



## Les «Groupes Locaux»

J'envisage décentraliser plus mon travail. Pour cette raison, j'aimerais que de petits groupes locaux se forment dans chaque ville, des groupes qui permettront aux membres de travailler ensemble et d'évoluer indépendamment de guides spirituels ou de guérisseurs. Tout en procurant un accueil de soutien à ceux qui ont reconnu le bien que l'échange authentique et un groupe qui nous écoute sincèrement puisse faire, les «Groupes Locaux» pourront également faire fonction de centres d'information, de points de contact et de centres d'accueil. Phrase clé: «Se régler en groupe»

**Envoies-moi un mail contenant les informations suivantes si tu envisages participer à un «Groupe Local» ou en proposer dans tes environs: ton adresse exacte, le code postal et ton pays, ton numéro de téléphone ou ton adresse mail et quelques informations personnelles, si tu veux. Je t'inscrirais alors avec un «cœur» sur la carte géographique, un google map qui se trouve sur mon site internet. Il s'agit d'une vue d'ensemble de tous les «Groupes Locaux» actuellement en cours, ton entrée sera donc visible pour d'autres intéressés.**

**Le nombre de groupes par ville ou village n'est pas restreint, bien au contraire: le plus de groupes se formeront, le mieux. N'hésites donc pas à t'enregistrer, même s'il y aurait déjà plusieurs entrées pour ta région.**

Un «Groupe Local» se déroule selon une structure fixe dont l'application peut, dans un premier temps, faire monter l'énergie parmi les membres d'un groupe. Ceci évoquera dans un second temps que nos systèmes nerveux entrent plus en contact pour ensuite se détendre. La participation au groupe exige d'un membre une ouverture d'esprit à la communication authentique. Il doit pouvoir se communiquer honnêtement et se mettre entièrement à l'écoute des autres.

L'arrière-plan: en tant qu'humains, nous disposons effectivement de toutes les ressources naturelles nécessaires pour pouvoir nous soutenir les uns les autres, pour pouvoir nous régler entre nous et nous guérir. Idéalement, il ne nous faudrait donc pas de «pros» pour ça!

## La structure du groupe

\*\*\*

1. Chaque membre est invité à parler de soi pendant plus ou moins 10 minutes - une spécification de temps flexible, qui dépend du nombre des participants. Il s'agit de partager avec le groupe ses pensées, ses émotions et les sensations corporelles actuellement présentes. Respectez vos propres limites et n'hésitez pas à les communiquer. Si à un moment donné, vous ressentiez p.ex. que vous n'aimeriez pas en dire plus, exprimez-le!
2. Les autres membres du groupe adressent leur entière attention à la personne qui parle et **se tiennent à 100% à son écoute!** Ce point est absolument décisif pour la réussite du processus!
3. Le coordinateur, à son tour, veille à ce que l'attentivité du groupe reste avec le locuteur et à ce que personne n'intervienne. Autrement, il participe au groupe comme tout le monde et dispose du même laps de temps pour se communiquer.

\*\*\*

**Une partie de ta mission en tant que coordinateur d'un «Groupe Local» consiste à encourager les membres de ton groupe sur leur chemin personnel, bien sûr. Mais rappelle-toi qu'en somme, tu as plus à voir à des «futurs coordinateurs» qu'à des participants. Je te conseillerais donc d'encourager tes invités à aller plus loin dès le début, car n'oublions pas un de nos principaux objectifs – la multiplication :-)** !

Tu n'as pas ou peu d'expérience en tant que coordinateur de groupes? Même sans formation professionnelle thérapeutique ou médicale, tu peux immédiatement devenir actif. Essayes d'abord dans un cadre privé – avec ton partenaire ou un ami p.ex., puis demandes à quelqu'un d'autre de vous joindre...Une fois que tu auras gagné un peu d'expérience et que tu seras à l'aise, tu pourras proposer au public de venir. Peut-être que quelqu'un parmi vous aimerait coordonner le groupe? A ce point, je vous propose de vous inscrire sur la vue d'ensemble des „Groupes Locaux“ sur mon site internet. Prends soin de ne jamais trop exiger de toi-même ou de quelqu'un d'autre.

Il y a une seule chose que j'exige strictement pour la réalisation d'un groupe et, par conséquence, pour l'inscription sur la carte – c'est que la structure telle que je l'ai décrite soit réalisée et tenue. En ce qui concerne l'organisation et la conception du groupe, je me tiens à l'écart – à vous de décider en détail ce que vous voulez faire et comment vous voulez agir, si vous aimeriez p.ex. charger de l'argent ou pas etc.

L'objectif serait de créer un groupe qui arrive à se régler lui-même sans coordination extérieure et qu'ensemble, on approche un état méditatif. Il faudra un peu de patience pour y parvenir. Les systèmes nerveux se calmeront d'abord peu à peu, puis une conscience commune s'établira naturellement. C'est à ce point-là également, que les rôles – membre ou coordinateur – commenceront à se dissoudre et qu'on y attachera de moins en moins d'importance. Les réunions des «Groupes Locaux» peuvent d'ailleurs très bien être suivis d'une méditation commune en silence de 30 à 60 minutes.

En cas où tu proposais un «Groupe Local» sans être médecin ou psychothérapeute, je te prie de t'assurer que le cadre légal pour ton pays pour ce genre d'offre soit respecté, notamment pour donner au groupe une certaine stabilité intérieure.

N'hésitez pas à demander une inscription sur la carte quand vous aimeriez simplement participer à un «Groupe Local» sans le coordonner! Une fois que l'enregistrement est fait, un coordinateur se trouvera tôt ou tard.

L'inscription est gratuite, sans obligation et peut à tout moment être changée ou annulée. Pour ma part, je m'occupe de l'administration de la carte géographique. L'organisation de groupes peut et doit se faire individuellement sur place et sans mon intervention.

**Voici un lien vers quelques informations complémentaires au sujet des «Groupes Locaux», les FAQ et quelques vidéos <https://www.traumaheilung.net/fr/groupes-locaux/>**

Ce texte peut volontiers être reproduit, distribué etc.

Merci à tous ceux qui s'engagent à diffuser le message!

### **Responsabilités**

Les coordinateurs de «Groupes Locaux» exercent leur fonction sous leur propre et seule responsabilité. Ils n'ont subi aucune formation thérapeutique de ma part.

***Gopal***

