



Un moyen d'apprentissage afin d'expérimenter

« L'état d'être en paix »

La méthode développée par Michèle-Rose Wainhouse : « Ce modèle psycho-symbolique a pour fonction d'aider les élèves de ce Cours - comme tous ceux qui sont engagés dans une démarche de connaissance de Soi – à observer et à décoder leurs propres croyances et motivations qui sont généralement dissimulées sous des concepts de normalité, d'habitudes de penser, d'opinions, de clichés et de jugements de valeur qui ne sont pas reconnus pour ce qu'ils sont, c'est-à-dire des obstacles à l'éveil ». *Extrait du site « Rien Que Des Songes »*



Mireille Balmat est éducatrice spécialisée, animatrice et formatrice. Depuis 1993, élève de Michèle-Rose Wainhouse, qui lui a enseigné les principes méthodologiques psycho-symboliques qu'elle a développés sous l'appellation de *Pédagogie de l'Éveil®* et l'a autorisé à les transmettre.



**Groupe d'étude du cours**

**« A course in Miracles »\* à Vevey**

**Groupe d'étude : un mardi sur deux 19h-21h**

**Journée à thème : un samedi par mois 9h-17h**

**Salle de la Mission Italienne à Vevey**

**Facilitatrice : Mireille Balmat**

**0041 (0)78 721 54 29**

**« Il n'est rien arrivé du tout, sauf que tu t'es endormi et tu as rêvé un rêve dans lequel tu n'étais qu'un personnage dans le rêve d'un autre et un étranger à toi-même. Le miracle ne te réveille pas mais te montre simplement qui est le rêveur. Il t'enseigne qu'il y a un choix de rêves pendant que tu dors, un choix qui dépend du but de ton rêve. Souhaites-tu des rêves de guérison ou des rêves de mort ? Un rêve est comme un souvenir, en cela qu'il représente ce que tu désires qu'il te soit montré. »** *UCSLM, T. 28-II, 4 Traduction de Michèle-Rose Wainhouse ©*

**« Développement personnel ou connaissance de soi ?**

Enfin, telle est la question à se poser lorsque l'on cherche un outil d'accès à la clarification de ses pensées, étape nécessaire si l'objectif est de faire l'expérience de la Paix de l'esprit, état lui-même nécessaire à une vie en pleine conscience. La réponse m'est aujourd'hui évidente : connaissance de soi qui conduira le chercheur qui le souhaite à une Connaissance du Soi.

### **Une expérience :**

La qualité de ma vie ne me satisfaisant plus, consciente que j'en étais seule responsable, j'ai dans un premier temps recherché des réponses à mes questions et des solutions à mes difficultés relationnelles ou existentielles dans des lectures plus ou moins ésotériques, des rencontres de thérapies diverses et variées. Jusqu'au jour où le problème qui me concernait me sembla clairement être du ressort d'une introspection de mes pensées qui me conduisit naturellement à entamer une analyse transactionnelle, j'étais alors âgée de 27 ans. Cette première introspection me permit de mettre un ordre certain dans mon psychisme. Cependant, après 3 années de rencontres assidues, quelque chose me semblait manquer mais je ne parvenais pas à définir clairement de quoi il s'agissait.

C'est à la suite d'une accumulation de problèmes de santé que, « par hasard », j'ai clairement émis ma première véritable demande d'aide que je définirais de verticale. Je ne savais pas alors que cela entraînerait ce qui allait bouleverser ma vie et y introduire ce chemin philosophique au travers de ce cours psycho spirituel que j'emprunte désormais depuis 25 années : « A Course In Miracles ».

En effet, ce « quelque chose » qui me manquait dans le travail de clarification de mes pensées que j'avais entrepris au travers de cette analyse évoqué plus avant, était tout simplement l'évocation de l'aspect spirituel. Une réintégration de cette spiritualité qui m'avait toujours accompagnée tout au long de ma vie et ce, du plus loin que mes souvenirs conscients remontent et que pourtant j'avais relégué dans un recoin de mes pensées, n'ayant pas encore saisi l'essentialité de cette dimension.

« A Course In Miracles », outre ses grandes connaissances des tenants et aboutissants des circonvolutions de la psyché, sait mettre en exergue toute la dimension spirituelle nécessaire car essentielle à un équilibre non pas fragile mais solide sur lequel le « voyageur » de sa propre vie peut s'appuyer.

Cependant, pour pouvoir avoir accès à son langage particulier et l'utiliser en pratique dans mon quotidien, j'ai reçu la facilitation d'une enseignante éclairée, Mme Michèle-Rose Wainhouse, qui m'a guidée durant de nombreuses années. Dans un premier temps, via sa lecture de ce texte et son décryptage, puis par la réponse à de nombreuses questions sur des difficultés ou des interrogations sur mon parcours, non sans oublier l'immense bénéfice qu'est l'expérience et le partage de mes pairs dans l'étude de ce cours.

Au fil de ce chemin d'enseignement, Michèle-Rose Wainhouse a introduit plusieurs outils de clarification que j'utilise et partage dans mon quotidien et c'est ainsi qu'il y a une quinzaine d'années j'ai proposé un premier groupe de facilitation en partageant ce qui m'a été utile.

De par mon expérience propre, j'ai conscience de la force du groupe qui permet par l'union autour d'un but commun, d'accélérer le processus de clarification permettant d'emprunter le chemin choisi, en l'occurrence ici, celui de la Paix de l'Esprit, passage obligé au retour à la Source. »

**Mireille Balmat**

Groupe d'étude du cours : un mardi soir sur deux (Une fréquentation régulière est nécessaire, l'essentiel de ces soirées se centrant sur une lecture explicative du cours.) La participation financière est de CHF 25.- par soirée, location de salle comprise.

Samedi à thème : développement sur un thème spécifique. Un samedi par mois, 9h30 à 17h00. La participation financière est de CHF 80.-, location de salle comprise.

**Programmes et Inscriptions : Mireille Balmat 0041 (0)78 721 54 29**

[mireille.balmat@bluewin.ch](mailto:mireille.balmat@bluewin.ch)