



Philothérapie : Comprendre et Agir

Le paradoxe de la transparence ...



Jusqu'où me laisser voir ?

***Dans ma conférence "Philosophie des autismes",
j'ai posé l'hypothèse
que les personnes avec autisme pourraient peut-être nous aider
à oser nous montrer sans nos nombreux masques,
sans nos stratégies de camouflage et de protection,***

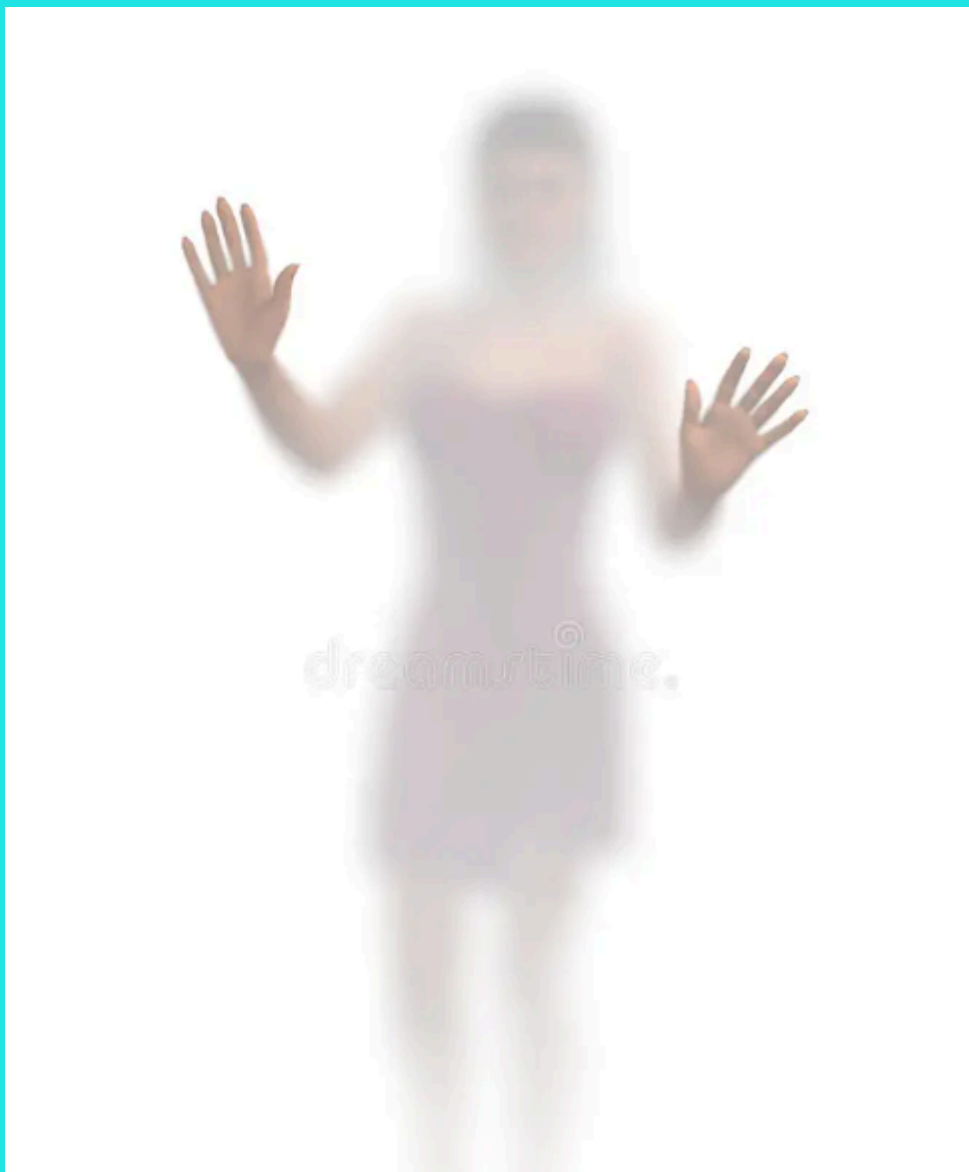
bref : transparents.

Et puis je me suis demandé...
si je pourrais moi-même accepter
de me laisser voir entièrement,
transparent,
offert au regard d'autrui
sans aucune protection...

**Comment préserver mon espace intime
sans me cacher derrière des masques ?**

*L'authenticité avec laquelle j'offre à l'autre
ce que je vis au plus profond de mes tripes
ne menace-t-elle pas mon intégrité,
la préservation de cet espace interne
que nul ne peut pénétrer ?*

Je suis un peu perdu là...



Peut-être dois-je commencer par distinguer transparence
et translucidité.

La transparence est la capacité de laisser passer ce qui
apparaît sans le déformer.

Être transparent, ce n'est pas se laisser pénétrer
entièrement par l'autre,
c'est choisir de lui offrir en sincérité
certaines parties de soi,
l'expression de ce que l'on vit.

C'est un cadeau, un don de soi.

Alors que la trans-lucidité, c'est la capacité à percevoir,
derrière le voile ou le masque que revêt la personne,
ce qui apparaît plus ou moins confusément.

**C'est amener de la lumière (lux)
sur ce qui se tapit dans l'ombre.**

Parfois c'est extrêmement utile...
Et parfois c'est juste **de l'intrusion.**

**Et si je ne veux pas, moi,
que l'on perce à jour
mes ombres et mes secrets ???**

**Et bien c'est là qu'il y a problème :
quand je cherche à te percer à jour...
alors que tu n'es pas prêt,
ou que tu ne veux pas,
tout simplement.**

ou quand je te demande d'être transparent...
à l'endroit où tu aurais préféré rester...
seul chez toi.

On appelle cela : une intrusion.

Et alors ???

*Alors la transparence n'est pas un dû.
Elle ne se demande pas, encore moins ne s'exige.*

*Elle s'offre, comme un cadeau.
Quand je suis prêt.e
Quand je le veux.*

***Car parfois,
je dis bien parfois,
le masque vaut mieux que la nudité.***

***Et cela, c'est aussi à nous de le préserver
chez ceux qui n'ont pas reçu la capacité
de garder plutôt que d'offrir,
de préserver plutôt que d'exprimer
leur plus riche intimité.***



On essaie ?

***On s'exerce à exprimer plutôt qu'à réprimer
Sans pour autant se disperser ?***

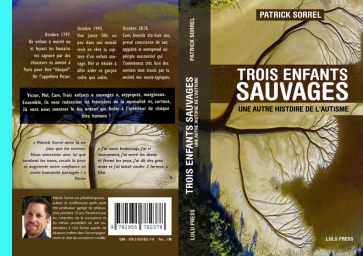
On peut commencer par un peu de lecture...

Parce qu'il est enfin sorti !

Le roman "Trois enfants sauvages"

**Vous voulez participer à l'aventure
et aider à sa diffusion ?
Vous pouvez commander un exemplaire
dédiacé ici !**

[Commande](#)



***Dernières places* pour notre
stage "AGIR SUR SON HISTOIRE".
Travailler sur soi ... en toute sécurité !**

Du Vendredi 5 (à 17h) au Dimanche 7 Avril 2024 :
L'alliance de la respiration primale, des
constellations familiales et systémiques ET
des rituels de passage !

[Il reste 2 places !](#)

***Les autres propositions 2024 pour s'ouvrir et
exprimer ce qui doit l'être...***

**En grotte, en forêt, au coin du feu...
Des expériences pour accueillir et voir
évoluer son rapport à soi, à l'autre !**

[Plus d'infos](#)



***Nouvelle proposition respi !
En plus de la respiration dynamique
accompagnée le lundi à 12h30...***

Rejoignez le groupe SIGNAL
et profitez du groupe pour vous retrouver et pratiquer la
respi ensemble dans la semaine !!
GRATUIT si engagement à venir régulièrement.

[J'essaie !](#)

Pour se détendre ET faire bouger son système...

**Nous faisons venir la Tribu Dansante sur
Grenoble le JEUDI 15 Février de 14 à 17h !
3h de traversée-danse avec la guidance et
les musiques inspirées de François !**





Et pour revenir à la théorie :
**La formation en philothérapie est
disponible en plusieurs formats !**

**De 12 à 18 mois pour apprendre une manière
d'accompagner l'autre, un suivi individuel**

**Il reste une place pour la formation complète,
3 places pour le pack "juste la théorie !"**

[Découvrir les offres](#)

Un peu de lucidité sur son propre système ?



*Le replay de la conférence
"Philosophie des Autismes"*

2ème édition : 1er Février 2024

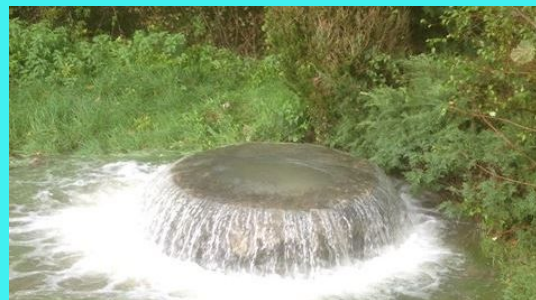
Comment arrêter de vouloir à tout prix
intégrer les personnes avec autisme dans
le cadre sociétal actuel...

[Visionner](#)

**Retrouvez la précédente version
de "Philosophie des autismes"...**

1ère édition : Juin 2023

*2h et qq de réflexions philo sur le
diagnostic autistique, la spécificité de la
structure existentielle à l'intérieur du
spectre de l'autisme, etc...*



[Visionner](#)

**Et toujours en rapport avec l'autisme...
Le roman... "3 enfants sauvages"**

*C'est l'histoire de trois enfants dits "autistes", qui n'ont
pas été compris dans leur différence.
Et qui pourtant avaient tant à nous apprendre...*



Vous participez à l'histoire? Vous avez un mois pour demander **votre exemplaire dédié...**

C'est ici !

...et pour joindre la pratique à théorie...



Séance en Visio

1h30 de dialogue et de soin, centrée sur une demande, une tension, une difficulté présente.
Résa et séance en ligne.

+ d'infos



Séance en EMC ou **stage DECLIC**

Un soin profond et intense,
**en présentiel et sur une
plage allant de 3 à 24h.**

+ d'infos



Respiration philosophique

La séance évolue pour intégrer une phase dialogique et une phase intégrative !

+ d'infos



**Et pour étoffer les propositions
d'accompagnement, je vous propose de
découvrir le travail de Sophie Aucourt,
ma compagne de vie et de stages !**

*Formatrice en constellations familiales et systémiques,
praticienne en soins chamaniques, spécialisée dans
l'accompagnement des femmes blessées ou abusées...*

Le site de Sophie Aucourt

**D'autres articles, vidéos, liens
sur...**

www.patricksorrel.com

Contact : Pat_sorrel@yahoo.fr
06 10 99 89 34



Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}
Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur Philothérapie.

[Se désinscrire](#)



© 2019 Patrick Sorrel