



Stages du dimanche avec Fabrice Jordan

9 novembre 2014, 18 janvier, 15 février 2015

« Spiritualité, pratiques internes et méditatives : comment y voir plus clair ? »

Il est paradoxal de constater que dans le monde de la spiritualité, des pratiques internes (type Tai Ji Quan, Qi Gong, Yang Sheng, etc...) et de la méditation, toutes sensées amener de la clarté intérieure, il existe tant de malentendus.

L'un d'entre eux est d'attendre de ces pratiques qu'elles apportent des réponses dans tous les compartiments de la vie et qu'elles pacifient durablement nos émotions. Le grand mythe de « l'éveil », sujet à toutes les projections, n'y est pas pour rien : combien de personnes attendent une sorte de remise à zéro soudaine et quasi magique de tous leurs problèmes, s'ils pratiquent correctement et longtemps ?

En raison d'un grand nombre d'affirmations traditionnelles rejetant l'utilisation du « mental » beaucoup de pratiquants ne prennent plus la peine d'utiliser le tranchant de leur discernement pour réfléchir et interroger leur pratique, la replacer dans un contexte plus vaste et définir leurs réels objectifs.

Car interroger la méthode que l'on pratique est indispensable : certaines choses échapperont toujours à l'introspection, indépendamment du temps passé à pratiquer, car toute méthode porte intrinsèquement ses limites. A titre d'exemple et de métaphore, comment pourrait-on voir la couleur de ses propres yeux, même avec la plus grande application ? La seule manière de voir la couleur de ses yeux est de disposer d'un point de vue externe, plus distant et de ce fait non accessible à l'expérience directe.

Si les spiritualités orientales sont des expertes du regard intérieur, les sciences cognitives occidentales sont des spécialistes du regard extérieur et du suivi de groupes sur de longues périodes. Pour obtenir une vision plus complète, il est donc intéressant de coupler les deux regards.

- Durant ces journées, nous partirons d'abord des constats faits par chacun d'entre nous dans nos pratiques ou dans les écoles ou groupes que nous avons fréquentés. Nous noterons les questions que cela fait surgir.
- Nous étudierons ensuite différentes notions : les 4 grandes manifestations des états de conscience (mysticisme de la nature, mysticisme des déités, mysticisme sans forme, mysticisme non dual), les états de conscience entraînés, étapes de développement de l'adulte et stades de la spirale dynamique, lignes cognitives, 4 quadrants de Wilber, etc...et nous les couplerons à des techniques d'introspection classiques.

Renseignements & Inscriptions :

Association Transverse, c/o Fabrice Jordan, Chemin des Sauges 8, 1405 Pomy
fabrijor @ gmail.com, +41 24 426 08 88



- Cela nous permettra de mieux comprendre pourquoi certaines expériences vécues n'ont que peu ou pas d'effet sur la maturité et le développement de la personne.
- Nous essayerons ensuite de dresser une cartographie des points forts et des points faibles de nos propres pratiques, pour mettre en lumière les zones non couvertes ou laissées en friche par la méthode que nous pratiquons. Nous réfléchirons enfin aux moyens à mettre en place pour suppléer aux éventuels manques, en vue d'une pratique plus complète, enrichissante et transformative.
- Des enseignements issus de la tradition taoïste seront proposés : Qi Gong de la grande Ourse, méditation taoïste, Dao Yin, etc...mais en les mettant en perspective dans le cadre des notions évoquées plus haut. Libre à chacun ensuite de faire de même avec sa ou ses propres pratiques.

Ces journées sont donc une occasion de réflexion et d'approfondissement pour toute personne impliquée dans une voie de déploiement du soi, indépendamment de la voie elle-même.

**Ces enseignements sont librement inspirés de la transmission reçue par
Maître Liu Yuan Tong**

Fabrice Jordan est médecin FMH, spécialisé en MTC et acupuncture. Il est responsable de l'enseignement à l'AGMAR (Association romande des médecins acupuncteurs). Il est diplômé de la FEQGAE (fédération européenne de Qi Gong et arts énergétiques) et pratique et enseigne le Tai Ji Quan et la méditation depuis plus de 20 ans. Il est disciple de Liu Yuan Tong, moine taoïste Quanzhen Longmen de la 19^{ème} génération. L'école Quanzhen (Réalité Complète) Long Men (Porte du dragon) fut fondée au 12^{ème} siècle. Influencée par le bouddhisme et plutôt contemplative, elle transmet des enseignements ayant évolué sur près de 900 ans.

Modalités pratiques

Lieu: Grande salle, Espace des Vergers, Rue des Vergers 4, 1462 Yvonand

Horaires: 9h30-12h30 14h-16h30 environ (débordement possible)

Prix: 340 CHF pour les 3 dimanche (Membres Transverse : 300 CHF), le paiement se fait sur place ou sur CCP 84-500438-4

Matériel nécessaire: vêtements amples, chaussettes ou souliers d'intérieur, matériel pour prendre des notes, tapis de sol et coussin d'assise

Inscriptions : Ouvertes à tous. Les journées sont indissociables. Une absence est possible, mais le prix total reste le même. Les cours seront enregistrés et disponibles sur CD pour les personnes inscrites

Ce stage est organisé par l'association Transverse - Spiritualité & Arts internes.

« Transverse » Spiritualité & Arts internes a vu le jour en mai 2007. Un de ses buts est d'établir des liens entre pratiquants de différentes écoles et courants pour permettre le dialogue et enrichir les pratiques. Transverse est une association à but non lucratif et non religieuse. Site internet: www.transverse.ch

Renseignements & Inscriptions :

Association Transverse, c/o Fabrice Jordan, Chemin des Sauges 8, 1405 Pomy
fabrijor @ gmail.com, +41 24 426 08 88