

# Aux frontières de la psychologie

## J'AI PARTICIPÉ A UN SÉMINAIRE ALPHA

La dynamique mentale arrive en France



n° 56

*Le pouvoir du subconscient peut être éveillé par des méthodes purement mentales*

La pensée d'un vieil ami dont vous avez perdu la trace depuis des années et, le lendemain, un coup de téléphone de lui. Un rêve prémoniteur qui se réalise. L'impression soudaine que ce moment présent, vous l'avez déjà vécu : c'était le même endroit, la même scène, les mêmes personnages, et vous aviez prononcé exactement les mots que vous venez de dire. Une inquiétude pour un être cher et, trois jours plus tard, le douloureux télégramme... Il n'est personne au monde qui n'ait, dans sa vie, connu de semblables expériences et ne se soit posé, ne fût-ce que momentanément, le problème éternel de l'esprit humain. Comment fonctionne-t-il ? L'homme est-il un être enfermé dans des catégories de temps, d'espace et de sensations définies ? Ou bien existe-t-il d'autres plans et dimensions d'expérience et de mémoire ? Existe-t-il un monde paranormal qui n'obéisse pas aux lois - naturelles connues ?

Depuis 5 ans, on assiste à un retour en force des expériences et des théories tendant à démontrer que le spirituel n'est pas réductible au rationnel et que le mystère et l'inconnu cernent de toute part l'existence humaine. Aux Etats-Unis, par exemple, la mode de la parapsychologie bat son plein.

**Une des nombreuses modes qui agitent l'Amérique**

Dans un livre paru au printemps dernier aux éditions Calmann-Lévy, « la Révolution des cerveaux », Marilyn Ferguson consacre un chapitre à l'extraordinaire développement, depuis 10 ans, des expériences, travaux et recherches sur les rythmes lents du cerveau. Alpha, écrit l'auteur, est devenu le jeu de salon du siècle. Aux Etats-Unis, il n'est pas une université, pas une ville de moyenne importance où ne s'organisent des séminaires pour permettre à des personnes de tous âges, de toutes classes, de toutes conditions d'apprendre le « Mind Control ». A The Reseda, en Californie, la Biomeditation Society combine les méthodes traditionnelles de la méditation avec le bioscope, appareillage de feedback muni d'une sonnerie et d'écouteurs. Un moniteur

enseigne à l'élève à produire des ondes alpha d'une ampleur progressivement accrue en vue d'approfondir sa méditation. Des appareils de biofeedback, électroencéphalographes miniatures, sont aujourd'hui commercialisés à l'usage des particuliers, bien que n'ayant pas l'aval des laboratoires de recherche. Malgré leur prix relativement élevé (deux cent cinquante dollars), ils se vendent très facilement. Des constructeurs ont adjoint à leur production des appareils portatifs à électromyogrammes qui servent, pour l'utilisateur, de guides permettant de réduire sa tension musculaire à des niveaux très inférieurs à ceux qui peuvent être obtenus par relaxation normale.

**Un soir de mars, dans une tour à Montparnasse**

L'inconvénient de ces expériences, dont je lis le récit depuis des années dans des livres et des magazines français ou anglo-saxons, c'est qu'elles se déroulent toutes aux Etats-Unis. Pour des raisons tant personnelles que professionnelles, j'étais curieux d'expérimenter ces techniques, et je m'étais résolu à aller aux Etats-Unis. C'est à ce moment que, presque par hasard, je fus convié à participer à un « Séminaire alpha de dynamique mentale », en plein Paris, au premier étage d'une tour du XV<sup>e</sup> arrondissement.

Cela se passe en mars dernier. Nous sommes une vingtaine : psychologues, cadres, étudiants, chefs d'entreprise, mères de famille. Le séminaire se déroule en seize cycles d'une heure et demie chacun. La première session a lieu le vendredi soir de 20 h 30 à minuit. On travaille ensuite toute la journée du samedi, de 9 h à 19 h, avec pause et déjeuner sur place. Même horaire le dimanche. Séances de rappel, en soirée, le lundi et le mardi de la semaine suivante. Les cycles sont dirigés à tour de rôle par trois garçons qui sont venus à la parapsychologie à partir de la psychologie industrielle et commerciale, et qui ne totalisent pas quatre-

I. M. Ferguson ; *la Révolution* (Paris. Calmann-Lévy, 1974).

vingt ans à eux trois : Christian Godefroy, Jean-Claude Gimet et Philippe Lecomte. Explications théoriques et exercices pratiques sont toujours étroitement imbriqués dans un cycle.

Christian Godefroy, responsable du séminaire et directeur de Sodiact-Formation, nous explique d'abord que l'objet de notre rencontre est de nous apprendre à mieux maîtriser nos états de conscience. Le séminaire a été baptisé « alpha » parce que ce mot est à la mode. Ici, nous ne vérifions pas expérimentalement, c'est-à-dire avec un électroencéphalgraphe, si nous produisons un rythme alpha. Cependant, ce rythme apparaît souvent en nous à différents moments du sommeil. Il est aussi caractéristique de certains états de méditation profonde que connaissent les yogi et les moines en prière.

« C'est le psychiatre Hans Berger, déclare Christian Godefroy, qui découvrit les ondes alpha en 1929. Il essayait de mettre en évidence l'existence d'ondes télépathiques grâce à l'électroencéphalographie qu'il avait déjà mise au point en 1924. Les ondes alpha sont des ondes électriques cérébrales de dix cycles par seconde en moyenne. Berger baptisa « alpha » ce rythme sinusoïdal, le plus étonnant des rythmes cérébraux par sa régularité. La découverte de Berger resta pratiquement ignorée pendant cinq ans. En 1934, deux scientifiques anglais éminents, Edgar Adrian et B.C.H. Matthews, constatèrent à leur grande surprise que Berger avait raison : une activité aussi uniforme pouvait se produire chez un sujet conscient. Ils baptisèrent ce rythme du nom de Berger et vérifièrent qu'il correspondait à un état — situé "entre la veille et le sommeil" — de repos sensoriel et mental généralement total, les neurones étant en parfaite synchronisation. L'esprit atteint, lors de cet état, des niveaux de concentration liés à l'intuition et à l'imagination. Nous ne prétendons pas vous mettre ici en état alpha, mais vous aider plutôt à découvrir en vous-même ces états de concentration. Voici, par exemple, un exercice qui peut vous y aider. Il consiste à visualiser, les yeux fermés, les couleurs de l'arc-en-ciel. Les couleurs ont des longueurs d'onde différentes : c'est pourquoi le rouge excite, le vert repose et le violet endort. En les parcourant mentalement, dans l'ordre dégressif, on crée en soi des états de conscience de plus en plus relaxés. Nous utiliserons chaque couleur comme symbole d'un niveau de conscience. Et maintenant, au travail ! Allongez-vous tous sur la moquette... »

« Sept : rouge. Laissez aller votre corps complètement. Détendez-vous. Six : orange. Cinq : jaune... » La voix de l'animateur s'élève, lente, égale, suggestive. Pendant les quinze cycles suivants, les animateurs vont ainsi mêler explications théoriques et exercices pratiques. A chaque fois, quelques exercices de base : couleurs, descente mentale de 21 à 1, training autogène, seront répétés. Les associations créées vont être renforcées d'étape en étape pour arriver au stade du réflexe. En fin de séminaire, nous parviendrons en quelques secondes au niveau alpha de relaxation et de contrôle mental. Au terme de chaque cycle, nous « monterons », tels des scaphandriers mentaux, l'échelle des niveaux et des couleurs par paliers successifs. Il faut, en effet, éviter que le sujet entré dans un état de « supraconscience » ne soit ramené sans transition au niveau de l'éveil normal. A un degré moindre, l'effet sera comparable à celui produit sur un médium que l'on sort brusquement d'une transe.

#### Je découvre mes capacités parapsychologiques

Durant les 72 heures qu'a duré ce séminaire, je suis passé par des états d'âme variés. Agacé quelquefois à l'idée d'être manipulé par des animateurs habiles à provoquer en moi, par autosuggestion ou par induction hypnotique, les états de conscience souhaités ; curieux lorsque l'on nous annonçait que le prochain cycle était la construction d'un écran mental, d'un laboratoire mental ; sceptique avant le cycle de projection du mental hors du corps. Mais, dans l'ensemble, étonné de la facilité avec laquelle j'ai pu participer à cet entraînement parapsychologique et vivre en fin de séminaire une courte expérience de télépathie. En effet, lors du dernier cycle du lundi soir, il nous a été demandé de faire le diagnostic de l'état de santé d'une personne totalement inconnue. Nous travaillions par groupes de trois : un observateur prenait des notes, un « maître » donnait des instructions, un « élève » devenait le sensitif. J'ai d'abord été « maître » et Brigitte C. était « élève ». Sous ma direction, elle est descendue dans ses niveaux intérieurs et je lui ai soumis le cas de monsieur I.B., diplomate étranger vivant actuellement au Liban. Après quelques instants, Brigitte a commencé à se frotter la gorge et la poitrine et à décrire les symptômes d'une angine de poitrine. La femme du diplomate, qui avait soumis ce cas, a confirmé à 70 % l'exactitude des observations de

Brigitte. J'ai alors pensé que cette dernière était un sujet particulièrement entraîné, car c'était son troisième séminaire. Quand mon tour est venu, je me suis allongé sur le sol et Gérard m'a demandé d'étudier le cas de madame N.P., soixante-huit ans, habitant Dôle, dans le Jura : « Parcours, avec le regard de ton esprit, son corps de la tête aux pieds et dis-moi ce que tu aperçois. »

J'ai éprouvé d'abord le même sentiment que lors d'une expérience récente — et surprenante pour moi — de transmission de dessins avec le célèbre Uri Geller\*. Après quelques minutes d'attente pendant lesquelles je faisais un grand effort pour voir, je me suis dit que tout cela ne rimait à rien, que je n'étais pas doué pour la télépathie, et j'ai cessé de vouloir. C'est à ce moment-là que j'ai commencé à recevoir des impressions, au début confuses, mais qui se sont progressivement précisées. J'ai décrit une dame de taille moyenne, habillée de sombre, avec des cheveux frisés et blancs sur les tempes. Un nez fort, deux profondes rides encadrant la bouche. Je me suis frotté les hanches en indiquant que cette personne avait mal à cet endroit. J'ai dit qu'elle était seule dans une chambre et qu'elle souffrait de sa solitude, qu'elle avait mal à tous les membres, qu'elle portait des souliers noirs bien cirés...

Tout ce que j'ai dit pendant une vingtaine de minutes a été noté et soumis ensuite à Brigitte. C'était sa grand-mère dont je venais de diagnostiquer le cas. J'entends encore l'exclamation de Brigitte quand elle a lu mon diagnostic : « C'est dingue ! Tout est juste à part "habillée de sombre". » Et Brigitte nous a dit que sa grand-mère avait perdu son mari qu'elle adorait, il y avait trois ans, que depuis cette date son visage s'était creusé de deux profondes rides descendant des yeux vers le menton. Que depuis toujours sa grand-mère portait des souliers noirs. Qu'elle était en clinique avec une fracture du col du fémur...

« Transmission de pensée », m'a-t-on dit lorsque j'ai rapporté cette expérience. Mais on n'explique pas un phénomène en lui donnant un nom. « Vous avez des dons parapsychiques », m'a-t-on encore affirmé. Flateur, mais il faudrait supposer que les participants aux séminaires soient particulièrement sélectionnés, car 80 % d'entre eux parviennent à des résultats sinon toujours remarquables, du moins encourageants.

2. Jeune Israélien de vingt-six ans, arrivé récemment aux Etats-Unis, célèbre pour ses talents de télépathie et de psychokynésie. *Psychologie* a déjà parlé de lui dans le n° 51. ■ échos » anglais du n° 51.

Je m'en tiens provisoirement à l'explication que m'ont donnée Jean-Claude Gimet et Philippe Lecomte : c'est celle des Américains qui ont mis au point cette série d'exercices.

#### **L'apparition du subconscient dans le conscient**

« Les exercices que nous pratiquons ont pour objet de nous apprendre à développer une parfaite maîtrise de nous-mêmes. Cela peut sembler déliant ou ridicule, mais celui qui les pratique régulièrement obtient rapidement des résultats non négligeables : cesser de fumer, perdre ou gagner du poids, réaliser les objectifs qu'il se propose dans la vie courante, changer son humeur et sa relation avec autrui. Mais il peut encore améliorer sa santé, ses maladies psychosomatiques, aider les autres, développer des pouvoirs psychiques et parapsychiques qui semblent sommeiller en nous et n'attendre qu'une occasion d'être réveillés. »

Tout paraît reposer sur les pouvoirs du subconscient que la science moderne commence à explorer sérieusement. Le subconscient, c'est cette partie de notre inconscient qui peut remonter à la conscience et influencer notre conduite. Il entretient des liens profonds avec notre mémoire, notre vie psychique et sentimentale. Il affleure dans nos rêves et aussi dans ce que les analystes appellent nos actes manqués (lapses, hystéries, névroses). Ce pouvoir du subconscient peut être éveillé par des méthodes purement mentales ; dans le domaine de la santé et de la maladie, il réussit souvent là où toutes les autres thérapeutiques ont échoué, notamment dans les maladies fonctionnelles et nerveuses. Aujourd'hui, certains médecins de la clinique Mayo, aux Etats-Unis, reconnaissent honnêtement que des troubles organiques tenaces (affections cardiaques ou eczemas, par exemple) sont quelquefois guéris par des moyens mentaux sans que l'on ait recours aux drogues, aux traitements mécaniques ou à la chirurgie. De même, le subconscient conserve l'enregistrement parfait de toutes nos expériences et, lorsque les conditions favorables se trouvent réunies, chaque détail des histoires ensevelies dans notre passé peut être ressuscité. Ainsi le véritable secret d'une bonne mémoire n'est-il pas la faculté de conserver les impressions dans notre conscience claire, mais de savoir les enregistrer clairement, de les relier rationnellement et de les ramener à la surface de la conscience lorsque c'est nécessaire. Le subconscient ordonne et élabore

cette somme d'enregistrement du mental et semble avoir le pouvoir de penser pour son propre compte, c'est-à-dire de tirer des conclusions logiques des prémisses qu'on lui fournit. D'où l'importance de lui fournir des prémisses exactes et positives. Qu'est-ce, en effet, qu'un individu qui est souvent malade, qui a de mauvais rapports avec son entourage, à qui il arrive toutes sortes de malheurs et d'accidents ? Rien d'autre qu'une personne dont le subconscient est plein d'images et d'idées négatives : « Je n'ai pas de chance. Je ne suis pas intelligent. Je suis en train d'attraper cette maladie. Je n'y arriverai pas. » Une personne qui a « des idées noires », comme dit, le langage populaire. Pour supprimer ce conditionnement autodestructeur, tous les psychologues modernes, de Pavlov à Skinner, ont insisté sur la nécessité d'une attitude mentale positive. L'inventeur du brain-storming, Alex Osborne, dans ses séminaires de créativité, fut un des premiers à poser comme règle que toute critique était absolument prosaïque, car elle tuait « dans l'œuf » le jaillissement de l'imagination.

#### **Le principe de la méthode : la visualisation**

L'objectif des animateurs est d'aider leurs clients à introduire des idées positives dans leur subconscient. Les exercices préparatoires de chaque cycle ont pour objet de nous faire accéder à un niveau de conscience où notre subconscient affleure. Nous pouvons alors y introduire plus facilement les images et les formulations que nous voulons lui confier. Soumises au travail du subconscient, elles y feront seules leur chemin. Chacun en a fait l'expérience dans sa vie : il suffit de penser fortement à l'heure à laquelle nous devons nous réveiller le matin pour que nous soyons tirés du lit comme par une force invisible. De même, nous trouvons souvent, en nous réveillant, la solution des problèmes sur lesquels nous butons depuis plusieurs jours.

Un séminaire de dynamique mentale consiste tout simplement à systématiser et à rationaliser ce genre d'expériences. Vous pouvez, par entraînement mental, vous lever à n'importe quelle heure de la nuit, régulariser toutes vos fonctions corporelles, transformer votre manière de voir le monde ou jouir d'une totale égalité d'humeur. La technique, extrêmement simple, repose fondamentalement sur la visualisation. La visualisation très précise

d'un objectif suffit, en effet, à déclencher dans le subconscient un processus de réalisation ou d'actualisation. D'où l'exercice central du séminaire intitulé « l'écran mental ».

Je dois, les yeux clos, m'imaginer dans une salle dont un mur est recouvert d'un écran qui sera alternativement bordé de noir et de blanc. Lorsqu'il sera bordé de noir, je visualiserai tout ce qui ne va pas dans ma vie : des noms, des mots, telle scène, tel objet, telle personne dont je veux purger ma mémoire. Et je ferai disparaître cet écran mental. A l'inverse, sur l'écran bordé de blanc, j'imaginerai tel événement que je souhaite voir s'accomplir, tel organe de mon corps dont je veux améliorer le fonctionnement. Je me vois, par exemple, en train d'accomplir à la perfection, dans la facilité et la décontraction, l'acte difficile que j'aurai à faire demain ou dans trois mois : réussir un examen si je suis étudiant, une performance si je suis sportif, une œuvre d'art si je suis sculpteur, etc. Cette scène doit comporter le maximum de détails, être aussi présente à mon esprit qu'une scène de film. Plus même : je dois, en imagination, toucher les objets, sentir les odeurs, avoir conscience des volumes, faire jouer tous mes sens. Si je suis capable de la projeter avec assez de force et de précision, la suggestion sera tellement forte qu'elle aura tendance à se réaliser.

#### **J'ai appris à faire de mon esprit un laboratoire mental**

C'est la même technique que nous devons employer dans deux autres cycles du séminaire.

« L'image du moi » est un exercice qui consiste à projeter sur l'écran mental l'image du moi que j'ai toujours rêvé d'être physiquement et moralement. Comme Pygmalion modelant sa statue, je dois retoucher mon visage, les lignes de mon corps, corriger mes défauts, accentuer certains traits de caractère qui me plaisent. Lorsque je suis satisfait de mon double, je dois littéralement me glisser en lui comme dans un gant. Je me sens autre, doté d'une nouvelle énergie, d'une personnalité neuve.

Le « laboratoire mental » est un exercice fascinant. « Dans ce lieu secret, nous est-il dit, vous apprendrez à connaître passé et futur, si besoin est. Vous apprendrez à corriger toute imperfection et tout déséquilibre, à planifier vos objectifs... » Dans ce lieu de rêve, nous pourrions à volonté méditer, travailler, nous reposer, écouter de la musique.

Nous l'équiperons de moyens de télécommunication ; des « bibliophonos magnéto-cinéma-audiothèques » mettront à notre portée tout le savoir, tous les fruits du génie humain. Sur une paroi, des armoires contenant tous les appareils, outils, instruments, médicaments, etc., dont nous pourrions avoir besoin. Nous avons enfin le droit d'inviter deux assistants — un homme et une femme — si nous avons besoin de leurs conseils pour résoudre le problème ou pratiquer l'opération qui nous préoccupe. Dans ce laboratoire, nous pourrions chercher aussi bien le secret de la fabrication alchimique de l'or que bâtir une fructueuse opération commerciale ou faire exécuter la « Huitième symphonie » de Mahler : à notre choix ! J'ai vécu dans ce laboratoire de passionnantes explorations psychodéliciques. J'ai fait naître en moi, sur commande, de merveilleuses sensations en planant dans les espaces interstellaires et dans les galaxies mélodieuses. J'ai appris à me projeter en imagination à l'intérieur de la matière, des couleurs et des sons. Tel Rimbaud, j'ai « vu » la structure intime d'un silex, d'un sapin et d'une pyrite. J'ai vécu les quatre saisons et me suis, à volonté, transporté dans un pré en bord de mer, au sommet d'une falaise, dans une île bretonne qui est mon jardin secret.

Ai-je été un sujet particulièrement exceptionnel ? Non. Au dire des animateurs, je me suis classé dans une bonne moyenne. Il semble qu'il soit à la portée de toute personne accomplissant consciencieusement ces exercices d'atteindre peu ou prou le niveau « alpha » et d'éveiller en soi un minimum de facultés télépathiques lui permettant d'échapper aux conditionnements et aux catégories d'espace et de temps dans lesquels nous enferme l'éducation occidentale depuis plusieurs siècles.

Ma voisine de séminaire, Nicole V., a, par exemple, diagnostiqué sur le cas qui lui était soumis : « Cette personne voit mal. Elle a un trou noir à l'œil droit. » Il s'agissait d'un borgne. Mon fils Patrice, dix-sept ans, qui participa à un séminaire ultérieur, a vu une tache rouge au côté droit de la personne qu'il devait étudier : elle souffrait d'un zona...

Ce qui paraît plus remarquable, c'est que les résultats enregistrés durant ce séminaire sont confirmés après plusieurs semaines pour peu que l'on continue à travailler. André C, kinésithérapeute, soigne à distance, par concentration mentale, une jeune fille malade depuis cinq ans. Inexplicablement, elle se porte mieux depuis deux mois.

Quant à la masse des moins doués.

ils parviennent tout de même à des résultats intéressants pour leur vie quotidienne. Il semble que le résultat le plus positif soit, au moins, une remise en question, une ouverture mentale vers des centres d'intérêt nouveaux.

Voici des témoignages de personnes prises au hasard, témoignages recueillis plusieurs semaines après leur participation au séminaire.

#### Des témoignages qui sont concordants

Paule H., « 30 ans et des poussières » : « J'ai appris à me détendre. Cela m'a permis un plus grand contrôle de moi-même, de mon système nerveux, de mon corps en général. Je commence à éliminer des douleurs psychosomatiques et des crispations nerveuses que je connaissais auparavant. J'ai aussi retrouvé comme un fil conducteur dans ma vie, car j'ai constaté qu'il y avait eu beaucoup de phénomènes de télépathie dans le cours de mon existence, et que j'attribuais au hasard.

Gérard F., 33 ans, P.-D.G. : « J'en attendais beaucoup, trop peut-être. Mes performances n'ont pas été très brillantes, mais je vais m'inscrire pour un autre séminaire. Cela a été pour moi une introduction, car j'ai réussi les exercices préliminaires et j'ai beaucoup apprécié le laboratoire. C'est un moyen d'apprendre à se concentrer, à domestiquer sa réflexion, car on est généralement habitué par des pensées en tourbillon. Plusieurs choses, au cours de ce séminaire, m'ont évoqué l'idée que la vie pourrait se poursuivre après la mort. Cela m'a fait réfléchir, car je suis athée et je ne crois pas à ce genre de choses. »

Liliane P., 24 ans, étudiante en psychologie : « L'alpha a changé quelque chose dans ma conception de la vie, dans mes rapports avec les autres. Au niveau d'une certaine libération, de la levée d'inhibitions. Les choses sont plus simples, moins complexes ; je suis beaucoup plus heureuse qu'avant. Autrefois, j'éprouvais une certaine tristesse, une difficulté d'être. Là, tout à coup, je suis décontractée. J'ai pris des décisions : je m'occupe plus de moi-même, je me maquille, etc. Je suis bien dans ma peau. Si j'ai envie de lire ou de prendre du temps pour moi, je suis déculpabilisée. Sur le plan de l'intuition, plusieurs choses. D'abord, je rencontre maintenant des gens qui s'intéressent à ces domaines. Ils s'ouvrent à moi plus facilement. Et puis il y a les histoires de téléphone, de lettres. Des

coïncidences incroyables, tout le temps. La vie devient presque un jeu... Je remarque des choses que je ne voyais pas avant. J'ai une façon d'entendre différente. Depuis le séminaire, j'ai une intense activité intellectuelle, une envie très forte d'apprendre, de savoir davantage. »

Jean-Claude D., trente-six ans, directeur de société : « Ce que je recherche, ce ne sont pas des pouvoirs parapsychologiques. Je veux mieux me connaître, mieux me comprendre, aller plus vite et plus loin dans ce domaine. J'emploie tous les jours l'alpha. Je faisais déjà du yoga et une relaxation assez poussée. J'utilisais, par exemple, une technique qui consiste à se mettre en écoute : n'être qu'une plaque réceptrice de sons, d'odeurs, etc. Depuis que je le fais en alpha, c'est nettement meilleur. Mon attention se fixe plus facilement, je vais plus vite et plus loin. C'est la même chose pour la relaxation. Un autre exemple plus terre à terre : je dois souvent « pondre » des lettres de relance. Je me « programme » alors en alpha — je l'ai déjà fait six ou sept fois — et je les « ponds » bien plus vite. Est-ce de l'autosuggestion ? Un travail inconscient ? Cela m'est égal, il n'y a que le résultat qui compte. Il faut adapter l'alpha à ce que l'on recherche. C'est un outil multidimensionnel. Et puis je fais des tests sur l'état de santé de mes proches, et je leur téléphone ensuite, pour vérifier. Ça marche !... »

J'émettrai, en fin de compte, une critique qui ne concerne pas, bien sûr, la qualité de l'enseignement, mais son coût : 300 euros pour un week-end, le réservant pour le moment à une minorité de privilégiés ou à des cadres pris en charge par la formation permanente. Un jour ou l'autre, les animateurs devront passer au stade de la vulgarisation. Certes, je comprends leur souci de laisser un tel outil entre les mains de spécialistes. Au moins devront-ils penser, bientôt à former d'autres animateurs, à décentraliser et à multiplier ce genre de séminaires. Déjà les personnes ayant réglé leur participation ont le droit d'y revenir autant de fois qu'elles le désirent. Mais peut-être pourrait-on enregistrer sur cassettes quelques-uns des cycles majeurs pour des participants désireux de se perfectionner à domicile. ■ R. Barrat

Pour saisir une offre de séminaire pratique sur CD à domicile, cliquez ici :

[Séminaire pratique sur CD](#)