

Michel Desmedt



Inspecteur de l'Enseignement et formateur à la pratique de la Communauté de Recherche Philosophique

Sandrine Deplus



Docteure en psychologie, psychothérapeute, formatrice en Pleine Conscience à l'UCL



**SENS ET PRÉSENCE HUMAINE asbl**



**Vecmont  
La Roche-en-Ardenne**

**CRP  
et  
Méditation**

**XIII<sup>èmes</sup> Rencontres  
internationales  
d'animateurs de  
Communautés de  
Recherche  
Philosophique**

**Du 30 juin au 6 juillet  
2018**



## CRP et Méditation



Depuis 2016, nous avons commencé à travailler les liens entre ces deux pratiques que sont la **CRP et la Méditation Pleine Conscience**. Cette année, nous souhaitons travailler l'hypothèse suivante : la pratique de la CRP et la pratique de la MPC conduisent à des changements dans notre manière d'être et de vivre.

Bien être et vivre bien.

**Bien être** : non pas la consécration d'un état de relaxation mais un bien « naître » qui implique un changement de regard sur soi-même, l'autre, la nature, le monde.

**Vivre bien** : accéder à la capacité de jugement pour des choix éthiques. Prendre conscience et clarifier les valeurs qui nous animent. Comment vivre bien en humanité dans ce temps.

Gîte « Le Presbytère »  
Vecmont, 13  
6980 La Roche-en-Ardenne



La méditation est bien plus qu'une attention sur la respiration. Elle ouvre sur une approche qualitative aux enjeux de la vie: une clarification des valeurs et une capacité des décisions souhaitables. Rendez-vous est pris au quotidien avec la dimension éthique: franchir la ligne de démarcation entre une thérapie de "bien-être" personnel et la posture qui vise à "habiter" ensemble ce temps et ce monde (issue de la conviction qu'on ne peut pas être définitivement bien tout seul).

La session de cette année visera tout particulièrement le lien entre la communauté de recherche (telle que mise sur pied par Matthew Lipman) et la méditation au niveau de cette recherche éthique.

Le "bien-être" que l'on pourrait orthographier avec bonheur "bien-naître" ne se confond pas avec une "zénitude", une relaxation, une extase de sortie de route; elle active au contraire des capacités de bien vivre dans l'épaisseur de notre temps. La contemplation pour oser l'engagement. Favoriser un alignement fécond entre la vie intérieure et des choix qui s'extériorisent et qu'on pourrait appeler "intégrité". Je ne m'observe pas moi-même pour capitonner mon bonheur personnel mais je fais place à l'autre, à l'altérité, à la vie, aux mouvements de croissance, au monde végétal, aux animaux, à l'univers... Faire de la place à la bienveillance jusqu'à la compassion (thème essentiel de la session de l'année dernière) et mettre à l'oeuvre le discernement pour oser des jugements nourris d'humanité. Passer du non jugement du ressenti et des émotions qui arrivent, au discernement de ce que "je vais faire advenir", clarifier cette notion de jugement sera l'attention particulière de cette année pour envisager la sagesse d'un parcours: du bien-être personnel à la maison commune d'humanité.

à mi-distance entre Bruxelles  
et Luxembourg  
à 24 km de la gare de Marloie  
dans un gîte de charme, très confortable.

La session débute  
le samedi 30 juin à 17 heures  
et se clôture le vendredi 6 juillet à 10  
heures.

### Inscriptions

Frais de participation  
420 €, tous frais compris:  
inscription, repas, logement, literie;  
à verser sur le compte  
IBAN : BE67 0018 0796 2687  
Code BIC : GEBABEBB  
de Sens et Présence Humaine asbl,  
Boucle de Roncevaux, 5/402  
B-1348 Louvain-la-Neuve  
Les inscriptions sont enregistrées dès  
réception d'un acompte de 200 €. Le  
solde est à payer au plus tard pour le 15  
juin 2018  
S'inscrire auprès de  
Michel Desmedt, Tél. et fax :  
+3210880610  
ou par mail : michel.desmedt@skynet.be