

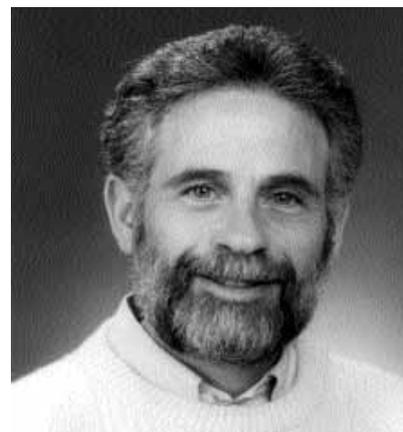
# Gabriella Schwind

parle de

## Paul Linden



*Gabriela Schwind  
organise les séminaires  
de Paul Linden.  
Pourquoi a-t-elle accepté  
cette responsabilité ?  
Bonne question, car,  
comme elle le dit elle-  
même :*



*« Ce n'est pas seulement une partie de plaisir ; plier des prospectus pendant des heures et les glisser dans des enveloppes..., l'attente des inscriptions ! Mais dès le début du séminaire je sais pourquoi je me suis donné tant de mal : ce sont sa présence, son humour et sa générosité qui m'émeuvent. Il incarne son message : " power and love ". Comme on dit en anglais " He walks his talk " ( Il fait ce qu'il dit, ndlr ) ».*

***Gabriela, cela fait déjà plusieurs fois que tu organises un séminaire avec Paul Linden en Allemagne. Qu'est-ce qui t'a motivée à accepter cette responsabilité ?***

J'ai appris à connaître Paul et son travail sur les expériences traumatiques il y a environ trois ans. Il donnait alors pour la première fois un séminaire en Allemagne, à la « Somatics Academy » et j'y ai alors participé.

Les participants ont été tellement enthousiasmés par Paul ainsi que par son approche « Winning is Healing », qu'ils ont voulu à tout pris continuer à travailler avec lui. On m'a demandé si je voulais prendre la responsabilité de l'organisation. Comme j'étais tout aussi enthousiaste qu'eux et disposée à aider à la diffusion du travail de Paul, j'ai alors accepté. Depuis, j'ai

organisé six séminaires avec Paul, qui se déroulent respectivement au printemps et en automne.

« Pourquoi je le fais ? » Je me suis souvent posé cette question, car ce n'est pas seulement une partie de plaisir. L'enthousiasme s'est souvent dissipé, lorsque je devais plier des prospectus et les glisser dans des enveloppes pendant des heures. Le plus dur était néanmoins les semaines d'attente avant qu'il y ait suffisamment de participants pour pouvoir dire à Paul : « achète ton billet d'avion et arrive ! ».

Mais c'est au plus tard dès le début du séminaire que je savais pourquoi je m'étais donné tant de mal : ce sont sa présence, son humour et sa générosité qui m'émeuvent. Il incarne son message : « power and love ». Comme on

dit en anglais « He walks his talk » (Il fait ce qu'il dit). J'apprécie beaucoup la profondeur, l'authenticité et la spiritualité de Paul. Il est aussi une personne très humble.

Paul travaille de manière pragmatique en partant des expériences corporelles. Un outil important de son travail est l'aïkido. Il utilise des séquences de travail issues de l'aïkido pour la préparation, l'échauffement, la musculation ainsi que le soir, pour harmoniser le travail de groupe. Dans le travail individuel, Paul s'inspire de certaines techniques et prises d'aïkido pour nous apprendre à répondre d'une façon plus adéquate à une situation ancienne où nous n'avons pas été capables de conserver notre intégrité. En d'autres mots, Paul nous apprend à transformer une situation vécue comme un échec en une situation gagnante.

A maintes reprises, j'ai été témoin de ce sentiment de « victoire » (Winning) chez de nombreux participants et j'ai aussi pu le ressentir moi-même. C'est un sentiment qui prend des formes très diverses, depuis l'ébahissement devant l'éveil progressif de la perception à différentes émotions de plénitude et de joie.

Ce travail a vraiment le pouvoir de nous guérir, car on franchit le pas de la situation de victime à celle d'acteur autonome. Ce sentiment de « victoire » est vraiment un acte de guérison ("Winning is Healing") et c'est pour cela que je continue de travailler avec Paul.

***Ce que tu évoques est un résultat direct, mais quel est le résultat final de cette recherche?***

En fin de compte, l'objectif de ces séminaires est de permettre aux participants de vivre leur vie, et les défis qu'ils rencontrent, de façon plus consciente, authentique et joyeuse. Aussi qu'ils soient capables de transmettre ces expériences et ce savoir à d'autres. En somme, ils ont ainsi la possibilité d'adopter une attitude de « power and love » (confiance et amour) au lieu d'une attitude de « fear and anger » (peur et colère). La motivation du travail de Paul se résume en cette phrase de son ebook – « Reach Out : Body Awareness Training for Peacemaking » :

« Si tu travailles à guérir tes propres peurs et ta propre haine, tu travailles vraiment à l'amélioration du monde tout entier. Si tu aides d'autres à incarner la paix, tu travailles en réalité non seulement à la sauvegarde de ces quelques

personnes, mais à la sauvegarde du monde tout entier. Cela en vaut la peine ».

***Est-ce qu'il y a un concept derrière l'enchaînement des séminaires ?***

Au départ, il y avait le souhait de voir naître un programme de formation qui aurait débouché sur l'obtention d'un certificat « Formateur BIM (Being-in-movement) ». Paul a donc commencé à élaborer un concept qui puisse s'adapter à la grande distance qui nous sépare (de Columbus dans l'Ohio à Munich, en Allemagne), c'est à dire que l'idée était de travailler plusieurs fois par an, pendant des périodes d'environ cinq jours, et cela pendant plusieurs années. Pour beaucoup de participants, cela a naturellement quelque peu chamboulé l'organisation des vacances, ainsi que la planification des ressources budgétaires.

Un problème supplémentaire qui me concernait directement en tant qu'organisatrice, était que le travail de Paul demeurait encore relativement méconnu en Allemagne et dans le reste de l'Europe. Cela rendait difficile la constitution d'un groupe de travail solide, susceptible de pouvoir se maintenir sur une période de plusieurs années.

C'est pourquoi Paul a proposé une formule plus souple. Nous avons organisé une série de séminaires avec l'espoir de voir se constituer un « groupe noyau » qui serait intéressé par une formation durable, tout en donnant la possibilité à de nouveaux participants de venir découvrir le travail de Paul pendant les deux premières journées de stage.

L'année dernière, d'anciens participants ont d'ailleurs commencé à organiser des présentations et des stages pour Paul dans leurs pays respectifs, comme par exemple à Berlin ou à Vienne. Au printemps, Paul sera à Dublin et je sais aussi qu'une participante prévoit de créer quelque chose à Brighton.

Entre-temps, d'autres groupes de la région de Munich profitent de la venue de Paul en Europe pour le faire intervenir au sein de leurs propres thématiques. Ainsi, il a par exemple contribué au congrès « Aiki-Extensions » d'Augsbourg (cf. l'article paru dans le numéro 36 D de l'édition allemande d'Aikijournal. Ndlr), il est invité dans différents dojos d'aïkido pour enseigner et a donné en novembre dernier une conférence devant un groupe de médiateurs de conflits. Pour le mois de mai prochain, j'ai tellement de

demandes qu'il interviendra pendant toute une semaine dans des contextes très différents.

Tout cela a contribué à faire connaître le travail de Paul et à attirer un plus grand nombre de personnes vers ses séminaires. Cela nous conduit actuellement à penser à un nouveau concept de formation qui prenne en compte les différents aspects de son travail et qui débouche sur l'obtention de différents grades.

- Le premier échelon (ou grade) servirait à l'enseignement postural ainsi qu'aux exercices de décontraction.
- Le deuxième échelon servirait à la gestion pacifique (Peacemaking), comme l'appelle Paul, en d'autres mots, à la résolution des conflits et à la médiation.
- Le troisième échelon concernerait plus spécifiquement le « Travail Traumatique » (donc le travail que nous effectuons dans le cadre de « Winning is Healing »)
- Enfin, la dernière étape serait destinée à l'ergonomie et à l'amélioration du mouvement (en d'autres termes, comment puis-je mieux jouer du piano, au golf, mieux m'asseoir pendant que j'utilise mon ordinateur ou tout simplement améliorer mon aikido).



La suite au prochain numéro 15F ■ ■ ■