
La lettre de S.O.S. PSYCHOLOGUE

Numéro 127

revue bimestrielle

octobre-novembre 2009

FAITES CIRCULER CETTE LETTRE AUTOUR DE VOUS !

SOMMAIRE

- 1 La pensée du moi...s (A. de Vigny)
- 1 SOS Psychologue fête ses 20 ans !

DOSSIER : S'égarer »

français

- 2 S'égarer (G. Pioton-Cimetti)
- 4 Extrait de « l'harmonie intérieure » : le processus de la recherche intérieure († G. de Maleville)
- 5 S'égarer (H. Bernard)
- 6 Genèse, un suicide inconscient (G. Bouket)



Où suis-je maintenant ?
S.O.S. PSYCHOLOGUE m'aidera à le savoir...

- 7 S'égarer (A. Recher)
- 9 S'égarer (P. Delagneau)
- 10 S'égarer (C. Thomas)

« Perderse »

espagnol

- 10 Perderse (A. Giosa)
- 12 Perderse (S. Labraidh)
- 13 Perder el miedo (C. Manrique)

Rubriques

- 14 Structures, but, activités de l'Association – Agenda

SOS PSYCHOLOGUE FETE SES 20 ANS !

Pour fêter ses 20 ans, SOS Psychologue a choisi d'organiser une manifestation exceptionnelle à l'intention de ses adhérents, mais aussi de tous ceux qui accompagnent son action par leurs témoignages d'encouragement et de sympathie.

Les vingt ans de « SOS » ont été fêtés le 20 novembre à Paris à l'occasion d'un cocktail dinatoire, qui s'est tenu au quatrième étage du 152 avenue Victor Hugo dans le 16^{ème} arrondissement. Près d'une centaine de personnes ont répondu présents à notre invitation pour cet



LA PENSÉE DU MOI... S

« Qu'est-ce qu'une grande vie, sinon une pensée de la jeunesse exécutée par l'âge mûr ? »

[Alfred de Vigny]

événement préparé depuis plusieurs semaines par notre présidente et toute son équipe.

A 20h30, la présidente, le Dr Graciela Pioton-Cimetti de Maleville, a ouvert une séance de dédicaces pour ses 2 ouvrages *Réponses aux questions* et *Contes de marée haute* dont la publication¹ a coïncidé avec l'organisation de cette soirée.

Plus tard, vers 21h30 le Dr Graciela Pioton-Cimetti de Maleville a volontiers répondu aux questions au cours d'une interview animée par Gaël Bouket (recherches et investigations) et Marie-Christine Noir (relations publiques) à propos de son action dans le cadre de l'association SOS Psychologue, de ses réflexions sur l'état de santé de la société...

Au delà de cette soirée, nous tenons à remercier chacun de vous, qui de près ou de loin, nous soutenez dans notre action au service des autres dans une démarche professionnelle d'aide et d'orientation psychologique et, de manière générale, de promotion de ce que peut apporter à tous la psychologie pour l'exploration de soi-même et la recherche d'un mieux-être.

Équipe de SOS



**Graciela
PIOTON-CIMETTI**
Psychanalyste

S'ÉGARER

Où est le temps de l'homme ? Que veut dire s'égarer ? Cela veut dire retrouver le temps perdu, ce temps où nous n'avons pas eu la joie d'exister sans contrainte. Le temps passant, peut-être la boucle de la vie sur terre se referme-t-elle. Je me vois, aujourd'hui, revenir à mon adolescence que je n'ai pas vécue.

Où est le temps de l'homme ? Dans l'écoute du non temps, de cette destinée qui nous amène à vivre des étapes qui n'ont pas été vécues.

Adolescente pleine de questionnement, de souffrance incomprise, je me souviens, aujourd'hui, de ce temps de souffrance où le manque et le vide étaient si présents, mais de ce temps plein de révélations : les arbres fleuris du printemps, le questionnement, « Qu'est-ce que la Vie ? », « Qu'est-ce que l'Amour ? ».

Aujourd'hui, j'y reviens, mais je ne m'égare pas, je n'égare pas mon regard étrique. Ceux qui sont partis

sont partis et je reste, quelque part, comme le témoin qui leur a manqué pour comprendre l'éternel retour aux sources.

Je m'arrête un instant. Je contemple pourquoi ma vie me semble si courte et si longue... Si courte, parce que je cherche des réponses. Si longue, parce que, sur Terre, le calendrier nous marque le passage d'un temps pendant lequel nous ne sommes pas que les témoins du transit de la vie sur Terre ; si nous sommes conscients, cette vie est éternelle, car nous l'avons marquée par l'acceptation de réalités que ne peut accrocher celui qui n'est pas un Chercheur.

Je ne m'égare pas, je suis dans l'ici et maintenant, avec une vision du transit qui n'est pas si tragique, mais merveilleuse ! Je ne m'égare pas, je contemple, je laisse venir.

Pourquoi est-ce, aujourd'hui, le retour à ma préadolescence ? Oui, j'en suis là... Pas encore dans l'adolescence, mais dans cette période de latence où je voudrais tout savoir, tout apprendre, tout comprendre. Peut-être y avait-il encore des larmes du fait d'abandonner l'enfance. Je suis à cette époque où il n'y avait pas de doute. J'étais aimée, nourrie, blanchie par le soin

des autres, mais une certaine conscience « essentielle » m'amenait à m'égarer, sans remède, loin de l'insouciance.

J'ai appris, dans mon enfance, à ne pas faire confiance. J'écoutais sans vouloir entendre ou j'ai entendu sans vouloir écouter la criminelle jalousie. L'étayage était dur et difficile : d'un côté, l'injonction « prends du plaisir », et de l'autre « il faut que tu fasses », impitoyable.

Cherchant la responsabilité d'exister et sans soutien, je me suis lancée dans l'aventure de vivre en étant foncièrement révoltée. Je ne me suis pas égarée, au contraire, je me suis révoltée contre tout égarement de mon « vouloir être ». Aujourd'hui, je n'ai pas changé. Dès la naissance, j'ai été marquée par le sceau de la responsabilité.

Derrière moi, s'il y a eu des échecs dans ma vie, ils n'ont pu être que des explorations pour expliquer ma méfiance d'aujourd'hui. Un fil d'Éternité me conduit à travers le temps. Il y a peut-être quelque chose à découvrir.

Serait-il possible pour moi de m'égarer ? Mais de quoi ? De qui ? Je ne sais pas encore. Dans tous les cas, je vais faire ce chemin sur Terre. Une démarche de compré-

¹ : Ces ouvrages sont disponibles sur le site <http://www.thebookedition.com/> (collection Sciences Humaines/Psychologie).



hension pour ne pas m'endormir à la beauté de ce qui est en moi depuis l'éternité de la Création.

Ce n'est qu'une première partie d'une réflexion qui mérite d'être développée, en mettant le temps de la compréhension bien droit. Ainsi soit-il.

Fait à Paris, le 20 octobre 2009, il fait froid, il y a du vent. Je suis seule dans un instant où la solitude n'est qu'une utopie.

Je comprends, aujourd'hui, Sartre, dans « Huis clos ». Je suis avec les hommes, entre les hommes et pour les hommes.

* * *

Comme disait Che Guevara : « La guerre est finie, commence la révolution. »

Vingt ans se sont passés depuis le premier jour de la naissance de *SOS Psychologue*, dans une nuit froide, dans un Paris dormant d'un sommeil naturel et égalitaire.

Mais avaient-ils, les habitants de cette ville silencieuse, les mêmes possibilités d'avoir des réponses, à des moments de confusions où, le conflit, la souffrance et la nécessité se mêlent, sans même avoir le droit de se poser la question de trouver un interlocuteur capable de donner une réponse aux questions : « Où suis-je ? Où vais-je ? » ?

Oui, j'ai eu aussi des nuits sans sommeil, des confusions profondes, des deuils, des solitudes où je

criais aux étoiles, mais en ayant les moyens d'accéder, par mes propres moyens et mon travail correctement rémunéré, de demander une orientation à des professionnels compétents.

Quand je suis née, autour de mon berceau, il y a sans doute eu des fées protectrices qui ont su me donner la main dans les moments de souffrance.

Ce que j'ai reçu, je voulais le donner gratuitement et je l'ai fait et je continuerai à le faire. Et mon équipe me suit.

Nous sommes une équipe de volontaires dont la qualité dépasse la rigueur scientifique pour devenir, comme disait Jung : « plus un art qu'une science ».

Les vingt ans de « SOS » ont été fêtés le 20 novembre à Paris au quatrième étage du 152 avenue Victor Hugo. Il y avait beaucoup de monde. La qualité de l'énergie qu'a dégagée cette soirée m'a permis de comprendre que, dans ces vingt ans, je n'ai jamais été égarée. Je suis restée sur ce chemin droit et juste, lié au plaisir de donner ce qu'on peut donner et en sachant que si l'on veut, on peut donner.

Nous ne nous sommes pas égarés, la ligne directrice a toujours été là. Je ne fais que suivre, tous centres unifiés, toutes fonctions psychologiques dynamisées, ce qui, en moi,

était l'appel et l'accueil des autres dans leur demande, sans limite de classe sociale, de profession, de niveau éducationnel.

Comme toujours, je laisse venir.

C'était une nuit d'hiver, mais il ne faisait pas froid, ni à l'intérieur ni à l'extérieur. Mais je vous dis, aujourd'hui, que sans m'égarer, je ressens en moi la révolution d'une aurore nouvelle.

En laissant venir, nous nous sommes trouvés, mon équipe et moi, hier soir, au théâtre, à voir « Parole et guérison » ; concrétisation, sans doute, de la synchronicité de Jung.

Aujourd'hui, dans un moment de lucidité incroyable, les meubles, chez moi aussi bien que de mon cabinet, ont été changés de place et, enfin, un nouvel univers se dessine.

Je prends quelques paragraphes d'un conte que j'ai écrit pour le département de « Langues classiques » de la Sorbonne, qui s'appelle « Tentation de poète », car après la pièce de théâtre d'hier soir, une révolution émotionnelle très profonde m'arrive. Mais je ne veux pas m'égarer, j'accompagne cette mouvance émotionnelle :

« La seule chose qu'il soit possible de connaître et d'accepter est que nous sommes ensemble aujourd'hui, que les vents défont les nuages et qu'un jour, je te le promets, pour que tu ne sois pas triste maintenant avec moi dans mes bras, je porterai des fleurs d'amandiers à la tombe de tes rêves, pour que tu penses que la neige est arrivée, qu'il te faut dormir et attendre le printemps pour renaître.

Il y a un cristal. La nuit devient profonde et fébrile. Nous rompons le temps et je t'aime. »

Le conte se finit sur cette phrase dans son chapitre neuvième et répond à la question : « Et quoi faire mon amour pour que nous ne soyons jamais dans la destruction de nous égarer ? » :



« Une possible alternative :
 Accepter ta proposition d'éternité...
 La pluie vient de cesser.
 Écrit à Paris, 21 mars 1994. »
 Je reprends cette proposition aujourd'hui,
 le 22 novembre 2009, à Paris :

« Une possible alternative :

J'accepte ta proposition d'éternité...

La pluie vient de cesser et la révolution vient de commencer.

Mais nous ne sommes jamais dans l'égarement et je t'aime. »

Note : extrait tiré de « L'avant scène théâtre » de « Parole et Guérison » de Christopher Hampton, à la page 63 :

« Jung : (...) Nous devons aller plus loin, dans des territoires qui restent à explorer. Nous devons revenir à la source de toutes nos certitudes, de toutes nos croyances pour nous permettre d'aller de l'avant. Sans tabou. Je ne veux pas me contenter d'ouvrir une porte et de dire à mon patient : « Regarde, voilà ta maladie, là, assis sur ses talons comme un immonde crapaud », et de refermer la porte. Je veux trouver le moyen de l'aider à se réinventer, je veux qu'il parte pour un voyage au terme duquel quelqu'un l'attend. Alors je lui dirai : Tu vois, cette personne qui te fait face, c'est toi, c'est celui que tu as toujours voulu être. »

E. Graciela PIOTON-CIMETTI



**Georges
 de MALEVILLE**

Avocat

EXTRAIT DE SON LIVRE « L'HARMONIE INTERIEURE »

Le processus de la recherche intérieure

Celui qui nous aura suivi jusqu'ici et qui aura constaté, en s'examinant lui-même, la véracité des observations que nous avons antérieurement exposées au sujet de l'état intérieur de l'homme, doit cependant se convaincre qu'il est incapable, *de lui-même et seul*, de modifier quoi que ce soit au fonctionnement de son psychisme régi par des mécanismes automatiques.

À cet égard, toute connaissance livresque, toute érudition doctrinale sont également impuissantes. Il s'agit là d'un fait d'expérience : chacun a eu l'occasion, au moins une fois dans sa vie, d'approcher tel ou tel spécialiste qui connaît tout sur « les enseignements secrets » et en parle parfois brillamment, et de constater simultanément combien peu cette érudition énorme avait servi à l'évolution de l'intéressé qui demeurait psychi-

quement un adolescent immature.

Et encore n'est-ce là que le moindre mal. Le pire peut survenir si le passionné de lecteurs ésotériques entreprend, seul et sans contrôle, de pratiquer des méthodes « secrètes » surtout s'il est à la recherche d'éventuels « pouvoirs ». La libération prématurée de l'essence (inconnue en général de l'homme), du poids de la personnalité, ne peut que déchirer la dite personnalité : la schizophrénie n'est pas loin et le cas le plus célèbre d'échec de ce genre est celui de Nietzsche.

La démarche que nous décrivons n'est possible sans risque qu'après l'émergence en l'homme d'un troisième élément, conciliateur, qui n'est ni l'essence ni la personnalité, et qui ne surgit lui-même qu'après un long travail dirigé.

Le chercheur prudent va donc se mettre à la recherche d'un maître qui l'ait précédé avec succès dans cette démarche et qui accepte de le guider. Et s'il ne parvient pas à le trouver, il vaudrait mieux pour lui qu'il jette tous ses livres et s'adonne à une vie de dissipation et d'inconscience.

À cet égard, la présente vague de l'ésotérisme et l'incroyable quantité d'ouvrages publiés actuellement par des auteurs vivants n'offrent pas que des avantages. Le candidat-disciple est perdu devant cette prolifération où le meilleur côtoie le pire. Il sera donc amené, s'il est prudent, à appliquer dans la recherche de son « maître » éventuel des critères rigoureux de sélection. Ceux que suggère le bon sens sont les suivants :

La première qualité exigée d'un maître spirituel est la modestie, et surtout la normalité. Mieux vaut un « gourou » médiocre qu'un délirant : au moins le premier ne fait pas de mal.

Et celui qui s'attribue à lui-même des « pouvoirs » occultes et qui s'en vante est un imposteur.

Surtout, le critère essentiel de l'authenticité d'un maître spirituel est

le respect de la liberté du disciple. Le maître offre et propose ; l'élève prend ou refuse, pour lui-même, et s'il se trompe, il en portera librement les conséquences. Le but de la recherche dont nous parlons est de former des êtres réellement libres et responsables : toute pression et tout excès d'affectivité sont donc exclus dans cette démarche, et c'est ce qui la distingue des entreprises « sectaires » tellement dénoncées à notre époque.

Une fois le maître spirituel choisi, et le disciple agréé, les relations entre eux peuvent être organisées selon 3 modèles :

Le type de rapport le plus recherché par l'élève est bien entendu *le dialogue à deux*, la « leçon particulière » où il pourra profiter de l'enseignement dispensé pour lui tout seul. En fait, ce genre de relations est extrêmement rare ; il est choisi par un maître dépositaire d'une expérience très particulière et qui souhaite former un disciple en vue, non pas de diffuser son enseignement, mais de le substituer après sa mort dans une chaîne initiatique à laquelle il s'estime relié.

Ce mode de transmission du savoir est caractéristique chez le maître d'une vie cachée, recluse et sans notoriété apparente. On le rencontre dans la vie érémitique (hésychasme, certains enseignements bouddhistes) ou dans l'alchimie spirituelle. Mais il nécessite de la part de l'élève, en contrepartie de l'exclusivité de l'enseignement reçu, une telle disponibilité au Maître, une telle quantité de présence qu'il est tout à fait exceptionnel d'y avoir recours dans les conditions de la vie urbaine moderne. Un maître potentiel qui reçoit des élèves en tête à tête cherchera donc, la plupart du temps, à simplement préparer ceux-ci à une autre expérience, collective.

Le second cadre de transmission d'un enseignement tendant à la recherche intérieure est *le « couvent »*, au sens général du terme. La caractéristique du « couvent », celle que

l'élève retiendra bien plus que la vie collective, c'est la clôture, la séparation du monde extérieur. On s'y retire pour faire retraite dans un univers apparemment immuable, où le monde extérieur, son chaos et surtout son mouvement, ne pénètrent pas.

De fait, il ne s'agit là que d'un aspect des choses, le plus visible et bien souvent trompeur. Car le « couvent » est habité et, à l'abri des murs de sa clôture, se presse une population de chercheurs similaires au disciple, animés par la même volonté de parvenir à la connaissance, si possible chacun les premiers et avant tous les autres. Cette compétition inavouée dans un milieu clos entraîne des tensions auxquelles il est nécessaire de remédier par l'établissement d'une discipline rigide et parfois draconienne qui replace tous les élèves au même niveau, de préférence celui du débutant. Et le lien symbolique entre les participants sera concrétisé par l'existence d'un rituel de comportement, parfois discret ou parfois rigide, mais toujours présent.

Cette formule de regroupement autour d'un « Maître » est très en vogue. « Stages », « ashrams » ou « dojos » fleurissent partout, de préférence dans les lieux retirés ou chargés d'histoire spirituelle. Il s'en faut de beaucoup que ce soit la meilleure méthode pour transmettre une influence spirituelle. En effet, la coupure avec la vie extérieure, la vie courante en milieu urbain, est trop prononcée et trop artificielle. L'élève est infailliblement tenté de prendre le moyen pour le but, de confondre la retraite elle-même avec la connaissance qu'il est venu y chercher. Il se produit alors une identification au « couvent » lui-même qui n'aurait de sens que dans la perspective d'un renoncement à toute vie active et d'un internat définitif.

C'est pourquoi, sauf circonstances exceptionnelles, la méthode du « couvent » n'est pas choisie pour

la transmission d'un enseignement de recherche intérieure, transmission qui nécessite beaucoup de temps et de persistance réciproque dans les efforts réguliers.

† **Georges de MALEVILLE**

Sur ce thème, un groupe de synthèse et de réflexion est ouvert le vendredi soir entre 21 heures et 23 heures à Paris. Pour participer : 01 47 43 01 12 ou 06 60 93 38 14.



Hervé BERNARD

Ingénieur

S'EGARER

S'égarer ou se garer voudrait-il dire la même chose ou le contraire ?

Dans le premier cas, chacun s'accorde à reconnaître que nous avons emprunté une mauvaise direction, en général plus ou moins inconsciemment, voire dans un mouvement de déni bien ancré, même si, quand on nous pose la question, le doute cède rapidement à l'impression très forte que quelque chose ne va pas, mais alors...

Dans le second cas, il s'agit de s'arrêter dans le mouvement perpétuel de la vie, celui de notre environnement, qui, quoiqu'on en dise, quoiqu'on espère ou recherche, change chaque jour, chaque heure, chaque minute, chaque seconde et dans notre chemin d'évolution pavé des différents projets de notre vie, de nos espoirs, de nos addictions, mais l'histoire, à ce niveau d'analyse préliminaire, ne dit pas s'il s'agit d'une pause pour reprendre ses esprits, rassembler ses forces, faire un point de situation, bien sûr, pour mieux continuer sa route, pour nous conforter dans le choix de la bonne direction ou d'un jet de l'éponge, dans un mouvement soudain, mais le plus souvent ancien de confusion, d'un moment de découragement avec le risque d'une chute au détriment de

nos objectifs initiaux soutenus par ces mouvements de tension du corps et de l'esprit qui sont l'expression et la source de la vie.

Dans tous les cas, il s'agit d'un changement de position dans notre situation dynamique. Auparavant, tout se déroulait bien, entre parfaitement et difficilement, le plus souvent tant bien que mal, les choses avançaient à leur rythme et la ligne d'horizon se rapprochait lentement, mais inexorablement, qu'elle soit porteuse de projets précis et bien identifiés ou de plus vagues espoirs de changements et de réalisations, pensant qu'en se rapprochant les contours de cette région tant convoitée se préciseraient dans l'étape finale de choix.

Mais le plus souvent s'égarer, loin de l'accomplissement d'une pause salutaire et même, bien ordonnée, quand elle est programmée au bon moment, est synonyme de mauvais choix, de solitude, de perte de temps, de gaspillage d'énergie, de différents sentiments négatifs orientés plus vers la déprime (voire son contraire, une euphorie névrotique ou psychotique où les contraires s'attirent et se repoussent) que vers le maintien d'une tension psychique bien équilibrée, celle qui, comme nous le suggère C. Gustav Jung, repose sur l'action équilibrée, conjointe ou successive, des 4 fonctions psychologiques, la réflexion, l'intuition, le sentiment et la sensation, et qui est synonyme de bien-être. À moins qu'il ne s'agisse de désœuvrement, de nonchalance, d'apathie, d'inertie, mais comme dit la sagesse populaire : « la paresse est mère de tous les vices ».

Parfois il peut être utile de s'égarer afin de mieux rebondir, comme pour capitaliser de l'énergie afin d'aller plus loin. L'égarement arrive véritablement, quand nous ne profitons pas de ce mauvais passage pour faire retour sur nous-mêmes, nous remettre en question et après le temps de la réflexion passer à l'action. Mais, curieusement, souvent nous sommes inextricable-

ment enserrés entre un rythme quotidien qui nous laisse guère de marge de manœuvre et un état de confusion flottant, ce qui nous rend bien mal armés pour nous poser les questions de fond, celles qui commandent notre destinée, ce pour quoi nous nous battons chaque jour.

Eh oui, la vie est une bataille, même si nos civilisations avec leurs débauches de nouvelles connaissances, d'inventions et d'avancées technologiques et l'accès presque pour tous à une société de consommation sans limite où presque tout peut être acheté dans la réalité ou bien dans la virtualité, nous maintiennent dans une illusion de protection et d'assistanat perpétuel comme un privilège acquis, nous restons bien seuls face au cheminement de la vie. Où trouver la bonne route où garder le bon cap réclament des qualités personnelles parfois innées, mais en majorité acquises, grâce à un travail sur soi, bien loin des biens matériels et des paillettes de notre société des étoiles brillantes, je devrais dire étoiles filantes.

Il arrive, après un choc psychologique ou somatique violent, ressenti comme tel par nous dans une unité particulière de temps et d'espace, mais peut-être pas par les autres s'ils avaient vécu la même trame d'événements ou ils cherchent ce qui nous est arrivé, que nous nous rendons compte, comme dans un flash de supra conscience ou sous la pression trop forte de la douleur, que nous nous rendons compte combien nous nous sommes égarés, parfois depuis trop longtemps. Et là l'aide des tiers, des proches, des amis est précieuse, même si nous pouvons nous sentir forts intérieurement, capables de nous en sortir nous-mêmes, seuls, sans l'aide des autres. Cette prise de conscience, au contraire, fragilise d'autant plus qu'elle s'accompagne de l'impression de devoir remonter une montagne inaccessible.

S'égarer est un passage, réussi s'il

est temporaire, source potentielle de souffrance psychique ou physique s'il s'éternise, par le côté sombre de la vie, celui qui nous permet de mieux connaître les parties méconnues souvent peu attractives de nous-mêmes. Mais la lumière ne peut jaillir que de la pénombre, parfois des ténèbres. Et s'égarer est le prix à payer pour emprunter la route du bonheur et du sentiment d'avoir œuvré pour le bien de soi-même, les autres prompts à nous renvoyer, souvent à leur insu, cette lumière, en sont les témoins privilégiés et essentiels !

Hervé BERNARD



Gaël BOUKET
Musicologue

GENESE UN SUICIDE INCONSCIENT

Et pourquoi pas une dépression, dont le seul fil retenant du suicide serait le sentiment de responsabilité, de dépendance des autres à soi-même ? Cet événement peut très bien ressembler à une tentative de suicide avortée par le remord, de l'abandon.

Il ne s'agit pas alors de renforcer ce sentiment de nécessité, mais peut-être de trouver un désir, une joie, un partage, qui suffise, sans raison rationnellement justifiable, à vouloir être ici. Une sorte d'amour irrationnel donnant une pulsion de vie. Il n'y a pas à persuader ou déduire.

Lorsque j'ai moi-même, très jeune, ressenti ce goût du départ, le déclin est venu du sentiment de liberté, d'une vision d'avenir possible à construire suivant mon désir et toutes les obligations du quotidien ont perdu leur importance. Je les ai survolées en construisant ma révolution.

Réinventer, recréer. Provoquer un

peu de flottement et de chaos, mais plein d'espoir et de vie, avec la certitude que celui que je veux être a sa place quelque part.

Il s'agit d'accrocher le destin. Bien sûr, il y a le poids du regard de l'autre, des besoins des autres. Mais qu'auraient-ils fait si j'étais mort ce soir là ? Je suis mort à eux, à cette vie lourde, ses murs et ses barreaux.

Je suis vraiment mort ce jour-là. Un être nouveau a intégré un corps tout près, disponible, éduqué, socialisé. Il n'y avait plus qu'à chercher la voie, quoi faire de tant (temps) de possibilités de vie.

Ce choc a permis aux autres de comprendre la nécessité de la révolution et a créé de la place, de

l'espace pour tout transformer. Les *egos* ont été dégonflés par la peur de perdre quelqu'un à jamais. Tout le reste leur est devenu acceptable, en quelques heures.

Les murs ont explosé, les barreaux ont fondu. Ce suicide est la réincarnation ultime vers le chemin de la vie. Nous sommes là par choix.

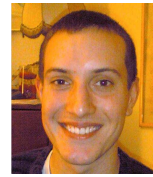
Pour nous, le temps offert est un surplus. Les obligations sont derrière.

Nous devrions être morts. Peut-être le sommes-nous.

Le monde nous frôle sans nous toucher. Nous sommes libres, c'est un contrat, un serment avec soi-même. Plus rien ne pourra nous empêcher d'être ce que l'on rêve de soi. Le monde et les gens sont morts.

Il ne reste qu'à sourire. Plus rien n'est comme avant.

Gaël BOUKET



Aurélien RECHER

Etudiant

S'EGARER

Sortir des chantiers battus, aller défraîchir d'autres endroits pour se rendre compte, au final, que notre route est déjà semée d'embûches et qu'il est inutile d'aller en chercher d'autres.

Cet article s'écrit après la réception inaugurant les 20 ans de *SOS Psychologue*, association créée par le Docteur G. Pioton-Cimetti de Mavelle, docteur en psychologie clinique et sociale, sociologue, psychiatre argentine et sophrologue.

Le Docteur Pioton-Cimetti m'a reçu dans son cabinet du 84 rue Michel-Ange à Paris le mardi 9 mai 2006 à 17h30 après que j'ai cherché, au bout de moi-même, des questions dont je ne trouvais ni le sujet, ni le verbe, ni le prédicat. Je suis venu consulter, parce que mon âme était sortie de son axe. Mon âme était sortie de son axe, parce que mon quotidien n'était organisé que pour favoriser l'oubli, la négation et l'égarement de moi-même. J'oubliais que mon quotidien ne correspondait pas à mes attentes intimes. Mais comment le savoir ? Comment réaliser que je n'étais pas sur la bonne voie ou sur la mauvaise ?

S'égarer est une responsabilité que peu de gens sont capables d'assumer la tête haute, car l'égarement responsable, parfois nécessaire, implique le vouloir du retour à soi avec toute la dépense d'énergie que cela comporte. Un homme quand il en a marre de lui-même, se cherche, appelle à l'aide, parce qu'il n'a plus rien d'autre à perdre. Il est arrivé au bout de sa fatalité.

C'est ce que je fis comme beaucoup de mes camarades : j'ai cher-



ché un centre à mon existence, j'ai tourné autour, je me suis perdu. Connaissez-vous la dissociation schizophrénique ? Oui, je suppose. Tout homme s'intéressant à la psychologie en a entendu parler. C'est une rupture intra-psychique (en grec : schizo = feindre, phrénie = esprit) coupant l'homme de la réalité environnante et de sa réalité intérieure. C'est une scissure de l'esprit qui ne permet plus au sujet de s'adapter à son environnement. La schizophrénie se caractérise entre autres, par des « voix entendues » et des schémas d'action répétitifs que le patient ne peut contrôler. C'est donc à cet instant que l'homme est déclaré en état pathologique.

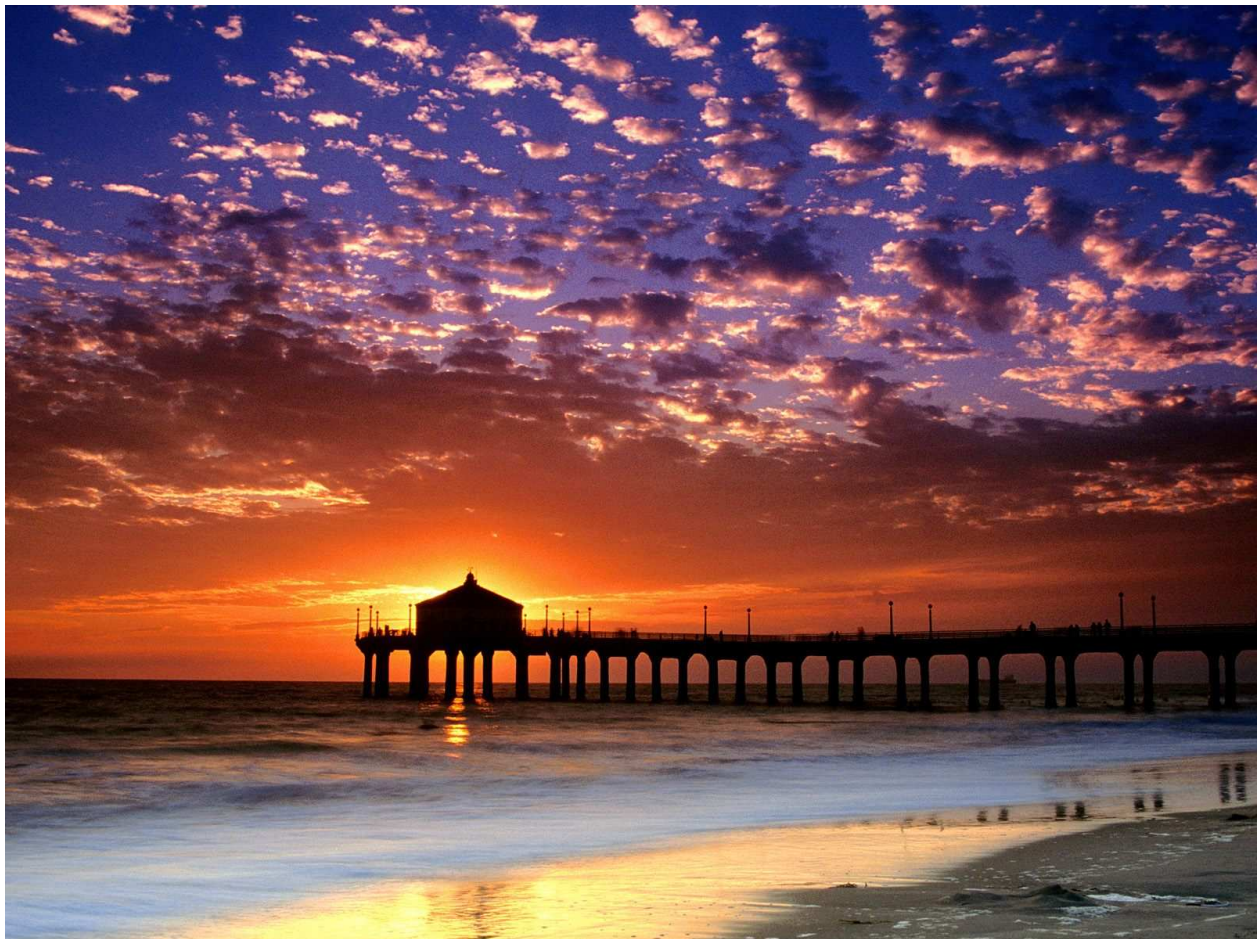
Oui, nous le savons, la dissociation schizophrénique c'est ça. Mais l'avons-nous déjà expérimentée et comprenons-nous véritablement l'angoisse qu'elle suscite ? Avons-nous déjà entendu une voix qui posait une question au réveil du matin, puis une autre la seconde suivante après avoir trouvé la réponse à la

première et qui vient contredire la réponse déjà trouvée et que ce processus se passe de minutes en minutes, d'heures en heures, de jours en jours, année après année. Avez-vous entendu la souffrance d'un patient qui vient vous dire qu'il ne comprend pas ce qui lui arrive, qu'il entend, que pour lui tout est normal enfin parfois, mais c'est comme si les autres, les autres ils...qu'ils... qu'il ne peut plus vivre ça, si ça c'est la vie, une existence, alors non, ça sera ça en moins ? Et... encore... toujours...Toujours ses phrases qui reviennent à lui. Sommes des inconscients pour ne pas voir que derrière la souffrance se cache le vouloir être en vie ?

L'égarement d'un patient, d'un homme, d'un pays, d'une ville, de soi-même démontre le manque de repères de l'existence humaine. Le manque de repères sociaux démontrent le manque de repères psychiques et inversement. L'homme consultant est un patient perdu en lui-même. Égaré par des forces qui le dépassent, il pose sa main sur

une rambarde de glaise pas encore sèche. Jung [1] signale magistralement que le manque de symbolisme environnant permet à des forces collectives de se déchaîner. Parallèlement, nous voyons une décroissance significative de la fréquentation des églises qui permettraient, par une symbolique puissante, de structurer cet inconscient collectif dont chacun est dépositaire, et en même temps une recrudescence des consultations psychothérapeutiques, analytiques et psychiatriques (en rappelant que la France a une moyenne supérieure à sept fois aux autres pays européens en matière de prise de médicaments psychotropes).

Le manque de repères collectifs incite l'homme à aller chercher ce manque de structuration psychique dans des sectes ou autres églises dites évangéliques telles que celles des Raéliens ou de Notre Dame de la très grande Miséricorde absolue au Madagascar, ou encore plus intégrée aux sociétés occidentales, l'Église de Scientologie. De nom-



breux exemples montrent que ces sectes ont pour mission de dépouiller l'homme de ses richesses personnelles traduisant en lui la perte de son énergie psychique et de son dynamisme ; et renforçant par la même, son antipathie, et celle de la société entière, pour des religions qui au niveau symbolique tout du moins font véritablement œuvre de charité commune.

Il doit arriver en analyse, et c'est à confirmer par les spécialistes, nombre de patients dont les troubles ont pour support leur propre histoire personnelle et pour fondement un complexe collectif.

L'anomie sociale dont parle fréquemment la présidente est présente et bien présente. L. Klages, cité par J. Nuttin (1965), abonde dans ce sens : « Dans la culture contemporaine, on recherche massivement la puissance de rendement, mais substituée à la noblesse de cœur l'honorabilité problématique de la capacité professionnelle... Ces traits de personnalité ont perdu leur valeur pour la psychologie moderne et il n'est resté que le zèle au travail, l'ambition et la capacité de succès, c'est-à-dire un ensemble de traits que l'Antiquité aurait attribuée, sans hésitation, à la catégorie d'homme la plus basse, à l'esclave et au paria ».

Comme l'explique Jung [1], l'homme d'aujourd'hui réplique le même schéma que l'ère pré chrétienne, il est fondu dans la matière. La vie intérieure n'a que très peu d'importance, l'homme ne s'y passionne pas. Le Christ a eu, en ce sens, la fonction d'introjecter la libido en évoquant que son royaume n'est pas d'ici. Cette initiative d'introjection trouve son point culminant avec saint Augustin au début du Vème siècle qui répète que la vie intérieure est fondamentale. Saint Augustin, en faisant l'apologie du monde intérieur, voulait sans doute, compenser le trop de vie matérielle. Nous comprenons que l'homme en tant qu'être bio-psycho-social doit parvenir à trouver un équilibre entre vie interne

et vie externe. Au jour d'aujourd'hui, l'introjection passant au fil des siècles en une libido « extra-jetée », l'homme moderne s'enivre de matérialité ne faisant qu'accroître, au niveau collectif, les représentations archétypiques qui viendront remplir, et ainsi contribuer, à l'émergence numineuse d'un archétype nouveau compensant ce trop de libido externalisée.

[1] C. G. Jung (1912). *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*. Georg Editor, 1993.

Fait à Boulogne le 24 novembre 2009. Mon projet professionnel s'affine : je veux devenir médecin de l'âme, c'est-à-dire docteur en psychologie et travailler en institution et/ou en libéral. Ma formation psychologique se poursuivra au cours d'un master recherche en neuropsychologie et psychologie cognitive. J'effectuerai un stage de 500h pour obtenir le titre de psychologue. Après le master, je continuerai sur une thèse afin d'éclaircir le lien entre le psychologique et le somatique. Mis à part d'autres études complémentaires, je continuerai mon analyse et à comprendre Jung.

Je dois terminer sur cet adage qui porte ma vie : « Non nobis, domine, non nobis, sed nomini tuo da gloriam » (Non pour nous, Seigneur, non pour nous, mais pour la gloire de ton nom). Amen.

Aurélien RECHER



**Philippe
DELAGNEAU**
Ingénieur

S'EGARER

En évoquant ce thème, en y cherchant les résonances internes, le sentiment qui surgit en moi et qui m'imprègne dans mon intégralité évoque la solitude, une solitude contrainte par le silence d'un monde absent à mon appel.

Je me vois les yeux grands ouverts à la vie, cherchant sans le savoir à interroger ce monde qui m'avait donné la vie, en qui je donnais innocemment toute la confiance d'un

être en devenir.

Parce qu'aujourd'hui, je peux me voir ou revoir avec la distance et la qualité d'un monde émergeant, je peux interroger mon vécu et le comprendre. Je vois cette quête d'amour dans ma joie enfantine de vivre et la demande d'être aimé.

Le questionnement était présent, les réponses absentes.

Je cherchais alors les rencontres, je rassemblais, je constituais des groupes d'amis dans un monde simple, sans question, sans mensonge, ni dissimulation inutile. Rien ne m'avait été expliqué, rien ne m'avait été proposé.

Pourquoi la vie, et si c'était juste une question alimentaire, alors je pourrais exercer n'importe quel métier, de préférence manuel. Je voulais « être » mécanicien.

Ce monde ne voulait pas de moi et moi de lui et c'est bien malgré moi, coûte que coûte, que j'ai grandi, sans ma participation active, sans mon accord.

Chère solitude, que ne m'as-tu pas fait souffrir. Non, pas toi, car, grâce à toi, je peux comprendre aujourd'hui ce mécanisme de compensation qui m'a soutenu avec cette lueur lointaine, mais pourtant bien présente d'un autre monde.

Et cette course effrénée à m'identifier à tout ce qui n'est pas moi, à me construire une image, un personnage, une carapace pour ne pas me confronter à la vie. Pourquoi me confronter s'il n'y avait rien, pour quoi faire ?

Oui je crois que je reviens d'une grande erreur, après une grande errance. C'est maintenant qu'il m'a été donné de voir. Quel piège ce chemin solitaire et sans boussole ou l'égarément s'initie sournoisement dans chacune des situations de la vie sans qu'on le soupçonne.

Et s'il existe cette lueur, des êtres de lumière la portent, ici bas, autour de nous. Comment ne pouvons-nous pas le comprendre et les

reconnaître. Pour cela, il faut avoir faim et soif, le regard un peu éveillé à regarder dans la même direction.

Peut être pourrions-nous ensemble à partir de cette solitude comprise rendre hommage à Jung dont la pensée s'accorde si bien à ce thème :

« Je ne veux pas me contenter d'ouvrir une porte et de dire à mon patient : « Regarde, voilà ta maladie, là, assise sur ses talons comme un immonde crapaud » et de refermer la porte. Je veux trouver le moyen de l'aider à se réinventer, je veux qu'il parte pour un voyage au terme duquel quelqu'un l'attend. Alors je lui dirai : « Tu vois, cette personne qui te fait face, c'est toi, c'est celui que tu as toujours voulu être. » »

*Écrit à Lagny-sur-Marne,
le jeudi 26 novembre 2009*

Philippe DELAGNEAU



Claudine THOMAS

S'ÉGARER

Il y a tellement de façon de s'égarer que ce soit intérieurement ou extérieurement : « s'oublier », ce que l'être humain fait la plupart du temps, perdre le fil de son discours, de son raisonnement, perdre son chemin, oublier les règles les plus élémentaires, se fourvoyer dans ses propres conflits intérieurs, etc. La liste est longue.

Durant la préadolescence et l'adolescence, les parents doivent normalement donner à leurs enfants les repères nécessaires à leur bonne orientation dans la vie faute de quoi ils risquent fort de s'égarer dans leur propre vie.

En abordant ce sujet je n'ai qu'une pensée : celle de m'être toujours égarée, que ce soit en pensées, dans mes sentiments, dans mon corps, dans la vie même. Je tournais en

rond, ne sachant où aller vers qui me tourner, et je recommençais inlassablement comme si il n'y avait pas d'autre solution, je pensais qu'il n'y avait pas d'issue. Cela créait en moi la confusion, une sorte de découragement, une fatalité, j'en étais arrivée au point où je me disais : je n'ai pas droit au bonheur c'est comme ça.

Parfois j'étais dans une telle confusion, un tel mal être que j'étais accroupie ou assise immobile dans le noir, ou à faire les cent pas ne sachant quoi faire, n'ayant envie de rien, seulement de dormir ou de fuir pour ne plus vivre ça.

Quelle vie pouvais-je espérer ? Il n'y avait aucune construction en moi, rien de solide sur lequel je pouvais m'appuyer.

Il n'y avait personne en moi et autour de moi capable de me diriger, de me mettre sur le bon chemin, de me dire c'est ça et rien d'autre, la vie m'imposait tout à son gré. Il n'y avait pas, à ce moment là, le choc capable de m'éveiller, de marquer le stop, d'arrêter ne serait ce qu'un instant le processus enclenché en moi, de me permettre de me questionner, et d'observer ce qui se passait exactement. Où j'étais à ces moments-là ? Tout simplement endormie.

Comme il est aisé de s'égarer, il y a tant d'embûches sur le chemin, de pièges, capables de nous faire trébucher qu'il faut savoir où diriger ses efforts, car sans effort nous n'irons nulle part. Nous devons avoir une compréhension claire de l'objectif, du but à atteindre. Quand on a l'impression de s'égarer, on revient à ce qui est basique. Chez nous c'est le corps, il peut donc être un point d'ancrage, toutefois faut-il avoir un corps sur lequel nous pouvons compter, je dis cela, car cela n'a pas été le cas en ce qui me concerne, je parle au passé, car il y a un tel changement par rapport à ce que j'ai connu. J'avais cette sensation comme si nous étions séparés, chacun faisait ce qu'il voulait ou pouvait plus

exactement. Il n'y avait aucune relation entre nous, un corps disloqué, un corps en folie.

Le chemin de la conscience est le seul qui puisse nous permettre de ne plus nous égarer. Devenir éveillé intérieurement, être conscient de soi-même est, par essence, le chemin vers la libération de ce que l'on est et de toutes les afflictions qu'entraînent inmanquablement une manière d'être habituelle et machinale.

*Fait à Lagny-sur-Marne,
le 19 Novembre 2009*

Claudine THOMAS



Alejandro GIOSA

Psychologue

PERDERSE

Quien conoce el camino, es difícil que se pierda.

¿Pero cómo se hace para conocer? Se conocen las cosas por haberlas hecho, aunque sea alguna vez. Pero antes de haberlas hecho no se las conocía.

Se conocen las cosas por haber estudiado previamente cómo son. Pero antes de aprender, no se las sabía.

Se conocen las cosas por contar con una guía, mapa o descripción de un proceso. Pero sin nada de esto, ni antes de esto, no es posible estar bien orientado.

El riesgo de perderse siempre está, porque no nacimos con experiencias, conocimientos o mapas que nos den alguna certeza de dónde estamos y hacia donde podemos ir.

Durante la vida, a veces creemos que sabemos algo, pero muchas veces las cosas cambian, como todo cambia y nos volvemos a perder.

Y para tener experiencias, poder estudiar, o interpretar guías, necesitamos de percepción clara y entendimiento certero.



Bueno ya están las ideas principales para establecer los:

* * *

Requisitos para no perderse

Los requisitos para recorrer los caminos son variados y hay que cumplirlos todos, para resguardar un buen viaje.

Los motivos para perderse son muchos y hasta el caminante más idóneo puede desperdiciarse porque a veces pasa que el que se pierde es el camino...

Ese es otro problema, que escapa a nuestras previsiones. La más sofisticada preparación para transitar por los caminos desconocidos, y por aquellos ya transitados, se puede ver diezmada por un cambio repentino del mismo.

Lo mejor es siempre, además de prepararse para el viaje, llevar algún copiloto, que nos ayude a mantener el sendero. La dificultad es encontrar alguien que quiera ir al mismo lugar que nosotros queremos o al menos que coincida en parte del recorrido.

Tal vez necesitemos de varias diferentes compañías para completar nuestro viaje.

Y hay que ver si llegamos a destino.

O al menos lo bueno sería transitar una buena extensión, como para demostrar que pudimos avanzar algo.

Una forma de prepararnos para iniciar el viaje es estudiando la cartografía. Dotarnos de mapas del lugar del inicio, el recorrido y del destino de nuestro viaje.

Otra forma de recorrer un camino, sin problemas y sin perderse sería haberlo ya recorrido...

Aunque no es garantía de volver a tener éxito en la senda. El olvido puede jugarnos una mala pasada.

Siempre está la posibilidad de que alguien nos guíe paso a paso, ya sea en presencia o a distancia. Tampoco podemos garantizar los resultados. A veces algunas personas aparentan saber más de lo que saben. No nos conviene entregar nuestro destino a otros...

También podemos a través de largas noches de meditación desarrollar la intuición y eso nos ayudará a tomar decisiones cuando tengamos que elegir entre el camino de la derecha y el de la izquierda. Un poco de yoga, meditación trascendental y de las otras, y algunos rezos también ayudan. Además ayuda un buen entrenamiento aeróbico, un poco de trote, y algo de gimnasia.

Igualmente no hay garantía de tener éxito en recorrer el camino.

Las artes ocultas pueden usarse para saber de antemano si llegaremos al éxito, o no, y además saber si tendremos dificultades y de qué tipo.

Eso sí, tenemos que asegurarnos que no nos saquen la plata, y nos brinden un servicio serio y calificado, y si las predicciones tienen algún tipo de garantía. En caso contrario lo mejor es desistir del tema.

Siempre es bueno tener seguro contra pérdidas, es decir alguien que nos pague nuestras equivocaciones. Lamentablemente es a veces difícil de encontrar quién nos cubra, y si lo hacen, muchas veces al momento de reclamar no obtenemos los resultados esperados.

Es común que la gente no quiera hacerse responsable de nosotros, lamentablemente.

No hay entonces, todavía, garantía de no perdersen.

Hay también opciones un poco más drásticas y a primera vista burdas y descabelladas pero que sin embargo fueron usadas a lo largo de la historia para no perderse: dejar señales en el camino. Al menos esto nos permitirá retroceder por buen camino si llegamos a perdernos en algún momento. También nos da la oportunidad de volver al inicio. Aunque todo buen caminante sabe que jamás puede volver al inicio.

Perderse en última instancia y a la vista de esta última revelación, no sería tan grave. ¿Perderse de donde? ¿Perderse de qué?

Es difícil perderse cuando todo cambia, nada permanece y no hay ningún punto de inicio. ¿No estaremos perdiendo el tiempo en realidad por tanto miedo a perderse? ¿No sería más interesante aprender a perderse, y señalar mejor los "Requisitos para perderse"?

Lic. Alejandro GIOSA



**Seonaidh
LABRAIDH**

PERDERSE

Dicen, aunque nadie puede darlo por seguro, que el Universo marcha a velocidades inconmedibles, hacia una meta desconocida; que, en su interior, las galaxias evolucionan en recorridos espira lados y asimismo los sistemas con respecto a las galaxias y los planetas alrededor de su estrella matriz.

Dicen que hay agujeros negros que se tragan constelaciones, sumiéndolas en desconocidos y remotos parajes.

En pocas palabras: el Universo da miedo.

Un día cualquiera, un amigo me escribió: “esto podría acabarse en cualquier momento y, con ello, las formas de vida que comparten con nosotros, no puedo entender que nuestra vida valga tan poco”.

No necesitamos mirar las manchas solares, ni las evoluciones de la Tierra hacia el año 2012; nuestra propia vida es una acumulación de pérdidas, si se me permite la contradicción. Podemos perder a los seres amados, ya sea porque nos dejen de amar o su vida se termine, podemos perder nuestros bienes materiales y, lo que es peor: nuestra propia vida.

Resumiendo: si hay algo que podemos dar por seguro es que, tarde o temprano, vamos a perderlo todo.

En los últimos años la proliferación de películas y profecías apocalípticas se suceden con una frecuencia poco usual, pareciera que nos regocijamos en el terror de nuestra propia destrucción.

¿Pero, son, en verdad, así las cosas?

¿O es así como queremos verlas?
¿Quien se beneficia con este punto de vista de la realidad?

Bueno, el problema esta en que los que piensan positivamente, suenan demasiado estúpidos.

Para demerito de los apocalípticos, hoy en día sabemos muchas cosas que, desgraciadamente, el publico en general desconoce. Y no es que hallamos descubierto el paraíso o la tierra prometida, sino que la vida se nos presenta ahora en una gama mas amplia de lo que estamos acostumbrados a ver.

Y el caso es que nadie puede decir que son patrañas místicas, sin correr el riesgo de parecer desinformados o incapaces de comprender los descubrimientos científicos de los últimos cincuenta años.

Lo cierto es que, en demerito de lo que aseguraban los científicos materialistas, nadie ha podido probar que el mundo concreto que vemos, olemos, tocamos, gustamos y oímos; y sobre el cual pensamos y sentimos emociones, *SEA REAL*.

Lo único real es el flujo de energía que proviene, al parecer, de una fuente única, que atraviesa la infinitud y que, al cruzarse con otros flujos de energía del mismo origen, parecen conformar combinaciones y producir reacciones que podríamos llamar “químicas”, que se nos asemejan a cosas concretas y reales; considerando que nosotros mismos somos también combinaciones de flujos de energía, al igual que toda cosa animada o inanimada del universo.

¿Se siente ahora realmente perdido? Espero que así sea.

Todo en esta infinitud, repito, esta conformado del mismo material energético, material que los antiguos llamaban “materia primordial” o, si queremos ser mas esotéricos: mula prákrito.

Las “cosas” que aparentan ser concretas, son “paquetes energéticos” que, en forma invisible, están intercambiando material en forma constante con otros paquetes y el medio ambiente.

Nosotros, individuos humanos de

cualquier raza o sexo, somos, también, paquetes de energía del mismo tenor.

Todo interactúa a velocidades cósmicas.

Y hasta aquí, nuestra ciencia se ha puesto casi de acuerdo con el pensamiento mal llamado místico de griegos, egipcios, hindúes, budistas, taoístas y hasta cristianos.

¿Que es lo que determina y retiene la composición de un paquete de energía?

Es algo que no vemos, algo que no podemos llamar “existente”.

¿Y cuanta es la variedad de paquetes que el universo es capaz de contener?

Infinitas: nuestro universo visible no es mas que una de las innumerables posibilidades de manifestación cósmica. Existen otros “universos”, paralelos, entrelazados, mezclados, coexistentes.

La Ley de Arquímedes no se aplica aquí el mismo espacio puede albergar distintos niveles de existencia.

Y en todo esta situación hay algo que debemos tener en cuenta: todo esta cambiando constantemente y todo, absolutamente todo, esta compartiendo, constantemente.

El motivo aparente es la expansión de la vida, en el espacio, en el tiempo y en la variedad de manifestaciones.

Todo esto no es nada mas ni nada menos que una gran experiencia cósmica manifiesta en infinitos paquetes energéticos en constante evolución e intercambio.

Siendo así, hasta la propia muerte es solamente un cambio de paquete energético de...

Pues. Hay algo de lo que no hemos hablado. De donde y de que surge el impulso energético, que cosa hace que estos paquetes se mantengan coherentes.

No es el pensamiento, pues este es una resultante de los procesos

energéticos y químicos; hoy sabemos que hasta la más pequeña célula piensa.

No es la emoción, siendo tan fluctuante, como podría servir para mantener unido algo tan, aparentemente, inestable como los millones de átomos que habitan este cosmos.

Es algo intangible a lo que hemos llamado, desde siempre, *Ser*.

Este Ser es el navegante eterno y universal que absorbe la experiencia acumulada y la vierte en nuevas expresiones de vida.

Los individuos formamos parte de este ser y compartimos el viaje y poseemos la misma capacidad creativa.

¿Entonces por que parecemos tan miserables y tristes?

Porque nuestra cultura, nuestra educación y nuestra religión, en los últimos miles de años, se han ocupado de “demostrarnos” que somos criaturas indignas a los ojos de un Dios vigilante, celoso y castigador, que nos condena a la cadena perpetua de la vergüenza.

El fin del mundo se aproxima, “del mundo tal cual hoy lo conocemos”; pero esto no es una profecía apocalíptica. Todo terminara porque iremos, uno a uno, despertando de este sueño cruel para ver el mundo tal cual es.

¿Recuerdan la película The Matrix? En algún momento veremos los códigos y no ya la forma. Mucha gente ya lo hace y lo mantiene en silencio.

Ver primero. Controlar después ¿Estaremos a la par de Dios? ¿No es esa idea de una arrogancia descomunal?

Déjeme decir que la arrogancia consiste en querer interpretar los deseos de Dios, aun en contra de lo que manifiestamente nos esta mostrando en la vida cotidiana, aun en contra de considerarnos “dis-

tintos” a quienes no creen en El, a quienes visten otro color de piel o escuchan otro tipo de música.

Los átomos de todo individuo de cualquier raza, religión, sexo incluso los de perros, gatos y helechos, interactúan y se intercambian constantemente lo único inamovible. Es el Ser...

Seonaidh LABRAIDH



Carla MANRIQUE

Psychologue

PERDER EL MIEDO

El miedo es lo más horrible que le puede pasar al hombre, pero perderlo es el paso más sensato que puede tomar.

La paz es lo más valioso que tiene el alma. Es algo que nunca se puede quebrar, nunca se puede destruir ni perder porque es algo eterno. Así como algo muy valioso puede permanecer guardado en un baúl y ser olvidado, aunque tenga mucho valor, de la misma manera

si no utilizamos esta paz, ella va siendo pérdida lentamente y atemorizando nuestro espíritu. A través de la meditación el alma entra en contacto profundo con su verdadera esencia que es la paz. Y de esta forma, aunque vengan muchas tormentas y problemas, el alma utiliza esta herramienta para que la paz nunca se quede en el baúl del tiempo perdido.

Humildemente expresaré que la persona que logre trasladar la Paz de la Mente a su Alma lograra perder todo miedo, sufrimiento o preocupaciones y verán lo feliz que se vive día a día.

Con todo mi respeto les digo, estas personas que se conectan con el Alma y llegan a una Paz interior, siempre lo hacen a través de la meditación ¡DESPIERTE!, no pierda más tiempo de su vida, utilice su energía en busca de la paz interior y del mundo. Meditando logran hermoso cambios en su vida.

Definitivamente debemos recurrir al Poder de la Mente. Pues para no perder la Paz de la Mente, ¡DESPIERTE! y obtenga más calidad de vida. Es como si usted algún día fracasó, perdió algo muy querido o le paso algo malo, ante esas situaciones aprendió a levantarse, a seguir adelante, porque el pasado, el presente y el futuro no se hablan, usted con su mente si. Entonces si logra comunicarse con su mente todos los días, logrará transformar su vida para bien y perderá todo aquello que usted no quiera, porque usted tiene el poder.

Sea consciente, piense un minuto, ¿a usted no le gustaría que el mundo, todos nosotros vivamos en paz?, bueno entonces conéctese con su alma, medite y difunda sus experiencias a sus conocidos, ellos también tienen que perder el miedo a vivir, tienen que despertar como usted lo hizo.

Carla MANRIQUE

AVIS AUX LECTEURS

L'équipe de SOS Psychologue est prête à recevoir toutes vos réactions à ce numéro ainsi que vos suggestions ou même des articles pour le thème du prochain numéro :

« L'habit ne fait pas le moine »

Vos remarques sont précieuses pour être plus à l'écoute de vos interrogations et tenter de mieux y répondre. Elles pourront être publiées ultérieurement, avec votre accord*.

Ce numéro, fidèle à l'esprit de l'association, a pour objectif de vous accompagner dans vos réflexions sous forme d'une information pratique et plus applicable que des discours théoriques. Nous espérons que vous trouverez dans la diversité des articles et des auteurs le style et le contenu auxquels vous serez le plus sensibles.

L'équipe de SOS Psychologue

*: vous pouvez transmettre vos remarques et suggestions par écrit, par e-mail ou par téléphone (coordonnées ci-dessous)

STRUCTURE DE L'ASSOCIATION

Siège social :
84, rue Michel-Ange
75016 Paris
Tél. : 01.47.43.01.12
email : sospsy@sos-psychologue.com

Présidente :

Graciela PIOTON-CIMETTI
Docteur en psychologie clinique
Psychanalyste, sociologue et sophrologue
Site personnel : www.pioton-cimetti.com

Vice-président :

† Georges de MALEVILLE
Avocat à la cour

Secrétaire général et Trésorier

Hervé BERNARD
Ancien élève de l'École polytechnique
Psychologue en formation

Webmaster (site Internet) :

Jacques PIOTON
Diplomate

Relations publiques :

Marie-Christine NOIR
Cadre

Comité de rédaction :

Élisabeth COURBARIEN
Ingénieur

Recherches et investigations :

Gaël BOUKET
Musicothérapeute
Aurélien RECHER
Étudiant en psychologie à Paris V

BUT DE L'ASSOCIATION

Créée en août 1989, S.O.S. PSYCHOLOGUE est une association régie par la loi de 1901. C'est une association bénévole animée par une équipe de spécialistes qui vise à apporter aux personnes une réponse ponctuelle à leurs difficultés d'angoisse, d'anxiété, de relation ou de comportement.

Les intéressé(e)s peuvent alors contacter l'Association lors des permanences téléphoniques pour un rendez-vous pour une consultation gratuite d'orientation.

– répondeur tous les jours –

☎ 01.47.43.01.12 + 01.46.83.09.73

**Demande de rendez-vous
en téléphonant à :**

01 47 43 01 12

06 86 93 91 83

01 46 83 09 73



Vous pouvez consulter notre site
et la lettre mensuelle sur Internet :

<http://www.sos-psychologue.com>

ACTIVITÉS DE L'ASSOCIATION

L'Association organise des soirées à thème pour mieux faire connaître la psychologie et l'aide qu'elle peut apporter dans la connaissance et la compréhension de soi-même. Parmi les thèmes envisagés : l'analyse des rêves, la sophrologie, le psychodrame.

D'autre part, un travail analytique sur des problèmes quotidiens ou bien des questions générales peuvent être proposés et chacun apporte son témoignage. Il est également possible de définir un thème de travail en fonction de la demande de nos adhérents.

AGENDA

Prochaine réunion de groupe chez le
Dr Pioton-Cimetti au siège social

Mercredi 16 décembre 2009

à 20h30

Réservation obligatoire 3 jours à l'avance
par téléphone : 06.86.93.91.83 ou
01.46.83.09.73

- en indiquant le nombre et les noms des participants
- se renseigner sur le code d'accès

*Direction de la Publication -
Rédactrice en chef :*

E. Graciela Pioton-Cimetti