

FREDERIC HURTEAU ET LA SYNCHRONICITÉ

AUTEUR : © Frédéric Hurteau (tous droits réservés)

SOURCE/LIEN : www.psychologietranspersonnelle.com

Extrait de l'entrevue à Paris de Frédéric Hurteau M.Ps.T. à la journaliste Céline Andrillon.
Frédéric Hurteau M.Ps. directeur-fondateur du Centre de Psychologie Transpersonnelle du Québec conférencier et formateur en Psychologie Transpersonnelle, au Québec et en France.

Frédéric Hurteau est spécialisé dans les domaines de la spiritualité et de la psychologie transpersonnelle. Il a développé une approche pratique de la synchronicité, basée sur l'observation attentive des signes et des coïncidences qui se présentent dans notre vie quotidienne. Il propose des exercices et des techniques pour développer notre sensibilité à ces signes, et pour les interpréter de manière à découvrir leur sens profond et leur portée dans notre vie. Selon Frédéric Hurteau, la synchronicité peut être un outil précieux pour nous aider à comprendre notre chemin de vie, à reconnaître nos dons et nos talents, à surmonter nos peurs et nos blocages, et à atteindre nos objectifs les plus profonds. Il considère que la synchronicité est un aspect essentiel de notre croissance spirituelle et de notre développement personnel.

Le hasard existe-t-il ?

Non absolument pas ! C'est un terme rassurant qui fait l'affaire des sceptiques pour ne pas accepter les événements qui se produisent dans la vie hors du contrôle empirique et rationnel et leur donner un caractère accidentel et occasionnel. Jung disait que lorsqu'on est bien dans sa peau, détendu et présent on est presque toujours en état de vivre les synchronicités.

Qu'est-ce que la synchronicité ?

C'est le bon événement extérieur qui arrive au bon moment en harmonie avec une énergie intérieure précise, un besoin à combler, une harmonie à retrouver, une blessure à guérir, une opportunité de grandir à saisir, un passage à effectuer. C'est l'harmonisation de l'intérieur et de l'extérieur dans un moment privilégié de présence. Souvent on n'y prête pas attention à cause de notre raisonnement. Notre pire ennemi est notre ego qui a peur, peur de se faire avoir, qui n'a pas confiance. Je vis plusieurs mois par an en Asie et pendant cette période je suis souvent en synchronicité. Plus que chez moi, parce qu'en Amérique j'ai une vie stressante. Je vis dans une culture où l'on court tout le temps. C'est une énergie d'excellence, de compétition, de méfiance et de jugements; une attitude trop souvent négativiste et défaitiste. En Asie, le point de départ est mystique et intérieur.

Pour se saluer, on fait un geste de paix : le wai . Chaque jour, plusieurs moments sont consacrés à la prière. Tous les hommes iront à un ou plusieurs moments de leur vie, trois semaines ou plus, faire l'expérience de la vie de bonze au temple. Le silence fait partie intégrante du quotidien. En Occident, on fait silence une minute pour souligner le décès d'une personne célèbre. C'est incroyable ! On parle tout le temps ! On oublie de fréquenter le doux territoire du silence.

Chaque hiver, lorsque j'accueille des québécois et des français pour leur faire découvrir une partie de l'Asie du Sud -Est au cœur des gens, , le silence fait partie intégrante du voyage. Le grand poète et chansonnier québécois Gilles Vigneault disait:

"Dans la forêt, si tu parles tout le temps, tu ne vois rien, tu n'entends rien et tu ne sens rien !"

Frédéric Hurteau M.Ps.T.

Directeur du Centre de Psychologie Transpersonnelle du Québec

Site web : www.psychologietranspersonnelle.com

Courriel : universneuf@gmail.com