



# Programme détaillé

**Première année et  
premier cycle de formation**

*"Conseiller en Relations Humaines  
et Développement Personnel"*



*Institut de Psychologie Humaniste et Transpersonnelle*  
55 rue de la Commune de 1871 - F-44400 REZÉ - Tel : 02 40 48 42 76



# Emploi du temps (1ère année)

Chaque stage est constitué d'une alternance équilibrée de cours théoriques et de travaux pratiques.

Samedi	
9h30	<b>INTRODUCTION ET BILAN DU MOIS PRÉCÉDENT</b> Sous forme d' <b>échanges libres</b> entre les participants et l'animateur, <b>des réponses sont proposées</b> aux questions, difficultés ou expériences de vie, survenues durant la période entre deux sessions (ce temps est variable et peut être important au début de l'année, afin de mieux répondre aux besoins réels des personnes présentes).
10h30	<b>1- PSYCHOLOGIE FONDAMENTALE (Cours théorique)</b> - Etude comparative des <b>principales théories psychologiques existantes aujourd'hui</b> (psychanalyse, psychologie universitaire, psychiatrie, théories religieuses de l'âme, etc...). - Etude des <b>fondements philosophiques et scientifiques de la Nouvelle Psychologie</b> (les travaux de Jung, Grof, et de l'école Thomiste). - Introduction à la <b>philosophie et à la théologie</b> (3ème année).
13h00	
14h30	<b>2- PSYCHOLOGIE EXPERIMENTALE (Travaux pratiques)</b> <i>"Les ateliers de la vie"</i> a) <b>apprentissage de la technique du rêve éveillé appliquée à soi-même :</b> - découverte et exploration de l'inconscient (structure et processus) - étude des principaux symboles de l'inconscient (Archétypes) - transformation des tendances négatives de son propre inconscient, développement de la confiance en soi et libération progressive de la peur et des émotions perturbatrices (honte, jalousie, rancune, colère, timidité, culpabilité...). b) <b>étude pratique, sur analyses de cas, des grandes problématiques psychologiques :</b> la <b>communication</b> humaine, les <b>conflits</b> interpersonnels et leurs résolutions dans la vie privée (conjoints, parents, enfants...), dans la vie professionnelle (collègues, supérieurs, subalternes, patients, élèves etc...), les <b>complexes</b> , les projections, les compensations, les comportements dépendants (nourriture, alcool, drogue, sexualité...), le plaisir et la souffrance, le normal et le pathologique, les processus d'harmonisation psychologique, le rôle d'un "Conseiller en Relations Humaines", les <b>questions éthiques</b> (le bien, le mal, les valeurs, les devoirs, le travail, l'argent, la responsabilité, la liberté, la mort, la vie après la mort, le sens de l'existence...).
18h30	
Dimanche	
9h00	<b>PSYCHOLOGIE EXPERIMENTALE (suite)</b> - Commentaire approfondi des symboles de l'inconscient à partir de l'expérience vivante des participants et présentation détaillée de la théorie transpersonnelle de l'âme.
13h00	
14h30	<b>3- PSYCHOLOGIE TRANSPERSONNELLE (Travaux pratiques)</b> - Apprentissage de diverses techniques psycho-spirituelle de <b>maîtrise émotionnelle</b> (1ère année) - Développement des <b>facultés supérieures de l'âme</b> (volonté et intuition - 2ème année -) - Initiation à la <b>méditation</b> (3ème année) : découverte de diverses <b>pratiques spirituelles traditionnelles</b> (tibétaines, indiennes, chrétiennes, chamaniques...) et <b>contemporaines</b> (sons, couleurs, etc...).
15h45	
15h45	<b>4- PSYCHOLOGIE DESCRIPTIVE (Cours théorique)</b> - Acquisition d'un puissant outil d'analyse holistique : " <i>l'arbre Kabbalistique</i> " ou " <i>Arbre de Vie</i> " - Etude descriptive des <b>principales facultés psychologiques</b> : la conscience, l'inconscient, les facultés cognitives (la perception sensorielle, l'imagination, l'abstraction, le jugement, le raisonnement, l'intuition), les facultés affectives (le désir, la sexualité, les émotions, les sentiments, la volonté, l'Amour).
17h00	
17h00	<b>5- ART-THERAPIE (Travaux pratiques)</b> <i>"Les ateliers du créateur"</i> - Initiation aux remarquables pouvoirs thérapeutiques des <b>couleurs</b> , des <b>formes</b> et des <b>sons</b> par l' <b>expérimentation personnelle</b> , - Théorie et pratique des " <b>Mandalas</b> " (en 3ème année) - <b>Applications</b> aux domaines de la <b>santé</b> et de l' <b>éducation</b> ...
18h00	

# 1- Psychologie Fondamentale

## Cours théorique

Le samedi de 10h30 à 13h00

Ce cours cherche à répondre à la question : "qu'est-ce que l'âme ?" Il se présente sous forme de "*vingt cinq cours de philosophie appliquée à la psychologie*".

Il s'intitule "*Les fondements de la Nouvelle Psychologie*" et se déploie sur les trois années d'études<sup>1</sup>.

### Les fruits pour chacun ?

#### 1) L'opportunité de remettre à niveau et de développer sa propre culture générale :

- Acquérir les bases de connaissance indispensables pour bien comprendre les événements et les hommes d'aujourd'hui:
- **Bases scientifiques** (physique, biologie, histoire et cosmologie élémentaire).
- **Bases philosophiques** (les principales traditions philosophiques et théologiques de la planète).

#### 2) Apprendre à réfléchir "par soi-même"

- Acquérir les lois et les **méthodes** de la réflexion et du **raisonnement logique**.
- Accroître sa capacité à **réfléchir abstrairement** (aptitude indispensable pour conduire des analyses correctes en psychologie).
- **Affirmer** de façon harmonieuse **sa propre individualité**.
- **Développer** une authentique **liberté de pensée** et l'aptitude à exprimer clairement ses propres idées...

#### 3) Développer la faculté d'analyse appliquée au "fait humain"

- Stimuler l'**esprit critique** à propos du monde d'aujourd'hui et encourager chacun à **se forger une opinion réellement personnelle** sur toute chose (événements, actualités, TV, livres, discours politiques, autorités scientifiques, religieuses, journalistiques, etc...).

#### 4) S'approprier les fondements théoriques et philosophiques de la Nouvelle Psychologie,

- tout en clarifiant son esprit sur des questions fondamentales, telles que :  
Le **sens de l'existence**, la destinée, l'éthique, **le bien, le mal**, la souffrance, le "karma", **la mort**, l'immortalité, l'origine de la vie et de l'univers, leur finalité, **l'existence de Dieu**..., autant de "notions-clés" qu'il s'agit d'étudier pour répondre à la question centrale de la psychologie : "**qu'est-ce que l'âme humaine** (sa structure, sa finalité, sa nature, etc...)" ?

1 - ce cours ne demande **aucune formation intellectuelle préalable**, ni **aucun niveau d'étude particulier**, puisqu'il expose par le commencement les principes de base nécessaires à une bonne compréhension et s'ajuste dans tous les cas aux besoins propres des stagiaires.

### Programme sur trois ans

#### "LES FONDEMENTS DE LA NOUVELLE PSYCHOLOGIE"

##### - Introduction

Présentation d'une méthode de travail très simple pour commencer l'étude théorique approfondie des fondements de la psychologie.

##### - Chap 1 : psychologie et problèmes philosophiques

s'interroger sur l'âme humaine, c'est s'interroger sur le Monde... sur son origine, son histoire, sa composition, sa destinée, et sur la place de l'homme en son sein...

##### - Chap 2 : classification générale des systèmes philosophiques

afin de situer, dans l'histoire générale de la pensée humaine, la Nouvelle Psychologie ainsi que les diverses théories psychologiques actuelles (psychiatrie, psychologie universitaire, psychanalyse, théories religieuses de l'âme occidentales et orientales, théories New Age, transpersonnelles, etc...).

##### - Chap 3 : l'épistémologie d'Aristote et de Saint Thomas d'Aquin

le problème de la vérité et les moyens de l'atteindre...

##### - Chap 4 : les connaissances scientifiques élémentaires

l'Histoire de l'Univers vue par les sciences modernes, et ce qu'il faut savoir aujourd'hui pour comprendre le monde de ce point de vue...

##### - Chap 5 : l'être et le néant

ou comment se pose le problème de l'existence de Dieu ?

##### - Chap 6 : le matérialisme

...philosophie dominante de notre époque : d'où vient-elle et que vaut-elle ?

##### - Chap 7 : l'âme, le biologique et le psychique

réflexion philosophique et scientifique sur les mystères de la vie et le problèmes de l'âme...

##### - Chap 8 : les philosophies Panthéistes

étude critique du très vieux mythe de la "Chute Originelle" et de la théorie de "l'illusion cosmique"...

##### - Chap 9 : la métaphysique de la création

les bases philosophiques de la Nouvelle Psychologie...

##### - Chap 10 : la Nouvelle Psychologie

une science globale de l'homme, de son origine, de sa nature, de sa constitution et de sa destinée :

- redéfinition de la conscience et de l'inconscient
- redéfinition de la norme
- redéfinition des pathologies mentales et comportementales
- redéfinition de la thérapie et de la guérison en Nouvelle Psychologie
- exemples et applications

# 2- Psychologie Expérimentale

## Connaissance de soi

Le samedi de 14h30 à 18h30

### "Apprentissage du Rêve Eveillé"

C'est durant cette phase, et sur la base d'une **expérience personnelle en expansion de conscience**, que seront appris les principes essentiels de la Nouvelle Psychologie. Chacun, pendant ces "travaux pratiques" d'un genre nouveau, devient alors son "propre patient" et part à la **découverte de l'inconscient**, guidé par l'animateur qui utilise la technique, dite de **"l'imagination active"**.

La technique de l'**imagination active** (appelée aussi "visualisation créatrice" ou "Rêve Eveillé Dirigé") est une technique **"douce"** et **"efficace"**:

- **"douce"** parce qu'elle ne force jamais la conscience de celui qui la pratique : c'est le **"stagiaire"** lui-même qui **demeure toujours le maître de l'expérience**. C'est lui qui en fixe le début, les contenus et la fin. C'est une technique qui **responsabilise** celui qui la pratique et qui développe considérablement l'**acuité de la conscience personnelle**.
- elle est **"efficace"** car **"profonde"** : la technique repose sur le principe des **"associations libres"**... associations d'émotions, d'images, de souvenirs, de pensées à partir d'une image donnée (appelée **"archétype"**) qui sert de **"catalyseur"** d'associations.

Les **associations** d'images et de pensées ainsi obtenues sont **significatives et expriment des fragments du subconscient personnel** qu'il est possible ensuite d'apprendre à interpréter et à **utiliser dans un sens favorable à l'épanouissement de la personne**.

C'est une **méthode très simple à mettre en oeuvre**, elle se déroule en état de relaxation, et tout le monde **sans exception** est capable de la pratiquer ; elle est naturelle, efficace et sans danger.

#### Pourquoi entreprendre un travail sur l'inconscient ?

Travailler sur son propre inconscient est indispensable pour découvrir et lever les obstacles intérieurs qui empêchent le plein épanouissement de soi-même dans sa vie quotidienne (amoureuse, familiale, professionnelle, etc.).

C'est également un **impératif** incontournable pour exercer sérieusement un **métier dans la relation d'aide** afin de ne pas projeter sur autrui ses propres contenus psychiques problématiques...

**Chaque stage est consacré à l'étude d'un aspect déterminé de l'inconscient**

La première année permet ainsi de découvrir et d'étudier **huit aspects fondamentaux de la psyché humaine**, offrant au participant l'opportunité de :

- 1) **Voir**, par lui-même, et **en direct** comment il vit personnellement **ces divers aspects**.
- 2) **Identifier** clairement et avec une grande précision les **schémas inconscients négatifs** qui l'empêchaient d'être pleinement épanoui, heureux et rayonnant...
- 3) **Entreprendre**, par cette même technique de l'imagination active, les **transformations** nécessaires pour se libérer des structures inconscientes contraignantes ou néfastes.
- 4) **Instaurer** dans sa vie personnelle, de nouvelles attitudes constructives porteuses de **réussite, de santé et de succès**.
- 5) **Comprendre** par l'intérieur, et de façon vivante, les **processus psychologiques** qui agissent **chez tous les êtres humains...**
- 6) **Atteindre la dimension lumineuse, toute puissante et aimante de l'âme**, qui brille "au fond" de l'inconscient !
- 7) Enfin, ce moment de la formation permettra aux **futurs professionnels** de la relation d'aide d'apprendre, par l'expérience personnelle, le maniement d'un des plus remarquables **outils de la psychothérapie contemporaine** (le Rêve Eveillé Dirigé)...

*"Chacun de nous abrite un seigneur endormi qu'il importe de libérer de sa gangue"*

*Antoine de St Exupéry*

# Principaux thèmes abordés au cours de l'atelier de rêve éveillé

- Chaque atelier est consacré à l'étude détaillée d'un arché-type fondamental de l'inconscient.

Autour de ce symbole central, et suivant les expériences des participants, seront abordés, au fil des séances :

- les **grandes lois** de la psychologie Transpersonnelle,
- la **structure de l'inconscient**,
- le **conscient**, le **subconscient**, le **supra-conscient**,
- les deux aspects "**ombre et lumière**" de l'inconscient et de ses symboles,
- les processus et **techniques de transformation active** des schémas négatifs inconscients,
- les mécanismes de "**projection**", "**transfert**", dépendance, idéalisation, compensation, culpabilisation, refoulement, inhibition, obsession...
- les **dépressions** et les comportements auto-destructeurs,
- la structure de la **personnalité**, de l'**âme**, de l'**esprit**,
- la découverte et le soin des **émotions refoulées dans l'enfance**,
- la compréhension des **comportements enfantins** et adolescents,
- les processus du **désir et du plaisir**, leurs blocages, leurs déviations, leur harmonisation,
- la **sexualité**, les fantasmes, les inhibitions,
- l'**imagination créatrice**,
- la **fonction du réel**,
- les **conditionnements culturels**, familiaux,
- le rapport au **père**, à la **mère**,
- l'impact psychologique des **grandes questions existentielles** (la naissance, la mort, la souffrance, le sens de la vie),
- le **rapport à Dieu**, à la **religion**, à la vie, à l'autorité, au "destin",
- les systèmes de **valeurs** et d'évaluation,
- les **croyances** (positives et négatives),
- les tendances psychologiques : **introversion, extraversion**,
- les **complexes**, leur origine, leur genèse, leur guérison,
- les **comportements d'échec**,
- les **dépendances** toxiques, tabac, alcool, médicaments, drogue, nourriture, sexualité...
- le **refus de soi et de la vie**,
- les processus de **censure**,
- les problèmes de **couples**, le manque de communication, les blessures d'amour et leur guérison,
- les problèmes d'**éducation**,
- les vraies et les fausses représentations de soi, du monde, d'autrui,
- l'analyse des **rêves**,
- les difficultés de **communication**, d'expression de soi, de place dans un groupe
- la **communication non-violente**,
- l'**argent** (pénurie et prospérité),
- le **travail** (son sens profond),
- l'interprétation holistique des **symboles oniriques**,
- les "vrais" et les "faux" **besoins**,
- les "vrais" et les "faux" **désirs**,
- l'**intuition**,
- l'**esprit**,
- l'**amour**, la **grâce**, le **pardon**, etc...

N.B. cette liste n'est pas exhaustive ; les thèmes énoncés ci-dessus sont développés à partir des expériences et des besoins des participants eux-mêmes, ce qui permet de proposer des **analyses psychologiques vivantes**, effectuées d'un point de vue holistique, à partir de cas bien réels (d'où leur évident intérêt pratique).

## Programme

Liste des archétypes<sup>1</sup> étudiés (utilisés comme support de l'expérience intérieure et des analyses psychologiques)

### Première année : "découverte"

- 1) l'image de soi
- 2) la structure de la personnalité
- 3) la découverte de l'âme
- 4) et 5) les ennemis intérieurs
- 6) l'incarnation
- 7) l'immortalité de l'être
- 8) l'alchimie des souvenirs (la guérison du passé)

### Deuxième année : "l'Arbre de Vie"

- 1) le corps (sens de la vie, mort et renaissance)
- 2) le subconscient (mémoire, imagination, émotions)
- 3) les désirs et les besoins (la sexualité)
- 4) la parole (expression et communication humaine)
- 5) la conscience et l'intelligence
- 6) la volonté et l'action (karma et liberté)
- 7) la faculté de juger (valeurs et croyances)
- 8) le Soi : - l'être essentiel et ses lois (accomplir sa "légende personnelle")  
- le Divin et les expériences transpersonnelles (la vie profonde de l'Ame, l'Amour, la Grâce...)

### Troisième année : "les couleurs comme arché-types psychologiques et spirituels"

- 1) introduction
- 2) rouge
- 3) orange
- 4) jaune
- 5) vert
- 6) bleu
- 7) violet et conclusion
- 8) Examen Terminal

1 - afin de préserver l'effet de surprise indispensable pour vivre des expériences intérieures riches, les archétypes utilisés sont volontairement présentés ici sous leur forme **abstraite**...leur forme "sensible" n'étant dévoilée qu'au moment même de l'expérience...

Cet atelier constitue le **coeur de la formation** : les expériences vécues par chacun sont en effet utilisées comme **base de travail**, notamment dans l'**atelier du dimanche après-midi** consacré à la **créativité** (voir ci-après) et dans le **travail personnel** à effectuer entre deux sessions...

# 3- Psychologie Transpersonnelle

## Les techniques spirituelles traditionnelles appliquées à la maîtrise émotionnelle

Le dimanche de 14h30 à 15h45

**La Nouvelle Psychologie** (holistique et transpersonnelle) s'appuie sur l'existence dans l'être humain de **facultés spirituelles supérieures** qui confèrent de nouvelles capacités à celui qui les éveille en lui-même.

Ces facultés sont des **aptitudes humaines innées** présentes chez **tous** les êtres ; elles sont "**naturelles**" mais inconscientes et demandent simplement à être **éveillées** puis développées par des **exercices intérieurs adéquats** dont l'efficacité ne dépend ni des mérites personnels, ni d'une appartenance religieuse quelconque...

C'est par l'éveil de ces facultés spirituelles supérieures de l'âme que la **maîtrise des émotions et de soi-même** devient réellement possible et effective.

Il est donc essentiel d'**apprendre à développer** ces **facultés spécifiques** grâce auxquelles chacun pourra établir un lien stable avec "la Source Sacrée et Divine" présente **en lui** (... Source Créatrice de toute vie, de toute intelligence et de tout amour dans l'univers !...).

Celui s'avère finalement une condition sine qua non pour pratiquer avec succès la Nouvelle Psychologie. C'est pourquoi la formation propose un entraînement à la fois simple et intensif, accessible à **tous** et permettant à chacun de découvrir par lui-même certains aspects fondamentaux de la Réalité Totale !

Ces exercices comportent deux parties :

■ **Une première partie à caractère "énergétique"** qui fait appel à des techniques tirées du **qi-gong** ou du **yoga** et qui permettent de **se préparer** physiquement et corporellement à l'**intériorisation**. Les mouvements proposés sont **très simples et accessibles à tous**, ils permettent de se "réconcilier" en douceur avec son propre corps par une perception toute intérieure... Ces exercices développent puissamment la **perception des énergies dites "subtiles"** (que les orientaux appellent soit **Prana, Reiki, Chi** ou **Ki** et sur lesquelles reposent entre autres tous les arts martiaux).

(Une **musique spécifique** - fruit des recherches les plus modernes sur les sons - est également utilisée pour favoriser la synchronisation des deux hémisphères cérébraux, et induire spontanément un profond état d'apaisement intérieur).

### ■ Une seconde partie méditative

Cette seconde partie constitue l'**exercice d'éveil de la conscience spirituelle proprement dit**.

Les techniques proposées sont inspirées de certaines pratiques méditatives orientales traditionnelles, très efficaces et parfaitement adaptées à la mentalité occidentale moderne.

**Remarque** : ces divers exercices intérieurs sont d'autant plus "**efficaces**" s'ils sont **régulièrement pratiqués**... C'est pourquoi ils représentent une part importante du **travail personnel** proposé entre deux sessions (durée de l'exercice 20 min).

## Programme

### Première année

#### Premier semestre :

"**maîtrise du corps émotionnel**" (technique de base)

#### Deuxième semestre :

**dynamisation spirituelle d'un projet personnel**  
(amoureux, professionnel...)

Seront également apprises, dans ce cadre, des techniques spécifiques pour :

- 1) **se dégager des "ambiances lourdes ou tensionnelles",**
- 2) **se détendre profondément et rapidement,**
- 3) **harmoniser ses propres énergies vitales,**
- 4) **synchroniser les deux hémisphères cérébraux,**
- 5) **débloquer le plexus solaire**, pacifier le corps émotionnel, se désimprégner du négatif, se libérer de la peur,
- 6) **faire face aux situations et aux environnements émotionnels difficiles, et apprendre à s'en protéger,**
- 7) **ouvrir les frontières de la conscience,**
- 8) **augmenter son magnétisme personnel** et son rayonnement de puissance, d'amour et de paix,
- 9) **améliorer ou approfondir ses relations,**
- 10) **rencontrer sa propre énergie spirituelle,**
- 11) **expérimenter des états de méditation**, de communion ou de prières **très profonds**.

### Deuxième année

Sur la base de l'exercice de "**maîtrise du corps émotionnel**", appris en première année, une **nouvelle technique** intérieure sera introduite permettant à chaque stagiaire d'éveiller une des dix sphères symboliques de l'âme afin de développer les **pouvoirs spirituels** qui lui sont liés...

Seront tout particulièrement stimulées durant cette deuxième année : l'**aptitude à pardonner**, à comprendre et à **dépasser les émotions négatives** (peur, colère, démission, culpabilité, manque de confiance, etc...) ainsi que l'**aptitude à s'ouvrir à la Présence Divine en soi**, afin de devenir un "**canal**" de plus en plus lumineux, apte à **transmettre** à autrui les énergies spirituelles de **Bien, d'Amour** et de **Guérison**...

### Troisième année

**Initiation à diverses pratiques méditatives** (tibétaine, indienne, chrétienne, chamanique...) utilisant les propriétés spirituelles des **couleurs**, des **sons** (mantras), des **formes** (mandalas) ou du **silence** (vide), **orientées vers l'éveil et l'évolution spirituelle**.

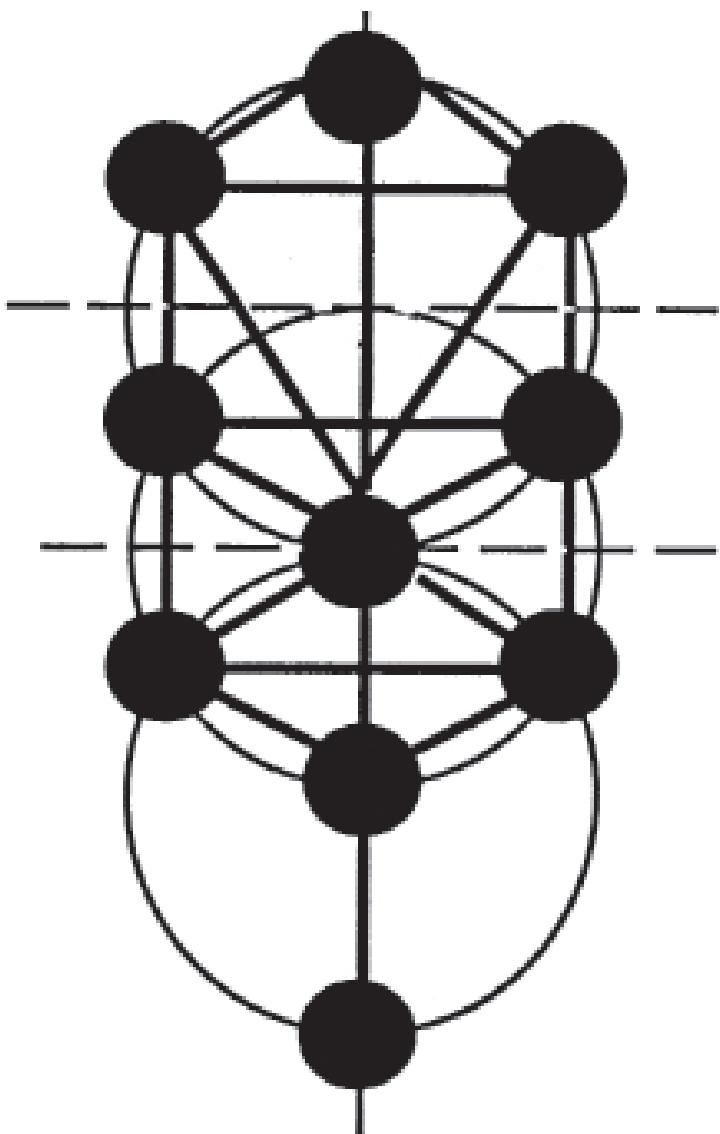
# 4- Psychologie Descriptive

## Cours théorique

Le dimanche de 15h45 à 17h00

### Analyse Holistique

Grâce à l'**étude comparée des religions** et à la **mondialisation des échanges**, la psychologie contemporaine s'est enrichie de la sagesse transmise par les diverses traditions spirituelles de la planète, aujourd'hui accessibles. C'est pourquoi la **Nouvelle Psychologie** (holistique et transpersonnelle) fait fréquemment **référence** à des concepts ou des techniques issus de l'une ou l'autre de ces Traditions (orientales et occidentales) pour leur **valeur et leur efficacité évidentes** en matière de psychologie **profonde**.



"L'Arbre de Vie"  
d'origine hébraïque :  
un symbole exceptionnel pour comprendre  
l'homme et l'univers !



Le **symbolisme de l'Arbre de Vie** est introduit de façon théorique en 1ère année et est utilisé de façon pratique en 2ème année.

A cet égard, de même que **Freud**, pour formuler sa théorie de l'inconscient, a eu recours à un mythe de la **Grèce antique** (le mythe d'Oedipe) ; de même que **Jung** a utilisé les concepts de l'**Alchimie du Moyen Age** pour illustrer sa propre théorie ; La présente formation s'intéresse à un symbole remarquable, issu de notre **tradition Judéo-Chrétienne** : l'**Arbre de la Kabbale**, appelé également "Arbre Séphirotique" ou "Arbre de Vie".

L'**Arbre de Vie** est un **symbole géométrique** composé de sphères et de traits (cf ci-contre) reliés les uns aux autres dans un ordre et suivant une composition très précise.

Ce symbole est étudié dans la formation, en tant que **schéma descriptif de la psyché humaine**. Il permet une lecture précise, pertinente (et passionnante !) de la constitution interne de l'être humain et constitue un très efficace **outil d'analyse psychologique**.

### Programme

#### Introduction

- les différentes Traditions Religieuses de la planète,
- la **Tradition Juive ou Hébraïque**, souche commune de toute la civilisation occidentale (dite judéo-chrétienne)
- la **Kabbale**, science sacrée de la Tradition Hébraïque
- la Kabbale Hébraïque se résume dans un unique **symbole géométrique** : "l'**Arbre de Vie**"
- l'**Arbre de Vie**, un **schéma holistique** représentant l'homme et l'univers

#### Etude de l'Arbre de Vie en tant que symbole holistique de l'homme

- les **trois niveaux de l'Arbre** et les trois centres d'identification de l'être humain
- distinction **corps, âme, esprit**,
- les **deux niveaux de l'âme**,
- la **conscience**, centre de l'homme,
- les **dix séphirots de l'Arbre de Vie** et les **facultés de l'âme** : le corps, les facultés sensorielles, l'imagination, la mémoire, les émotions, les sentiments, la conscience, l'inconscient, le désir, la volonté, l'abstraction, le raisonnement, l'intuition spirituelle, l'amour, le Soi ...

# 5- Initiation à l'Art-thérapie

## Travaux pratiques

Le dimanche de 17h00 à 18h00

### Travail avec les couleurs, les formes et les sons par l'expérimentation personnelle

Cet atelier constitue un **autre temps fort de la formation** et propose des **exercices créatifs** à haut pouvoir transformateur, visant à faire émerger, sans effort, le **génie créateur** propre à chacun.

Il permet en outre, d'**intégrer** harmonieusement, facilement et profondément, les **différents enseignements des stages**, par l'**utilisation d'un art**, conçu ici comme une pratique privilégiée d'**éveil holistique de la personne**.

Durant cette période, un **thème de créativité personnelle** est proposé, en rapport avec l'expérience en expansion de conscience vécue la veille, qu'il s'agit alors d'exprimer par la **peinture**.

Cet atelier permet :

**- 1) D'éveiller et de développer puissamment les facultés qui relèvent de l'hémisphère droit du cerveau** (... souvent négligé dans l'éducation moderne) :

- l'intuition
- l'esprit de synthèse
- l'inspiration
- l'initiative
- la confiance en soi
- la sensibilité
- les ressources intérieures
- la créativité
- la spontanéité,
- le lacher-prise ...

**- 2) D'harmoniser puissamment certaines tendances psychologiques.** Ces exercices d'Art-Thérapie permettent notamment d'apprendre à :

- **dépasser la crainte du jugement d'autrui**  
(qui altère la libre expression de soi)
- **aller au-delà** des critères d'**apparence** ou d'**esthétisme superficiel**
- **découvrir les valeurs profondes** et sensibles de soi-même et d'autrui
- **soigner les complexes d'infériorité** et de dévalorisation de soi-même
- **dépasser** les syndromes de **compétition**  
(je suis tout... ou rien !...)
- **accepter ses propres imperfections**
- **se réconcilier avec soi-même**
- **débloquer son expressivité naturelle**
- **affiner ses formes d'expression et de communication**

- 3) Ce travail permet enfin d'apprendre à utiliser **l'art comme technique de psychothérapie**, en expérimentant par soi-même, les étonnantes processus d'harmonisation spontanée de l'inconscient inhérents à toute activité artistique.

Il développe en outre considérablement l'intelligence de la **symbolique des formes et des couleurs**, applicable ensuite à tous les domaines d'expression visuelle : publicité, photo, magazine, T.V., cinéma, art, peintures d'enfants, rêves, images intérieures, etc... permettant de "voir" derrière les **apparences et d'agir en conséquence**.

## Programme

### Première année

- expressivité simple

### Deuxième année

- expressivité et exercices d'**auto-analyse guidée** des peintures personnelles

### Troisième année

- travail sur le pouvoir thérapeutique des **couleurs, des formes et des sons** ("chant spontané" en groupe et chant de mots-de-pouvoir")
- **initiation à la théorie et à la pratique des Mandalas** en tant qu'art-thérapie et Art Sacré.

Concernant cet atelier il est à noter que la quasi totalité des personnes inscrites, n'ont utilisé ni crayon, ni peinture depuis leur enfance... ce qui est précisément un avantage, pour le travail proposé, puisque c'est ce qui permet de vivre en groupe des moments exceptionnels de simplicité et d'authenticité ...

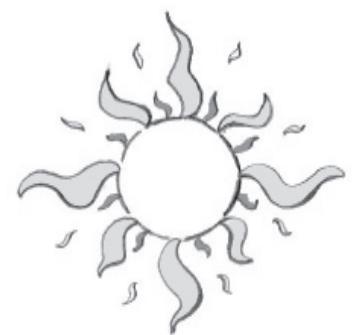


Dès la fin de votre 3ème année d'étude, vous serez en mesure d'animer des ateliers de développement personnel par les mandalas.

# ... Ils ont aimé ce programme !

*"Cette formation a transformé ma vie. J'ai trouvé un sens à mon existence. Je comprends mieux la nature humaine ainsi que la Société. Cette formation est complète. Aruna et Jean-Pierre dispensent un enseignement de qualité. Ils sont compréhensifs, bienveillants et donnent de très bons conseils. Ils nous guident et nous apportent soutien et encouragements dans les moments difficiles. Je les remercie très sincèrement."*

**Charlotte, La Boissière du Doré (44)**



*"Des découvertes, des confrontations, un formidable voyage à la recherche de soi-même. Des conséquences profitables à tous les niveaux relationnels, plus de paix et d'amour avec soi et les autres, dans les sphères privées ou professionnelles."*

**Olivier, Josselin (56)**

*"C'est au niveau professionnel que cette formation m'a visiblement le plus enrichie. Je suis désormais à ma place et fais ce que j'ai à faire avec plaisir et satisfaction. Dans les autres domaines, les bienfaits également ont été multiples et profonds."*

**Martine, Valonne (06)**

*"Je me posais beaucoup de questions sur mon mal-être global et sur celui des autres ... l'IPHT m'a permis d'être accompagnée dans mes réflexions sur le sens de l'existence. J'ai découvert une psychologie pratique, basée sur l'Amour, qui aide à positiver notre vécu, notre présent et notre devenir. Grâce à ce mieux-être et à des connaissances précises du fonctionnement humain, je peux être compétente dans une profession de relation d'aide et vivre en adéquation avec moi-même."*

**Marie-Annie, Nivillac (56)**

*"Un enseignement d'une rare intelligence et d'humanité. Jean-Pierre et Aruna nous offrent des clefs essentielles formant une base solide pour notre quotidien et notre vie spirituelle. Ils font partie des pionniers d'une nouvelle psychologie. Un grand coup de chapeau !"*

**Isabelle, Frigiliana (Espagne)**