

## MARIE-PIERRE DILLESEGER

### “Faire des choix qui respectent notre vitalité”

Marie-Pierre Dillenseger est française, mais résidente aux États-Unis. C'est l'une des spécialistes internationales de la philosophie chinoise, “la voie du milieu”. Elle conseille de nombreuses entreprises. Nous l'avons rencontrée lors de la sortie de son dernier livre *Oser s'accomplir*.

● Par Alberta Maurice



“Il y a un réel besoin de se recentrer sur soi”

**Sur votre biographie, vous êtes “Spécialiste des facteurs spatio-temporels dans leurs effets inhibiteurs ou accélérateurs de performance”. Pourriez-vous éclaircir cette définition ?**

Ma pratique est enracinée dans la pensée classique chinoise qui a “accouché” d'une palette de disciplines, toutes au service de la vitalité. Les plus connues sont la médecine traditionnelle chinoise, l'acupuncture, les arts martiaux et le Tai Qi qui traitent et s'appuient sur le corps. S'y ajoutent des techniques qui tiennent compte de l'environnement dans lequel nous vivons pour renforcer et décupler nos forces. En clair, il ne suffit pas d'être compétent, il faut aussi être au bon endroit et au bon moment pour agir. S'il y a synergie entre une personne, son projet (ou désir), le lieu et le timing, l'effet est maximal. Mon expertise est d'identifier les freins à la réalisation d'un objectif professionnel ou personnel. Plus souvent qu'on ne le croit, la difficulté n'est pas liée à l'absence de compétences mais à un vent contraire (mauvais timing) ou à une posture non alignée avec l'objectif. Mon travail est stratégique avec des outils qui échappent aux radars et aux analyses occidentales.

Mon parcours est classique en ce sens que je suis née en France dans une famille républicaine et cartésienne, que j'ai fait des études supérieures et une grande école, travaillé dans le secteur public, puis privé, en France puis aux États-Unis et n'avais pas prévu de m'orienter vers les “chinoiseries”. C'est une épreuve personnelle et un diagnostic fatal posé par un médecin occidental qui ne me donnait que trois mois à vivre, qui m'ont fait comprendre l'importance de ne pas perdre une minute de plus sur un chemin professionnel qui n'était pas en cohérence avec mon être profond. Je me suis fait la promesse, si j'en réchappais, de faire de ma passion mon métier. J'ai tenu ma promesse. C'était en 1996.

Depuis ce temps-là, mon quotidien est l'accompagnement individuel de personnes en envisageant le timing et les postures en synergie avec leur projet et la levée des obstacles. Deux de mes spécialités sont le timing en PMA et le décodage des secrets de famille.

**Dans votre dernier livre, vous évoquez l'impact du temps et de l'espace sur nos vies. Une ancienne tradition chinoise l'évoquait déjà, mais aujourd'hui, a-t-on des preuves scientifiques de cet impact ?**

J'ai passé des années à rationaliser la systématisation des résultats dans ma pratique. Puis je me suis calmée en me disant que “*the proof is in the pudding*” : c'est le résultat qui compte. Je ne compte plus par exemple les faire-part de naissance qui me sont envoyés par des couples à qui la médecine occidentale avait laissé bien peu de chances. Je suis mes clients sur le très long terme et je les laisserais bien parler à ma place. Ma formation scientifique de base me fait dire que la pertinence de mes analyses est régulière, on ne peut l'imputer à la méthode Coué ou au hasard. Là où un acupuncteur booste le système immunitaire du patient et favorise l'équilibre des forces internes, mon travail met la personne au centre de l'équation et favorise une reconnexion profonde avec l'être que nous sommes. Cette mise en cohérence avec soi et l'alignement sur ce qui nous renforce, en s'appuyant sur la durée, est d'une remarquable puissance.

**Cette cohérence a-t-elle un lien avec les travaux de Jung sur la Synchronicité ?**

Jung s'est intéressé de très près au Yi Jing, ce livre fondateur et complexe de la pensée chinoise qui permet de poser une question à l'univers lorsque nous sommes perplexes, indécis face à une décision

importante et sans visibilité pour avancer. Il était l'ami de Richard Wilhelm, le traducteur du Yi Jing, et a prononcé le discours à sa mémoire en 1950. Ceci pour dire que son travail sur la synchronicité, c'est-à-dire sur la survenance de coïncidences significatives, s'est nourri de la pensée chinoise. Voilà ce qu'il écrit (C.G. Jung, Commentaire sur le Mystère de la Fleur d'Or. Paris : Albin Michel, 1979) : “*La méthode scientifique est l'instrument de l'esprit occidental et l'on peut ouvrir plus de portes avec elle qu'à main nue... Mais c'est justement l'Orient qui nous enseigne une autre manière de comprendre plus vaste, plus haute, la compréhension à l'aide à la vie.*” Cette aide à la vie est l'essence de ma pratique professionnelle.

**Actuellement fisonnent les livres sur le développement personnel, la positive attitude ou la loi de l'attraction. Il suffirait donc de se projeter positivement et de “sentir” les émotions positives... pour que nos souhaits se réalisent. N'est-ce-pas un peu trop simple ? Que conseillez-vous pour “aller mieux” ?**

Tout d'abord, s'il y a foisonnement, c'est qu'il y a un réel besoin de se recentrer sur soi et de se réapproprier des techniques, simples et efficaces, pour se poser, voir clair et se faire du bien. Et oui, regarder le verre à moitié plein et non à moitié vide, donne davantage de satisfaction. Mais se dire que tout va bien quand rien ne va ou que tout ira bien demain si rien ne va aujourd'hui ne résout rien et ne fait pas long feu non plus.

La voie classique chinoise, si peu présente dans la Chine d'aujourd'hui, parfois plus occidentalisée que l'Occident, est celle du milieu. L'approche est pragmatique, réaliste et patiente. Plus nous investissons dans le décodage de nos forces, aptitudes et désirs, quelle que soit la technique qui nous convient, moins il y a risque de nous

retrouver dans des situations décalées et donc énergivores. Il convient de faire chaque jour du mieux possible en ne cédant ni à l'illusion de la toute-puissance ni à la désespérance quand nous rencontrons une contrariété. Être présent à soi, faire des choix qui respectent notre vitalité, dire non aux invitations qui épuisent, et faire chaque jour au moins une chose qui fait du bien. Voilà la clé de l'équilibre.

**Vous travaillez pour la société Leroy Merlin en outsourcing. On imagine la Grande Distribution comme très rationnelle. Quel type d'appui lui apportez-vous ?**

J'ai rejoint leur groupe de travail sur l'habitat, l'environnement et la santé en 2008 et demeure “personne ressource” pour eux. La pensée stratégique chinoise (pensez à l'Art de la guerre) n'est pas irrationnelle. Elle est certes plus analogique, métaphorique et globale que la nôtre, mais parfaitement logique et pragmatique. Elle vise l'effet maximal au moindre coût. Ce qui est l'un des objectifs de toute grande entreprise. C'est grâce à la mise en synergie des compétences que l'entreprise de demain va se distinguer.

Je suis aussi très impliquée dans la protection du patrimoine architectural de la ville de Cambridge au Massachusetts. Ce poste municipal (et bénévole) de Vice Chair dans une commission aux décisions fermes permet, cas après cas, de servir la respiration des espaces et, indirectement, celle des habitants. ●



**Marie-Pierre Dillenseger is French but resident in the United States. She is one of the international specialists in Chinese philosophy, “the middle way”. She advises many companies. We met her when she released her latest book “Dare to Accomplish yourself”.**

**On your biography, you are “Specialist of spatio-temporal factors in their inhibitory effects or accelerators of performance”. Could you clarify that definition?**

My practice is rooted in classical Chinese thought that “gave birth” to a range of disciplines, all in the service of vitality. The best known are traditional Chinese medicine, acupuncture, martial arts and Tai Qi that treat and rely on the body. There are also techniques that take into account the environment in which we live to strengthen and multiply our strengths. Clearly, it is not enough to be competent, you also have to be in the right place and at the

right time to act. If there is synergy between a person, his project (or desire), the place and the timing, the effect is maximal. My expertise is to identify the obstacles to achieving a professional or personal goal. More often than we think, the difficulty is not related to the lack of skills but to a contrary wind (bad timing) or to a position not aligned with the objective. My work is strategic with tools that escape radars and Western analysis.

My career is classic in the sense that I was born in France in a Republican and Cartesian family, that I did graduate studies and a high school, worked in the public sector, then private, in France then in the United States and I did not plan to turn to Chinese matters. It was a personal hardship and a fatal diagnosis by a Western doctor who gave me only three months to live, which made me understand the importance of not losing a minute more on a professional path that was not coherent with my deep being. I made the promise, if I escaped, to make my passion my job. I held my promise. It was in 1996.

Since that time, my daily life is the individual accompaniment of people by considering timing and postures in synergy with their project and the removal of obstacles. Two of my specialties are timing in assisted reproduction and decoding of family secrets.

**In your last book, you talk about the impact of time and space on our lives. An ancient Chinese tradition already evoked it, but today, is there any scientific evidence of this impact?**

I have spent years rationalizing the systematization of results in my practice. Then I calmed down and told myself that “the proof is in the pudding”: it is the result that counts. I do not count, for example, birth announcements sent to me by couples to whom Western medicine had left very little chance. I follow my clients on the very long term and I would gladly let them speak for me. My basic scientific education makes me say that the relevance of my analyzes is regular, it can not be attributed to the Coué method or to chance. Where an acupuncturist boosts the patient’s immune system and promotes the balance of internal forces, my work puts the person at the center of the equation and promotes a deep reconnection with the being that we are. This coherence with oneself and the alignment on what strengthens us, relying on the duration, is of a remarkable power.

**Does this coherence relate to Jung’s work on Synchronicity?**

Jung was very interested in Yi Jing, the foundational and complex book of Chinese thought that allows us to ask a question to the universe when we are perplexed, undecided about an important and blind decision to move forward. He was the friend of Richard Wilhelm, the translator of Yi Jing, and gave the speech to his memory in 1950. This is to say that his work on synchronicity, that is to say on the occurrence of meaningful coincidences, fed on Chinese thought. This is what he writes (C.G. Jung. Commentary on the Mystery of the Golden Flower. Paris: Albin Michel, 1979): “The scientific method is the instrument of the Western mind and we can open more doors with it than with bare hands... But it is precisely the East that teaches us another wider and higher way to understand, understanding the assistance to life.” This assistance to life is the essence of my professional practice.

**Currently there are plenty of books on personal development, the positive attitude or the law of attraction. It would be enough to project positively and to “feel” positive emotions... so that our wishes are realized. Isn’t it a little too simple? What do you advise to “get better”?**

First of all, if there is an abundance, it is because there is a real need to refocus on oneself and to reclaim simple and effective techniques to rest, to see clearly and to do oneself good. And yes, looking at the half full and not half empty glass gives more satisfaction. But thinking that everything is fine when nothing goes or that everything will be fine tomorrow if nothing goes today does not solve anything and does not last long either.

The classical Chinese way, so little present in China today, sometimes more Westernized than the West, is the middle one. The approach is pragmatic, realistic and patient. The more we invest in the decoding of our strengths, aptitudes and desires, whatever the technique that suits us, the less likely we are to find ourselves in staggered and therefore energy-consuming situations. It is advisable to do each day as best as possible by not yielding to the illusion of omnipotence or despair when we encounter an annoyance. Being present to oneself, making choices that respect our vitality, saying no to invitations that exhaust, and doing every day at least one thing that makes you feel good. That’s the key to balance.

**You work in outsourcing for Leroy Merlin. We imagine the Great Distribution as very rational. What kind of support do you bring it?**

I joined their Habitat, Environment and Health Working Group in 2008 and remain a “resource person” for them. Chinese strategic thinking (think of the Art of War) is not irrational. It is certainly more analog, metaphorical and global than ours, but perfectly logical and pragmatic. It aims the maximum effect at the lowest cost. Which is one of the goals of any big company. It is thanks to the synergy of skills that the company of tomorrow will stand out. I am also very involved in the protection of the architectural heritage of the city of Cambridge in Massachusetts. This municipal (and voluntary) position of Vice Chair in a commission with firm decisions allows, case by case, to serve the breathing of spaces and, indirectly, that of the inhabitants. ●

**Oser s’accomplir : 12 clés pour être soi**  
Dare to Accomplish yourself: 12 keys to be yourself  
Paris : Mama Éditions, 2019

