

Wellness

— BY GALYA ORTEGA CONSULTANTE EXPERTE : SPA, COSMÉTIQUES, BEAUTÉ & BIEN-ÊTRE AU SERVICE DE VOTRE RÉUSSITE.

Oser s’accomplir – Marie- Pierre Dillenseger

PAR GALYA ORTEGA / 23 FÉVRIER 2021



Être soi, le chemin de toute une vie

Être soi-même et avancer tout au long de sa vie en ayant cet objectif à l'esprit est un challenge très élevé. Malgré tous les efforts et la lucidité, combien de fois nous prenons nous les pieds dans le tapis et tombons nous dans les pièges des identifications, des illusions, de la dispersion et ceci avec la meilleure volonté du monde. Et pourtant n'est-ce pas un des enjeux majeurs de l'incarnation. A l'heure de votre mort, en imaginant que vous fassiez le point sur votre vie, personne ne peut vous reprocher de ne pas avoir été bouddha, ou votre mère idéale, ou la personne la plus parfaite de votre vie. Mais par contre il serait très dommage de ne pas avoir été vous-même. C'est avec cette réflexion que j'ai abordé le livre « **Oser s'accomplir** » ou bien « **Oser s'incarner** » de **Marie-Pierre Dillenseger**. Ce défi m'a toujours passionnée et je mesure au jour le jour à quel point c'est très loin d'être simple. Et lorsque de surcroît, le livre annonce « 12 clés pour être soi », je m'y suis précipitée avec toutefois discernement et espoir. Je vous explique : Comme vous le comprenez, le titre concerne précisément une partie de ma quête de vie. Mais en même temps, je me méfie comme de la peste des livres de développement personnel qui vous promettent en quelques clés ou quelques exercices la réalisation ultime. En général ce genre d'allégation suffit à me faire fuir. Mais heureusement je connaissais un peu **Marie-Pierre Dillenseger** et son travail. En aucun cas je ne l'ai perçue racoleuse et facile d'accès. Elle communique de façon très simple et son langage comme ses idées sont accessibles à la plupart des gens. Mais sa réflexion est très complexe et profonde, elle invite à une plongée en soi afin de faire concorder notre vécu le plus intime avec un enseignement ou une guidance sourcées dans les grandes traditions de sagesse. Comment fait-elle ? tout repose sur sa vision et sa connaissance de la pensée chinoise : le feng shui, l'astrologie et la philosophie taoïste. Et de plus, c'est du vécu. Donc, elle peut indiquer les « 12 clés... » Elle sait ce dont elle parle et 12 correspond à une structure véridique et puissante en soi.



Donc ! Au boulot !

Marie-Pierre Dillenseger propose une approche au delà du temps et de l'espace ou bien dans le temps et l'espace, qui s'adresse précisément au lecteur afin de l'aider à atteindre son plein potentiel. Savoir être n'est pas simple dans notre monde qui a mis à portée de chacun les grandes leçons de la sagesse ésotérique d'autrefois laissant croire au tout venant que c'est facile. Qu'il n'y a qu'à faire et on y arrivera. Tout est à notre portée mais c'est tout aussi complexe et difficile qu'autrefois car cela relève des mêmes principes d'alignement, de cohérence, de présence, de plein, de vide, etc. Il n'y aura que nous et nous seuls pour déclencher l'Initiation et cela n'est pas toujours une partie de campagne. Heureusement sur la route, nous avons des aides comme ce livre **Oser s'accomplir** qui met à jour la conscience de notre individualité. Et pour cela il sagit de commencer par « **Oser** ! ». Oser est le premier pas.

12 clés pour s'incarner avec harmonie

C'est grâce à son expérience personnelle, ses consultations, ses conférences et ses échanges que **Marie-Pierre Dillenseger** a élaboré ces réflexions et cette structure qui peut nous accompagner dans cette démarche d'être soi, d'oser s'incarner pour traverser cette vie. Chacun des 12 chapitres est consacré à un concept, une ligne de force et à une posture-clé. Au fil des clés, des exemples viennent éclairer la compréhension et nous renvoyer en simplicité à nous-mêmes et nous simplifient l'application du défi. Des exercices précis nous permettent de nous entraîner et de prendre conscience de nos fonctionnements. J'ai apprécié le côté sagesse que Marie-Pierre exprime avec un côté ludique qui fait fi des postures habituelles de sages donneurs de leçon.

Ainsi nous trouvons dans ce livre les bonnes postures ainsi que les négligences qui y sont associés afin de les dépasser.

1. La **cohérence** qui produit l'intégrité et la puissance d'impact
2. L'**alignement** qui est source d'équilibre, de fluidité du geste et de la pensée
3. La **présence** qui pose les bases de la présence à soi et de la pertinence
4. **Une chose à la fois** qui permet la concentration et l'économie des forces
5. **Une place pour chaque chose** qui produit un gain de temps et une rapidité d'action
6. L'**inventaire du plein** qui ouvre la porte à l'estime de soi et à la relativisation des obstacles
7. L'**importance du vide** qui suscite l'ouverture au possible et à l'accueil du renouveau
8. La **performance** qui se fait par l'ancrage dans la réalité et dans la levée des illusions
9. **Créer du flux** qui permet la mise en action et un déploiement des forces
10. L'**inné et l'acquis** qui sont source de valorisation de soi et d'enracinement dans l'incarnation
11. L'**autonomie** qui traduit la capacité de survie et la rencontre avec autrui
12. **Accepter l'aide du ciel** (chinois) qui permet l'humilité et les connections subtiles



Cette simple liste pourrait être la totalité du livre et base d'une méditation féconde en mutations. Mais pour nourrir notre réflexion et notre compréhension **Marie-Pierre Dillenseger** nous indique les négligences qui sont un impact au quotidien. Donc en correspondance :

1. La **dispersion** qui génère démotivation, inconstance et fragilité
2. Le **déséquilibre** qui produit l'hésitation, l'inefficacité et la tristesse
3. La **désespérance** qui engendre la superficialité, l'irréalisme et l'inattention
4. Le **gaspillage** source d'oubli, de précipitation et d'inachèvement
5. L'**errance** qui entraîne la perte de repères, la lenteur et la méfiance
6. L'**insatisfaction** qui se traduit en idéalisme, amertume et envie
7. L'**intolérance** qui est source d'inertie, de répétition et de nostalgie
8. Le **despotisme** à la base de l'autocritique, de la déception et du découragement
9. L'**obstruction** qui génère l'inaction, l'infertilité et l'échec
10. L'**illégitimité** source de dévalorisation, d'incompétence et de doute
11. Le **vampirisme** à la base de la victimisation, de la solitude et de la dépendance
12. L'**orgueil** qui est le terreau fertile du matérialisme, de l'arrogance et de la perte de sens.

Qu'en dites-vous ? Juste avec ces listes, vous pouvez aller très loin, mais le livre est là pour le savoir-faire et le compagnon sur le chemin.

Lisez-le. Vous constaterez que ce n'est pas du temps perdu. Au contraire.



Marie-Pierre Dillenseger, la saveur d'un savoir dans la présence

Ces 3 mots sont pour moi la caractéristique de **Marie-Pierre Dillenseger** : **Savoir** et connaissance qui transpirent d'elle. Une vraie femme de connaissance. **Savoir** et j'irai jusqu'à la délectation de cette force de vie. En ce sens elle peut aborder les sujets les plus ardues, elle les offre avec une telle clarté qu'on y entre en les dégustant. Et **présence** car du bout du monde quand elle est là, elle est là, présente à l'instant. Espace et temps étant réunis.

Les Arts chinois ont fait partie de sa vie depuis très longtemps, mais tout cela est resté en friche longtemps. Passionnée par l'étude, elle s'investit tout d'abord dans la culture occidentale. Elle obtient un diplôme de Conservateur de Bibliothèques et un DEA de littérature française. Elle travaille au Centre Pompidou avant de devenir conservateur dans le Réseau des Bibliothèques de la Ville de Paris. Dès 1986, elle rejoint la filiale française de CLSI, société américaine d'information de bibliothèques, qui l'appelle à Boston en 1989. La voilà qui s'envole pour les Etats Unis où elle habite actuellement et où elle travaille à la Cambridge Historical Commission, service municipal de préservation du patrimoine architectural, depuis 2013. Infatigable et curieuse, elle dirige des projets internationaux, ce qui lui permet de mesurer 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 Vi Jing l'avait préparée. Puis elle s'engage dans une pratique professionnelle d'accompagnement intégrant, dans le respect de l'éthique occidentale, l'art chinois de choisir le bon moment et le bon endroit.



Marie-Pierre Dillenseger vit à Cape Cod, USA mais est très présente via podcasts, youtube vidéos et réseaux sociaux. Le Replay de son décodage annuel du Nouvel An chinois (20ème édition) est disponible en ligne <https://www.bloomingyou.fr/produit/2021-annee-boeuf-de-metal/>

Marie-Pierre Dillenseger aborde ses consultations à la manière d'un médium ou d'un médecin chinois avec une vision à la fois synthétique et très en détail. Elle a développé une approche fondée sur l'économie des énergies individuelles et le renforcement de la vitalité des personnes, des projets et des entreprises qu'elle accompagne. Son 3ème livre, « *Debout, la force de s'incarner*, sort le 16 Mars prochain. ». Je m'en ferai l'écho sur ce blog.

Site de Marie-Pierre Dillenseger : <https://powerspaces.com/fr/>

Oser s'accomplir de Marie-Pierre Dillenseger, Mama Editions.

23€ www.mamaeditions.com



CATÉGORIES: BIEN-ÊTRE, LITTÉRATURE, MES LECTURES

TAGS : ALIGNEMENT, ARTS CHINOIS, ASTROLOGIE CHINOISE, ÊTRE SOI,

BLOOMING YOU, CAMBRIDGE HISTORICAL COMMISSION, COHÉRENCE, FENG SHUI, GALYA ORTEGA, MAMA EDITIONS, MARIE-PIERRE DILLENSEGER, OSER,

POWERSPACES, PRÉSENCE, S'ACCOMPLIR, S'INCARNER, SAVOIR