

RDV du Labo Furtif

7 novembre 2023

RETEX des ateliers d'intelligence du corps du labo furtif avec des outils de la théorie U

Ordre du jour :

12h00 – accueil et intentions

12h15 – Arpentage des échos

12h45 – Partages dialogués sur le fond

3 questions de résonance : 1) qu'est-ce qui m'étonne, 2) qu'est-ce qui résonne ? Qu'est-ce que j'en apprend ?

13h15 – Silence pause activation du corps

13h20 – Questions-réponses sur la forme

13h40 – Silence – Qu'est-ce qu'on filtre ? qu'est-ce qui se dépose, sédimente ?

13h43 – Tour de bouclage

13h57 – Fin et suites

Intention

L'intention de ce retour d'expériences du labo furtif est d'élargir collectivement le partage des apprentissages d'une expérimentation pour en faire un commun mobilisable par d'autres dans des contextes autres, pour des métamorphoses très humaines qui prennent soin des autres et de l'habitabilité de la planète.

C'est différent des débrief à chaud (en séance) ou à froid (quelques jours après la séance) qui mobilisent les participant.e.s et permettent une sédimentation des acquis de l'expérience pour et par celles et ceux qui l'ont vécue.

Il est ouvert à de nouvelles personnes et de nouveaux collectifs qui n'ont pas vécu cette expérience et vont donc faire vibrer d'autres échos.

Ce tiers espace-miroir de RETEX (ou REX) permet d'amplifier l'expérience sur deux axes :

-Verticalement, sur le fond, nous nous interrogerons sur le comment ces contenus résonnent, comment ils questionnent ce que l'on connaît par ailleurs, ce qu'ils apportent à une connaissance commune pour des métamorphoses très humaines qui prennent soin des autres et de l'habitabilité de la planète. ?

-Horizontalement, sur la forme, qu'apprendre des outils et de l'équipement d'engagement de l'intelligence du corps avec la méthode de la théorie U ? Quels apports / outils existants ? quelles limites ? quelles bonifications ou croisements fertiles avec d'autres outils, d'autres méthodes ?

Vibronnant entre l'axe vertical et horizontal, voire hors du cadre, nous finirons par les questions brûlantes qui restent en suspens, à titre individuel et à titre collectif.

Posture et cadre de confiance

(Se) Poser des questions, avant des avis, afin de comprendre et se placer dans une posture d'écoute empathique, envers soi et les autres (voir dans les échos, échanges aux niveaux écoute empathique et écoute générative)

Enregistrement vidéo à partir d'ici (lien privé) : <https://www.youtube.com/watch?v=bLwgRX9gaug>

Présent.e.s :

Qui vous êtes ? Quelle est votre intention pour cette séquence ? (en une ou deux minutes)

Karine, Cerema participation et transition, je vois passer les échos du labo furtif, le moment de me plonger dedans. Envie d'apprendre et de découvrir des méthodes plus humaines, et travail en cours pour s'inspirer du vivant, il y a des échos

Brigitte, formatrice et facilitatrice en intelligence collective au service du vivant, formée à la théorie U, intéressée par le partage d'expérience et possibilité de voir plus loin, plus fort plus haut. Fresqueuse (climat, facteur humain, émotions et imaginaires) et contes de sagesse.

Monique, Bretagne, coach en entreprise, découverte du labo furtif, est-ce que je suis au bon endroit ? Inscrite à la formation DIU "Philo, éthique et design with care". Depuis deux trois jours je suis très vulnérable, j'ai failli tout annuler. Je suis en prise avec de gros dégâts suite à la tempête (Bretagne) et des problèmes d'assurance. J'ai carrément des arbres qui ont coupé ma maison en deux. Pas le moral. Une amie m'a dit "On ne va pas avoir le choix, il va falloir s'entraider" entre voisins. La situation s'aggrave. J'ai eu envie de me connecter mais je ne sais pas si je suis au bon endroit.

Thierry, rennais, je suis de loin les furtifs et rencontre de Julie Utopia à Sète, je sens beaucoup d'affinités avec ce qui se passe dans ce groupe. Formé Théorie U, curieux d'expériences concrètes. Je suis retraité et je me mets au service de ce qui peut faire bouger les lignes, et je cherche les endroits comme ça ou on peut se faire du bien

Cécile en charge de la montagne au CD31, balade furtive sur le bassin d'Arcachon du labo furtif. Je suis en chrysalide, je ne supporte plus, envie d'être dans une autre ambiance de travail, en recherche de méthodes qui remettent l'humain au coeur. A l'écoute.

Lorenzo, je serai là pour amplifier la dimension furtive de mon rôle de papillon pollinisateur. Rôle essentiel du corps dans les processus d'intelligence collective : nombreuses approches mais risque de silos, travailler les articulations.

Elisabeth, je connais Julie du temps de la riposte créative. J'ai découvert Cynthia fleury notamment sur France culture / furtivité > bon écho avec la proposition du labo furtif. Emmanuelle et Susana pas loin. Co-fondatrice des Dialogues en intelligence collective. Formée théorie U dès l'origine. Facilitatrice depuis 2009. On travaille beaucoup avec le corps. Je suis là très curieuse de ce RETEX. Vous dire où j'en suis / au corps : arriver sur la notion du dialogue sensible > danses libres, formes de dialogue qui mettent le corps en mouvement notamment avec le Life Art Process . Autre qualité d'écoute et d'authenticité par le corps .

Julie, actuellement en chrysalide aussi, en réflexion comment agir autrement, envie de se mettre au service des choses qui font du bien en m'extrayant du poids des organisations et des choses qui contrôlent et qui limitent, c'est une exploration. Je propose le tiers espace du labo furtif pour prendre soin de celles et ceux qui prennent soin. On n'y pense pas beaucoup et cela vaut partout, cela va de l'hôpital à nos organisations qu'elles soient perso, institutions et territoires. Il faut apprendre à prendre soin de nous, c'est un premier acte politique pour moi.

Susana, ex-responsable du labo d'innovation publique territoriale LaBase avec Julie Formée à la Théorie U depuis 2015 et praticienne depuis 2009. Rencontre avec Elisabeth et Manu, on a parlé des dialogues sensibles, j'ai proposé ça à Julie et c'est de là que tout est sorti.

On est tous connectés, c'est beau !

Emmanuelle : on s'est demandé comment incarner l'art de la furtivité. On est partis de la Charte.

Arpentage :

Survoler les échos des deux ateliers (15 min), la moitié des présent.e.s commence par le 1^{er} doc, l'autre moitié par le 2^e :

1. Atelier l'art de la furtivité du 2 juin 2023

https://labofurtif.xyz/?Renc1/download&file=Echos_Atelier_art_de_la_furtivit_2_juin23_V2.pdf

2. Atelier 4D mapping du 5 octobre

https://labofurtif.xyz/?Ress4/download&file=Restitution_4D_Mapping_Labo_Furtif_V2.pdf

Lecture avec attention et intention autour de 3 questions : 1) qu'est-ce qui m'étonne, 2) qu'est-ce qui résonne ?
Qu'est-ce que j'en apprend ?

Sur le fond :

Atelier du 2 juin : incarnation des 10 points de la Charte du Verstohlen et de l'art de la furtivité (théâtre de présence sociale, stuck exercise)

- Ce qui m'étonne, c'est ma difficulté à rentrer dedans et en même temps des mots clefs qui me captent. *Difficulté intellectuelle à appréhender la notion de furtivité, je ne sais pas pourquoi, elle m'échappe.* Peut-être parce que je ne l'ai pas ressenti par le corps. Interpellée par les photos des postures. Ce qui fait échos : vulnérabilités, hors sol, essemmer à tout va, régénérer le vulnérable, furtivité avant d'être emprisonnée. Il faut que je me penche plus dedans, ça vibre.

- Etonnée par le côté très intellectuel de la charte, je n'ai pas tout compris. Heureusement qu'il y avait les photos, les verbatim, qui facilitent la compréhension. Ça résonne avec mon expérience du 4D. *Envie d'en apprendre plus sur le lien entre conceptuel et expérientiel.*

- Au début je me sentais en terrain connu mais je réalise la complémentarité entre grille de lecture et la liberté. Ce qui m'étonne c'est la capacité à faire des allers et retours entre ce qui est contraint et comment on peut être libre. Il y a un côté imposé avec les 10 points de la charte : contraint et création avec ce contraint. *Ça redonne des marges de liberté.* Résonne la question du soin et articulation entre comment je prends soin des autres et comment à travers ça j'imagine que je prends soin de la planète et du vivant : je ne sais pas quoi faire de ça, Et aussi comment je demande à l'environnement de prendre soin de moi. Apprentissage que c'est gonflé de faire des trucs comme ça, *oser c'est bien.*

- Je ne me laisse pas aller, j'essaie toujours de comprendre comment concrètement tout cela se traduit, même la notion de furtivité. J'ai toujours un peu de mal avec les choses simples qui sont très puissantes et très fortes. Ça résonne avec mon moteur, aider les autres, pulsion d'aider de sauver : pas une bonne approche de l'aide aux autres, *je découvre vraiment le sens du mot soin.* Je me rends compte que ce que je pensais être prendre soin des autres ce n'est pas ça. Je m'oublie, je m'oubliais et ça me semblait impensable de penser d'abord à soi avant de penser aux autres et jamais montrer sa vulnérabilité. J'avance un peu en âge, je me rends compte des vulnérabilités s'expriment : on croit avec le climat qu'on maîtrise mais on ne maîtrise rien du tout. *J'apprends qu'il faut prendre soin de soi et que les autres prennent soin de nous aussi.* Je n'y suis pas encore mais je suis en train de ressentir qu'il y a quelque chose d'inapproprié chez moi, dans ce que je fais et là où je souhaite aller.

- En entendant là ces mots, ces questions d'aller-retours que j'ai entendues à plusieurs reprises, je me rends compte pour la première fois que *les 3 premières lettres du mot soin c'est SOI* : puissant ça ?!

Sur l'atelier du 5 oct du 4D mapping - Comment développons-nous de nouvelles capacités pour construire un monde plus vivant et plus doux ?

- j'aimerais partager quelque chose à cet endroit car je n'ai jamais eu l'occasion de le faire / démarche de théâtre présence sociale, le 4D c'est pour moi un peu trop formaté et statique. J'ai une pratique de la danse libre. La question que je me pose : Est-ce que je suis authentique dans ma façon de me positionner et les choses par rapport

auxquelles je me positionne, j'ai besoin d'un feed back. En permaculture, j'aime explorer le principe de la biodiversité la plus grande dans les lisières, les franges, les bordures. *Quelles articulations avec les autres manières d'aborder les choses ?* (ex : life art process)

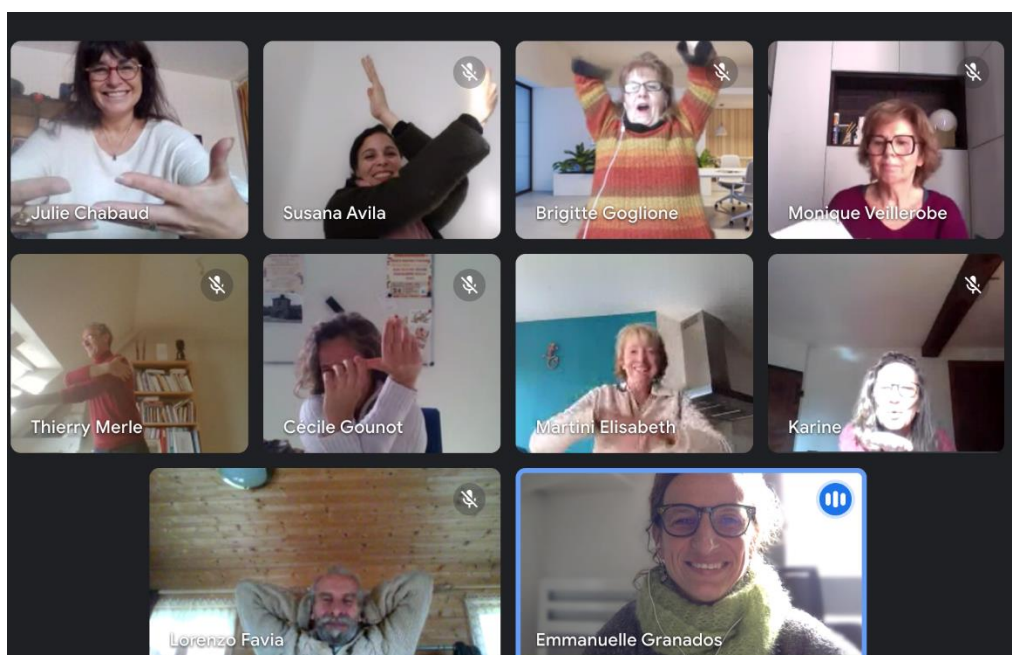
- C'est tellement loin de mon univers pro actuel, en effet les zones de lisières et interfaces existent aussi dans les univers actuels de travail qui ne vont pas bien du tout, sont malades. Il faut essayer de comprendre pourquoi, se plaindre ne suffit pas. Tout ce qui est relatif au care, je sens bien que c'est un problème un peu métaphysique. Il faut détricoter l'irrationnel de nos organisations actuelles pour retricoter en plus constructif. Phrase "soin du climat et climat de soin" : ça résonne beaucoup pour moi. J'ai bien senti qu'on n'arrive plus à prendre soin du climat, parce qu'on n'est pas dans un bon climat. Mon rôle de manager était surtout de prendre soin de mon équipe avant tout, il faut être bien soi-même. *La chaine du pouvoir va peut-être se libérer parce que personne ne sera suffisamment en forme pour assumer ce rôle de prendre soin des autres tellement on va mal aller.* La priorité c'est le soin de soi pour les autres. C'est quelque chose qui résonne beaucoup chez moi.

- Dire mon admiration à Emmanuelle et Susana / Théorie U- 4D mapping, waouh. Je connais cette méthode je la pratique, je connais sa puissance et là je découvre la pédagogie dans l'art et la manière de faire ressortir ce matériau, je n'avais jamais vu ça, très haut niveau de professionnalisme. Je suis émerveillée. Arriver à mettre en forme et capitaliser de cette manière. Ce qui résonne, j'ai attrapé quelques mots : "*la métamorphose du lien*", c'est énorme, "*sortir du jugement*" au regard du pouvoir, c'est très intéressant, "*dialogue et confiance, envie de reliance*" tout ça se parle, je suis une activiste du dialogue, vous le savez, je trouve cela magique, je vais garder c'est une pépite pour moi. "*Joie et douceur*" se relie en permanence. C'est parce qu'il y a de la douceur qu'il y a de la joie, et parce qu'il y a de la joie qu'il y a de la douceur. Ça peut paraître creux quand on dit ça mais que cela sorte de l'expérience, je trouve ça génial. Quand il y a de la joie c'est juste. "Résilience et prise de recul" et oui c'est parce qu'il y a prise de recul que l'on va peut-être pouvoir entrer dans un processus de résilience. Franchement bravo. Ce qui m'est venu : dans ce que vous avez produit, *il y a de la métacognition, c'est à dire du savoir sur le savoir expérientiel.* On pourrait travailler ce document sur cette thématique, l'emporter ailleurs et le faire travailler par d'autres. Comment on rentre en apprenance sur un cas comme cela, qui est tellement riche, comme quelque chose de modélisant qui se dépose. Je lis comme waouh, c'est énorme cet apprentissage, métacognition. J'ai vu apparaître l'expression "*Carnet de laboratoire*" et oui c'est bien ce qui est là, c'est un mode labo. Ce qui est là on peut l'emporter ailleurs et continuer à le travailler et à produire de la connaissance à partir de l'expérience. Et donc est-ce qu'on peut partager ?

Sculpture sociale en écran

Invitation à faire une sculpture individuelle et collective en miroir de ce que l'on vient d'entendre. Votre corps a envie de faire quoi ? a envie de dire quoi ?

(en direct)



3 minutes de silence pour revenir à soi, filtrer tout ça...

Ce que les facilitatrices ont appris...

- *modéliser le sujet de la chrysalide*, espace de chrysalide c'est quelque chose qu'on vit de façon personnelle, que je vis. Cet exercice a été pour moi un miroir personnel de transfo perso avec mon écosystème familial. Ça apprend beaucoup de choses sur ce rôle de soin, où on met l'attention. Par exemple, moi, je mettais beaucoup de priorités au soin de l'habitabilité de la planète, et j'avais moins d'attention à mettre sur mon écosystème perso. Quand on a fait le 4D mapping, il y avait, en sculpture 2, "le bien être profond individuel" (rôle) qui s'est mis au centre et tout en haut et il ne se sentait pas confortable et pourtant c'est là où elle devait être. *Comment être bien soi pour pouvoir regarder plus loin, puis revenir à soi...* C'est un va et vient assez délicat peut être. Ce qui me reste c'est que si je ne prends pas soin de moi, de mon tout premier cercle, de ma stabilité et de ma sécurité, je ne peux pas être vraiment une aide ou un soin pour les autres.

- assez frappée dans les pépites du jour, ce qu'a dit Monique, "il y a quelque chose de moi d'inapproprié" > la charte du Verstohlen c'est ce qui ne peut être volé, ce qui est inappropriable > *il y a quelque chose de moi qui est inappropriable ? ;-)* C'est un écho puissant. Cette expérience là c'était d'incarner un objet, la charte du Verstohlen, passionnant mais très intello et très complexe. On va *essayer d'autres voies pour y accéder*. Vous verrez dans le labo furtif, il y a de l'art, de la musique, des pièces de théâtre, de la danse, des photos, l'idée est d'essayer d'y aller de plein de manières. *Là on a essayé avec le corps*. Moi ce qui m'a vraiment remuée sur la première séquence (2 juin), sur l'incarnation de l'art de la furtivité : une sculpture sociale pleine de joie et assez canaille, pleine de joie et de douceur et malgré tout fortement *inconfortable : les positions interstitielles ne sont physiquement pas faciles à tenir dans la durée (postures tordues, instables...)*. Et aussi cette idée du poulpe et du caméléon : quand on est caméléon on se fatigue, on se camoufle et on s'adapte en permanence alors que quand on est poulpe on peut être nous. Caché je n'y vois rien mais dans les interstices, je me sens complètement présent. *Cette question de l'inconfort est ressortie puissamment dans le 4D mapping*. Ce qui s'est joué, c'est que "ceux qui ont le pouvoir (rôle) s'était mis au centre en haut et est descendu dès la fin de la 1ère sculpture car la position était inconfortable et il ne pouvait pas la tenir sans contact avec les autres éléments du système. *Dans la deuxième scène c'est "le bien être profond individuel" (rôle) qui est remonté à la place du pouvoir et qui très vite s'est senti très mal à l'aise d'avoir pris autant de place et tous les autres éléments du système très mal à l'aise du fait qu'il ait pris la position haute et centrale du pouvoir. Ça c'était assez bouleversant avec aussi cette notion de l'inconfort. On s'est dit qu'il fallait travailler du côté de l'inconfort et aussi du côté de cette relation au pouvoir. On avait dans la deuxième sculpture une alliance des forces de vie que l'on appelle de nos vœux (vivant, bien être profond collectif, joie, douceur, ceux qui prennent soin, confiance...) mais complètement déconnectée de l'habitabilité de la planète, du bien être individuel et de ceux qui ont le pouvoir. Des choses à creuser sur des liens peut être impensés*. Cette expression de nos corps et cette frustration ressentie un peu brutalement par les participants du 4D mapping. "Le mouvement crée le changement » : *des choses à explorer là-dessus, sur notre inconfort, y compris sur notre inconfort à avoir le choix...* On a questionné les gens sur pourquoi ils n'avaient pas fait le meilleur futur émergent dès la 2e sculpture (alors que c'était la consigne). Ça nous donne à voir la phase de chrysalide dans laquelle nous sommes. Contrairement à la métaphore biologique de la métamorphose de la chenille en papillon, du déterminisme "chenille-Chrysalide- papillon", finalement nous on ne voit pas encore le papillon et finalement on n'a pas nécessairement envie que ce soit un papillon car le papillon il fait de nouvelles chenilles voraces derrière. Ce besoin de voir ce qu'il y a après la chrysalide, l'idée d'imaginer qu'on a le choix et qu'on a la main là-dessus ça procure de l'inconfort. C'est intéressant à creuser. Ça on ne l'avait pas comme ça avant cette expérience avec le corps.

- Notion de la permission dans le 4D mapping, *se donner l'autorisation*. Dans le 1er c'était plus joyeux et libre. Là il y avait le côté de s'autoriser vraiment. *Frustration et crispation peut-être parce qu'on est encore dans la transition. On n'a pas encore tous les éléments. On tâtonne en confiance, ensemble*. Ce qui m'avait bouleversée dans la première séquence sur les sculptures, c'était la notion de douceur qui est celui de bercer. Pour moi c'est ça la facilitation, holding space, le côté "doula". Pour moi ce sont des espaces-temps dont on a besoin, si possible avec facilitation, pour le moment tant qu'on ne sait pas, tant qu'on n'a pas la permission, tant qu'on n'est pas confortable. Le temps facilité sera indispensable.

Echanges :

- L'idée de faire une 3e sculpture apparaît à deux endroits > effectivement je me suis posée la question du pourquoi il n'y a pas de 3e sculpture, le mouvement crée du changement. Je relie cela maintenant. Parce qu'on continue l'évolution, le mouvement va continuer à évoluer. Il m'est arrivé effectivement de sentir qu'il fallait aller à la 3e, le mouvement n'est pas fini. Pour que cela se stabilise à un moment. Je me suis posée la question /Choix fait de ne pas

aller plus loin. Le mouvement crée du changement : Le corps en mouvement dans les danses libres, sans cadre, on continue à évoluer, individuellement, il faut aussi ramener au collectif. Je suis dans cette conscience qu'on est dans des mouvements continus. Il faut en prendre conscience. Même si à un moment ça va s'arrêter parce qu'on va mourir.

La facilitation c'est "power and love" d'Adam Khan, pouvoir et amour, de l'un et de l'autre, ni trop de l'un ni trop de l'autre. Livre d'Adam Khan est énorme pour la facilitation, c'est une bible.

Sur la méthode

Questions sur la méthode

Question / 2e ou 3e sculpture, maintenant et demain, c'est à l'image de ce qui se passe, on est comme coincé dans ce présent, on ne sait pas trop ce qui va advenir, sans trop oser. Ce travail sur le corps permet de se tenir à cette frontière entre présent et futur. Quand je pense avec la tête je peux être dans plein de futurs mais plus dans le présent. Je suis dans une espèce de brouillard d'interrogations. Le corps permet de ressentir l'inconfort.

Je n'ai pas une vision claire dans tous les milieux que je traverse, de l'intime au planétaire. J'avais cette *image du labyrinthe*, image d'être perdu dans un labyrinthe, du coup c'est ok il faut que je me perde pour me retrouver, même si ce n'est pas moi que je vais retrouver car je serai différent à la sortie. *Inconfort de se dire, il faut que j'accepte de me perdre pour aller dans cette forme d'inconnu. Le corps aide à se mettre sur cette limite-là.*

Envie de partager une citation / le corps, une intelligence collective "*Le corps a deux compétences fondamentales de relation au monde avec lequel il interagit : Les perceptions et l'agir.*"

"Seule, aucune de ces intelligences n'est compétente pour prendre des décisions pertinentes vers un agir cohérent. Tout excès de l'une par rapport à l'autre engendre des déséquilibres du discernement du Sujet et devient préjudiciable à l'Intelligence Collective". Tiré de l'ouvrage collaboratif : "**Intelligence Collective , leadership et bien commun**" édité chez Yves Michel

La tête avec son cerveau suréquipé (100 milliards de neurones) n'est pas le seul outil de la cognition. Les recherches en neurobiologie ont établi ce que les sages orientales (médecine chinoise, Ayurveda), savaient depuis la nuit des temps : l'intelligence matérialisée par des réseaux de neurones siège essentiellement en trois espaces du corps : le cerveau, le plexus et les intestins, chacun ayant sa fonction propre pour traiter l'information

On a ressenti dans le 4D mapping, il faut se coordonner avec tous les autres éléments. **Plusieurs disaient qu'il fallait qu'ils soient au centre.** C'était drôle. *Peut-être c'est juste un équilibre, à construire ensemble.*

Témoignage d'expérimentations du 4D mapping : sur la gouvernance du laboratoire d'innovation publique territoriale de Nouvelle-Aquitaine, LaBase. Extrêmement puissant qui a permis de dessiner une nouvelle gouvernance ouverte, ensuite actée par convention et par délibération par les grands partenaires (état, région, département et métropole à ce moment-là). Idem pour un usage au sein de la DGA solidarité du Département de la Gironde pour accompagner une réorganisation sur une nouvelle charte de valeurs et l'émergence d'une nouvelle mission transverse sur la prévention. Témoigne de la puissance de la méthode y compris sur des sujets organisationnels et structurels.

Echo avec les travaux d'Antonio Damasio sur les émotions et les cartes de Baptiste Morizot dans l'inexploré. : hybrider les intelligences émotionnelles, sensibles, intellectuelles, les cartes, tisser...

Quand on est dans le mouvement, le facilitateur ou la facilitatrice doit guider le groupe dans le mouvement. Il faut trouver le mouvement ou tout le monde s'arrête et aider à prendre conscience de ce qui leur fait confort et inconfort. Dans la vie c'est comme ça aussi. *Il faut prendre le temps d'observer l'inconfort et le confort ressenti même quand on est dans le mouvement, avant d'enclencher le mouvement suivant.*

Pour, créer un miroir sur nos dynamiques, si ce qui sort c'est ce qu'on pense, qu'il n'y a rien de nouveau, cela signifie que ce n'est pas vrai. S'il y a des choses qui sortent qui sont inconfortables et qui nous bousculent, c'est que quelque part on a vu quelque chose de nouveau et là on coche l'objectif. Parce qu'on ne fait pas ça juste pour se faire plaisir, c'est pour voir des choses qu'on n'a pas encore vu : *voir les angles morts, les signaux faibles... Cela nous permet de voir les choses différemment.*

Peut-être qu'il y a une sculpture 3 maintenant à mettre dans le 4D mapping. Piste à explorer.

Plein de biais car tout ce qui se passe est en écho... Si c'est d'autres personnes, d'autres situations, d'autres groupes ça peut changer. Cela m'a donné *l'idée de faire une journée de récits avec du 4D mapping pour sortir plein de futurs sur une thématique donnée.*

Clin d'œil de l'environnement de notre 4D mapping : au moment où "l'organisation qui contrôle" (rôle) prenait la parole, la sirène incendie de l'institution s'est mise à hurler...

"Je parle à l'univers et l'univers me répond" Hartmut Rosa 😊

Chamboulement du bien-être profond individuel

Questions en suspens :

Quelles questions émergent en nous maintenant ? Qu'est-ce qu'on filtre, qu'est-ce qu'on dépose, qu'est-ce qu'on sédimente ?

- Qu'en est-il de la relation à soi dans son authenticité quand on est dans les sculptures ?

- Inconfort > *fertilité de l'inconfort, c'est la douceur qui permet d'accepter l'inconfort (notion furtive).*

Relation inconfort perso et inconfort collectif (et comment ça résonne), comment les niveaux d'inconfort se répondent...

- Le rôle qui jouait le bien-être profond individuel dans la première sculpture s'est retrouvé très éloigné, étriqué, accroupi, c'est de là qu'a surgi sa pulsion d'être au centre et de tout dominer et c'est cela aussi qui a généré pour lui du malaise. Ça résonne très fort avec l'inconfort, euphémisme social. Lui aussi il avait trouvé qu'il avait sur-réagi mais il ne faut pas s'étonner, quand on crée beaucoup de tension dans un système il ne faut pas s'étonner quand ça revient puissance 12. Il était vraiment chamboulé par cette réalisation-là.

- Comme une éponge, *il faut qu'on apprenne à vivre dans l'inconfort, le confort est un piège, j'ai l'impression de ne plus être vivante.* Inconfort impermanent est une variable sur laquelle on ne peut pas déroger. Il faut réapprendre à vivre différemment.

- Le collectif, c'est une notion que je découvre. *Le collectif fait beaucoup de bien. Joie et douceur* : là j'avoue devant ma maison coupée en deux je suis contente de m'être autorisée à participer à cet atelier, on a besoin des autres, seuls on n'est rien. C'était inconfortable pour moi, et je suis ravie d'avoir osé.

- / *liberté d'usage des échos du Labo Furtif : tout est sous licence libre, CCbySA*, en mettant l'origine "Labo Furtif" et le lien <https://labofurtif.xyz/?PagePrincipale>. Le CCbySA permet de rendre tout cela viral et imaginer une communauté de contributeurs et de contributrices.

Merci Julie qui autorise et crée des espaces et Manu et Susana qui se sont autorisées à oser, proposer, expérimenter (à titre bénévole), vrai plaisir. Plein de gratitude à vous d'être là, d'avoir su prendre le temps.

Continuer à s'autoriser à tisser, malaxer, hybrider... il faut qu'on continue à expérimenter. Le poulpe, qui est l'emblème du labo furtif, a 9 cerveaux, 1 dans la tête et 1 dans chaque tentacule. Des fois les tentacules font des trucs sans avoir à en référer au cerveau de la tête. Aujourd'hui on est tous à tâtonner dans notre zone d'inconfort, dans le chaos de la chrysalide. Il faut faire confiance aux cerveaux de nos tentacules, il faut qu'on tente, qu'on tâte, qu'on tâtonne et qu'on en apprenne ensemble.

La révolution sera tentaculaire !!! 🐙

Ressources à partager :

- - **"Le corps au cœur des apprentissages"** de Sandrine Bourrain (auteur), Vincent Dupayage (auteur), Marjorie Nadal (auteur), Gaëlle Walgenwitz (auteur), Maud Corvaisier (auteur)
<https://www.pug.fr/produit/1916/9782706143564/le-corps-au-coeur-des-apprentissages>
- - **"L'arbre de la connaissance"** Maturana et Varela, 1994
- - **site Théorie U** : <https://www.u-school.org/theory-u>
- - **L'intelligence du corps** <https://www.decitre.fr/livres/l-intelligence-du-corps-9782703304746.html>
- - **Antonio Damasio** : <https://www.eyrolles.com/Sciences/Livre/sentir-et-savoir-9782738154606/>

- - **Alain Damasio**, les Furtifs
- - **Baptiste Morizot**, l'inexploré
- - "**Intelligence Collective , leadership et bien commun**" édité chez Yves Michel
 - Lire Antonio Damasio / émotions : <https://www.babelio.com/livres/Damasio-Spinoza-avait-raison--Joie-et-tristesse-le-cerveau/109167>
 - <https://www.eyrolles.com/Sciences/Livre/sentir-et-savoir-9782738154606/>
 - Life art process : <https://www.tamalpafrance.org/life-art-process>
 - Ces liens qui nous font vivre, éloge de l'interdépendance
 - https://www.odilejacob.fr/catalogue/psychologie/developpement-personnel/ces-liens-qui-nous-font-vivre_9782738148810.php