



COLLOQUE

LE DEUIL, PARLONS-EN !

À L'ÉCOLE DE JEAN MONBOURQUETTE

Vendredi 19 novembre et samedi 20 novembre 2021
Centre spirituel du Hautmont - Mouvaux (Métropole lilloise)

« Si tu poursuis ton deuil jusqu'à la prise de possession de l'héritage, tu seras habité d'une nouvelle présence, reconnaissable à la joie, la paix et la liberté qu'elle suscite en toi. » J.M.

Le deuil, première cause d'événement stressant dans la vie d'une personne.

Les enterrements en tout petit comité de ces derniers mois le rappellent cruellement : le deuil est présent dans nos vies et la privation de rituels d'au-revoir entrave l'expression salvatrice des émotions. Pour Jean Monbourquette,

- **ne pas faire son deuil mène à d'autres formes de mort, tels des moments dépressifs, un stress inhabituel, un mal-être sournois ou une culpabilité malsaine ;**
- **résoudre un deuil nécessite du temps, des étapes, un accompagnement ; cela permet de poser la question du sens de la perte et de grandir à la suite de cette épreuve.**

Raconter l'histoire du décès et celle de sa relation avec le défunt et obtenir une écoute bienveillante sont deux éléments nécessaires pour surmonter son deuil. *« C'est en racontant l'histoire de son deuil qu'on arrive à faire son deuil. »*

Un colloque pour transmettre une vision psychologique et spirituelle du deuil

Au Centre spirituel du Hautmont (Mouvaux) seront proposés aux 140 participants attendus :

3 Conférences plénières, un spectacle interactif, 13 ateliers (au choix) à retrouver sur le programme p. 10.
La spécificité de Jean Monbourquette par rapport aux autres approches du deuil ?

Tout en accueillant l'expression de leur souffrance elle propose aux endeuillés de vivre un chemin psychologique mais aussi spirituel.

- Par exemple l'étape d'**« échange de pardons »** avec le défunt qui atténue sentiment de culpabilité ou de colère.
- Ou encore l'intégration d'un **héritage, qui transforme ce deuil en chemin de croissance.** Il consiste à se réapproprier les qualités admirées chez l'être aimé. La personne endeuillée peut choisir de faire vivre en elle les talents légués par l'être cher.

Ce chemin est vécu comme très libérateur et pacifiant par ceux qui ont bénéficié de cet accompagnement, après un décès, une rupture conjugale, une perte d'emploi etc... *« Je ne subis plus, je renais à la vie »* témoigne François après le départ de sa femme et la lecture du livre *« aimer, perdre et grandir. »*

Contacts Presse :

Colloque : Laure Leslé T. 07 82 57 26 72 colloque@estimame.com

Association Monbourquette : Bénédicte de Dinechin T. 06 11 59 55 24 bj.dinechin@gmail.com

Sommaire

Présentation du Colloque Le deuil, parlons-en	1
1. « L'école Jean Monbourquette »	3
2. Jean Monbourquette, médecin de l'âme	3
3. L'association Estimame	3
4. Le processus du deuil au décès d'un proche, pour Jean Monbourquette	4
5. Au cœur de notre être, le Soi, notre centre spirituel.....	5
6. L'union de la psychologie et de la spiritualité	6
7. Différences entre travail au niveau de l'estime de soi (psychologie) et travail au niveau de l'estime du Soi (spiritualité)	7
8. Les principaux ouvrages de Jean Monbourquette.....	8
9. Un spectacle interactif le vendredi soir : « osez gagner votre vie sans la perdre »	9
10. Programme détaillé du colloque	10
11. Affiche colloque	11

1. « L'école Jean Monbourquette »

Elle se développe dans le monde entier. Jean Monbourquette est mort en 2011, mais son héritage est vivant et sa méthode unique. **Il propose un accompagnement de la personne dans ses dimensions psychologique et spirituelle** avec une pédagogie qui allie les ressources du *moi* conscient, et les richesses de l'inconscient. **Apprivoiser son ombre et se connecter à son âme sont source de croissance et de liberté intérieure.** Plus qu'une méthode, une réponse à une demande forte de nos contemporains en quête de connexion à une intériorité spirituelle. Une mise en lumière des ressources de chacun qui est une bonne nouvelle et lui permet de trouver sa place dans le monde et du sens à sa vie.

Sa pédagogie est transmise aujourd'hui grâce à :

- **Des livres de référence** best-sellers sur le pardon, l'estime de soi, le deuil etc.
- **Une école de formation d'animateurs accrédités** : fondé il y a 6 ans, le cursus de formation garantit la pérennité de la pédagogie de J.M. . A ce jour près de 70 personnes sont en formation, et 32 animateurs d'ateliers accrédités. Un bel élan pour une toute jeune école, qui ambitionne de permettre à chacun de découvrir et se former à une approche de la psychologie héritière de Jung, mais aussi de Frankl ou encore de la PNL. A sa tête Isabelle d'Aspremont, collaboratrice de J.M. pendant 10 ans et co-auteur de certains de ses livres.
- **Des ateliers « tout public » sur le deuil, le pardon, la mission de vie ou de l'estime de soi à l'estime du Soi.** D'une durée de 2H à ... 6 jours, ils proposent un développement personnel concret et respectueux de toutes croyances. Ils offrent dans toute la France une pédagogie basée sur l'expérimentation, attentive à la croissance de l'homme en prenant en compte toutes ses dimensions : corporelle, psychologique et spirituelle.

2. Jean Monbourquette, médecin de l'âme

Prêtre et docteur en psychologie, Jean MONBOURQUETTE (1933-2011), a été professeur agrégé à l'Université Saint-Paul, à Ottawa. Conférencier apprécié, il a animé des centaines d'ateliers de développement personnel au Québec et en Europe. Ses recherches ont porté sur les rapports entre la psychologie et la spiritualité, notamment en ce qui concerne la dynamique du deuil, l'accompagnement des mourants, le pardon et l'estime de soi. Jean Monbourquette a été un des pionniers au Canada dans l'accompagnement du deuil notamment dans l'animation de groupes de parole. Il est l'auteur de plusieurs best-sellers dont certains ont été traduits en 12 langues : *Aimer, perdre et grandir, Comment pardonner ? À chacun sa mission, De l'estime de soi à l'estime du Soi, Stratégies pour développer l'estime de soi et du Soi.*

3. L'association Estimame

Fondée en 2010, elle a pour mission de poursuivre son œuvre en accompagnant les personnes dans leur croissance psychologique et spirituelle.

Elle forme des animateurs certifiés à chaque thème de la pédagogie Monbourquette. Elle souhaite promouvoir des ateliers ou conférences permettant de bénéficier de son héritage et diffuser son travail au plus grand nombre. Son site permet de trouver un atelier près de chez soi, de faire une demande d'entrée en formation ou encore de trouver des documents inédits (articles, vidéos, ITW) de Jean Monbourquette.

4. Le processus du deuil au décès d'un proche, pour Jean Monbourquette

LE CHOC ET LE DÉNI

Dans les premiers moments suivant le décès, la personne endeuillée peut éprouver un sentiment d'irréalité et avoir l'impression de vivre un mauvais rêve. C'est une période d'engourdissement émotionnel pendant laquelle la personne a le sentiment de vivre de la confusion.

L'EXPRESSION DES ÉMOTIONS

Peu à peu, la personne prend conscience de la réalité de la perte et accède à son vécu émotionnel. Il s'agit d'une période de grande désorganisation et de vulnérabilité. Les personnes endeuillées peuvent se sentir submergées par un flot d'émotions toutes aussi légitimes les unes que les autres : tristesse, ennui, colère, culpabilité, honte, angoisse, abandon, soulagement, libération.

LES TÂCHES CONCRÈTES RELIÉES AU DEUIL

À mesure que progresse le travail émotionnel, certaines tâches concrètes liées au deuil restent à accomplir. Il s'agira par exemple de réaliser les promesses faites au défunt, de prendre le temps de lui dire ce qu'on n'a pas eu l'occasion de lui dire, de se départir à son rythme des objets qui lui ont appartenu, d'accomplir certains rituels.

LA QUÊTE D'UN SENS

La mort peut provoquer une crise existentielle où le sens de la vie est profondément ébranlé. Certaines réflexions profondes s'imposeront à ce moment à la personne en deuil.

Quel bilan fait-elle de cette épreuve?

A-t-elle découvert de nouvelles ressources en elle?

A-t-elle fait de nouveaux apprentissages?

Quel sens sa vie prendra-t-elle après la mort de la personne aimée?

L'ÉCHANGE DES PARDONS

Chaque relation porte son lot de blessures. Pour atténuer ses sentiments de culpabilité et de colère, la personne endeuillée aura besoin de pardonner au défunt certains de ses manquements ou simplement d'être parti trop tôt. En retour, elle devra également se pardonner de l'avoir aimé imparfaitement, car il n'existe pas de relation parfaite.

LE « LAISSER PARTIR »

La personne endeuillée s'autorise à poursuivre sa vie sans l'autre pour réinvestir sa propre vie.

L'HÉRITAGE

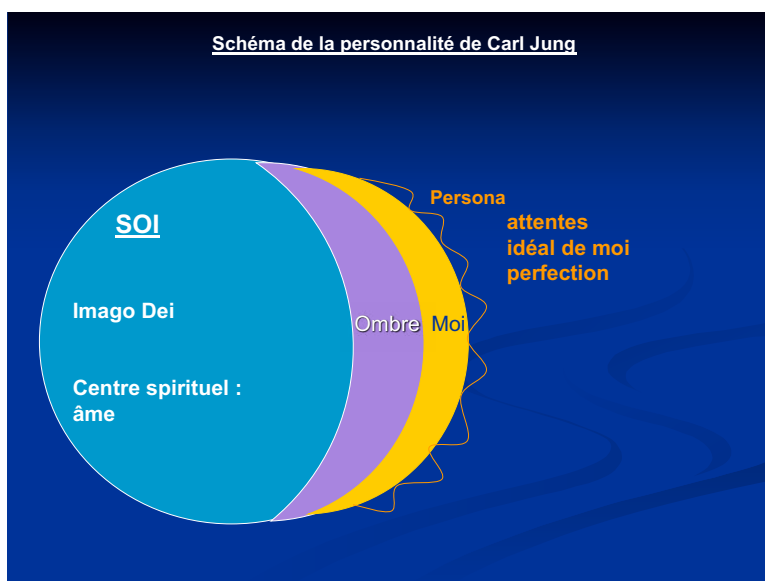
L'héritage spirituel consiste à se réapproprier tout l'amour et les rêves dont l'être aimé aura été l'objet par ses projections. Il s'agit maintenant pour la personne endeuillée de faire vivre en elle les forces léguées par l'être cher.

Au terme du deuil, la personne endeuillée se sent habitée d'une nouvelle présence : la relation est alors intériorisée. Un regain d'énergie, un nouvel état d'équilibre et un sentiment de paix s'installent.

D'après *Excusez-moi, je suis en deuil*, de Jean Monbourquette et Isabelle d'Aspremont, résumé de Sophie C.

5. Au cœur de notre être, le Soi, notre centre spirituel

Le schéma de la personnalité de C. Jung, base de l'approche de Jean Monbourquette



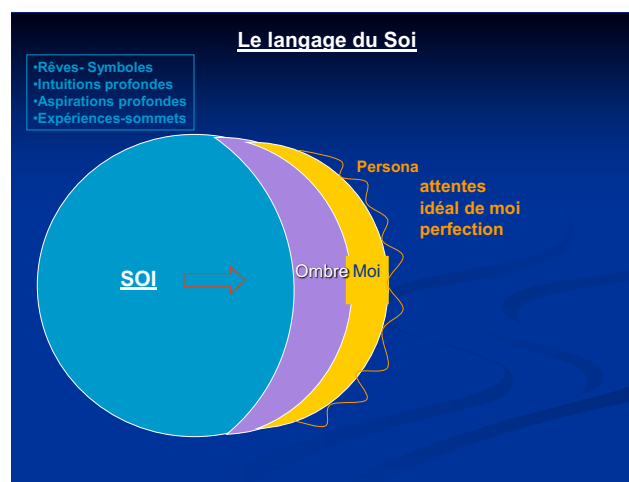
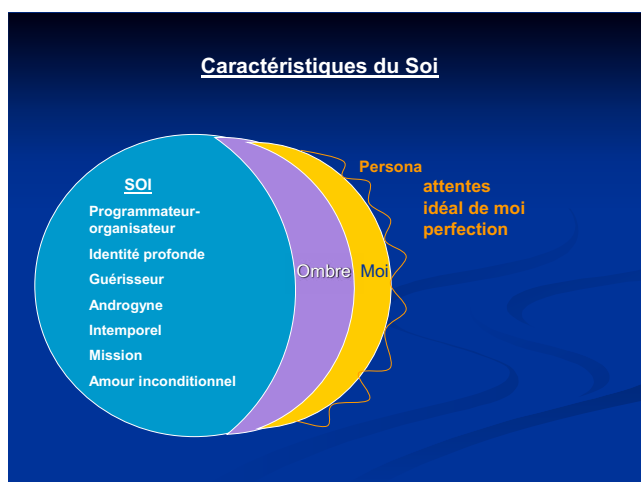
La persona : Partie de la personnalité qui correspond à l'adaptation aux attentes réelles ou imaginaires de la société, de l'entourage et de la culture au contact desquels l'individu a grandi

Le moi : Centre psychologique de sensations, d'émotions et de sentiments, de paroles, de croyances, de besoins, de désirs, de volonté, de fantaisies, de pensées, etc... - reflet distant du Soi

L'ombre : Face cachée de la *persona* publique formée de sensations, d'émotions, de sentiments, d'habiletés et d'aptitudes que l'individu a enfouis dans l'inconscient par peur du rejet social

Le Soi : Âme habitée par le divin - centre spirituel

Quels sont les caractéristiques et le langage du Soi ?

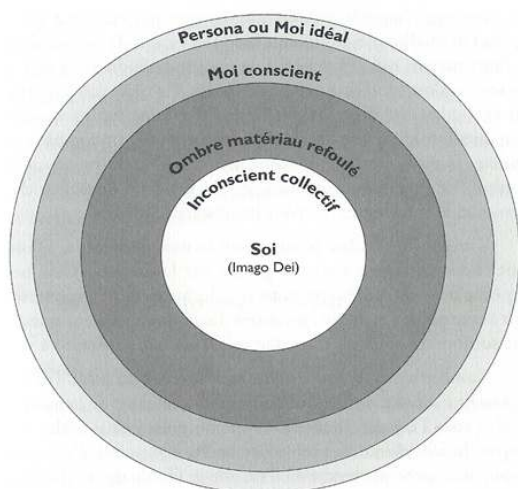


6. L'union de la psychologie et de la spiritualité

Le modèle anthropologique de Jean Monbourquette articule naturellement psychologie (niveau du moi conscient) et spiritualité (niveau du Soi), estime de soi et estime du Soi.

Son universalité le rend particulièrement précieux et pertinent : l'expérience de la présence et de l'articulation du moi et du Soi en tout être humain dépasse les frontières religieuses, culturelles ou sociales.

**Schéma de la personnalité de Jung
vu sous un autre angle**



Pour Monbourquette, l'être humain doit marcher sur ses deux jambes (psychologie et spiritualité) pour tenir debout : « *Je suis convaincu, écrit-il, que la maturité spirituelle exige un 'je' fort sur le plan psychologique et que la croissance psychologique de l'ego est tronquée si elle ne s'appuie pas sur le soin de l'âme ou sur les ressources spirituelles* ».

(De l'estime de soi à l'estime du Soi, Novalis, p. 11)

Ainsi, s'il y a des spirituels qui méditent sur un volcan (dénier de la dimension psychologique), il y a aussi des psychologues qui négligent leur être profond (dénier de la dimension spirituelle). Nous sommes appelés à croître aux plans psychologique et spirituel.

Pour Monbourquette, l'enjeu d'une croissance humaine complète passe par le développement de l'estime de soi et par celui de l'estime du Soi.

Quoique complémentaire, le travail à ces deux niveaux exige des démarches différentes :

« L'estime de soi, faite d'amour de soi et de confiance en soi, exige des efforts soutenus d'intelligence et de volonté (...).

L'estime du Soi a d'autres exigences : elle demande de cultiver la voie du détachement et d'accueillir les messages symboliques venus de l'inconscient. Au lieu de s'efforcer de s'aimer et d'acquérir de la confiance en soi, celui qui cultivera l'estime du Soi devra se laisser aimer d'un amour inconditionnel et guider dans l'accomplissement de sa mission. Il devra exercer une passivité active. L'acquisition de l'estime de soi et de l'estime du Soi pose donc un double défi ».

(De l'estime de soi à l'estime du Soi, Novalis, p. 12)

JEAN MONBOURQUETTE

De l'estime de soi à l'estime du Soi

De la psychologie à la spiritualité



NOVALIS

7. Différences entre travail au niveau de l'estime de soi (psychologie) et travail au niveau de l'estime du Soi (spiritualité)

Estime de soi	Estime du Soi
<p>Objectif : S'occuper de l'ego et de sa survie physique, émotionnelle, intellectuelle et sociale.</p>	<p>Objectif : Découvrir son être spirituel, se laisser conduire par son âme pour se déployer en plénitude.</p>
<p>Type de travail : D'ordre psychologique et volontaire (= activité du moi).</p>	<p>Type de travail : D'ordre spirituel, il relève de l'éveil à l'action du Soi (= passivité active !).</p>
<p>Moyens utilisés : Renforcement de l'estime de soi pour sa personne et pour ses compétences par un travail sur les paroles que l'on se dit, sur le regard que l'on se porte et sur le ressenti, ainsi que par un travail sur l'affirmation de soi.</p>	<p>Moyens utilisés : Utilisation des voies négative (travail sur le deuil et l'ombre notamment), symbolique et de rayonnement du Soi pour permettre l'expression et le déploiement de notre être profond.</p>
<p>Résultat : Développement harmonieux aux deux niveaux :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ De l'estime de soi pour sa personne (= <i>amour de soi</i>) ➤ De l'estime de soi pour ses compétences (= <i>confiance en soi</i>). 	<p>Résultat : Le travail au niveau de l'estime du Soi permet :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ De se savoir accepté et aimé d'une façon inconditionnelle ➤ De se sentir en harmonie avec les profondeurs de soi-même et de l'Univers ➤ D'acquérir une sagesse particulière ➤ De guérir par la conciliation en soi des parties opposées de son être ➤ De découvrir sa mission personnelle.
<p>En langage du développement personnel : Agir - Être responsable, autonome - Prendre sa vie en main.</p>	<p>En langage du développement personnel : Être agi - Lâcher prise - Accepter ce qui est.</p>
<p>L'approche est donc particulièrement complète et permet d'aborder des thèmes a priori opposés ou en tension, de travailler à des niveaux différents de la personnalité, de manière à la fois différenciée et unifiée.</p>	

Lorsqu'il traite des blessures inhérentes à toute vie humaine (offenses et deuil notamment), J. Monbourquette articule de manière particulièrement claire et heureuse démarche psychologique et démarche spirituelle, travail psychologique sur les émotions vécues dans un premier temps (culpabilité, honte, tristesse...), puis ouverture au sens de la blessure vécue et à la grâce du pardon donné.

Ainsi,
Comment pardonner ?
et Aimer, perdre et grandir
 explicitent particulièrement bien
 cette articulation entre psychologie et
 spiritualité, estime de soi et estime du Soi.



8. Les principaux ouvrages de Jean Monbourquette

Les best-sellers



Aimer, perdre et grandir (comment parcourir le chemin du deuil), *Apprivoiser son ombre* (reconnaître et intégrer le côté refoulé en soi), *Comment pardonner* (soigner les blessures d'une vie) et *A chacun sa mission* (trouver ce à quoi nous sommes appelés dans la vie), en plus d'être des ouvrages utiles à chacun, sont particulièrement profitables à toute personne pratiquant la psychothérapie ou la relation d'aide.

Les manuels pratiques



Et encore...



Le guérisseur blessé (comment devenir un authentique thérapeute en ayant pris soin de sa propre vulnérabilité) permet de comprendre la spécificité de la posture d'un accompagnement Monbourquette.

9. Un spectacle interactif le vendredi soir : « osez gagner votre vie sans la perdre »

Odile Crouigneau

Artiste-coach-entrepreneuse, Odile a créé le spectacle interactif « Osez gagner votre vie sans la perdre », joué devant plus de 2000 personnes, notamment au Théâtre de la Contrescarpe à Paris, et publié le livre-CD du même nom. Elle a fondé l'école inversée « les troubadouresses », pour permettre aux créatifs contrariés de mettre en lumière leur talent caché dans leur blessure en montant sur scène, avec la méthode JOA.

Spectacle interactif « Osez gagner votre vie sans la perdre »

Un one-woman-show unique en son genre, mêlant enseignements, chansons originales et mini-ateliers pour se réconcilier avec ses blessures, car comme disait Michel Audiard : « Heureux les fêlés, ils laisseront passer la lumière. »



ODILE CROUIGNEAU. 06 63 45 36 27. Osez gagner votre vie sans la perdre

[Pour voir la Bande-annonce du spectacle cliquez ici](#)

10. Programme détaillé du colloque

PROGRAMME DU COLLOQUE

- 18h30 ACCUEIL ET COLLATION
- 19h15 OUVERTURE DU COLLOQUE
PAR JÉROME DE DINECHIN
Président d'Estimame
- 19h30 CONFÉRENCE SUR LE THÈME
"Finitude, solitude et incertitude :
philosophie du deuil"
PAR JEAN-MICHEL LONGNEAUX
*Docteur en philosophie, conseiller en éthique
dans le monde de la santé et de l'éducation*
- 21h00 SPECTACLE INTERACTIF
"Osez gagner votre vie sans la perdre"
PAR ODILE CROUÏGNEAU

SAMEDI 20 NOVEMBRE 2021

- 9h00 CONFÉRENCE SUR LE THÈME
"Parcours d'adieux, chemins de vie,
l'importance des rituels funéraires"
PAR CHRISTIAN DE CACQUERAY
Fondateur du Service Catholique des Funérailles
- 10h45 Atelier au choix* (sur inscription)
- 12h30 Repas
- 13h45 Atelier au choix* (sur inscription)
- 15h30 Atelier au choix* (sur inscription)
- 16h45 CONFÉRENCE SUR LE THÈME
"L'héritage spirituel,
véritable théâtre de l'âme"
PAR ISABELLE D'ASPREMONT LYNDEN
*Fondatrice avec Jean Monbourquette de
l'association Estimame*
- 18h00 Fin du colloque

LISTE DES ATELIERS (*3 AU CHOIX)

- ✓ THÉRAPIE DES SCHÉMAS ET ÉMOTIONS SUR
L'EXEMPLE DU SENTIMENT D'ABANDON
PAR LE DR PHILIPPE WÜTHRICH
- ✓ LE PARDON DANS LE PROCESSUS DE DEUIL
- ✓ PERTE ET MISSION DE VIE
- ✓ LES GROUPES D'ENTRAIDE
- ✓ DEUIL ET MUSICOTHÉRAPIE
- ✓ LE DEUIL CHEZ L'ENFANT ET L'ADOLESCENT
- ✓ DEUIL ET MORT TRAUMATIQUE
- ✓ SOULCOLLAGE®
- ✓ LES RUPTURES DANS LES RELATIONS AFFECTIVES
- ✓ S'EXERCER AUX DÉTACHEMENTS VOLONTAIRES
- ✓ M'ACCUEILLIR AVEC MES ÉMOTIONS
- ✓ COMMENT RÉORGANISER SA VIE EN PÉRIODE DE
DEUIL
- ✓ LA MORT, ÇA S'ATTRAPE ?
- ✓ ART-THÉRAPIE EN FIN DE VIE
- ✓ RÉ-ENCHANTER NOS VIES

INSCRIPTION OBLIGATOIRE ✎

-  www.billetweb.fr/colloque-deuil
- 25€ FORMULE : vendredi 19 novembre
uniquement
- 100€ FORMULE : colloque entier
ateliers, repas compris, conférences

CONTACT

-  colloque@estimame.com

11. Affiche colloque



LE DEUIL PARLONS-EN !

À L'ÉCOLE DE JEAN MONBOURQUETTE

19/20
NOVEMBRE
2021

AU CENTRE SPIRITUEL DU HAUTMONT
À MOUVAUX - FR (59)

CONFÉRENCES ET ATELIERS AVEC LA PARTICIPATION DE

CHRISTIAN DE
CACQUERAY
Fondateur du Service
Catholique des
Funérailles

JEAN-MICHEL
LONGNEAUX
Docteur en
philosophie

PHILIPPE
WÜTHRICH
Psychiatre

+ SPECTACLE INTERACTIF PAR ODILE CROUÏGNEAU

Découvrez le programme et inscrivez-vous en ligne

 www.billetweb.fr/colloque-deuil

Colloque
organisé par
l'association
Estimame



 CONTACT

Email : colloque@estimame.com
Téléphone : +33 7 82 57 26 72

