



S'incarner est avant tout se prendre en charge

Envoyé le 21 mars 2020 / Sous Rencontres

Il y a quelques semaines, j'ai rencontré une femme étonnante. Marie-Pierre Dillenseger a un parcours de vie atypique.

La découverte précoce des arts chinois

Enfant, Marie-Pierre est soignée par acupuncture ce qui constitue son premier contact avec l'approche chinoise du soin et de l'art de vivre. Puis elle découvre le Yi Jing en 1977. Jeune adulte elle travaille au Centre Georges Pompidou avant de devenir conservateur dans le Réseau des Bibliothèques de la Ville de Paris. En 1986, elle rejoint une société américaine d'informatisation de bibliothèques, qui l'appelle à son siège à Boston. À partir de 1992, elle dirige des projets multimédias internationaux. Elle mesure alors l'impact du temps et de l'espace sur la performance des équipes et les limites d'une pensée strictement logique et cartésienne. Elle entreprend d'étudier l'énergétique chinoise, s'ouvrant à une pensée globale et analogique, auquel le Yi Jing l'avait préparée.

Un choc décisif

Une maladie grave la frappe en 1995. Le corps médical pose un diagnostic des plus pessimistes. C'est pour Marie-Pierre un événement décisif. Elle se promet, si elle en réchappe, de s'engager dans une pratique professionnelle d'accompagnement, intégrant les disciplines chinoises appliquées au temps et à l'espace. Et c'est bien ce qu'elle n'a cessé de faire depuis. Aujourd'hui, elle donne de nombreuses conférences, des consultations aux particuliers et aux organisations et elle est auteure de plusieurs ouvrages. Marie-Pierre vit à Cambridge, dans le Massachussets, où elle est commissaire du patrimoine de la ville au **Cambridge Historical Commission**, depuis 2013.

Voici comment Marie-Pierre résume un itinéraire où le conformisme a peu de place :

“ **Formée pour une voie scientifique, j'ai osé quitté une école d'ingénieur pour les classes préparatoires littéraires. Je suis passé du public au privé, de la France aux États-Unis. J'ai abandonné le salariat pour choisir l'autonomie professionnelle dans un domaine totalement inédit en 1999...**

Oser s'accomplir

Au mois de février dernier, Marie-Pierre Dillenseger est venue à Paris et a donné une conférence à la **Maison de la méditation**. J'ai eu la chance de l'accueillir et de pouvoir animer cette soirée organisée à l'occasion de la sortie de son dernier ouvrage « **Oser s'accomplir** » .

Nous ne nous connaissions pas du tout et avons juste échangé quelques mails. Bravant un incendie près de la Gare de Lyon puis des problèmes de transports conséquents, Marie-Pierre est arrivée deux minutes seulement avant que la conférence ne commence. Nous avons à peine eu le temps de nous dire bonjour ! Et pourtant, cette soirée restera pour moi une rencontre infiniment joyeuse et humaine.

Présence et vérité

En premier lieu, j'ai apprécié la qualité de présence de Marie-Pierre. Une qualité devenue si rare aujourd'hui et qui, chez elle, est quasiment palpable. Marie-Pierre est là, avec nous et pas ailleurs. Pas dans sa tête. Pas hier. Pas demain. Mais ici et maintenant, pour partager un vrai moment d'humanité.

Ensuite, Marie-Pierre Dillenseger parle vrai. Loin des discours formatés ou des savoirs pompeux qui vous mettent à distance, elle répond aux questions sur le vif, sans avoir peur de se laisser déstabiliser ou surprendre. On peut sentir que son unique souci est de nous montrer un chemin qui puisse nous aider à **rencontrer qui nous sommes**. Un chemin qui puisse nous faire reprendre confiance en nos propres ressources. Qui puisse nous aider à renouer avec notre bon sens et notre intuition souvent oubliés.

“ **S'accomplir c'est d'abord tenter de comprendre et d'accepter ce que nous sommes. Puis ensuite, à chaque fois que c'est possible, prendre des décisions qui nous permettent de nous aimer davantage. Autrement dit, il s'agit de poser des actes au service de ce que nous sommes...**

Marie-Pierre Dillenseger

Le ton est donné. Marie-Pierre Dillenseger est là pour nous transmettre avec générosité les moyens de mieux entrer dans notre vie. Elle nous montre que s'incarner est avant tout se prendre en charge. Avec respect et responsabilité.



Son livre (que vous pouvez peut-être encore commander en ligne ?) suit la même ligne conductrice : il est généreux, truffé d'exemples et d'exercices simples à faire et qui peuvent changer notre rapport au quotidien. Elle qui, depuis si longtemps, accompagne les personnes et les sociétés dans la réalisation de leurs projets déclare qu'elle a écrit ce livre pour qu'il ne soit plus nécessaire de la consulter ! C'est un livre qui vise à nous rendre plus autonomes.

Douze postures clés

L'ouvrage est structuré en 12 chapitres – comme les 12 mois de l'année – 12 postures clés pour apprendre à être soi ; parmi lesquelles l'alignement, la cohérence, la présence, l'inventaire du plein, l'importance du vide, l'autonomie...

En cette période de confinement, je vous invite à **regarder cette rencontre** en vidéo. Elle s'avère d'une actualité stupéfiante ! Où quand Marie-Pierre Dillenseger nous propose de **créer des petits temps vides** au lieu de chercher à tout remplir.

“ **Pour moi, le vide est la condition d'un plein à venir, d'une nouvelle étape.**

Puisse cette période que nous traversons être pour chacune, chacun, une étape vers une transformation profonde qui nous rapproche de notre humanité.

E-mail *

Je m'abonne !

Articles récents

S'incarner est avant tout se prendre en charge
Sourire à la vie
Accueillir 2020
Et si on rencontrait les gens dans la vraie vie ?
La bienveillance, une force pour notre temps

Catégories

Bienveillance
Confiance
Dans les medias
Plaine présence
Rencontres
Travail & méditation