



Programme des Ateliers Ennéagramme de Paris 11

Maison des 7 - Impasse Saint Ambroise – Paris 75011 (à confirmer).

- *Avertissement : les 9 ateliers proposés ci-dessous, constituent une approche résumée et condensée d'enseignements inspirés des stages des premiers niveaux de l'école Arica ;*
- *L'ensemble de cet enseignement sera évoqué lors de ces ateliers, et nous encourageons nos participants intéressés à nous demander toutes informations complémentaires qu'ils souhaiteraient obtenir à ce sujet.*

PREMIÈRE PARTIE : ATELIERS 1, 2 ET 3

« Explorer le passé »

Dates/Horaires : *Toujours le samedi, toujours de 13 h à 20 h.*

Atelier 1 : samedi 19 Novembre 2011 ou samedi 7 Janvier 2012

Atelier 2 : samedi 4 Février 2012

Atelier 3 : samedi 18 Février 2012

EXPLORER LE PASSÉ À TRAVERS NOS MÉCANISMES ET NOS EXPÉRIENCES DE VIE.

Atelier 1

Principes généraux

- **Prémises de l'ennéagramme ;**
- **Ennéagrammes des Fixations et des Systèmes Hypergnostiques ;**
- Comment se créent et se développent les trois fixations de l'égo (la « trifix ») et découverte en commun, pour chaque participant de ses trois fixations ;
- Des blessures originelles aux 9 Systèmes Hypergnostiques ;
Les neuf Systèmes Hypergnostiques constituent la base anatomique de toute la théorie d'Arica. Ils sont composés des trois instincts (conservation, relation, adaptation), des quatre fonctions (espace, temps, expression, coordination), et des deux pôles (sexuel et spirituel).
- Exercices en groupe et sous groupe, étude des ennéagrammes constituant la base de l'enseignement (selon la théorie d'Arica).

Cet atelier propose d'aller à la « source » indiscutable de l'ennéagramme, et d'approcher les méthodes permettant de situer infailliblement notre fixation égotique principale et nos deux fixations secondaires.





Atelier 2

Les Domaines de Conscience

- **Ennéagramme des 9 Domaines de Conscience et Niveaux de Conscience ;**

- Les neuf Domaines de Conscience, ont chacun une « dichotomie » et un « habitant » ou envahisseur du mental. Les « Domaines » sont approchés au moyen d'exercices de théâtre pratiqué en groupe;

- Chaque Fixation est enracinée dans l'un des neuf domaines et se manifeste de manière dualiste dans notre psyché et dans ses interventions extérieures.

- Avec Les Domaines de Conscience on comprend que Les neuf Systèmes Hypergnostiques sont projetés dans notre psyché et dans la société sous la forme de neuf Domaines de Conscience, ou arènes psychosociales de nos processus existentiels. Par exemple, le Pôle de l'Unité est projeté dans notre psyché sous la forme du Domaine Spirituel dont nous faisons l'expérience dans notre société dans les lieux et dans les mouvements qui génèrent chez les gens un sens d'appartenance et d'unité, ce qui inclut des environnements comme ceux des églises, des temples, des mosquées, des stades, et des concert de rock.

- Exercices en groupe et sous groupe.

Cet atelier permet de comprendre la dimension holistique incluse dans le modèle de l'ennéagramme.

Atelier 3

Les Portes de Compensation

- **Ennéagramme des Portes de Compensation ;**

- Ces « portes » sont les soupapes de sécurité qu'utilise la psyché pour se décharger des tensions internes et des contradictions accumulées selon notre degré d'attachement à notre représentation de la réalité, à travers neuf exutoires caractéristiques.

- **Exemple :** la « porte de compensation » de la fixation de l'ego située en position 3 (et appelée par Arica le « go », le fonceur, super efficace) est le surmenage.

- À chaque porte de compensation correspondent trois niveaux de stress ;

- Comment les repérer, les connaître les maîtriser ;
- Etudes des 9 portes et des trois niveaux de stress ;

- Exercices pratiques en groupe et sous groupe.

Ce travail, très puissant proposé sur une grande demi journée est habituellement développé dans des stages de deux jours.





DEUXIÈME PARTIE : ATELIERS 4, 5 ET 6

« Organiser le présent »

Dates/Horaires : Toujours le samedi, toujours de 13 h à 20 h

Atelier 4 : samedi 3 Mars 2012

Atelier 5 : samedi 17 Mars 2012

Atelier 6 : samedi 7 Avril 2012

DÉCOUVRIR ET DÉVELOPPER DE NOUVELLES RESSOURCES PHYSIQUES ET MENTALES.

Atelier 4

« Vous n'avez que votre corps »

- **Apprentissage de la Psychocalisthénie ;**

- La Psychocalisthénie est l'un des puissants outils de base enseignée par l'école Arica. C'est une suite de mouvements qui dure 20 minutes environ, et qui emprunte à la fois à gymnastique suédoise, à la danse, au yoga, et au Tai Chi, mais dont tous les mouvements sont construits sur des rythmes respiratoires très précis, accompagnés de visualisations.

- **Ennéagramme des Vertus** et apprentissage d'une méditation développant l'énergie des vertus.

Le travail sur le corps et les énergies, proposé dans cet atelier, vous permettra de vous approprier plusieurs techniques, dont les effets sont rapides et puissants.

Atelier 5

Les « Mentations-Déviations »

- **Dodécagramme des Mentations ;**

- Les Mentations divisent le corps en douze parties, chacune d'elles « fournissant des informations sur la réalité et produisant une séquence harmonique fondamentale quant à la façon dont notre mental structure la pensée ».

- Les Déviations sont des distorsions des Mentations.

- Les déviations des mentations, sont présentes en chacun de nous, et leurs conséquences se traduisent par l'obtention d'informations erronées.

- Pratique de l'analyse mentationnelle et explorations des « déviations » ;





- L'analyse mentationnelle transforme notre pensée linéaire en un processus multidimensionnel capable d'analyser complètement n'importe quelle situation ;
- L'étude des mentations sensibilise les différentes parties de notre corps et nous entraîne à faire des analyses minutieuses ;
- Les déviations peuvent être repérées, identifiées et clarifiées.
- Exemple : si la déviation ou distorsion constatée montre que vous avez la « SUBSTANCE en BESOIN », lorsque vous devriez entendre la question : « Qu'est-ce que c'est ? » (question « substance ») vous répondez : « Je n'en ai pas besoin ». (La « mentation-substance » correspond aux oreilles et répond à la question : « Qu'est-ce que c'est ? » - la « mentation-besoin » correspond à la bouche et répond à question : « Est-ce que cela m'est utile ? Est-ce que j'en ai besoin ? ») ;
- Dans la plupart des stages qui s'inspire de la théorie originelle de l'ennéagramme, on attribue à tort aux fixations, ce qui est en fait une manifestation de telle ou telle déviation des mentations.

- Exercices en groupe et sous groupe.

Le modèle des « mentations » s'appuie sur le dodécagramme, qui est une « suite » à base 12.

Le pentagramme, à base 5, est également, comme nous le verrons, utilisé dans l'enseignement holistique proposé au cours des ces différents ateliers.

Atelier 6

« La logique Intégrale »

- **Étude de la Logique Intégrale formalisée par Arica,**

- La logique Intégrale permet de « voyager » dans l'ennéagramme et donne une explication des fameuses flèches d'évolution et d'involution sur lesquels beaucoup de théoriciens ont apporté des explications incomplètes ou souvent fantaisistes.

- La Logique Intégrale inclue les concepts issus des grandes traditions mais est également un modèle adapté au présent et au futur, en totale résonance avec la cybernétique et la physique quantique.

- La Logique Intégrale (qui a quelques rapports avec l'analyse systémique et la sémantique générale) nous apprend à raisonner en dépassant le paradigme de « l'enfant » qui raisonne en « logique formelle » (blanc ou noir, discrimination, exclusion, **négation du temps**), et le paradigme de l'adolescent qui raisonne en « logique dialectique » (lutte des opposés, progrès sans limite, **négation de l'espace**). La Logique Intégrale (Logique de « l'adulte éveillé ») inclue et dépasse les deux logiques précédentes.

- Lors de cet atelier, les participants étudieront, à travers des exercices pratiques, « les 6 pièges de la logique formelle » et « les 7 pièges de la logique dialectique ».

Apprendre à reconnaître ces pièges, et à les éviter permet de raisonner en « Logique Intégrale ».





TROISIÈME PARTIE : ATELIERS 7, 8 ET 9

« Se projeter dans le futur »

Dates/Horaires : Toujours le samedi, toujours de 13 h à 20 h

Atelier 7 : samedi 21 Avril 2012

Atelier 8 : samedi 5 Mai 2012 (lieu différent à confirmer)

Atelier 9 : samedi 26 Mai 2012 (lieu à confirmer)

SE PROJETER DANS LE FUTUR MIEUX DÉFINIR SA « MISSION » ET TRANSMETTRE.

Atelier 7

« Les principes de la conscience »

- **Ennéagramme des principes de la conscience ;**

- La conscience ne dépend pas du temps : elle est là ou pas, présente ou absente (8). Elle ne dépend pas d'une position de domination ou de subordination (7). Elle est au-delà des pensées et des contradictions (6). Elle n'est pas attachée à un résultat. Elle est ou peut être en interaction (5) avec ce qui existe, toute chose étant égale (4), comme les deux plateaux d'une balance en équilibre (3). La conscience est l'étincelle du divin, libre en chacun de nous, (2) que l'on ne peut contraindre (1) mais vers laquelle nous pouvons nous tourner, car lorsque tout est clarifié, tout est conscience (9).

- Exercices en groupe et sous groupe ;
- Une conférence d'Ichazo (film) sur le thème de l'ego et de « l'illumination soudaine » (présentant plusieurs ennéagrammes inédits) sera projetée en conclusion.

Lors de cet atelier, nous travaillerons sur le concept d'éveil et sur sa signification actuelle dans nos sociétés.

Atelier 8

« Trouver sa Voie, travailler en équipe »

- Trois ennéagrammes très importants seront abordés pendant cet atelier :
- **Ennéagramme des Idées Saintes** (ou comment transformer nos « compulsions de base » en portes de transcendance) ;
- **Ennéagramme des Voies de réalisation ;**
- **Ennéagramme de l'Éthos ;**

- Cet atelier, sera riche des expériences des participants, et donnera une place importante aux jeux de rôle et de théâtre ;

- Exercices en groupe et sous groupe ;

Cet atelier est recommandé aux personnes ayant suivi les précédents et constitue une préparation au dernier atelier.





Atelier 9

« Transmettre, multiplier les approches »

- Lors de cet atelier seront abordés et présentés les différents niveaux de l'enseignement formalisé par Arica, à partir de textes, de témoignages ou de films.
- Quelques approches peu connues, inspirées de cet enseignement, seront présentées, notamment la discipline « **Tarot et Ennéagramme** » étudiée un temps par l'école Arica, (avec un Tarot spécifique) puis reprise et développée par Olivier Clouzot (avec le Tarot de Waite).
- Pendant cet atelier seront également évoquées quelques unes des tentatives parfois judicieuses de rapprochement entre l'ennéagramme et différentes techniques de développement personnel.

- Exercices en groupe et sous groupe ;

Des modules de formation de formateur seront proposés lors de cet atelier, à destination des participants qui souhaiteraient, dans l'avenir, s'intégrer régulièrement ou ponctuellement à notre dynamique.



- Lors de chacune de ces demi journées, seront proposés, quelques exercices faciles de « **psychocalisthénie** » et aussi quelques méditations spécifiques, afin de faire circuler les énergies et de procurer détente et assouplissement .
- Au delà des plages d'information indispensables, une large place sera laissée aux exercices en groupe et en sous groupe.
- Ces ateliers vous permettront d'apprendre et d'intégrer des exercices et des méditations, que vous pourrez pratiquer par la suite et dont vous constaterez les effets bénéfiques et rapides.
- En fonction des intérêts et des niveaux de participation, nous proposerons à l'issue de ces ateliers des stages de perfectionnement spécifiques sur des durées plus longues.

Pour tous renseignements complémentaires, contactez-nous,

AVEC ENSEMBLE - Jean-François BEDEL

01 43 48 79 24 - 06 73 10 31 87

avecensemble@noos.fr

