

**Rencontre Dialogue Connaissance de soi**  
**organisée par l'Association Culturelle Krishnamurti**  
**à Beaumont-la-Ferrière**  
**samedi 28 octobre (14h) au mercredi 1er novembre 2017 (15h)**

Les rencontres Dialogue Connaissance de soi proposent de réunir des personnes passionnées par la connaissance de soi et souhaitant apprendre ensemble.

Qu'est que la connaissance de soi ?

*« La connaissance de soi ne s'acquiert pas dans les livres et ne résulte pas d'une pratique et d'une discipline longues et pénibles. Elle est la conscience de toute pensée et de tout sentiment, au moment où ils se manifestent dans une relation. » [1]*

Dans les rencontres « dialogue connaissance de soi », la proposition est d'être ensemble dans cette attitude d'observation de toute pensée et de tout sentiment, d'apprendre ensemble. Il s'agit, pour chacun au cours du dialogue, de porter attention à son propre processus psychologique : ses pensées, ses croyances, ses idéaux, ses expériences, ses désirs, ses peurs, bref ses réactions, la répétition du disque habituel.

*« Il faut regarder vraiment ce qui se passe en nous et bien sûr ce qui se passe autour de nous, observer. Ne pas observer en s'isolant, ou observer intellectuellement : observer c'est l'attention, c'est mettre tout notre esprit, notre cœur, nos nerfs, tout ce que l'on a, à observer. » [2]*

*« Vous vous découvrez directement tel que vous êtes dans la relation. La relation est le miroir dans lequel vous pouvez vous voir tel que vous êtes. » [1]*

Concrètement, un participant exprime quelque chose ; est-ce que j'entends ce qui est dit ? Est-ce qu'une réaction ou une pensée vient dans mon esprit ? Qu'est-ce qui réagit en moi ? ...

Mais il ne s'agit pas d'observer en analysant. *« Vous ne pouvez vous voir tel que vous êtes dans ce miroir si votre approche s'accompagne de conclusions, d'explications, de condamnations ou de justifications. » [1].*

Ainsi, je découvre petit à petit les réactions qui sont les miennes, je me découvre, en observant simplement mes réactions en situation de relation.

Observer son propre processus psychologique est une attitude inhabituelle, puisqu'en société, nous sommes conditionnés à défendre nos idées, à nous rallier à certains et nous opposer à d'autres, à donner une bonne image de soi... Ces comportements peuvent nous rassurer et nous apporter du plaisir mais occupent notre esprit et nous empêchent de prendre conscience de ce qui se passe vraiment en nous. Pour permettre cette attitude socialement inhabituelle d'observation, il faut du silence, il s'agit d'avancer lentement dans les échanges pour avoir le temps et l'espace d'observer.

*« Apprendre est la capacité de penser clairement, sainement et sans illusion ; c'est se fonder sur des faits et non sur des croyances et des idéologies. On n'apprend rien lorsque la pensée se fonde sur des conclusions. » « Apprendre n'est possible qu'en l'absence de toute contrainte pouvant s'exercer à travers l'attachement ou la menace, les encouragements persuasifs, les formes subtiles de récompense. » [3].*

Autant que faire se peut, la facilitation est menée collectivement ; il n'y a pas d'autorité ni de certaines personnes ni du groupe puisqu'il incombe à chacun de voir par lui-même.

Dans ces rencontres Dialogue Connaissance de soi, il n'y a pas de thème prédéfini ; c'est ce qui est observé ensemble lors du dialogue qui guide le questionnement, dans un état d'attention, d'écoute et d'observation, tant à l'extérieur, de ce qui est dit par l'autre, qu'à l'intérieur, de ce qui réagit en soi.

[1] : Krishnamurti, *La relation de l'homme au monde*, chapitre 7 (Colombo, 28 décembre 1949).

[2] : Krishnamurti, *La beauté de l'amour*, chapitre 3, p. 53 (24 avril 1967).

[3] : Krishnamurti, *Le livre de la médiation et de la vie*, p. 29 (11 janv) (et *Face à la vie*, p. 10).

### **Modalités pratiques et participation**

Des moments de dialogue d'une heure et demi à deux heures sont prévus chaque demi-journée ainsi que des moments libres (il est possible de consulter seul ou à plusieurs des documents écrits ou vidéo de la bibliothèque Krishnamurti, de se balader dans la nature, ...), mais les dialogues peuvent aussi avoir lieu informellement lors des actions menées en commun.

Pour faciliter l'absence d'autorité, on comprendra bien que chacun est co-responsable de participer aux activités pratiques pendant la rencontre (ex. repas du soir préparés collectivement, ménage avant de partir etc.)

Pour les repas du midi, chacun est libre de préparer son pique-nique ou repas rapide à partir des ingrédients mis à disposition sur place à cet effet, ou d'ingrédients et préparations supplémentaires pouvant aussi être apportés par les participants (cuisine à disposition ; la cuisine est végétarienne).

Pour permettre au plus grand nombre de participer régulièrement, la contribution aux frais est réduite à 50 € pour la rencontre (pour les membres ACK, 80 € sinon) en apportant draps ou sac de couchage (draps disponibles sur place en supplément).

### **Pour se rendre à Beaumont-la-Ferrière**

En voiture de Paris : A6 puis A77 puis D38 jusqu'à Narcy et D38 jusqu'à Beaumont la Ferrière.

Pour les personnes en voiture proposant un co-voiturage ou souhaitant y participer, nous contacter.

En train de Paris jusqu'à la gare de La Charité-Sur-Loire.

Sur demande, on vient vous chercher à cette gare moyennant une participation aux frais d'essence.

### **Renseignements, inscriptions et réservations**

(Inscription obligatoire pour les courses d'alimentation)

Sabine et Sylvain 06.71.90.34.57 après 16h.