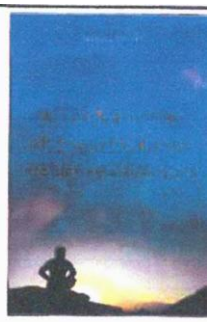
Bouddhisme et psychologie de la motivation.

Par Jacques Fleuret.
Ed. L'Harmattan.
Prix : 26 €.



Voilà un ouvrage particulièrement intéressant. Ingénieur de formation, l'auteur s'est formé à la psychologie (psychologie de la motivation) et au yoga. Profondément intéressé par le bouddhisme, il développe dans ce livre une lecture très pointue et documentée sur ce que cette philosophie plurimillénaire peut nous apporter. A l'instar de ce que nous enseignons à l'Institut avec le Taoïsme, Jacques Fleuret considère le Bouddhisme en tant que philosophie. Il s'appuie sur lui pour constituer des liens cognitifs et explicatifs de ce qu'est le psychisme individuel, dans ce qu'il induit du fait de son interprétation du monde. Voilà bien des notions qui parleront à tous les élèves des 2° et 3° cycles en Shiatsu qui retrouveront de nombreux concepts évoqués en Psycho-énergétique, en Psychologie du Praticien ou dans les modules « Points Antiques ». Je vous cite juste quelques lignes; « *accepter ce que nous ne pouvons pas changer: ne pas le faire contribuerait seulement à augmenter notre souffrance. Accepter aussi ce que nous pouvons et désirons changer! Car comment attaquer une situation que nous rejetterions, donc que nous ne connaîtrions pas?* ».

Un livre riche, intelligent et qui ouvre à la réflexion sur la juste place d'un égo que nous laissons parfois ne pas être à la sienne Une invitation à entrevoir ce que la notion de vacuité nous propose, à savoir qu'elle n'est pas le vide, le rien, mais la façon dont nous pouvons remplir un espace d'une puissance infinie.

Juste un conseil de lecture pour tous les praticiens; munissez vous d'un crayon!

Michel Odoul.

Source : Lettre trimestrielle de l'Institut Français de Shiatsu n°44 10 décembre-2012