

Ecole Thérapeutique Psycho-Spirituelle (ETPS)

Impasse de Froideville 12
CH – 1725 Posieux

Email : info@ecole-etps.com
Web : <https://ecole-etps.com>



amour.connaissance.intégrité.compétence

Textes écrits par le Dr Wulliemier

1er week end : samedi et dimanche 4-5 septembre 2021

LE CŒUR : SES MULTIPLES ASPECTS & SES MODES D'EMPLOI POUR ÉVOLUER

Sur un plan historique, nous verrons que de l'Antiquité à la fin du Moyen-Age, le cœur humain et ses nombreux attributs tenaient une place centrale et sacrée qu'il a perdu dès le XVIIIème siècle – le soi-disant siècle des Lumières ! – au profit d'une science réductionniste et triomphante qui a relégué le cœur au statut d'une simple pompe.

Notre époque actuelle assiste à une réhabilitation de cet organe et du champ énergétique bio-psycho-spirituel extraordinaire qu'il dégage, grâce aux nombreuses études qui ont mis en évidence ses étonnantes caractéristiques embryologiques, anatomiques, endocriniennes, parapsychologiques et ontologiques, tout en lui restituant ses attributs et fonctions traditionnels de conscience, de qualités et de valeurs à la fois humaines et spirituelles.

Ce séminaire permettra aux participant.e.s d'être informés des nombreux aspects du cœur et des différents modes d'emplois qu'on peut en faire à l'heure actuelle, grâce à différentes associations qui étudient et mettent en valeur ce que le cœur peut nous apporter à un moment crucial de notre évolution en tant qu'êtres humains : diminution de l'agitation et du stress, guérisons de diverses maladies, lieu privilégié de pratiques méditatives, approches spirituelles facilitant nos possibilités évolutives individuelles et collectives.

Au cours du weekend, les participant.e.s auront en outre l'occasion de pratiquer de nombreux exercices pratiques et introspectifs : cohérence cardio-respiratoire, relaxations Heartfulness (HFN), méditation HFN, cleaning (régénération) HFN, induction yogique au sommeil, autosuggestions positives, application des principes universels de vie, pratique de la souvenance vibratoire, état de prière, etc.

2ème week-end : samedi et dimanche 13-14 novembre 2021

LES ETAPES POSSIBLES DE NOTRE DEVELOPPEMENT

Ce premier week-end de travail théorique et pratique nous permettra de repérer où nous nous situons en fonction de plusieurs **échelles de développement**, dont chacune a une importance spécifique pour notre évolution bio-psycho-spirituelle.

Une fois que chaque participant.e aura pu identifier les trois stades qui constituent son niveau actuel de développement personnel, divers **moyens** seront décrits pour que chacun.e puisse se préparer à aborder le stade évolutif suivant qui lui permettra de continuer à avancer.

Ces moyens consisteront en :

- Divers **exercices** : relaxation, cohérence cardio-respiratoire, méditation sur le cœur, nettoyage de nos corps subtils (cleaning), etc.
- **Prises de conscience**, favorisées par des repérages introspectifs découlant de la description des diverses échelles qui décrivent les divers niveaux évolutifs des êtres humains, depuis celui de la "normose standard" jusqu'à celui de la libération ou éveil spirituel. Il s'agit des échelles des stades de développement et d'ouverture de la conscience de K. Wilber, des degrés de différenciation du soi de M. Bowen, des niveaux du sens moral de L. Kohlberg, des stades relationnels de P. Rajagopalachari, de l'anatomie spirituelle des chakras et des koshas, etc. Ces prises de conscience sont déterminantes pour réaliser à quel niveau évolutif chacun-e de nous se trouve présentement arrêté-e.
- **Repérages** des différents niveaux évolutifs présents chez nos interlocuteurs, et de nos propres fluctuations de niveaux au cours de nos multiples interactions quotidiennes. Ces repérages se réaliseront par le biais de présentations de situations personnelles ayant posé problème, que ce soit en couple, en famille, au travail, etc. A la fin de chaque présentation, certains outils spirituels seront expliqués et utilisés par tous les membres du groupe dans le silence du cœur, tels que méditation-prières et suggestions positives silencieuses et subtiles. Elles seront ensuite verbalisées à la personne ayant présenté la situation.

Ce séminaire vise à permettre aux participant.e.s **de percevoir et de comprendre** comment les exercices de nature spirituelle proposés peuvent significativement contribuer à franchir les unes après les autres les étapes évolutives successives, jusqu'à dépasser les stades de la phase psychologique de notre développement régie par notre égo.

3ème week-end : samedi et dimanche 5-6 février 2022

LES OBSTACLES SUR NOTRE CHEMIN ÉVOLUTIF ET LES OUTILS POUR LES TRANSCENDER

Les forces de la Nature tendent à nous pousser vers davantage de complexité et de néguentropie, autrement dit à élargir et approfondir notre champ de conscience, favorisant ainsi, étape par étape, notre développement vers davantage de sagesse. Mais nous sommes aussi animés de forces contraires, conséquences à la fois de nos héritages et de nos apprentissages multiples (personnels, familiaux, culturels, etc.).

Dans une vision spiritualisée de l'être humain, on peut relever les **obstacles** suivants, dont les caractéristiques se recoupent partiellement :

- Nos *samskaras*, sorte de programmes arrimés à notre corps causal, que nous transportons d'une incarnation à la suivante et dont l'ensemble forme notre *karma* individuel.
- Notre héritage génétique, transmis par nos géniteurs, que nous avons choisis entre autres en fonction de notre "charge samskarique".
- Nos limitations spécifiques, propres au niveau évolutif qui caractérise chacun de nous personnellement aujourd'hui, en particulier celles qui caractérisent notre degré actuel de sens moral.
- Les mécanismes défensifs prévalents de notre égo qui biaisent plus ou moins fortement notre perception de nous-mêmes, des autres et de notre environnement.
- Nos traits de caractère plus ou moins saillants et leurs répercussions sur notre capacité d'introspection et sur la qualité de nos relations quotidiennes.
- Nos conditionnements familiaux, socio-culturels et linguistiques.
- Nos loyautés invisibles transgénérationnelles et les attachements qu'elles créent.

La prise de conscience de ces divers obstacles est utile. Elle est cependant insuffisante si nous voulons franchir un par un les paliers évolutifs qu'il nous restent à franchir. C'est ainsi que pour continuer d'évoluer nous devons accepter de traverser diverses **crises évolutives** qui comportent d'inévitables souffrances, à la fois celles qui sont communes à notre condition humaine, et celles qui sont propres à chacun.e.

Après un bref rappel des moyens universels utilisés pour progresser (décrits lors du deuxième séminaire de ce cycle), **12 outils** thérapeutiques, visant plus ou moins spécifiquement les symptomatologies particulières qu'on observe à différents niveaux évolutifs, seront décrits puis utilisés durant ce séminaire à partir des situations personnelles présentées au sein du groupe.

4ème séminaire : samedi et dimanche 7 et 8 mai 2022

DIS-MOI CE QUE TU RÊVES ET JE TE DIRAI QUI TU ES

livre paru chez Dervy:

Nos rêves nous intriguent et continuent de nous intriguer depuis la nuit des temps. Ce d'autant plus qu'il existe plusieurs manières de rêver, de mémoriser, d'oublier et surtout de comprendre nos rêves et ceux de nos proches.

Les éléments théoriques proposés brièvement dans la première partie de ce 4ème séminaire tenteront d'apporter une vision aussi large que possible de cet état particulier de conscience. Il s'agira principalement de la description d'une classification des rêves humains en six catégories principales, qui seront mises en perspective avec les différents niveaux évolutifs des rêveurs que nous avons étudiés lors du 2ème séminaire de ce cycle annuel – mais qui fera l'objet d'un bref rappel.

En pratique, nos rêves pourront être interprétés de différentes façons, qui dépendront, entre autres :

- Des circonstances actuelles, passées ou futures de nos vies.
- Du modèle de compréhension du/de la/des personne.s à qui le rêve est présenté.
- Du niveau d'évolution des différents rêveurs.

La deuxième et principale partie du séminaire sera consacrée à la présentation par les participant.e.s de leurs propres rêves ou ceux de leurs patients ou clients. Ces rêves seront analysés en groupe, ce qui permettra de tester la valeur clinique du modèle de compréhension préalablement présenté ; puis, en fonction de ce que révéleront ces rêves personnels, d'utiliser à des fins positives certains outils spirituels (décrits lors du 3ème séminaire de ce cycle).