtrage) qu'il y aurait une démarche à entreprendre pour aller vers son vrai moi ?

S'agit-il de comprendre que ce moi authentique est ce courant de Vie qui nous anime ?

En ramenant ma conscience à ce point : cette personne est vivante, de ce fait elle manifeste son authenticité.

C'est accepter que tout est là, maintenant et ici.

Pour rentrer dans cette conscience-là, quelles pensées sont à lâcher ? S'agit-il de lâcher l'idée que nous sommes sous le pouvoir des autres, pour reconnaître que nous sommes le programmeur de ce système de filtrage qui parfois laisse penser que l'énergie du vivant est falsifiée ?

La démarche toltèque invite à ce lâcher-prise d'opinions et/ou de croyances qui interfèrent avec l'ici et le maintenant.

La clarté apportée par la conscience manifeste notre authenticité.

Nous pouvons choisir par amour pour nous, pour honorer la Vie en nous, parmi de multiples options, alors nos actes sont authentiques.

Ce qui permet l'authenticité, c'est la conscience dans l'instant présent.

Parfois la conscience fluctue ; du coup notre moi authentique semble s'absenter du moment présent.

La Traque permet de s'enraciner dans la conscience, instant après instant pour exprimer ce mouvement de la Vie qui nous anime : notre authenticité...

Eliane, Août 2019 / ez@aimergence.fr



Pratiquer la sagesse toltèque : les accompagnements

LES 8 PAS DE DANSE

Cheminer sur la Voie Toltèque commence par apprendre la présence à soi, danser avec ce qui est là. Les toltèques parlent du « parasite ».

Nous proposons un module d'accompagnement à distance destiné à ce que Don Miguel Ruiz nomme la **Traque**, c'est à dire la **pratique de l'Attention**.

Inspiré des Accords Toltèques, ce module à distance se décline en 8 sessions individuelles et 4 sessions collectives sur une période de 4 mois.

L'accompagnement, dans l'éthique de la tradition toltèque, est assuré par des coaches expérimentés dans la pratique de l'attention et de la transformation.

Concernant les **dates des sessions** et les **inscriptions**, vous pouvez vous référer au site d'AIMERGENCE,

<https://www.aimergence.fr>

LA DANSE DE LA TRANSFORMATION

La danse de la transformation permet d'établir dans la durée la pratique de la TRAQUE, afin de **transformer son quotidien** pour y déployer sa créativité consciente et ainsi donner forme aux intentions choisies consciemment pour **retrouver la paix et l'harmonie** dans sa vie de chaque jour.

Pour accéder à ce module, le **pré-requis** est d'avoir suivi le module « **les 8 pas de danse** »

Ce module inspiré des accords toltèques est proposé à distance et il se décline en 8 sessions individuelles et 4 sessions collectives sur une période de 4 mois.

L'accompagnement, dans l'éthique de la tradition toltèque, est assuré par des coaches expérimentés dans la pratique de l'attention et de la transformation.

Concernant les **dates des sessions** et les **inscriptions**, vous pouvez vous référer au site d'AIMERGENCE,

<https://www.aimergence.fr>

Les Cafés d'AIMERGENCE en 2019

Vous trouverez les informations concernant les dates sur le site d'AIMERGENCE

<https://www.aimergence.fr>

et/ou sur FACEBOOK

<https://www.facebook.com/associationaimergence>

<https://www.aimergence.fr>

Dernière Minute : Prochain café avec Evelyne, le 18 septembre 2019 à 20h30

Pour rejoindre AIMERGENCE,

Vous souhaitez rejoindre l'**AIMERGENCE** pour approfondir la pratique Toltèque, vous pouvez vous adresser à l'un des coachs par email (voir ci-dessus)

ou adresser un mail à info@aimergence.fr

ou consulter le site: <https://www.aimergence.fr>

Nous serons heureux de **partager** avec vous ces différentes **pratiques**.

A bientôt.

L'équipe **AIMERGENCE**

Pour vous **désinscrire**, vous pouvez envoyer un mail à Evelyne,
info@aimergence.fr

AIMERGENCE, LA PRATIQUE DE LA SAGESSE TOLTEQUE AU QUOTIDIEN

Association déclarée régie par la loi du 1^{er} juillet 1901

Siège Social : 31 les Hauts de Provence 04230 Saint Etienne les Orgues

<https://www.facebook.com/associationaimergence>

<https://www.aimergence.fr>