



Les-infos n° 44

la newsletter du site <http://competences-relationnelles.com>

27 juillet 2013

Vous souhaitez réagir à cette lettre ou transmettre votre réflexion ? Ecrivez-nous [par mail](mailto:mthomas@competences-relationnelles.com)

Éditorial *Vivre en symphonie*

Sept petites notes, pas une de plus. Rien que sept notes : do-ré-mi-fa-sol-la-si, tout simplement, avec leurs nuances, de dièse en bémol... Mais que de combinaisons possibles à l'échelle des octaves, au génie de l'artiste. **Sept notes, chacune unique, originale, en chaînes infinies, pour autant de mélodies toujours nouvelles jouées sur tous les instruments.**

Ainsi les hommes aux multiples couleurs du corps et du cœur, comme autant de notes uniques, originales. Ainsi la vie de chacun, mélodie enchaînant les graves et les aigus sur tous les rythmes. Ainsi l'humanité, orchestre symphonique où chaque instrument est à la fois indispensable et insuffisant.

Vivre : devenir soi en découvrant sa propre note, en l'accueillant sans regretter les autres ; toute la mélodie serait « court-circuitée » si ma note venait à manquer, ou si je pensais devoir avoir la même tonalité que tout le monde.

Comment trouver la note juste sans diapason ? Car la justesse vient d'ailleurs : dans la vie comme en musique, **c'est en écoutant que je m'ajuste**. Les plus beaux instruments s'accordent fréquemment.

Puis viendra le temps de déchiffrer la partition encore inconnue : elle ne sera musique que par mon interprétation : **jouer ma partition pour « enchanter » le monde.**

Vivre : laisser passer ma note originale par les vibrations et les résonances de mon corps et de mon être. Et transformer ma note originale en musique dont je suis l'instrument. Instrument à vent, à cordes ou à percussions ? Lyre délicate ou cymbale sonore ? Je n'ai pas choisi mon instrument, pas plus que mon sexe ni ma taille ! Il s'agit d'abord de me laisser apprivoiser par cet instrument reçu en héritage, de me familiariser avec sa sonorité et ses règles, avec ses possibilités et ses limites, puis de « faire mes gammes », prenant ma place au milieu des vivants. Alors un jour imprévu, au détour d'une expression personnelle, surgira une création ! Les plus belles improvisations sont pétries de travail.

Vivre : entrer dans la symphonie, dans le concert de l'humanité : harmoniser nos instruments et nos partitions, écouter les autres voix pour pouvoir chanter juste, choisir de suivre le même rythme, sous la baguette d'un chef d'orchestre. Alors, tour à tour ou ensemble, chaque instrument donne toute sa mesure, celui-ci apaisant, celui-là éclatant ; ceux-ci accompagnant le soliste qui, sans eux, n'aurait pas de corps ; ceux-là dialoguant en des sonorités diverses et complémentaires. Ou encore solistes dont la voix s'élève pour appeler en écho la réponse du chœur. Tour à tour foisonnement et paix, gravité et légèreté. Heureuses différences !

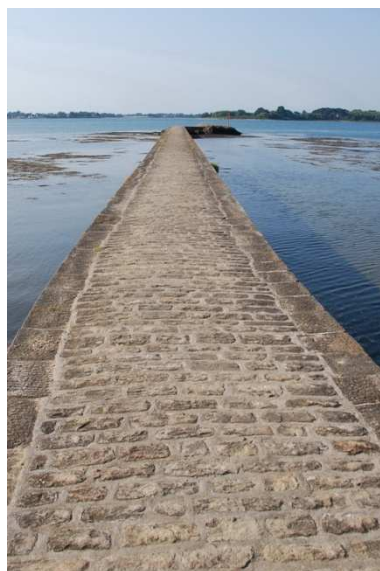
Tout homme est mélodie. Toute vie est appelée à être mélodieuse. L'humanité en marche est symphonie ! M.T.

Boîte à outils

[Communiquer sereinement en situation difficile](#)

Un article de Marc THOMAS

dans la revue « NON VIOLENCE ACTUALITE » de mai-juin 2013



« La taille de l'univers peut varier avec nos rêves »
(Inconnu).

Photo MT

ARRADON
Pen Boc'h
Juillet
2013

Ces formations vous intéressent

METRO-POLE : rendez-vous début novembre !

PÔLE RÉUNION

Formations Compétences relationnelles :

Formations professionnelles et personnelles

- [Prévenir et traiter LES CONFLITS](#) à La Possession les 19-20 septembre et 7 octobre 2013.
- [Développer la CONFIANCE EN SOI](#) à St Benoît les samedi 12 et dimanche 13 octobre 2013.
- [S'AFFIRMER sans peur si agressivité](#) à La Possession les 17-18 octobre 2013.

Des formations et ateliers de parole articulant les compétences relationnelles et l'Évangile

[Prenez connaissance ici de ces propositions.](#) Si vous souhaitez organiser une intervention, prenez contact par mail : mthomas@competences-relationnelles.com.

Formations Amis de l'Université de la Réunion :

une CONFÉRENCE : "[Contourner les obstacles qui empêchent de gérer les conflits](#)" de 18h15 à 20h15 :

à St Paul le 04/09/13 /à St Pierre le 09/09/13 à 18h15

Deux COURS en 10 séances :

- [Développer la confiance en soi](#) à St Paul de 18h à 20h les jeudis 12 et 26 septembre et 3, 24 et 31 octobre de 18h à 20h + 5 jeudi en février-mars-avril
- [Prévenir et traiter les conflits](#) au Tampon de 9h à midi les samedis 21 septembre et 5, 19, 26 octobre, et 6 samedis matins en février-mars-avril.

D'août à octobre, Marc THOMAS anime des formations professionnelles à la Réunion pour : des personnels hospitaliers (CHU St Pierre), des cadres de Pôle Emploi, des bénévoles du Secours Catholique, etc.

Marc THOMAS ☎ 2 rue des Deux Villes - 57420 SAILLY-ACHATEL ☎ 09 77 97 38 63 📞 06 18 46 31 61 📠 09 72 14 17 50

Pôle Réunion : Résid. Grand Bleu - B6 - 3 Chemin Ferme Avicole - 97419 LA POSSESSION ☎ 02 62 47 07 04 📞 06 93 41 96 62 📠 09 72 14 17 50
<http://competences-relationnelles.com> 📧 mthomas@competences-relationnelles.com Siret 488 147 786 000 21 APE 8559A FP n° 41 57 02521 57